

LIA DISKIN
LAURA GORRESIO ROIZMAN

PAZ

COMO SE FAZ?
SEMEANDO A CULTURA
DE PAZ NAS ESCOLAS



PARCERIA



Palas Athena



Publicado em 2021 pela Associação Palas Athena e Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura, 7, place de Fontenoy, 75352 Paris 07 SP, França, e Representação da UNESCO no Brasil.

© 2002, 2006, 2008, 2021 Associação Palas Athena e UNESCO



Esta publicação está disponível em acesso livre ao abrigo da licença Attribution-ShareAlike 3.0 IGO (CC-BY-SA 3.0 IGO) (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/igo/>). Ao utilizar o conteúdo da presente publicação, os usuários aceitam os termos de uso do Repositório UNESCO de acesso livre (www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-port).

As indicações de nomes e a apresentação do material ao longo deste livro não implicam a manifestação de qualquer opinião por parte da UNESCO a respeito da condição jurídica de qualquer país, território, cidade, região ou de suas autoridades, tampouco da delimitação de suas fronteiras ou limites.

As ideias e opiniões expressas nesta publicação são as dos autores e não refletem obrigatoriamente as da UNESCO nem comprometem a Organização.

LIA DISKIN
LAURA GORRESIO ROIZMAN

PAZ

COMO SE FAZ?

SEMEANDO A CULTURA
DE PAZ NAS ESCOLAS

4ª edição



Coordenação técnica da Representação da UNESCO no Brasil

MARLOVA JOVCHELOVITCH NOLETO, Diretora e Representante

FABIO SOARES EON, Coordenador do Setor de Ciências Humanas e Sociais

BEATRIZ MARIA GODINHO BARROS COELHO, Oficial de Projeto, Gabinete e Setor de Ciências Humanas e Sociais

Palas Athena

OPHELIS DE ALMEIDA FRANÇO SO JR., Coordenador Editorial

LUIZ MARCELLO MOREIRA DE AZEVEDO FILHO, Coordenador Administrativo

LIDIA LA MARK, revisão

OPHELIS DE ALMEIDA FRANÇO SO JR., edição de texto e preparação

RAFAELA PASCOTTO, ilustrações

TONY RODRIGUES, projeto gráfico e diagramação

UNIDADE DE PUBLICAÇÕES DA REPRESENTAÇÃO DA UNESCO NO BRASIL, referências bibliográficas

Diskin, Lia

Paz, como se faz?: semeando a cultura de paz nas escolas. – Lia Diskin e Laura Gorresio Roizman. – 4. ed. – São Paulo : Palas Athena; Brasília: UNESCO, 2021.
230 p., ilus.

Incl. bibl.

ISBN: 978-65-86603-18-7

1. Cultura de paz 2. Juventude 3. Violência 3. Atividades extracurriculares
4. Juventude desfavorecida 5. Programas sociais 6. Brazil. I. Roizman, Laura Gorresio II. UNESCO III. Título

CDD 172.4

Esclarecimento: a UNESCO mantém, no cerne de suas prioridades, a promoção da igualdade de gênero, em todas as suas atividades e ações. Devido à especificidade da língua portuguesa, adotam-se, nesta publicação, os termos no gênero masculino, para facilitar a leitura, considerando as inúmeras menções ao longo do texto. Assim, embora alguns termos sejam escritos no masculino, eles referem-se igualmente ao gênero feminino.



ESTE É o símbolo do Ano Internacional da Cultura de Paz, criado pela artista plástica alemã Bárbara Blicke e pelo designer gráfico espanhol Luis Sarda Abreu.

As mãos entrelaçadas simbolizam a troca e o entendimento. Mas podem ser vistas também como continentes que se abraçam. O símbolo da Cultura de Paz sugere, ainda, a fusão de duas pessoas ou de dois grupos, dois vilarejos, com uma só cabeça. Ou a união do norte e do sul, indicada por dois polegares que apontam para cima e para baixo. Esta imagem faz lembrar a integração das várias culturas, que “se dão as mãos” no mais universal de todos os gestos de paz.





AGRADECIMENTOS

A **GRADECEMOS E** renovamos nossa gratidão a muitos amigos e colaboradores que nos ajudaram na concretização deste livro, desde sua primeira edição em 2002:

Alessandro de Oliveira Campos, Ana Maria de Lisa Bragança, Darci Arrais Campiotti, Elci Ferreira, Eliane de Cássia Souza, Fábio Otuzzi Brotto, Fabíola Marono Zerbini, Fátima T. C. Françaço, Gilson Roizman, Helena Kobayashi, Lilian Roizman, Lucia Benfatti, Luciano Pessoa, Maria Luiza Monteiro Bueno Silva, Raimunda Assis de Oliveira, Renata Roizman, Roseane Albuquerque e às dezenas de voluntários da Associação Palas Athena que mantiveram vivos os fundamentos da cultura de paz tais como concebidos pela Organização das Nações Unidas no decorrer de todos estes anos de ação ininterrupta, inspirando, mobilizando e implementando programas, projetos e políticas públicas pelo Brasil.

SUMÁRIO

Prefácio.....	XI
Apresentação à quarta edição	XV
Introdução	XIX

PARTE A

1. RESPEITAR A VIDA	1
Atividade modelo.....	10
2. REJEITAR A VIOLÊNCIA	13
Atividade modelo.....	20
3. SER GENEROSO.....	23
Atividade modelo.....	28
4. OUVIR PARA COMPREENDER.....	31
Atividade modelo.....	36
5. PRESERVAR O PLANETA	39
Atividade modelo.....	47
6. REDESCOBRIR A SOLIDARIEDADE	53
Atividade modelo.....	58

PARTE B

1. Orientações para conduzir as atividades.....	62
2. Cinema.....	68
3. Contação de histórias.....	75
4. Culinária.....	77
5. Dinâmicas de grupo.....	86
6. Heroínas e heróis da paz.....	100
7. Jogos cooperativos.....	119
8. Leitura.....	131
9. Música.....	133
10. Teatro e jogos dramáticos.....	140
11. Trabalhos manuais.....	155

PARTE C - Apêndice

1. Sugestões de filmes.....	165
2. Sugestões de livros para contar histórias.....	185
3. Sugestões de sites de notícias.....	187
4. Sugestões de livros para leitura.....	188
5. Sugestões de músicas.....	193

PARTE D

Bibliografia.....	198
Sobre as autoras.....	204





PREFÁCIO

A **ORGANIZAÇÃO DAS** Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), agência especializada das Nações Unidas (ONU), tem como missão primordial promover a cultura de paz, por meio de suas cinco áreas de mandato – Educação, Ciências Naturais, Ciências Humanas e Sociais, Cultura e Comunicação e Informação –, conforme afirma o preâmbulo de sua Constituição: “Uma vez que as guerras começam na mente dos homens, é na mente dos homens que as defesas da paz devem ser construídas”.

Em 20 de novembro de 1997, a ONU proclamou o ano 2000 como o Ano Internacional da Cultura de Paz, uma mobilização mundial para transformar os princípios da cultura de paz em ações concretas. Em 10 de novembro de 1998, por meio de uma nova resolução e a fim de reforçar o movimento global formado, as Nações Unidas proclamaram a década de 2001 a 2010 como a Década Internacional da Promoção da Cultura de Paz e Não Violência em Benefício das Crianças do Mundo, apontando a UNESCO como agência líder para a Década, responsável por coordenar as atividades do Sistema ONU e de outras organizações.

Para celebrar o Ano Internacional da Cultura de Paz, a UNESCO lançou o *Manifesto 2000 por uma Cultura de Paz e Não Violência*, procurando motivar em cada indivíduo um compromisso de seguir seis princípios básicos para a construção da paz em seu entorno: respeitar a vida; rejeitar a violência; ser generoso; ouvir para compreender; preservar o planeta, e redescobrir a solidariedade. Tais princípios estabelecem bases sólidas para a construção de uma cultura de paz, priorizando uma nova educação, consolidando valores democráticos – com vistas a enfrentar as desigualdades entre as nações, os altos níveis de violência e a persistência de diferentes formas de discriminação – e possibilitando a construção de uma sociedade mais inclusiva e mais justa para todos.

Quando a UNESCO direciona seus esforços para a busca da cultura de paz, percebe-se logo que a âncora de tal busca é a educação. Isso ocorre porque a conquista da paz pressupõe, entre outros, o direito à educação, um direito humano fundamental, um fundamento de sociedades mais justas, equitativas e inclusivas, e um dos pilares do desenvolvimento sustentável.

O desafio consiste em encontrar os meios para transformar definitivamente atitudes, valores e comportamentos, a fim de promover a paz e a justiça social, a segurança e a solução não violenta de conflitos. É para isso que, desde sua criação, a UNESCO vem empreendendo esforços, por meio da educação. No Brasil, para atingir tais objetivos, a UNESCO trabalha em cooperação com o governo federal, estados e municípios, além da iniciativa privada e de organizações da sociedade civil, por meio da mobilização de esforços, do aumento da conscientização, da construção de uma imensa rede de parcerias e da educação para a cultura de paz.

Entre essas entidades parceiras, destaca-se a Associação Palas Athena, com quem a UNESCO somou esforços, desde o ano 2000, para que o Ano Internacional da Cultura de Paz e, a seguir, a Década Internacional da Promoção da Cultura de Paz e Não Violência em Benefício das Crianças do Mundo, fossem amplamente divulgados no Brasil e produzissem resultados concretos para o país. As atividades desenvolvidas pela Palas Athena em parceria com a UNESCO não encontram paralelo no mundo e constituem um importante exemplo de como disseminar os princípios da cultura de paz na mente dos homens e das mulheres. O Fórum do Comitê da Cultura de Paz e Não Violência, que recentemente comemorou sua 150ª edição, é um esforço louvável para manter aceso o debate sobre o tema.

Assim, a atualização da publicação “Paz: como se faz?”, em parceria com a Associação Palas Athena, vem em um momento muito oportuno, 75 anos após a fundação da ONU e da UNESCO, quando o mundo ainda se encontra diante do desafio de realizar uma transição da cultura de violência, muitas vezes predominante, para uma cultura de paz.

Este livro, destinado a escolas, professores e lideranças da sociedade civil, tem o objetivo de disseminar as sementes da paz, ampliando e fortalecendo a construção de uma sociedade baseada na não violência. Com maestria, as autoras elaboram um contexto para cada princípio do Manifesto 2000, apresentando reflexões e sugestões de exercícios e jogos, que tornam esta publicação um valioso guia prático e didático para auxiliar professores, pais, estudantes e comunidades a trabalharem os valores necessários para uma convivência pacífica.

Para que isso seja possível, procurou-se, por meio deste livro, oferecer subsídios para que cada indivíduo respeite a vida e a dignidade do outro, sem discriminação; rejeite a violência em todas as suas formas; cultive a generosidade; defenda a liberdade de expressão e a diversidade cultural; pratique o consumo responsável, e adote atitudes que levem em conta a importância de todas as formas de vida e o equilíbrio dos recursos naturais do planeta. É preciso, ainda, propiciar a igualdade de gênero e o respeito aos princípios democráticos, a fim de criar formas de empatia e solidariedade, tão essenciais no mundo em que vivemos.

Agradecemos à Associação Palas Athena, na pessoa de sua cofundadora Lia Diskin, por todos estes anos de enriquecedora e profícua parceria. Esperamos que esta publicação venha a ser um instrumento para que crianças, adolescentes e jovens possam trabalhar os valores da cultura de paz nas escolas, contribuindo para uma sociedade menos violenta, mais igual e mais justa, respeitando os direitos humanos e a diversidade, sem deixar ninguém para trás.

MARLOVA JOVCHELOVITCH NOLETO
Diretora e Representante da UNESCO no Brasil





APRESENTAÇÃO À QUARTA EDIÇÃO

O LEITOR DESTA quarta edição de *Paz, como se faz? Semeando a cultura de paz nas escolas* encontrará um livro diferente, tanto em relação ao texto como às imagens.

A estrutura central, já consagrada, feita com base nos seis pilares do *Manifesto 2000 por uma Cultura de Paz*, permaneceu intacta. Porém os textos centrais foram reescritos, as ilustrações e a diagramação foram recriadas e as atividades ampliadas diante das novas demandas da atualidade.

A primeira edição (2002) foi feita em meio à declaração, pela Assembleia Geral das Nações Unidas, dos anos de 2001 a 2010 como a *Década Internacional da Promoção da Cultura de Paz e Não Violência em Benefício das Crianças do Mundo*, ocasião em que um grupo de ganhadores do Prêmio Nobel da Paz escreveu um importante documento: o *Manifesto 2000 por uma Cultura de Paz e Não Violência*. Desde então, milhões de pessoas de todo o mundo o referendaram. Cada uma se comprometeu a praticar os *seis pilares para uma cultura de paz* no seio de sua família, em seu trabalho e em sua cidade. São eles:

- 1 RESPEITAR A VIDA: em todas suas formas, sem nenhum tipo de discriminação.
- 2 REJEITAR A VIOLÊNCIA: praticar ativamente a não violência, o que significa repelir a violência em qualquer uma de suas formas (física, sexual, psicológica, econômica e social) em particular em relação aos mais fracos e vulneráveis, como crianças e adolescentes.

- 3 SER GENEROSO: compartilhar tempo e recursos materiais cultivando a generosidade a fim de eliminar a exclusão, a injustiça e a opressão política e econômica.
- 4 OUVIR PARA COMPREENDER: defender a liberdade de expressão e a diversidade cultural privilegiando sempre a escuta e o diálogo, sem ceder a fanatismos, nem à maledicência e à rejeição ao próximo.
- 5 PRESERVAR O PLANETA: promover um consumo responsável e um modelo de desenvolvimento que considere a importância de todas as formas de vida e o equilíbrio dos recursos naturais do planeta.
- 6 REDESCOBRIR A SOLIDARIEDADE: contribuir para o desenvolvimento das comunidades propiciando a plena participação das mulheres e o respeito aos princípios democráticos para criar novas formas de solidariedade.

Aproveitando-nos da mobilização pela paz e solidariedade, decidimos escrever este livro com a finalidade de contribuir com os seis pilares do *Manifesto 2000* nas escolas por meio de textos conceituais e atividades. No início, atendemos às demandas do programa *Abrindo Espaços: Educação e Cultura de Paz*, um laboratório de ideias da UNESCO que se tornou o programa *Escola Aberta*, em parceria com o Ministério da Educação, e posteriormente uma política pública de abrangência nacional por meio do programa *Dinheiro Direto na Escola*. Esse programa prevê a abertura de escolas públicas em fins de semana com propostas de atividades complementares de arte, esportes, cultura, lazer e cidadania, sempre voltadas para a inclusão social e a promoção da cultura de paz.

Ao longo de duas décadas, a mensagem deste livro disseminou-se amplamente e, através de um grande sistema de capilaridade proporcionado pela rede de escolas, atingiu inclusive as áreas mais remotas do Brasil. Em meio aos diversos projetos da UNESCO e em parceria com as três esferas de Governo, alcançou o cotidiano dos educadores das instituições de ensino públicas e privadas e mobilizou parcerias, tornando-se um referencial incontestável de educação para a paz.

Esta obra está organizada em seis capítulos centrais, destinados à leitura do professor ou organizador. Na Parte A encontram-se os textos principais que abordam os seis pilares do *Manifesto 2000 por uma Cultura de Paz*, já mencionados:

- Respeitar a vida
- Rejeitar a violência
- Ser generoso
- Ouvir para compreender
- Preservar o planeta
- Redescobrir a solidariedade

Após cada texto teórico, há uma atividade modelo, específica para o tema abordado.

Na Parte B, oferecemos uma relação de atividades simples e objetivas voltadas à cultura de paz, cujos resultados costumam ser transformadores. Elas podem ser conduzidas tanto por um professor, como por um monitor ou organizador, mais bem designados em conjunto, como multiplicadores. São elas:

- Orientações para conduzir atividades
- Cinema
- Contação de histórias
- Culinária
- Dinâmicas de grupo
- Heroínas e heróis da paz
- Jogos cooperativos
- Leitura
- Música
- Teatro e jogos dramáticos
- Trabalhos manuais

Nas partes C e D, agrupamos, respectivamente, todas as recomendações (de filmes, livros, músicas e *sites*), e a bibliografia de referência e aprofundamento o que disponibiliza esses recursos de maneira mais organizada.

O leitor tem, assim, uma rica fonte de conceitos teóricos e de atividades práticas para semear e nutrir a paz e a não violência nas escolas, mediar os conflitos pacífica e democraticamente e, dessa maneira, poder também transformar-se em um protagonista na construção da cultura de paz.



INTRODUÇÃO

“O ato de civilizar implica reduzir a violência na sociedade.”

KARL POPPER

ESTE LIVRO parte do pressuposto de que a construção de uma cultura de paz começa pela educação. E cabe à escola, mas não só a ela, o papel de construir e praticar valores que sustentem uma convivência pacífica.

A Convenção sobre os Direitos da Criança, da Assembleia Geral das Nações Unidas, de 1989, orienta para

uma educação voltada à preparação da criança para uma vida responsável em uma sociedade livre, num espírito de compreensão, paz, tolerância, igualdade entre os sexos e amizade entre os povos e grupos étnicos, nacionais e religiosos.

Estes são os referenciais educativos a seguir neste período especialmente conturbado da história humana, o que constitui um desafio. De fato, vivemos uma crise mundial com ameaças como o aquecimento global, as adversidades ecológicas e as desigualdades sociais em um panorama em que a aceleração das mudanças climáticas devido a causas humanas, está se tornando praticamente insustentável.

Hoje em dia a humanidade vivencia uma crise complexa cujos problemas são interconectados e interdependentes e evidenciam-se na violência, na destruição da natureza, na exclusão e na rivalidade entre pessoas, grupos e países.

A violência, por sua vez, tornou-se uma realidade cotidiana nas escolas, que já lidam constantemente com uma imensidão de problemas difíceis e complexos. Talvez uma das missões mais desafiadoras para elas seja a de implementar a cultura de paz no ambiente escolar.

No Brasil, em especial, a questão da violência é mais crítica, vitimando em particular jovens negros das camadas sociais mais vulneráveis. Infelizmente a violência tem se materializado como um cenário banal, já incorporado em nossa mente como parte integrante do comportamento diário, erroneamente considerada parcela de nossa paisagem social, ou como um componente “natural” da sociedade.

Nesse panorama, a cultura de paz ainda se apresenta como uma ideia relativamente nova, com frequência mal definida, e por isso tem cedido espaço a diferentes concepções, o que costuma levar a um descrédito do próprio conceito.

Em 1999, a Organização das Nações Unidas, em sua *Declaração e Programa de Ação sobre uma Cultura de Paz*, definiu:

Artigo 1º

Uma Cultura de Paz é um conjunto de valores, atitudes, tradições, comportamentos e estilos de vida baseados:

- a) No respeito à vida, no fim da violência e na promoção e prática da não violência por meio da educação, do diálogo e da cooperação;*
- b) No pleno respeito aos princípios de soberania, integridade territorial e independência política dos Estados e de não ingerência nos assuntos que são, essencialmente, de jurisdição interna dos Estados, em conformidade com a Carta das Nações Unidas e o direito internacional;*
- c) No pleno respeito e na promoção de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais;*
- d) No compromisso com a solução pacífica dos conflitos;*
- e) Nos esforços para satisfazer as necessidades de desenvolvimento e proteção do meio ambiente para as gerações presente e futuras;*
- f) No respeito e promoção do direito ao desenvolvimento;*
- g) No respeito e fomento à igualdade de direitos e oportunidades de mulheres e homens;*

- h) *No respeito e fomento ao direito de todas as pessoas à liberdade de expressão, opinião e informação;*
 - i) *Na adesão aos princípios de liberdade, justiça, democracia, tolerância, solidariedade, cooperação, pluralismo, diversidade cultural, diálogo e entendimento em todos os níveis da sociedade e entre as nações;*
- e animados por uma atmosfera nacional e internacional que favoreça a paz.¹*

Entendemos oportuno distinguir os termos “conflito” de “confronto”. O primeiro – inerente à dinâmica da existência – manifesta-se explicitamente nos espaços democráticos, onde a diversidade é respeitada e valorizada. O confronto, por sua vez, emerge quando duas opiniões, posições ou convicções não podem ser atendidas ao mesmo tempo. Caso uma das partes, ou ambas, tente impor à outra sua percepção ou aspiração e, sobretudo, se o fizer de maneira rude, intimidadora ou ameaçadora, ela ou elas entrarão na esfera do confronto, da luta e do abuso de poder.

Em uma cultura de paz não há ausência de conflitos, mas sim a busca ativa de sua resolução de forma construtiva por meio da negociação, do diálogo e da democracia. Em vista disso, a força mais poderosa, capaz de resolver desafios de maneira edificante é a *não violência*. Ela é o oposto da passividade, da obediência e da resignação. Trata-se de um processo dinâmico, que leva à ação, à resistência e ao engajamento. É uma busca permanente.

Nesse sentido, a educação desempenha um papel preponderante na construção de atitudes e valores de uma cultura de paz e não violência em jovens e crianças. Não só a sala de aula como todo o universo da escola pode se transformar em espaço de afeto e de acolhimento, em lugar privilegiado para superações dentro da contundente realidade de desamor, desigualdades e violências, onde o jovem e a criança possam encontrar um adulto de referência ou um *tutor*. A partir da interação afetiva entre eles, o jovem passa a reelaborar sua realidade de sofrimento e a reparar os ferimentos da vida, despertando, ao mesmo tempo, sua resiliência. Segundo Cyrulnik (2012):

1. Comitê da Cultura de Paz.

Em primeiro lugar, vem o encontro de uma pessoa significativa. Às vezes uma foi suficiente: uma professora que numa frase devolveu a esperança à criança, um monitor de esportes que a fez compreender que as relações humanas podiam ser fáceis, um religioso que transfigurou o sofrimento em transcendência, um jardineiro, um ator, um escritor, um indivíduo qualquer deram corpo à simples significação: é possível sair dessa.²

Durante o processo, surge também o encontro com outros iguais que partilham suas carências e necessidades. Desenvolve-se então a empatia, a solidariedade e sobretudo a noção de pertencimento e participação em um grupo saudável, o que é de extremo valor principalmente para os adolescentes. Sob essa centelha de alegria e de criatividade, criam-se novos universos onde se fazem presentes a solidariedade, a empatia, a cooperação e a tolerância. Tanto o educador como o jovem passam por um processo de inclusão e pacificação, promovendo, assim, valores e atitudes edificantes, que progressivamente semeiam a cultura de paz nas escolas.

Os temas teóricos e as atividades práticas aqui apresentadas tanto podem ser utilizados no contexto de disciplinas, como também podem alcançar, transversalmente, toda a prática de ensino dos educadores, o cotidiano dos funcionários da escola, dos pais e da comunidade do entorno.

Neste panorama, os pressupostos de uma educação baseada apenas na instrução são abandonados, devendo-se incluir práticas de convivência que levem ao aperfeiçoamento do caráter e condutas transformadoras que possibilitem a emergência de talentos e potencialidades criativas. São nesses espaços privilegiados de diálogo que florescem as qualidades humanas e socioafetivas, como a imaginação, as aptidões comunicativas, as habilidades manuais, o contato com os diferentes e as artes. Tudo isso insufla a autoestima e contribui para diminuir a evasão escolar.

Em um ambiente acolhedor, criam-se oportunidades a fim de capacitar os jovens para resolver problemas práticos, o que envolve sua participação no contexto escolar, na comunidade ou em qualquer esfera social. Tal processo, conhecido por *protagonismo juvenil*, pode dar-se mediante a participação ativa do jovem tanto nas questões relacionadas à sala de aula como também nas ações culturais e coletivas. Dessa forma, o jovem atua positivamente na construção de sua identidade, com autonomia e comprometimento social,

2. Cyrulnik, 2012.

sendo capaz de fazer escolhas conscientes e sentindo-se pertencente a um grupo e responsável pelo bem estar da comunidade. Torna-se um ator e não apenas um assistido. Passa também a exercer seu direito à expressão.

Estes são alguns dos princípios desta publicação. Esperamos, com ela, contribuir para que as escolas se tornem espaços mais participativos, imaginativos, afetivos, saudáveis e solidários e assim gerar sociedades saudáveis. Enfim, há muitas razões para otimismo ao trilharmos o caminho do possível: da inabalável fé na humanidade, a única capaz de criar um mundo sustentável com base na cooperação, adequadamente apoiada nos pilares de uma cultura de paz.



PARTE A



RESPEITAR A VIDA

“A Terra provê o suficiente para as necessidades de todos, mas não para a ganância de alguns.”

MAHATMA GANDHI

VIVER É um fato raro, pois a Terra ainda é o único lugar conhecido capaz de sustentar a vida. Trata-se de uma constatação assombrosa, já que fazemos parte de uma galáxia, a Via Láctea, que tem cerca de 200 bilhões de estrelas em um Universo que, segundo os astrônomos, deve ter ao menos 2 trilhões de galáxias!

Quando vista do espaço, a Terra exhibe uma maravilhosa variedade de cenários. Sob uma fina camada de atmosfera, vislumbram-se cidades, desertos, mar aberto, montanhas, planícies, rios, praias e florestas. Há também variações climáticas. Nas florestas tropicais, por exemplo, o clima é quente e úmido com chuvas intensas. Nas regiões polares, por sua vez, o solo é coberto de gelo.

Essas regiões geográficas, com diferentes climas, são lares de milhões de formas de vida, desde uma microscópica bactéria até as gigantescas sequoias, árvores que podem atingir a altura de um prédio de 40 andares. Portanto, dependendo da região do planeta, há uma grande diversidade de espécies, ou *biodiversidade*. As florestas tropicais e os recifes de coral, por exemplo, são riquíssimos em espécies – por isso conservá-los merece especial atenção.

Existe vida desde em regiões de recursos abundantes, como na Floresta Amazônica, até em locais de condições adversas, como os desertos – com variação de temperaturas desde as escaldantes até as

geladas no mesmo dia e com baixíssima umidade. Ou ainda em locais muito frios, como na congelada Antártida, e outros em solos profundos, bem abaixo da superfície. Essa ampla ocorrência demonstra a diversificação da vida. Não se sabe ao certo quantas espécies existem no mundo, mas a maioria dos biólogos contabiliza algo entre 30 milhões e 100 milhões de espécies.

Mesmo nas regiões mais remotas da Terra, animais, plantas, fungos e uma variedade de seres microscópicos interagem entre si, estabelecendo redes de associações e interdependências. Vivendo sob um solo muito pobre,

as florestas tropicais se sustentam graças a um número imenso de fungos e bactérias que decompõem res-

tos de plantas e animais mortos no interior da mata, reciclando os nutrientes que sustentam a cobertura vegetal. Formigas do

gênero *Pseudomyrmex* e árvores do gênero *Acacia*, por exemplo, cooperam uma com a outra: a árvore abriga e alimenta as formigas e estas fazem ninho em cavidades dos ramos, protegendo-a de insetos que se alimentam dela.

Da mesma forma, muitas plantas precisam das abelhas para carregarem pólen de uma flor para a outra, e assim garantir sua reprodução. As abelhas, por sua vez, obtêm delas o néctar para se alimentarem.

Como em um livro aberto, a natureza constantemente mostra que a vida não existiria sem essas teias de cooperações e interações. A cooperação sempre foi uma condição de extrema importância nas sociedades humanas primitivas, vilas, comunidades indígenas e em inumeráveis cenários da convivência humana.

Mas o que diferenciaria um ser vivo de uma máquina construída pelo ser humano? Por exemplo, quando uma bicicleta quebra, torna-se necessário que alguém a conserte; mas um corpo vivo está sempre se renovando. Nossa pele é repostada a cada seis semanas, e a cada ano 98% dos átomos de nosso corpo são substituídos. Os machucados cicatrizam, e em cinco dias todas as células do estômago são trocadas. Com base nisso, Maturana e Varela (2001) desenvolveram o conceito de *autopoiese*¹, que significa a produção contínua da vida por si mesma.

1. Do grego, *auto*: si mesmo, e *poiesis*: fazer.



A ciência comprova que a vida se originou na Terra há 3,8 bilhões de anos a partir de matéria inerte. Os primeiros seres vivos teriam sido moléculas autorreplicantes que evoluíram para formas mais complexas, como células, e depois para pequenos organismos multicelulares, até os maiores que conhecemos hoje.

Os fósseis, restos de organismos que viveram em épocas remotas, são tão numerosos que é impossível, mesmo para um leigo, ignorar sua evidência; são como janelas voltadas para o passado. Ao olhar para eles, podemos sentir-nos como se usássemos uma máquina do tempo. Os museus estão repletos de partes ou esqueletos inteiros de criaturas pré-históricas que descortinam a história da evolução da vida. Muitas delas foram extintas – o exemplo mais conhecido é o dos dinossauros.

Ao longo de sua história, a natureza tem surpreendido. Não há um único ser humano igual ao outro, não há uma flor igual à outra, não há uma borboleta igual à outra. A riqueza da natureza está em sua biodiversidade², assim como a riqueza da humanidade está na diversidade de suas culturas. A diversidade é o grande tesouro da vida na Terra e um dos fatores que promove a adaptação dos organismos e, portanto, sua evolução.

Entretanto, atualmente as atividades humanas estão acelerando o desaparecimento de muitas espécies em uma velocidade nunca vista. De fato, à medida que as sociedades modernas avançam sobre as áreas silvestres, os *hábitats* – locais onde animais, plantas, fungos e muitos seres microscópicos vivem – estão sendo destruídos.

Nós, os seres humanos, fazemos parte dessa teia da vida; nossa sobrevivência depende totalmente dos ambientes naturais. Mas, como não compreendemos muito bem essa dependência, tendemos a minimizá-la e, com isso, acabamos por negligenciar nosso próprio futuro. Vivemos um período



2. Roizman e Ferreira, 2011.

histórico marcado por uma crise ambiental, caracterizada pelo consumismo desenfreado, que atinge toda a humanidade e a própria vida na Terra, o que desencadeia profundas desigualdades sociais. O que está em jogo é o próprio destino da humanidade e dos milhões de seres vivos deste planeta.

Essa crise ambiental, impulsionada pelo capitalismo, está provocando, em uma velocidade extrema, a sexta extinção em massa da vida no planeta. Espécies que levaram bilhões de anos para evoluir estão desaparecendo rapidamente. Calcula-se que estamos perdendo cerca de 30 a 159 espécies por dia.³

Muitos ambientes naturais estão sendo devastados para dar lugar à pecuária e a grandes empreendimentos de agronegócio, ocasionando processos de desertificação e erosão do solo. Há também uma produção contínua de poluentes, acúmulo de lixo e rejeitos de mineração.

O termo “Antropoceno” foi cunhado por diferentes grupos de cientistas para definir o período que começou por volta de 1950, chegando até o presente, marcado por intensas transformações no planeta provocadas pelos seres humanos. Alguns cientistas, porém, afirmam que o Antropoceno começou bem antes, por volta de 1750, após a invenção da máquina a vapor. O aquecimento global é uma dessas transformações do Antropoceno, fato tão alarmante como a perda da biodiversidade e a consequente destruição do tecido da vida.

Como reação aos crescentes problemas socioambientais, podemos destacar duas iniciativas globais relevantes: 17 Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), estabelecidos em 2015 pela Organização das Nações Unidas (ONU), e o Acordo de Paris (COP 21).

Os ODS compõem uma agenda mundial – com 17 objetivos e 169 metas – para promover ações políticas sustentáveis que orientem as sociedades humanas até 2030. Eles propõem uma harmonia entre três partes fundamentais, integradas e indivisíveis: crescimento econômico, inclusão social e proteção ao meio ambiente. Os ODS são uma referência importante tanto pela sua abrangência como pelo conteúdo.

O Acordo de Paris, por sua vez, é uma tratativa mundial firmada em 2015, discutido entre 195 países, cujo propósito é o de conter o aquecimento global por meio de metas para redução da emissão dos gases de efeito estufa, que contribuem para o aumento da temperatura do planeta. Essas emissões ocorrem em decorrência principalmente da queima de petróleo, gás e carvão

3. Marques, 2019.

mineral, por atividades agropecuárias e pelo desmatamento e queimadas das florestas. Como efeitos do aquecimento global, podemos citar: o derretimento das geleiras, o aumento do nível dos oceanos, os eventos climáticos intensos e fora de época como ondas de calor, tempestades extremas e nevascas. Esses efeitos podem comprometer as sociedades humanas na medida em que interferem na agricultura, alteram o regime de chuvas, reduzem a biodiversidade, causam desertificação, incêndios florestais, secas e inundações etc.

Devido às consequências do aquecimento global, cada país signatário do Acordo de Paris comprometeu-se a cooperar com a meta global de redução das emissões. Entretanto, apesar dos avanços, muitos projetos não saíram do papel e, na prática, revelaram-se de difícil implementação.

Desde os primórdios, a humanidade tem passado por diferentes crises e desafios, mas esta é a primeira vez que os problemas adquiriram caráter global. A cada dia também cresce a constatação de que a maioria dos problemas sociais não podem ser compreendidos isoladamente, uma vez que se trata de questões interligadas e interdependentes. De fato, não

enfrentamos apenas uma crise ambiental, mas também econômica, social, geopolítica, humanitária. Para resolvermos qualquer uma delas, devemos abordar as outras, em conjunto.

Ao estudarmos esses problemas, por mais complexos que sejam, constatamos que se originam de valores e atitudes de cada ser humano. Cabe à educação a tarefa de promover uma consciência crítica e ecológica para que atitudes sustentáveis sejam coletivamente construídas.

Por isso, é papel da educação desenvolver o entendimento de que estamos vivendo uma época de transição para as sociedades verdadeiramente sustentáveis, que são aquelas que satisfazem suas necessidades sem destruir os recursos vitais das gerações futuras. Partindo da premissa de que as práticas dependem do que as pessoas



acreditam, o primeiro passo consiste em uma profunda mudança de atitudes e valores. Torna-se claro que esse deve ser o ponto de partida para a transição de um modelo de desenvolvimento predatório para sociedades sustentáveis, que respeitam a vida dos seres vivos, incluindo os humanos.

Esse reexame dos valores culturais e de mentalidade induz a uma transformação positiva da organização social e de suas relações internas. Nossa cultura atual enfatiza valores como: expansão, competição, quantidade e dominação. As sociedades sustentáveis, por outro lado, adotam valores integrativos como conservação, cooperação, qualidade e parceria.⁴

É fundamental que essa transição de valores se multiplique por meio do sistema educacional que, na maioria das vezes, promove o comportamento competitivo em detrimento da cooperação. A superexploração, o hiperconsumo, a crença no progresso material ilimitado a ser alcançado pelo crescimento econômico e o desperdício são decorrentes de valores competitivos.

Se perdurar esse cenário, a espécie humana continuará sofrendo. A desigualdade social, uma das facetas da crise, apresenta-se sob a forma de um profundo desrespeito à vida humana. Devido a guerras e colapsos socioambientais há continuamente grandes êxodos populacionais pelo planeta. Bolsões de violência, crime organizado, tráfico de pessoas e de armas, conflitos armados, exclusão social, fome e feminicídio são algumas das dificuldades globais da nossa era.

No Brasil, uma das faces mais perversas do desrespeito à vida está nos sistemáticos homicídios de negros, mulheres e jovens.

Os homicídios de negros evidenciam a discriminação estrutural do país, tanto pela cor da pele como pela condição socioeconômica. Há uma prevalência marcante de mortes violentas nesse segmento em relação ao restante da população. A expectativa de vida de um negro é menor que a de um branco e a violência atinge mais as pessoas jovens.⁵ De fato, mesmo sem considerar o crescimento populacional, os dados apontam para um aumento da violência ao longo dos anos.

Almeida (2020) afirma que o desrespeito às vidas negras é uma das decorrências do racismo estrutural, aquele que permeia de maneira profunda toda a sociedade. Desse ponto de vista, a discriminação racial presente nas relações políticas, econômicas, jurídicas e até familiares é percebida como “normal”.

4. Roizman, 2001.

5. IPEA e Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2020.

No mesmo panorama, destaca-se também a homofobia, que se torna explícita na forma de violência contra lésbicas, gays, bissexuais, travestis, transexuais e transgêneros. O Brasil é o país com a maior quantidade de registros de assassinatos contra essa população.⁶ Nesse sentido, a escola pode constituir-se em um fórum natural de diálogo e reflexão sobre a diversidade sexual e de gênero, incentivando a inclusão, o apoio e o devido acolhimento de qualquer membro da comunidade educacional, independentemente de suas respectivas orientações sexuais ou identidades de gênero.

Outra questão estrutural, cuja gravidade aumenta em meio à pobreza e ao racismo, é a violência contra mulheres, que tem origem na desigualdade de gênero decorrente da inferiorização destas. No Brasil, grande parte das mulheres vítimas de homicídio são, de fato, meninas e mulheres negras, e a maioria das agressões acontece no espaço doméstico, praticadas pelos próprios companheiros. Além de física, a violência também pode ser psicológica, moral e sexual.

Embora o combate à violência contra a mulher seja um processo complexo – de causas multifatoriais e interdependentes – ele passa necessariamente pela educação. A par da legislação específica para conter a violência doméstica – que é uma questão também de saúde pública –, a escola pode trabalhar com ações de acolhimento. Uma escuta empática e sem julgamentos de meninas em situação de vulnerabilidade e a orientação jurídica direcionada podem quebrar o ciclo da violência. Além da escola, que pode desenvolver projetos, campanhas e materiais didáticos que trabalhem para combater o machismo tóxico, é fundamental criar grupos de diálogo sobre o tema para discutir e elaborar eventuais ocorrências que venham a surgir na própria comunidade, para que todos sintam-se amparados.

A raiz do machismo tóxico e da desigualdade de gênero repousa no *patriarcado*, sistema dominante de organização social, política, econômica



6. Mendes e Passos da Silva, 2020.

e legal presente em várias culturas⁷, inclusive nas de origem latina, como a brasileira. No patriarcado, os homens têm poder acima das mulheres, prevalecem nos cargos de liderança, têm o privilégio das tomadas de decisão, gozam de prestígio social, são donos de propriedades e, como consequência, mantêm autoridade sobre mulheres e crianças. Dessa forma, os homens, por meio da força, da tradição, dos costumes e da educação, determinam o papel que as mulheres devem desempenhar.

No patriarcado, o domínio da natureza anda lado a lado com a exploração das mulheres. Porém, na transição para as sociedades sustentáveis, esse sistema vem lentamente se desintegrando. Em contrapartida, os movimentos ecológicos e feministas caminham juntos para formar uma poderosa força de transformação social.

A busca de igualdade de condições entre homens e mulheres junto com a defesa do meio ambiente e o respeito à vida caracterizam o movimento ecofeminista, que fomenta a cooperação ao invés da dominação, que reconhece uma raiz comum entre a destruição da natureza e a submissão das mulheres.

Esses são importantes exemplos que indicam o caminho da cooperação como o mais construtivo entre as sociedades e o mundo natural, mas ainda há outros: a agricultura sustentável, livre de agrotóxicos; a preservação dos habitats; a utilização de energia limpa; as economias circulares etc.

As culturas patriarcais estabeleceram, ao longo da história, uma relação de dominação da natureza, considerada como simples objeto utilitário que pode, portanto, ser explorado e usado indiscriminadamente em proveito próprio. Nessa perspectiva, os seres humanos ocupariam um lugar privilegiado no mundo, colocando-se como superiores aos animais, plantas e demais seres vivos. Essa visão de mundo é chamada de *antropocentrismo*. Trata-se de um ponto de vista errôneo, que possibilita a exploração dos seres vivos puramente em função de sua utilidade econômica. Valorar a natureza de uma perspectiva financeira significa atribuir um preço. Dessa forma, ela passa a ser considerada como mero recurso utilitarista, para gerar lucro.

Quando se fala em sociedades sustentáveis, a vida humana e não humana tem valores intrínsecos, ou seja, independe de suas respectivas utilidades ou de um suposto preço atribuído. Assim, é impossível, por exemplo, dar um preço a uma espécie em extinção ou à Floresta Amazônica, que abriga um número imenso de formas de vida.

7. Diskin, 2021.

A essa altura poderíamos perguntar: quanto valeria uma vida? Qualquer que seja, humana ou não humana, a vida não tem preço e todas as formas de vida merecem respeito, independentemente de um suposto valor. Essa conclusão é fundamental para criarmos sociedades saudáveis, fundamentadas na preservação da natureza, no respeito aos direitos humanos e na cultura de paz.





ATIVIDADE MODELO

COLCHA DE RETALHOS

EM certas ocasiões, sentamo-nos ao lado de nossos avós ou mesmo de nossos pais para escutar as histórias que fizeram parte de nossas vidas e da trajetória da família. Quantas vezes refletimos sobre a importância do passado, nas origens de nossas famílias e comunidades? Ao ampliarmos essas reflexões, podemos pensar em quantas vezes a cultura da nossa cidade e do nosso país influencia o modo de vermos as coisas.

Observe que somos o que vivemos: uma parcela compartilhada da vida de nossos pais e avós, um pouco da nossa

casa, do nosso bairro, das pessoas à nossa volta, tanto na cidade como no país onde moramos. A isso chamamos *identidade cultural*.

Esta atividade contribuirá para resgatar a própria identidade, compreender nossas próprias histórias e conhecer um pouco mais sobre o nosso entorno. Buscar sua identidade cultural é compreender e respeitar todos os que compartilham partes de suas vidas conosco.

MATERIAL

- Tecidos cortados em tamanho e formatos variados. Pode ser lona, algodão, morim etc.
- Tinta de tecido ou tinta guache.⁸
- Linha e agulha ou cola de tecido.

8. Lembre-se de que o guache é solúvel em água.

COMO SE FAZ**Primeira etapa: história de sua vida**

Peça aos participantes que se lembrem de fatos marcantes de suas respectivas histórias pessoais e de suas famílias; que se lembrem de suas origens, de sentimentos e momentos especiais, de sonhos e de tudo o que considerem representativo ao longo de sua vida. Depois, peça que escolham pedaços de tecido para pintar símbolos, cores ou imagens relacionados às suas lembranças. Como se trata de um momento individual, o monitor deve ter a sensibilidade de prover o tempo necessário a cada participante, sem apressá-los. Ao terminarem, peça que elaborem a primeira parte de uma “colcha de retalhos”, que pode ser feita costurando ou colando os trabalhos de cada um, sem ordem definida.

Segunda etapa: história da comunidade

Esta etapa requer um diálogo entre os participantes a fim de elaborar uma

cronologia histórica da comunidade onde vivem. Sugira que pesquisem junto aos mais velhos.

Divida a turma em pequenos grupos. Cada grupo deve escolher fatos, acontecimentos e características da comunidade para também representá-los sob a forma de pintura nos pedaços de tecido. Ao terminarem, as pinturas deverão ser costuradas ou coladas ao redor da colcha resultante da primeira etapa, compondo assim um barrado lateral.

Terceira etapa: história da cidade, do país e da Terra

A partir daqui a ideia é dar continuidade à colcha de retalhos, criando novos barrados, de forma a complementá-la com a história da cidade, do país, do mundo e até do Universo. Para esta etapa, não imponha restrições. O objetivo é estimular o registro de aspectos da vida em suas diferentes formas e momentos, possibilitando aos participantes sentirem-se como parte da grande teia da vida.



REJEITAR A VIOLÊNCIA

“Violência é qualquer coisa que possa impedir a autorrealização, não apenas atrasando o progresso de uma pessoa como também mantendo-a estagnada.”

MAHATMA GANDHI

NASCER, ABANDONAR o conforto da vida intrauterina, significa também adentrar em uma realidade construída por narrativas históricas, religiosas, ideológicas e até mesmo científicas. Uma vez que não nascemos autossuficientes, estamos predestinados a pertencer a uma comunidade. Por isso adaptamo-nos por meio da aprendizagem e, à medida que criamos vínculos culturais, passamos a nos sentir cada vez mais aceitos, desenvolvendo assim um sentimento de pertencimento que nos provê de certo aconchego.⁹

Gritar, bater, xingar são atitudes familiares a todos. Fazem parte de padrões culturais de relacionamento enraizados nas diversas esferas sociais, mesmo nos lares onde, em princípio, não deveria ocorrer. É justamente no espaço doméstico que se aprende, se copia, se reproduz e se perpetua a matriz desagregadora da violência. Desde a infância, muitas das capacidades mais importantes da mente decorrem de experiências emocionais. Como afirma a psicopedagoga Penelope Leach¹⁰, elas “formam a base da confiança dos bebês nos outros e em si próprios, da infância até a velhice”.

9. Diskin, 2008.

10. Leach, 2009.

Nesse sentido, os avanços da neurociência nas últimas décadas permitem concluir que a negligência e os maus-tratos infligidos nos primeiros anos de vida alteram irreversivelmente a estrutura cerebral, podendo acarretar hiperatividade, comportamentos violentos, distúrbios de atenção e abuso de álcool e/ou drogas.

Para evitar equívocos conceituais, lembremos que a palavra “violência” não significa o mesmo que “agressividade”. Esta deriva do grego *ad-gradi*, que traduzimos por “caminhar em direção a”, “ir ao encontro de”. Portanto a agressividade é uma força que permite proteger nossa existência de ameaças e vencer o medo ante o desconhecido. É um comporta-

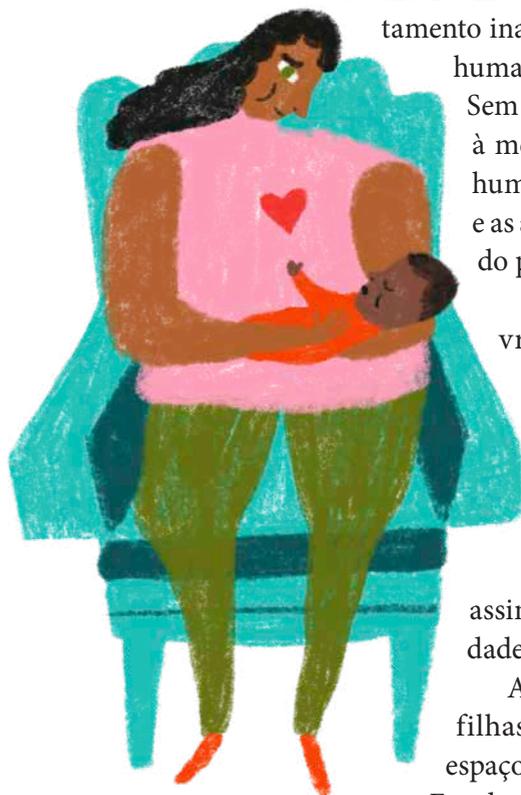
tamento inato, essencial à sobrevivência, não só de

humanos, mas de todos os organismos vivos. Sem o impulso da agressividade, ficaríamos à mercê das injustiças, da dominação, das humilhações e do medo que deixa sem ação, e as atitudes capazes de neutralizar esse estado paralisante, seriam inviáveis.

“Violência”, por sua vez, é uma palavra originária do latim *violentus*, que significa “furioso”, “arrebatado”, “que viola”. Refere-se ao uso intencional de uma força física ou psicológica que fere, intimida, desqualifica e mata. Atualmente os especialistas preferem o termo “violências” (no plural) para assinalar a complexidade e a multicausalidade que a caracteriza.

A submissão e a obediência passiva são filhas do medo, as quais também abrem espaço para a violência institucionalizada pelo Estado. Trata-se de um fato relativamente recorrente nos regimes totalitários e ideologias construídas

com base na discriminação e exclusão. Isso ocorre, por exemplo, quando se atribui a ideia de “inimigo” a uma minoria, em geral formada por populações vulneráveis ou mesmo deficientes. No fundo, as verdadeiras motivações desse tipo de violência são inúmeras: racismo, xenofobia, machismo, intolerância étnica, religiosa etc.

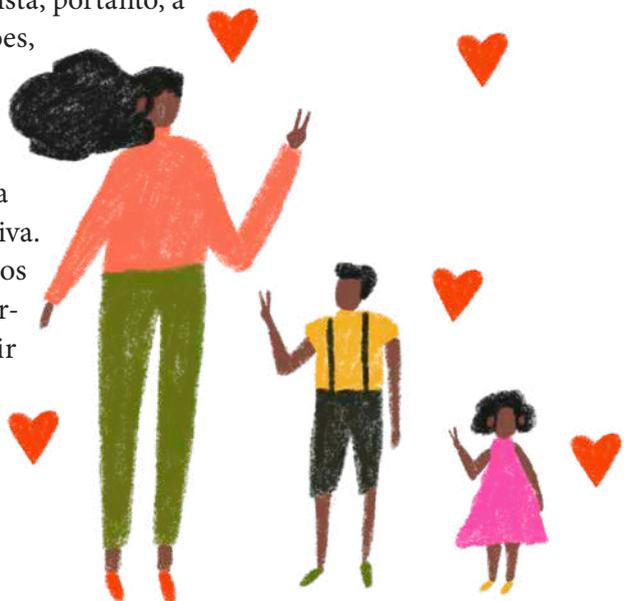


O norueguês Johan Galtung, um dos precursores dos estudos sobre a violência e respeitado mediador internacional de conflitos, destaca três tipos de violência¹¹:

1. Violência direta. É caracterizada fundamentalmente pela motivação de causar dano físico e/ou psicológico a uma pessoa ou grupo.
2. Violência estrutural. Como o próprio termo denota, permeia toda a estrutura social e manifesta-se em forma de concentração de poder e, como consequência, em desigualdades. Estas impossibilitam o acesso equitativo aos recursos materiais, educativos, culturais e aos serviços públicos.
3. Violência cultural. É a mais disseminada e invisível. Mantém e reproduz atitudes excludentes. Os preconceitos de gênero, cor, classe, crença, opção sexual consubstanciam-se sob determinada forma de pensar e agir na qual se legitima a manipulação, a subordinação e a segregação de modo a perpetuar privilégios e a dominação social.

Essas são algumas razões suficientes pelas quais a rejeição à violência é um valor a ser cultivado rumo à formação de uma consciência planetária neste século XXI. Os conhecimentos validados pelas ciências, como a biologia, antropologia, psicologia e sociologia, têm revelado a primorosa arquitetura dos ecossistemas, onde o equilíbrio se sustenta pelas trocas permanentes entre os indivíduos. Desse ponto de vista, portanto, a vida é caracterizada por relações, pulsações e interação. Não há vida digna no isolamento, nos totalitarismos nem nos discursos de ódio. Não há futuro sem a participação democrática inclusiva.

A Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948) descortinou um novo cenário a partir do qual começamos a perceber que estamos imersos em uma cultura que justificou a guerra e naturalizou a violência.



11. Galtung, 2018.

Desconstruir uma cultura vergonhosa, que associa educação com punição, sofrimento com aprendizagem, disciplina com castigos corporais ou verbais, bom comportamento com submissão e autoridade com autoritarismo, é o objetivo da cultura de paz.

No Brasil o Estatuto da Criança e do Adolescente¹², instituiu a política de proteção integral a crianças e adolescentes atribuindo-lhes direitos e dignidade. Como cidadãos plenos, eles passaram a ter direito à proteção do Estado. Desde 2006, a Lei Maria da Penha¹³ vem se firmando como instrumento jurídico de proteção às mulheres contra a violência doméstica

e o feminicídio cometidos, via de regra, por seus próprios companheiros. E temos também o Estatuto do Idoso¹⁴, que assegura aos maiores de 60 anos “todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade”.

Tais são as conquistas mais significativas para promover transformações estruturais promissoras, uma vez que questionam o patriarcado e seus mecanismos de dominação justamente no espaço onde ele se firma e reproduz: a própria família. Contudo é bom lembrar que não apenas crianças, mulheres e idosos são objeto de manipulação, preconceito, exclusão e dominação. A mesma afronta se repete com relação a negros, mestiços, ciganos, indígenas, população LGBTQIA+, pobres, incapazes, moradores de rua e, nos dias de hoje, refugiados.

Sem dúvida temos um longo caminho a percorrer, mas fica evidente o despertar de uma sensibilidade empática nas novas gerações que se expressa sob múltiplas formas. De fato, muitos jovens escolhem a bicicleta como meio de transporte urbano; preferem passar as férias em uma tribo ou comunidade para aprender novas visões de mundo e convivência; e oferecem seu tempo

12. Brasil, 1990.

13. Brasil, 2006.

14. Brasil, 2003.

e conhecimentos em serviços de voluntariado. Entre os jovens executivos têm crescido o interesse em substituir o tempo aplicado ao trabalho desmedido e aos ganhos financeiros pelo tempo dedicado ao cuidado da própria família, acompanhando o desenvolvimento dos filhos. Muitos(as) têm se libertado da ditadura da moda e dos comportamentos de ostentação em prol apenas do necessário. Com esse objetivo, cultivam a consciência ecológica e sistematicamente informam-se sobre o clima e o meio ambiente com maior frequência do que a geração anterior. Essas mudanças têm desencadeado um movimento planetário que favorece a reversão das atitudes predatórias praticadas nos últimos dois séculos.

Da mesma forma, celebramos também os ecos desse despertar, difundidos por significativas lideranças, algumas delas surgidas recentemente com alcance internacional. Veja algumas delas:

- **Malala Yousafzai**

Um propósito, coragem e persistência fizeram de uma menina paquistanesa de 15 anos a voz mais poderosa em defesa do direito das mulheres à educação. Na condição da mais jovem ganhadora do Prêmio Nobel da Paz, ela repete incansavelmente: “Um livro, uma caneta, uma criança e um professor podem mudar o mundo”.

- **Greta Thunberg**

Aos 12 anos de idade, nas aulas de educação ambiental do Ensino Fundamental, ela tomou conhecimento das consequências dramáticas do aquecimento global provocado pela ação humana, na maioria das vezes consequência de um modelo de desenvolvimento predatório e insustentável. Sua campanha “greve escolar pelo clima”, iniciada em frente ao Parlamento sueco, inspirou milhões de crianças, adolescentes e jovens preocupados com o futuro do planeta.



- **Rei Philippe, da Bélgica.**

Foi necessária a mobilização mundial contra o racismo, desencadeada pelo assassinato de George Floyd, em maio de 2020 nos Estados Unidos, para que se disseminasse a percepção sobre as atrocidades cometidas nas terras dominadas pelo sistema colonial belga, que vigorou até o século passado. Assim sendo, em 30 de junho de 2020, durante a celebração do 60º aniversário de independência da atual República Democrática do Congo, ex-colônia da Bélgica, o rei belga expressou publicamente, em carta dirigida ao presidente congolês, o seu “mais profundo pesar pelas feridas e pelos atos de violência e crueldade que ainda pesam sobre nossa memória coletiva”. Ele se referia indiretamente ao rei Leopoldo II (1835-1909), responsável pela ocupação do Congo por 23 anos. Nesse período, sob seu reinado, para manter os lucros advindos da extração da borracha e do marfim, a política colonialista belga promoveu a escravização, a tortura e a mutilação dos congolezes, deixando um legado de miséria naquele país.

- **Alemanha pede perdão ao reconhecer o genocídio na Namíbia.**

“À luz da responsabilidade histórica e moral da Alemanha, vimos pedir perdão à Namíbia e aos descendentes das vítimas pelas atrocidades cometidas”, disse o Ministro de Relações Exteriores alemão em 28 de maio de 2021, referindo-se aos massacres ocorridos naquele território colonizado por seu país entre 1884 e 1915. Mais de 20 mil pessoas da etnia namas, 30 mil da etnia damara e 100 mil da etnia herero foram executados ou exilados no deserto, onde a maioria morreu de sede. Portanto, dar visibilidade e assumir responsabilidades é o primeiro passo para restaurar relacionamentos, além de oferecer reparação aos descendentes das vítimas e comprometer-se com a causa dos direitos humanos, sem os quais a democracia, a liberdade e a segurança internacional tornam-se inviáveis.

- **Canadá assume genocídio cultural.**

Entre 1863 e 1998, mais de 150 mil crianças indígenas foram separadas de suas famílias e comunidades e internadas em escolas residenciais do Canadá, onde eram obrigadas a falar inglês ou francês e proibidas de se expressar em suas línguas nativas; eram compelidas a abandonar sua cultura e crenças religiosas para se converterem ao cristianismo. “Essas medidas faziam parte de uma política coerente para eliminar os aborígenes e assimilá-los na corrente dominante canadense contra sua vontade”, afirma o relatório da Comissão de Verdade e Reconciliação, criada em 2009. Contudo, quando se encontraram os restos mortais de 215 crianças na antiga Escola Residencial Indígena Kamloops, sem identificação e em uma vala comum, o Primeiro-Ministro canadense Justin Trudeau declarou: “Esta é uma dolorosa lembrança de um capítulo vergonhoso da história de nosso país”. A partir daí, em 27 de maio de 2021, foram iniciadas reuniões parlamentares e de todos os setores da sociedade, incluindo a Igreja Católica, a fim de continuar as investigações sobre os outros locais onde foram instalados 130 internatos para crianças indígenas no Canadá. A intenção é clara: definitivamente, reparar as injustiças e curar as feridas que ainda reverberam nas comunidades originárias atingidas.



ATIVIDADE MODELO

TODAS as culturas, tradições espirituais e religiões oferecem um repertório de valores cuja observância promove senso de pertencimento e garantia de boa convivência. Elas criam um elo que provê segurança e possibilita ampliar a visão de futuro. Dessa forma, todos entregam talentos e habilidades particulares ao mesmo tempo que usufruem das contribuições dos demais.

Nas correntes religiosas, sapienciais e filosóficas, esse conjunto de valores

recebeu o nome de Regra de Ouro. Apresentamos a seguir alguns deles, em ordem alfabética das religiões que os professam. A partir dessa lista, convide os participantes a responderem, mediante pesquisa, às seguintes questões.

- Quando e onde surgiu essa tradição espiritual?
- Quem a inspirou ou formulou?
- Qual sua contribuição para a humanidade?
- Como podemos colaborar para potencializar esses princípios?



Budismo

"Trate todas as criaturas assim como gostaria de ser tratado."



Cristianismo

"Aquilo que deseja que os outros façam a você, faça também aos outros – eis a síntese da lei [de Deus] e [dos ensinamentos] dos profetas."



Hinduísmo

"Eis a essência da ética: não faça aos outros o que, feito a você, lhe causaria dor."



Islamismo

"Nenhum de vocês é um fiel até que deseje ao seu semelhante aquilo que deseja para si mesmo."



Judaísmo

"Aquilo que é odioso para você, não o faça aos outros – eis a lei básica, todo o resto é acessório."



Taoísmo

"Veja no proveito de seu semelhante o seu proveito, e a perda de seu semelhante como sua perda."



Tradição Yorubá

"Quem pegar um bastão afiado para beliscar um passarinho, deveria antes experimentar em si mesmo para sentir como dói."



Xintoísmo

"Sê caridoso com todos os seres; o amor é o representante do Sagrado na terra."



SER GENEROSO

Cabe a cada um decidir se caminhará pela luz do altruísmo, da generosidade criativa, ou pelas trevas do egoísmo destruidor.

MARTIN LUTHER KING

O DESENVOLVIMENTO DAS tecnologias da comunicação e os instrumentos de registro de sons e imagens em locais remotos possibilitaram aumentar muito o contato com a vida animal em seus habitats naturais. Isso mudou nossa percepção sobre seu comportamento, formas de socialização, proteção das crias, fontes de alimento e estratégias de sobrevivência.

Até então, pouco sabíamos sobre solidariedade e empatia, não só entre animais da mesma espécie, mas entre indivíduos de espécies diferentes.¹⁵ Podemos nos deparar com grande quantidade de informações, notadamente na Etologia¹⁶, que nos ajudam a reformular teorias sobre a origem das emoções, da cooperação, da generosidade e da sensibilidade com o propósito de reconhecer e de compreender a origem e a natureza das emoções humanas. Vejamos apenas dois exemplos:

1. Em uma observação de campo, pesquisadores de comportamento de primatas registraram um evento singular de empatia e solidariedade. Uma chimpanzé idosa, que já não conseguia descer da árvore para ir em busca de água, era assistida por outra fêmea do seu bando: ela amassava folhas secas fazendo uma espécie de esponja que encharcava nas águas de um rio próximo e levava para sua “colega” idosa.¹⁷

15. Diskin, 2008.

16. Ciência que estuda o comportamento animal.

17. Paulson, 2019.

2. Em 2005, na costa da Califórnia, avistou-se uma baleia jubarte enredada em cordas de náilon abandonadas por pescadores. A equipe de salvamento concluiu que a única forma de salvar o grandioso animal, de quase 15 m, seria cortar as cordas que o mantinham preso. Após uma hora de esforços, conseguiram libertá-la. Contudo, antes de se afastar, ela nadou em círculos ao redor dos mergulhadores, encostando o focinho em cada um deles. “Senti que ela estava nos agradecendo”, disse James Moskito, um dos mergulhadores.¹⁸

Qual a relação desses fatos com a generosidade? Há um par de décadas, muitos acreditavam que nós, os humanos, éramos essencialmente egoístas e reproduzíamos, no seio da sociedade, a permanente luta pela vida que existe em condições naturais. Hoje, esses exemplos e outros tantos estudos

mostram o oposto. Assistimos, em inúmeras espécies, comportamentos surpreendentemente cooperativos e sensíveis; sobretudo nos humanos, nos quais se identificam o altruísmo, a abnegação, o desprendimento, a compaixão e o prazer da partilha, traços de caráter valorizados em todas as culturas.¹⁹

A generosidade é fruto dessa nobreza de caráter, uma virtude que nos faz sentir parte de algo maior do que nós mesmos, do que nossa família ou do que nosso país. Ela permeia toda a nossa vida. Chega a ser surpreendente pensar que nosso conhecimento também é fruto de incontáveis generosas ações, pois tudo quanto sabemos aprendemos com outras

pessoas, seja no espaço familiar, seja no escolar, por meio de livros, peças de teatro, filmes, documentários, em congressos, na internet ou em conversas.

A vida humana, que viceja em sociedade, concede-nos milhares de atos generosos que nem sequer percebemos. Por exemplo, o desenvolvimento de alimentos com maior valor nutritivo, roupas mais adequadas ao clima local,



18. De Waal, 2009.

19. Ricard, 2015.

medicamentos para aliviar dores ou erradicar doenças, casas feitas com materiais baratos e ecologicamente sustentáveis etc. Em parte, isso acontece porque, no dia a dia, centenas de fundações sem fins lucrativos oferecem recursos para pesquisas e tecnologias que melhoram nossa vida.

Pessoas de todas as idades, classes sociais, raças e crenças praticam a generosidade dedicando tempo e talento a ações comunitárias, aos cuidados com o meio ambiente, às populações desfavorecidas, aos doentes internados em hospitais e instituições que atendem crianças necessitadas ou em condições de vulnerabilidade. Estas abrem caminho para sociedades democráticas, cujos recursos e conquistas podem ser usufruídos por todos.

As escandalosas desigualdades sociais desnudadas neste século mobilizam e engajam milhares de voluntários, que oferecem recursos financeiros, materiais e tempo para cuidar de crianças desamparadas, refugiados, doentes, idosos e incapacitados. Sabem que sua simples presença e atitudes acolhedoras não são suficientes per se na resolução das urgências que assolam, muitas vezes, populações inteiras. Porém, atos generosos e solidários amenizam sentimentos dolorosos de abandono e impotência.

A generosidade nos humaniza e mostra que, em essência, somos todos iguais: evitamos sofrer; buscamos felicidade, paz, justiça e realização; desejamos ser queridos e respeitados. Em qualquer parte do mundo, são raros os que ficam indiferentes ante o sofrimento alheio. Embora possam até estar distantes, sentimos vontade de agir para amenizar os problemas e as dores de outros povos. Não importa a forma da contribuição — alimentos, conhecimentos, dinheiro, tempo ou conforto espiritual; só a ajuda para minimizar eventuais danos, renova nossas forças e fortalece a quem auxiliamos.

A generosidade não é um direito e tampouco um dever, pois não obedece a uma lei ou regra determinada. O que confere autenticidade ao generoso é uma ação espontânea em prol de outrem, sem qualquer interesse, retribuição ou recompensa. Nesse sentido, uma das características mais claras da generosidade é a



naturalidade, que dispensa qualquer tipo de recompensa e que se satisfaz em si mesma. No mais, a generosidade é considerada uma virtude, um dom, uma excelência, que se manifesta na sensibilidade espontânea de beneficiar quem quer que seja. Pode ser uma pessoa carente ou ainda quem de nada necessita, mas que se torna recebedora de uma dádiva, de um gesto, de uma palavra ou simplesmente de uma escuta respeitosa.

Uma das características mais evidentes da generosidade é essa naturalidade que dispensa qualquer tipo de recompensa, que se satisfaz em si mesma. Outra característica do ato generoso é a liberdade; ninguém é obrigado a ser desprendido nem a estar disponível para o outro, mas todos gostaríamos de ser alvo dessas atitudes generosas porque elas inspiram confiança e criam uma atmosfera amigável à nossa volta. Isso nos leva a concluir que a generosidade também é contagiante. Ela eleva a autoestima de quem dá tanto quanto de quem recebe.

Mas afinal, o que motivaria a generosidade? Trata-se de uma inclinação natural para a promoção da felicidade e do bem-estar daqueles que estão próximos e mesmo dos que nem sequer conhecemos. Foi essa disposição, por exemplo, que levou o Sr. Hélio da Silva a plantar 33 mil árvores em uma área degradada às margens do rio Tiquarita, na Zona Leste do município de São Paulo.

Ele começou o plantio em 2003, com apenas 200 árvores. Hoje a área de plantio converteu-se no primeiro parque linear da cidade, caracterizado por uma das maiores biodiversidades urbanas, com cerca de 99% das espécies oriundas da Mata Atlântica.

Podemos relatar uma experiência ilustrativa sobre o poder de um ato generoso. Um pequeno grupo de amigos dirigia-se para determinada faculdade de um campus universitário. Na entrada do jardim que dava acesso a um imponente prédio, havia uma guarita. Ao passar por ela, um dos estudantes saudou o vigilante que lá trabalhava, ao que ele respondeu, em alta voz: “Obrigado. A maioria acredita que fazemos parte da mobília”. Note que apenas um boa-tarde foi suficiente para desencadear sentimentos com os quais todos se conectaram: o vigia sentiu-se reconhecido como pessoa, e o



grupo, tocado pelos efeitos decorrentes da chamada “invisibilidade social”. Foi uma grande lição de vida.

Generosidade e gentileza têm uma matriz comum: o amor. Para colocá-las em ação, torna-se necessário atentar-se ao egoísmo, que ignora nossas inter-relações químicas, físicas, emocionais, cognitivas, sociais, históricas e espirituais. Dessa maneira, o egoísmo, pulsão que atende somente aos nossos interesses e vontades pessoais, é fácil de ser percebido tanto em nós mesmos como nos outros. Todavia também é fácil perceber as consequências de uma atitude egoísta: ela acaba sempre em desconexão, distanciamento e solidão. Quem deseja a companhia de alguém que não tem consideração pelos semelhantes, que procura tirar vantagem de qualquer situação, que nada oferece nem partilha? Que não escuta, posto que nem lhe interessam as opiniões e sentimentos alheios?

Em verdade, a avareza e o egoísmo causam distanciamento e desconforto. Os egoístas só pensam em seus próprios interesses; imaginam que o mundo foi criado apenas para satisfazê-los, e as pessoas somente para servi-los. São incapazes de perceber as necessidades e aspirações dos outros, pois as suas são sempre mais urgentes e importantes. É como se estivessem ofuscados pelo próprio brilho, impedidos de enxergar os demais e, conseqüentemente, de criar vínculos afetivos sinceros e duradouros. Quem tem atitudes gananciosas fere os que estão ao seu lado e termina só.

No fundo, o egoísmo não se caracteriza só pela falta de sensibilidade, mas também pela carência, incompletude e falta de maturidade. Porém, não precisa ser visto como fator de um destino inexorável. Podemos sair dessa armadilha que nos sufoca e cultivar a liberdade oferecida pela generosidade. Como? Praticando atos de altruísmo. São pequenos atos diários como: saudar atenciosamente as pessoas à nossa volta, abandonar o hábito de desqualificar opiniões diferentes, perceber se alguém nutre sentimentos de exclusão em uma conversa ou na equipe de trabalho, ou oferecer nossa presença por ocasião de perdas, sofrimentos e mágoas causados por eventuais insucessos.

De todo modo, vale muito voltar nosso coração para o outro e refletir: “O que posso fazer? O que tenho a oferecer?”. Pense que decerto você deve ter uma palavra de estímulo, um gesto amigo ou um diálogo a travar. E seguramente também deve ter alguém precisando de uma força emocional. Ninguém é tão pobre que não tenha algo para dar e nem tão rico que possa dispensar um sorriso amistoso. Dessa maneira, a vida sempre nos oferece oportunidades para sermos generosos. A escolha – como disse Luther King – é sempre nossa.



ATIVIDADE MODELO

TSURU²⁰

PARA os japoneses, o tsuru é um dos símbolos da paz. Segundo uma antiga tradição oriental, fazer mil garças com base na arte do origami é um ato de esperança. Daí surgiu a tradição de fazer correntes de tsurus para quiçá concretizar os mais diversos desejos: a recuperação de um doente, a felicidade no casamento, a entrada para a universidade, a conquista de um emprego e assim por diante.

20. Do japonês, garça.

A primeira referência dessa tradição foi encontrada no livro de Ro Ko An, *Senbazuru Orikata* [A dobradura de mil garças], publicado em 1797. Mas foi Sadako Sasaki, ainda menina, que imortalizou a corrente dos mil tsurus como símbolo eterno de paz e harmonia. Sadako nasceu em Hiroshima logo após a cidade ter sido atingida por uma bomba nuclear, por ocasião da Segunda Guerra Mundial. A garotinha contraiu uma doença fatal decorrente da radiação acumulada. Aos dez anos, quando soube da lenda do tsuru, decidiu fazer mil pássaros de

dobradura na esperança de sobreviver à doença. Mas, ao chegar ao pássaro de número 964, Sadako morreu. Foram seus amigos e parentes que terminaram a corrente.

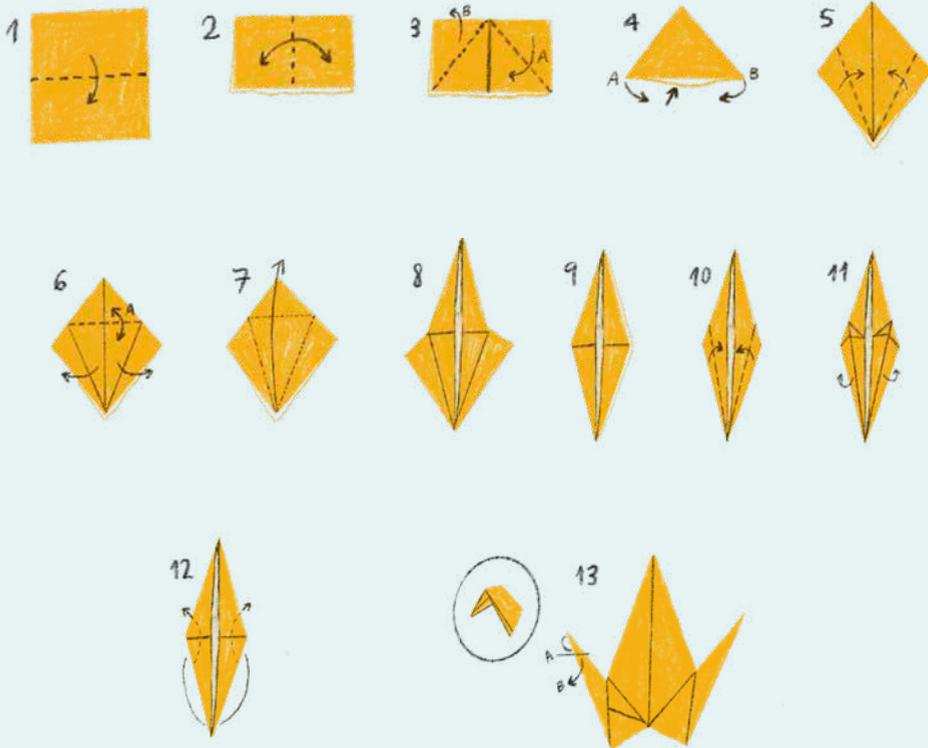
A dobradura tsuru é muito fácil de fazer. Veja abaixo o passo a passo.²¹

21. Veja também em: <www.youtube.com/watch?v=pzS0ToWZ9DA>; <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Tsuru_\(Origami\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Tsuru_(Origami))> ou em <www.comofazerorigami.com.br/diagrama-origami-de-tsuru/>. Acesso em: 5 jul. 2021.

Depois de prontos, os pássaros podem ser amarrados com um barbante, formando uma corrente para ser enviada a lugares onde aconteceu um terremoto, um tsunami ou onde impera a violência. Ou simplesmente para decorar uma escola, levando a todos uma mensagem de generosidade.

MATERIAL

- Folhas de papel quadradas e barbante





OUVIR PARA COMPREENDER

**“Não há ignorantes nem sábios absolutos;
há seres humanos que, em comunhão,
buscam saber mais.”**

PAULO FREIRE

AS TECNOLOGIAS da comunicação desenvolvidas nas últimas décadas aceleraram o processo de globalização em curso, produzindo uma avalanche de informações que se espalham em tempo real pelo planeta. Trata-se, sem dúvida, de uma conquista a celebrar. Entretanto, parte dessas informações provém de fontes duvidosas que acabam por desorientar, confundir e desviar a atenção dos fatos mais importantes e significativos. Por isso nunca foi tão urgente desenvolver a capacidade de discernir, avaliar em profundidade, refletir sobre as motivações ocultas ou explícitas por trás de uma informação. Ela me enriquece? Amplia os horizontes do meu conhecimento? Inspira e me conduz a decisões ou atitudes adequadas? Tira-me da zona de conforto, incentivando a criatividade? Devo aceitá-la para confirmar minhas opiniões, ou rejeitá-la porque as contraria? Tudo faz parte do jogo, uma vez que as palavras, ditas ou escritas, não são inócuas – mas podem tanto ferir quanto enaltecer.

A linguagem, matriz da convivência, viabiliza a comunicação entre as pessoas possibilitando o planejamento, a articulação e a coordenação de ações conjuntas, além de partilhar sentimentos e conhecimentos específicos a cada circunstância. Entretanto, como pontua Rubem

Alves²²: “Todo mundo quer aprender a falar. Ninguém quer aprender a ouvir”. Ouvir e escutar requerem atenção e um interesse genuíno no que uma pessoa diz. Não precisamos necessariamente concordar, mas primeiro compreender o que ela deseja expressar. Estabelecer um diálogo, construir um espaço edificante de troca, demanda tempo para que as partes possam sintonizar-se uma com a outra. É fundamental que o mesmo ocorra nos diálogos que envolvem mais de dois interlocutores, como em uma roda de conversa, em assembleias, reuniões de família etc.



Uma primeira sugestão é abrir-se a novos olhares, novas visões de mundo e interpretações da realidade. Se cada interlocutor permanecer confinado em suas “certezas”, moldadas pelas relações familiares e culturais nas quais cresceu, torna-se difícil sustentar um diálogo. Caso contrário o diálogo se converterá em debate, uma discussão sem o livre fluxo de pensamentos e opiniões, mas com o propósito de convencer o interlocutor de nossas convicções. É provável que nesse debate – quando nenhuma das

partes compreende o ponto de vista alheio e tenta impor seu ângulo de percepção – entre em cena uma escalada de emoções que acabe por desqualificar não somente as ideias do outro mas o próprio interlocutor. Perde-se assim a singular oportunidade de observar o mundo com novos olhos, aceitando a diversidade como um valor imprescindível à sustentação e à regeneração da existência. Todos desejamos ser ouvidos; todos queremos contribuir com nossas opiniões. O problema emerge quando obrigamos os outros a aceitá-las, às vezes até inventando justificativas e mentiras com o intuito de alertar sobre os perigos e as consequências supostamente nocivas das posições alheias.

Infelizmente essa realidade é bem comum nos discursos de ódio que circulam com frequência crescente nas redes sociais, cuja intenção, visivelmente preconceituosa, é a de comprometer a reputação de pessoas, culturas, raças, etnias, gêneros, nacionalidades, religiões e de indivíduos com diferentes

22. Alves, 2004.

orientações sexuais ou políticas. Em todos esses casos de diversidade, deve-se garantir a liberdade de expressão, que é o direito inalienável do cidadão de se manifestar e exprimir livremente ideias, convicções, pensamentos e opiniões sempre que não firam a dignidade e a integridade de outrem.

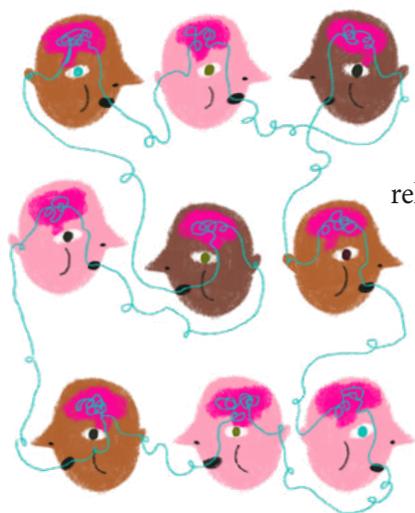
As diferentes histórias dos povos articulam saberes, experiências e modos de enxergar e de sentir o mundo que se expressam através das artes, costumes, tradições e rituais. Seria impossível compilar a trajetória de todas as culturas porque muitas já desapareceram. Outras deixaram apenas fragmentos de suas atividades, que os arqueólogos e antropólogos esforçam-se em decifrar e preservar como legado para as futuras gerações. Povos pré-históricos, por exemplo, “falam” conosco por meio de desenhos e pinturas deixados em suas cavernas. Por isso hoje temos informações sobre suas estratégias de caça, seus alimentos, crenças e organizações sociais.

Nesse sentido, compreender o passado e o presente requer de nossa parte abertura e disposição suficientes para estabelecer pontes de ligação e para nos aproximarmos dos outros, seja de pessoas, culturas, animais ou da própria natureza. Portanto, basta nos disponibilizarmos ao diálogo, que não precisa ser exclusivamente por meio de palavras. Em certas ocasiões, olhares, gestos, toques e até silêncios são mais eloquentes do que discursos.



Às vezes acreditamos saber exatamente o que os outros têm a nos dizer. E com isso perdemos uma magnífica oportunidade de aprender e de experimentar coisas novas. Os preconceitos, a intolerância, os fanatismos, as supostas “certezas” são os maiores entraves para estabelecer linhas de comunicação e relacionamentos confiáveis, nos quais a reciprocidade e o respeito mútuo semeiam o terreno do entendimento. Diferentes culturas, valores e modos de pensar não são necessariamente fontes de divisão, muito menos de confronto. Afirmar a própria identidade desqualificando os outros empobrece e compromete o desenvolvimento pessoal. Com essa atitude, em vez de valorizar a originalidade, as diferenças que todos temos a oferecer, gastamos nossa energia em confrontos com o diferente.

Portanto, ampliar a percepção, abrir novos espaços de conhecimento e compromisso com a realidade são instrumentos essenciais para democratizar nossas relações, tanto no plano doméstico quanto no campo global, com outros povos e também com outras espécies.²³ A arrogância originada da estreita compreensão das coisas deu origem a atrocidades e barbáries como a escravidão e a exploração predatória da natureza. Quando a percepção sintoniza apenas interesses particulares, desarticulados das necessidades coletivas, ou seja, do bem comum, aparecem confrontos e desentendimentos, frutos da violação dos direitos fundamentais, aqueles mesmos que promovem igualdade de oportunidades.



As escolas podem promover e ampliar a compreensão da pluralidade do mundo e da riqueza de diferentes culturas por meio de exemplos e vivências. Isso pode ocorrer mediante visitas a feiras de imigrantes, participações em festividades populares, estudos de religiões, passeios a exposições de artesanatos regionais, degustação de comidas típicas de outras comunidades, assimilação da história de países distantes por meio de filmes e vídeos, pesquisas sobre música e demais expressões artísticas, inclusive de outros países. Essas são maneiras propositivas de ampliar nossa visão de um mundo onde os confrontos e as desigualdades resultam da dominação que se impõe por meio de determinada ordem sociopolítica, étnica, religiosa ou econômica. Essa imposição, que propõe “enquadrar” o diferente, desrespeita as peculiaridades dos povos que se pautam por um repertório de valores diferente dos seus países de origem, e que apenas buscam manifestar sua identidade, sua autonomia e seu sentido de vida. O espírito da compreensão, ao contrário, implica aprender em conjunto, abraçar junto, pensar e sentir-se junto, permanecer incluído e fazer parte.

Como contribuição a políticas de aproximação e de incentivo ao diálogo, a UNESCO realizou, em 2005, a Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais, ratificada pelo Brasil.²⁴ Esse documento é claro e altamente propositivo. Veja os seguintes trechos:

23. Diskin, 2021.

24. Brasil, 2007.

[...] a diversidade cultural cria um mundo rico e variado que aumenta a gama de possibilidades e nutre as capacidades e valores humanos, constituindo, assim, um dos principais motores do desenvolvimento sustentável das comunidades, povos e nações, [...]

Constatando que os processos de globalização, facilitado pela rápida evolução das tecnologias de comunicação e informação, apesar de proporcionarem condições inéditas para que se intensifique a interação entre culturas, constituem também um desafio para a diversidade cultural, especialmente no que diz respeito aos riscos de desequilíbrios entre países ricos e pobres, [...]



Esse documento leva-nos a refletir que, em tempos de globalização, o isolamento seria uma opção quase suicida. Ao contrário, a interdependência planetária exige o compromisso por parte de todas as nações de preservar a diversidade cultural – o mais precioso patrimônio construído pela humanidade – e de impedir qualquer forma de exclusão, promovendo o acesso aos bens naturais, sociais, culturais e científicos. O particular e o universal não são excludentes; podem e devem alimentar-se mutuamente, humanizando as relações, democratizando o conhecimento e criando novas oportunidades de convívio amparado na justiça e na ética solidárias.

A capacidade de ampliar a percepção da realidade, de conhecer, compreender e de criar vínculos significativos com os outros é própria da condição humana. Do mesmo modo, o próprio processo da aprendizagem consiste em descobrir diferenças, identificar semelhanças e encontrar complementaridades. Assim, para entender em que mundo estamos e para onde desejamos seguir, é preciso reconhecer que existe uma infinidade de protagonistas no cenário da vida. E que todos têm o legítimo direito de expressar suas identidades e de buscar espaços comuns de associação.

Cultivar a empatia, qualificar a escuta, o pensamento participativo e a compreensão genuína são passos fundamentais para celebrar não somente a palavra mas o propósito de união, de reciprocidade, de respeito e de legitimação mútua. Aprender é sempre um convite e também um ato de coragem porque, às vezes, torna-se necessário abrir mão de certezas, acatar a complexidade e as contradições inerentes às mudanças. Daí a importância de ouvir para compreender.



ATIVIDADE MODELO

GRUPOS DE DIÁLOGO

O **DIÁLOGO** em grupo é uma forma proveitosa de exercitar a compreensão e a tolerância para com outras formas de pensamento. Trata-se também de um recurso eficaz para desenvolver ações conjuntas e para resolver problemas da comunidade. Pode-se formar um único grande grupo de diálogo ou círculos menores, divididos por faixas etárias ou por áreas de interesse.

Até que os participantes possam confiar uns nos outros, o grupo deve escolher uma pessoa para atuar como

moderadora, conduzindo a atividade de acordo com os princípios democráticos e de livre expressão. Portanto, o(a) moderador(a) precisa ser alguém maduro e tolerante. Deve possuir também habilidade para acolher as diversas opiniões, mesmo que conflitantes, mas sem neutralizar essas diferenças.

Veja algumas recomendações:

- Estabeleça horários para iniciar e para terminar a conversa.
- Se as pessoas do grupo acabaram de se conhecer, é recomendável iniciar com uma breve apresentação de cada participante.

- Como se trata de um diálogo, todos devem falar e escutar. No momento de escutar, torna-se necessário silenciar, pois todos aprendem e também ensinam.
- Dialogar não significa concordar ou submeter-se às ideias e pontos de vista de outra pessoa. Trata-se apenas de respeitar o pensamento alheio que, embora diferente, pode colaborar para a compreensão de determinados fatos.
- Enquanto os outros estiverem falando, evite interrupções e conversas paralelas, reforçando assim a atitude de respeito para com quem fala.
- Ajude o grupo a não perder o objetivo proposto, sem se desviar da discussão.
- Cada diálogo termina com uma conclusão, de preferência que beneficie o maior número possível de pessoas. Entretanto, também devemos considerar opiniões diferentes. Muitas vezes, uma pessoa pode ver a solução ou um caminho mais viável onde ninguém está enxergando.
- No fim da atividade, dê oportunidade para que todos agradeçam, reconhecendo o aprendizado que um proporcionou ao outro.

Com base nessas premissas, reúna o grupo para o diálogo. Pode-se deixar a conversa correr livremente ou escolher, em conjunto, um tema que reflita uma ansiedade do grupo ou um problema que a comunidade enfrenta. É interessante considerar um problema vivido pela própria comunidade ou pela escola para que sejam divididas as angústias e conduzidas possíveis soluções. O assunto a tratar deve ficar perfeitamente claro para todos, de modo que a conversa não se desvie do foco.

Devem-se considerar também questões diversas que tragam, de preferência, múltiplas variáveis a serem consideradas. Caso o grupo não tenha clareza sobre o que abordar na roda de diálogo, proponha alguns dos seguintes temas, dados apenas a título de exemplo.

- Como combater a homofobia.
- Como disseminar o respeito às vidas negras.
- Como reduzir ou eliminar a violência na comunidade.
- Como identificar e reduzir as notícias falsas na internet.
- A preservação do meio ambiente na escola e na comunidade.
- A importância da cooperação durante a pandemia de Covid-19.



PRESERVAR O PLANETA

“O homem não teceu a teia da vida. Ele é apenas um de seus fios. O que quer que faça à teia, ele faz a si mesmo.”

CHEFE SEATTLE

AS VIAGENS espaciais começaram na década de 1960. A partir de então apareceram algumas das imagens mais extraordinárias da humanidade: as fotografias da Terra vista do espaço pelos astronautas. Pela primeira vez, seres humanos puderam ver o planeta inteiro. As imagens eram tão lindas que chegavam a deslumbrar: uma esfera planetária azulada pairando no espaço. A casa de todas as espécies vivas tornava-se, aos nossos olhos, pequena e frágil. É nesse planeta, considerado pequeno, que buscamos compreender o significado da vida e o nosso papel no Universo.

A palavra ecologia vem do grego *oikos*, que significa “casa”, e *logos*, que significa “estudo”. Ecologia, portanto, é o estudo da nossa casa comum, que é a própria Terra. Nesse sentido, a Terra e todos os seres vivos, incluindo os humanos, formam uma única entidade. A visão sideral do nosso planeta, a nossa casa, o nosso lugar, trouxe um novo ponto de referência para a humanidade. Dessa perspectiva, demo-nos conta de que todos os seres vivos estão em uma camada muito estreita da superfície do planeta, na qual se desenrolou toda a história da vida e onde a humanidade desenvolveu um grande progresso no conhecimento científico e tecnológico.

Embora a ciência já tenha estudado inúmeros níveis de organização da matéria, desde uma dimensão infinitamente grande até a mais infinitésima partícula fundamental, é de admirar que, com sua

inteligência, a espécie humana tenha tido a capacidade de estudar até a si mesma, desenvolvendo assim uma autoconsciência. Por isso, cabe a nós a responsabilidade de proteger os seres vivos, as águas, o solo e a atmosfera.

Esse admirável conhecimento sobre um afortunado planeta dotado de vida produziu um aprendizado extremamente belo do nosso mundo. Descobrimos, por exemplo, que o planeta Terra é muito antigo, com a idade, bastante aproximada, de 4,5 bilhões de anos. Descobrimos também que a nossa espécie não está no planeta há muito tempo. Atravessamos uma longa evolução biológica, enfrentamos um passado histórico rico em que floresceram culturas, religiões, arte, mas também guerras e conflitos. Porém,

nesse percurso, se a história da Terra fosse condensada em um mês de trinta dias, a história da humanidade se resumiria apenas aos últimos 30 segundos do último dia do mês, ou seja, uma fração mínima da história geológica do planeta.

A vida, por sua vez, surgiu por volta de 3,8 bilhões de anos atrás, circunscrita à biosfera, uma fina camada da superfície do planeta capaz de sustentar a vida. Embora fina em termos relativos, a biosfera vai de elevações que chegam a quase 10 mil metros acima do nível do mar, até o fundo oceânico a 8 mil metros abaixo da superfície.



A uma centena de quilômetros abaixo da superfície da Terra, as rochas são derretidas e

incandescentes. Quilômetros acima da superfície, as rochas permanecem sob camadas de gelo. Na pequena faixa entre esses dois extremos, floresceram todas as formas de vida, inclusive o próprio ser humano. Embora se julgue superior às demais espécies, o *Homo sapiens* é apenas mais uma entre milhões, compartilhando com elas a herança natural desse passado remoto.

A Terra pode ser mais bem compreendida quando estudada sob três pontos de vista: o planeta físico, a biosfera e a sociosfera, esta última criada pelos humanos com suas edificações indústrias, culturas, governos, economias e leis. Essas três esferas de organização interagem continuamente. Tudo é interdependente, tudo integra um imenso sistema em que as partes se relacionam

e influenciam umas às outras. Assim, o ser humano é agente e resultado de suas ações, em um mundo onde tudo está interligado. A cada inspiração, uma fração do ambiente torna-se parte de nós; a cada vez que expiramos uma parcela de nós se transforma em uma partícula infinitesimal do meio.

Muitas vezes as interdependências não são facilmente visíveis, pois seus efeitos perduram no tempo e no espaço. Os agrotóxicos despejados nas plantações podem, por muitos anos, permanecer contaminando as águas e causando danos à saúde das pessoas. As queimadas na Amazônia alteram o regime de chuvas em cidades das regiões Sul e Sudeste do Brasil, causando escassez de água e racionamento de energia. Embora não consigamos ver as conexões entre a queima de combustíveis fósseis e o aquecimento da atmosfera, elas são uma realidade corroborada por muitas evidências científicas. A pandemia de Covid-19, iniciada em 2020, demonstrou como toda a humanidade está interligada e como somos dependentes uns dos outros.²⁵

Outro aspecto que pertence à realidade de interdependências é a lei da conservação das massas, ou lei de Lavoisier. Ela mostra que a matéria não pode ser criada nem destruída. De fato, toda a matéria do planeta permanece nele mesmo e, alimentada pela energia do Sol, flui em ciclos. Se estes fossem interrompidos, toda a vida na Terra desapareceria. A água, por exemplo, está continuamente circulando. Uma molécula de água pode estar ora na forma líquida em um rio, ora na forma gasosa na atmosfera, ora em pedaços de gelo em uma geleira, ora fazendo parte do nosso corpo e assim por diante.

Dependendo de sua natureza, a matéria quase sempre se transforma em escalas de tempo muito diferentes. Por exemplo, uma camada de solo fértil leva centenas de anos para se formar, mas apenas algumas horas para ser removida por uma máquina. Demora cerca de quatrocentos anos a degradação de garrafas plásticas que são fabricadas apenas em alguns dias.²⁶ Esses exemplos indicam que, em geral, nossas políticas são pensadas para períodos relativamente curtos, considerando no máximo uma geração humana, se tanto. Esse é um dos fatores cruciais que acarreta a destruição sistemática dos bens naturais, geralmente tidos como “infinitos”. Ao proceder dessa forma, destruímos rapidamente a natureza para, quem sabe, satisfazer uma única geração.

25. Françaço Jr. e Bicudo, 2020.

26. Françaço Jr., 2019a.



A conservação dos sistemas vivos é tema da crescente consciência ambiental que irrompeu das décadas de 1960 e 1970, quando se divulgaram as primeiras fotografias da Terra vista do espaço. Desde então, vem se ampliando a preocupação global com a poluição, com o aumento populacional, com o consumo desenfreado, com a preservação da natureza, entre outros assuntos. Em 22 de abril de 1970, comemorou-se o primeiro Dia da Terra. Pouco depois, em 1972, promoveu-se a primeira Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente, em Estocolmo, Suécia, uma reunião de cúpula para tratar de assuntos ambientais. Somente após a Segunda Guerra Mundial, portanto,



em um intervalo muito pequeno, percebeu-se a complexidade e a real dificuldade de administrar o impacto das sociedades humanas sobre o meio ambiente.

Ao período geológico da história da Terra que se iniciou por volta de 1950, os cientistas deram o nome de Antropoceno. É quando ocorreu intensa deposição de material radioativo após as explosões nucleares, quando houve também aceleração nos desmatamentos, degradação dos solos e das águas, acúmulo de lixo, mudanças climáticas, extinção de espécies, entre outros inumeráveis fatores deletérios.

Todos os sistemas vivos têm uma faixa de resistência na qual a vida pode continuar existindo. Uma floresta tropical, por exemplo, pode regenerar uma clareira, mas, se o desmatamento for mais intenso, a recuperação pode tornar-se impossível. Um rio pode receber detritos até o ponto em que muitos dos seres vivos que abriga possam sobreviver. Mas após certo grau, o rio perde a capacidade de autodepuração, os poluentes impossibilitam a vida e ele torna-se um esgoto a céu aberto. Mas, se esse rio sempre recebeu água contaminada e continuava limpo, por que de repente se tornou poluído? Onde estão os peixes que possibilitavam a subsistência de parcela da população humana que explorava seus recursos? A resposta é simples: a concentração de poluentes cresceu tanto que ultrapassou o limiar de estabilidade do rio.

O que estamos fazendo agora, no Antropoceno, com os sistemas vivos que possibilitam nossa existência no planeta? Quando o limiar de estabilidade global será atingido? Até que ponto poderemos poluir os oceanos com plásticos, desmatar as florestas, causar aquecimento da atmosfera? Em geral estamos destruindo em velocidades mais altas do que a capacidade regenerativa da natureza. O desaparecimento da camada fértil do solo é mais rápido do que sua formação, as florestas são desmatadas e queimadas em um ritmo maior do que a velocidade de recuperação, e assim por diante. Cada vez mais depressa estamos esgotando os recursos da Terra que, se fossem sabiamente administrados, seriam suficientes para preencher as necessidades de várias gerações.

Com tantos conhecimentos acumulados pela ciência, não podemos falhar no que diz respeito aos cuidados com o meio ambiente e com os seres vivos. Sabe-se, com certeza, que as próximas décadas serão decisivas para o futuro da humanidade. Por isso precisamos pensar seriamente no nosso destino. Quantos anos teremos para manter o equilíbrio da biosfera a fim de que o planeta se mantenha habitável?

Assim sendo, resta-nos chamar a atenção das sociedades humanas para as questões ambientais. Podemos sim recorrer a essa mistura de povos, divididos por crenças religiosas, idiomas, ideologias, culturas, oportunidades, regiões geográficas, dentre outros. Ao conscientizá-los em prol do meio ambiente, podemos, com planejamento, determinação e esperança, atenuar a devastação. Paralelamente é fundamental satisfazer as necessidades básicas, garantir os direitos humanos, combater a fome e as desigualdades no mundo. Do contrário, a devastação continuará.

Conseguirá a humanidade preservar o equilíbrio ecológico e resolver esses intrincados problemas sociais? Na condição de educadores, podemos semear propostas a fim de formar uma consciência capaz de envolver as pessoas para a causa ambiental. Por meio desse aprendizado, cuja urgência cresce rapidamente, é possível que se forme uma nova responsabilidade preservacionista que se concretize sob a forma de políticas públicas sustentáveis.



A chave para isso é a educação, o protagonismo social, a organização e o empoderamento de uma maioria desfavorecida, atualmente excluída dos processos decisórios.²⁷ Essa caminhada envolve a nossa percepção de uma realidade tóxica, e seus efeitos sobre os nossos descendentes, sobre o território que ocupamos, como viajantes de um tempo que continuará a fluir mesmo após a nossa breve existência. Para tanto, vejamos alguns dos passos e horizontes a apreender e trabalhar ao longo do processo educativo.

Em primeiro lugar, devemos ampliar nosso entendimento como membros da extensa família humana. Carregamos um passado ancestral, época em que pertencíamos a pequenos agrupamentos, nos quais sentimentos como afeto e solidariedade eram direcionados apenas à família e à tribo, formadas por um número limitado de pessoas. Agora é importante construirmos uma nova consciência interior, que é a de pertencer a uma única família humana global, interconectada por valores ecológicos e mesmo espirituais em consonância com as Regras de Ouro.²⁸ A força para isso virá certamente da nossa capacidade de afeto e solidariedade, que já se mostrou capaz de atitudes transformadoras e fortalecedoras.

Em segundo lugar, podemos ampliar os cuidados em relação ao planeta. Do nosso recente passado ancestral, herdamos a noção de pertencimento a uma esfera territorial mais ou menos reduzida, geralmente limitada ao nosso alcance físico e circunscrita ao alcance visual de determinada porção de terra ou água. O desenvolvimento das tecnologias de transporte, os meios de comunicação e a internet possibilitaram e ampliaram significativamente o nosso alcance, o que nos deu uma sensação de pertencimento a todo o planeta. Compreendemos também que coexistimos com toda a humanidade e com bilhões de formas de vida, adquirindo maior lucidez quanto às interconexões que nos unem. Essa percepção é fundamental para a construção de uma cidadania planetária, para bem além de nosso bairro, cidade ou país.

Em terceiro lugar, devemos ampliar nossa ideia de tempo. Temos bastante clareza do que aconteceu há dias, meses e anos. Ao estudar história, adquirimos o entendimento relativo a séculos. Porém é muito mais difícil pensar em milênios ou bilhões de anos. Perceba que foram necessários bilhões de anos para que os seres vivos evoluíssem. Mas devido à ação humana, as espécies estão sendo rapidamente extintas pela pressão que temos em extrair, desmatar, construir e poluir. Por isso, é fundamental alargar nossa percepção do tempo.

27. Françaço Jr., 2019b.

28. Página 21.

Embora sejamos parte muito recente da teia da vida, que vem sendo tecida há bilhões de anos, temos a nosso favor a consciência, que pode se converter em uma maior compaixão por todos os seres vivos.

Os três passos propostos acima contêm novas visões promissoras de atitudes como o engajamento e um protagonismo diante de uma crise ambiental que rapidamente se avoluma. Eles apontam para um novo desafio que é o de mudar mentalidades e comportamentos, mostrando os problemas e propondo soluções com a finalidade de derrubar obstáculos e apresentar resultados urgentes.

Uma destas propostas de mudança é o chamado bem viver, conceito oriundo dos povos originários da América Latina.²⁹ Usa-se esse termo para descrever o princípio de coletividade e harmonia entre pessoas, natureza, território e economia que rege as diferentes comunidades formadas por esses povos nativos. O bem viver é um princípio antigo que guia o modo de vida comunitário, mas que se refere também a uma palavra de ordem que sintetiza a busca pelo direito de viver em paz e em equilíbrio perante a concorrência e desigualdade dos projetos de globalização e desenvolvimentismo, alardeados pelo capitalismo. O bem viver representa a resistência para preservar a cultura e a tradição desses povos, mas também uma forma de mostrar ao mundo que outros modos de vida são possíveis, no qual todos têm vez e voz, inclusive a natureza, da qual todos fazemos parte. Envolve assim um olhar para aqueles que têm sido silenciados, para que resgatem seus conhecimentos como ponto de partida: os povos originários, as mulheres, os indígenas, as negras, os quilombolas, os idosos.

Podemos aprender os maiores objetivos da civilização moderna tomando por base os ensinamentos das comunidades indígenas, que possuem um conhecimento aguçado dos sistemas naturais e que nutrem profundo respeito à vida. Conhecimento, por sinal, sempre transmitido oralmente de uma geração a outra. Nessas culturas, a proteção e os cuidados com a natureza sempre foram processos naturais e espontâneos desde o nascimento. Os povos indígenas, que valorizam a essência do vínculo entre suas comunidades e o mundo natural, têm muito a nos ensinar para alcançarmos uma nova visão ecológica do mundo.

Vejamos o exemplo das mudanças climáticas, atualmente uma das mais sistêmicas ameaças globais. A ciência tem fornecido inúmeras evidências de que as atividades humanas são as principais causas da elevação da temperatura

29. Do quéchua: *sumak kawsay*; do aymará: *sumak kamaña*; e do guarani: *teko porã*.

global, que tem ocorrido desde meados do século XX, devida principalmente ao aumento da concentração de gases de efeito estufa.³⁰ As decorrências são inúmeras: aquecimento da atmosfera e dos mares, redução das calotas polares, elevação do nível do mar, extremos de temperatura, enchentes e outros desastres naturais. Portanto, à medida que os impactos das mudanças climáticas se intensificam, só resta desenvolver ações de adaptação à nova realidade climática. Esse é um exemplo de que seria mais fácil prevenir as causas do que reparar os danos.

Outra grande lição a ser aprendida, apesar de óbvia, é que a sobrevivência humana depende integralmente dos recursos da Terra. A acumulação crescente incentivada pelo capitalismo esquece essa premissa à medida que acentua as desigualdades sociais, causa a crise ecológica e aumenta a ocorrência de desastres ambientais. Para avançarmos, será necessário desconstruir um modelo econômico que explora, polui, desmata e fabrica armas, e substituí-lo por um modo que aposta na paz, na economia participativa, no uso sustentável dos sistemas agrícolas, nas fontes de energias limpas, na economia social, na igualdade, nos direitos humanos e demais comportamentos ecológica e socialmente sustentáveis que consideram a vida como prioridade.

Um dos maiores desafios do nosso tempo é investir em uma educação para sociedades sustentáveis³¹, aquelas capazes de satisfazer suas necessidades sem diminuir perspectivas dignas de sobrevivência para as gerações futuras. Com esse propósito, o sociólogo e filósofo Edgar Morin refere-se à necessidade da criação e multiplicação de ilhas alternativas de vida, embriões de uma civilização reformulada, ou verdadeiros oásis de fraternidade.³²

O conhecimento humano é avassalador, mas há um potencial imenso, não realizado, de investir em projetos comunitários, de envolver participantes e organizá-los para alcançar um novo caminho da jornada humana na Terra com base em processos cooperativos, criativos, associativos, humanistas, complementares e que abram brechas no fechado individualismo egoísta.

Cabe a cada um de nós, da espécie humana, criar laços de solidariedade, nutrir a compaixão pelos seres vivos e a reverência pelo meio ambiente. Esta será a maneira de superar a engrenagem da acumulação econômica e transcender os avanços científicos em direção a novas conquistas éticas.

30. Françaço Jr., 2018.

31. Roizman, 2001.

32. Morin, 2020.



ATIVIDADE MODELO

CONHECER PARA PRESERVAR

PARA explorar e compreender o ambiente em que vivemos, nada melhor do que uma caminhada ecológica para observar na prática muitos dos aspectos de algumas interações entre as formas de vida. Indicada para pessoas de todas as idades, esta atividade tem o propósito de proporcionar um contato direto com a natureza e uma reflexão sobre as características biológicas do entorno.

MATERIAL

- Fotografia do planeta Terra visto do espaço sideral, de preferência impressa em página inteira de uma folha A3. Na falta desta, de uma folha A4.

COMO SE FAZ

Primeira etapa: reflexão

Conhecendo e, mais do que isso, vivenciando a natureza, podemos gerar atitudes conservacionistas e assim melhor compreender a necessidade de preservar o planeta da destruição a que está submetido desde o início do

Antropoceno. Para tanto, e com base nos conceitos abaixo, proponha ao grupo uma discussão sobre os seguintes termos: ecologia e meio ambiente.

ECOLOGIA: o termo foi proposto em 1866 pelo biólogo alemão Ernest Haeckel para designar “o estudo das relações entre os seres vivos e não vivos e o mundo externo circunvizinho”.

MEIO AMBIENTE: refere-se às interações entre os seres vivos e não vivos diante de fatores sociais, políticos, econômicos e culturais que afetam os seres humanos e os ambientes que os cercam. A Lei Federal 6.938³³, define a expressão como um “conjunto de condições, leis, influências e interações de ordem física, química e biológica que permite, abriga e rege a vida em todas as suas formas”. Para a Secretaria de Estado do Meio Ambiente do Estado de São Paulo³⁴, trata-se do “conjunto de todas as condições e influências externas circundantes que interagem com um organismo, uma população ou uma comunidade”.

Segunda etapa: exploração

Forme equipes de cinco a dez pessoas. Cada uma delas deve escolher um representante para coordenar a atividade. Proponha então que escolham

um tema ligado ao meio ambiente para ser desenvolvido mediante observações ou coleta de dados no entorno da escola. O monitor (e não o coordenador das equipes) estabelece os limites da caminhada em função das características do bairro e da comunidade.

Na fase de planejamento, cada grupo definirá o trajeto e a forma de obter os dados ou as informações: observações visuais, fotografias, entrevistas, questionários, coleta de amostras etc. Os questionários das entrevistas devem ser preparados com antecedência. Se houver necessidade de colher amostras, chame a atenção do grupo para a cautela de coletar apenas o que estiver no solo; de evitar animais peçonhentos, ambientes insalubres; de tomar cuidado ao manipular plantas espinhosas e até de evitar o acesso a ambientes aquáticos, barrancos e quaisquer outros que representem ameaça à integridade física dos participantes. As recomendações de segurança visam especialmente aos menores de idade, que devem estar sempre acompanhados pelos responsáveis.

Durante o planejamento, o grupo pode escolher também a forma de apresentação. Sugere-se alguma forma que possibilite a apreciação coletiva: exposição oral, mostra de cartazes, encenação de uma peça etc. Portanto evite trabalhos de leitura individual, já que um dos objetivos da atividade é a interação entre os participantes.

33. Brasil, 1981.

34. Feldmann, 1992.

Segue alguns exemplos de temas a serem desenvolvidos no campo.

• Flora urbana

DE acordo com os registros fósseis, as plantas estão na Terra há mais de 450 milhões de anos. Acredita-se que atualmente haja cerca de 250 mil espécies viventes espalhadas pelo mundo. Algumas encontram-se nas cidades, em ruas, praças, parques etc. Conte e tente identificar os nomes das árvores encontradas ao longo da caminhada. Elas podem ser descritas por meio de desenhos, fotografias ou pelos nomes (caso sejam conhecidas). Depois, ao voltar para a escola, classifique-as como achar mais conveniente: pelo tamanho (árvores, arbustos, subarbustos e ervas), pela classificação botânica, pela utilidade etc. Anote, para cada espécie, aspectos ecológicos como os animais que vivem ou dependem delas para se abrigar ou se alimentar. Considere animais maiores, geralmente mais visíveis, e também animais menores como insetos (adultos ou larvas), aranhas etc.

• Fauna urbana

DESDE formigas até cavalos, uma infinidade de animais circula pelas cidades. Eles habitam nossas casas, as ruas e edificações. Nesse contexto, é importante lembrar que os seres humanos também são animais. A diferença

é que nossa inteligência possibilitou o desenvolvimento da cultura e seus desdobramentos como artes, ciências, tecnologias, transformações de nichos etc. Não obstante, nossas necessidades são as mesmas dos outros animais: alimento, abrigo, reprodução e repouso. Faça uma lista dos animais encontrados durante a caminhada. Os integrantes do grupo podem escolher determinada espécie sobre a qual farão uma pesquisa (características biológicas, hábitat, dieta, inimigos naturais etc.). Note que parte dessa fauna, chamada de *sinantrópica*, caracteriza-se por ter se adaptado a viver junto aos seres humanos, seja pela domesticação ao longo de milhares de anos, seja para se aproveitar de resíduos humanos, como fazem pombas, pardais, minhocas havaianas, ratos, baratas etc.

• Poluição sonora

ESTUDOS demonstram que, a cada dia, os habitantes da cidade perdem um pouco da capacidade auditiva em virtude do excesso de ruídos. Faça um levantamento dos sons captados durante a caminhada. Desde os motores dos veículos até o canto dos pássaros, as conversas das pessoas ou o sibilar do vento. Depois prepare uma lista de possíveis fontes de poluição sonora, tanto na escola como no entorno. Para finalizar, prepare um mapa e localize essas fontes de poluição.

• Água

ACADA dia, a escassez de água torna-se mais preocupante. Apenas 2% da água disponível no planeta é potável; hoje cerca de 4 milhões de pessoas no mundo sofrem por falta de água. Faça um pequeno diagnóstico sobre a situação da água na sua comunidade. Inicialmente identifique a fonte de abastecimento da região. Depois elabore um questionário para saber de que forma os moradores utilizam a água. Uma atividade alternativa desse grupo pode ser o levantamento sobre a condição da água na própria escola. Quantas torneiras existem? Ocorrem vazamentos? Qual é o consumo mensal? Por fim identifique os córregos, rios, riachos e poças de água permanentes ou semi-permanentes, e responda às seguintes perguntas: esses corpos de água estão poluídos? Caso positivo, quem são os responsáveis pela poluição? Quais são as doenças causadas pelo consumo de água poluída?

- Outros temas possíveis:
 - Aquecimento global
 - Energias renováveis e não renováveis
 - Patrimônio cultural e preservação da memória
 - Indústrias: benefícios e malefícios
 - Folclore e festas regionais
 - Comemorações religiosas
 - Política e políticos: o que é e o que deveria ser

Terceira etapa: imaginação

Após a coleta de dados, proponha aos grupos uma reflexão sobre o planeta. Peça que olhem atentamente à fotografia do planeta Terra preferivelmente impressa em tamanho A3. Então inicie uma conversa sobre os sentimentos que essa imagem proporciona a cada participante. Pergunte se surgiu algum novo sentimento, ou se algum deles mudou após visualizar a fotografia.

Em seguida, leia em conjunto, o seguinte texto:

A consciência de que a Terra é um sistema vivo, noção que desempenhou um importante papel em nosso passado cultural, foi revivida dramaticamente quando, pela primeira vez na história da humanidade, os astronautas puderam observar a Terra a partir do espaço. A vista do planeta em toda a sua radiante beleza – um balão azul e branco suspenso na profunda escuridão do espaço – comoveu-os profundamente e, como muitos declararam, foi uma experiência mística que modificou para sempre sua relação com a Terra. As esplêndidas fotografias do globo terrestre que esses astronautas trouxeram de suas viagens transformaram-se num potente novo símbolo do movimento ecológico, e bem poderia ser o resultado mais importante de todo o programa espacial.³⁵

35. Capra, 1996.

Em seguida, peça que se imaginem como fotógrafos astronautas. Suponham que a lente da máquina fotográfica tornou-se uma grande angular, ampliando em muito os limites do campo a ser registrado. O que poderia ser visto para além do planeta Terra? Peça que desenhem esse cenário hipotético. Depois, com a imagem do Universo em mente, procure responder às seguintes perguntas:

1. É possível sentir-se parte dessa gigantesca esfera? Pense em sua própria relação com o ambiente planetário como um todo.
2. Seria a Terra, em si, um ser vivo? Para responder, pesquise ou reveja a própria definição do termo “vida”.
3. Elabore uma representação mental do planeta e tente posicionar nele o seu continente, o seu país, a sua cidade, o seu bairro e a sua casa. Desenhe ou represente graficamente essa imagem.

Para finalizar, lembre à turma que somos parte de um único corpo. O que

fazemos à Terra fazemos a nós mesmos, à nossa casa, ao nosso bairro e à nossa cidade. Sugira que coloquem uma fotografia da Terra na carteira ou na bolsa. Sempre que necessitarem fazer uma escolha – da mais simples à mais importante – que contemplem antes a fotografia e se lembrem de estabelecer uma profunda conexão com este planeta.

CONCLUSÃO

Os grupos devem apresentar os resultados de suas atividades. Pode-se elaborar um documento para identificar os pontos mais críticos da vida da comunidade e, começando daí, gerar a solução para muitos problemas. Esta atividade, conhecida como estudo do meio, é apenas o começo. A atitude de preservação do ambiente reveste-se de uma ação política permanente. Por isso, a partir dessa vivência, os participantes podem estabelecer metas como campanhas de mobilização social e a busca pelo engajamento das autoridades.



REDESCOBRIR A SOLIDARIEDADE

“Fazer o bem faz bem, independente do reconhecimento. A solidariedade não comporta vaidades pessoais.”

ANA MARIA STOPPA

NO COMEÇO da noite, a maioria dos habitantes dos grandes centros urbanos, geralmente imersa em suas rotinas cotidianas, muitas vezes não consegue sequer admirar a beleza de um pôr do sol em meio a tantos prédios e à iluminação artificial. Mais tarde, esquecem-se também de contemplar o magnífico céu estrelado que paira sobre nós. Via de regra não percebemos que esses fenômenos são os agentes primários que possibilitaram a ocorrência de um fenômeno extremamente raro, que é a própria diversidade da vida da qual fazemos parte.

Embora integremos este vasto Universo, poderíamos nos perguntar por que nos sentimos, por vezes, tão solitários. Uma das possíveis razões é que não estejamos nos percebendo também como um elemento dessa grande família humana que habita o planeta, como se vivêssemos em um círculo de relacionamentos, por maior que seja, restrito apenas ao nosso núcleo parental e amigos.

Na contramão dessa postura mais individualista, a solidariedade nos confere a imensa capacidade de identificação com as necessidades e anseios de pessoas ou grupos. Esse sentimento nos possibilita participar da solução, ou ao menos da atenuação, de um sofrimento que acometa parcela da população. De fato, a solidariedade torna-se

fundamental nos momentos de catástrofes como incêndios, enchentes, terremotos e guerras. É essa força, nascida da nossa faculdade de compaixão, de cooperar para a solução de carências que torna possível a superação das dificuldades inerentes à existência.

A solidariedade é um dos alicerces que nos sustentam para enfrentar dores que sempre fizeram parte da existência. A história da humanidade e da nossa vida é marcada por adversidades e pelas chamadas situações limites: doenças, desemprego, desilusões amorosas, fracassos, mortes e solidão. É nessas horas que a solidariedade nos ampara, constituindo uma importante força que nos distancia da angústia, do isolamento e que nos transporta para o aconchego do convívio, que, além de não ter preço, é de difícil retribuição. A solidariedade,

tanto quanto o acalanto diante do choro de uma criança e o abraço amigo na ocasião da perda de um ente querido, são atitudes que revelam o sentimento de pertencimento a um todo, e não a uma multidão de vidas desagregadas.

O ingrediente básico da solidariedade é a empatia, capacidade de se colocar no lugar do outro, sentindo o mesmo que ele. A empatia é uma faculdade humana compartilhada com alguns animais como os chimpanzés, que abraçam e consolam o perdedor após uma briga no grupo. Muitos primatas exercem ajuda mútua em situação de perigo, expressam luto ou gratidão, travam amizades duradouras e consolam, o que evidencia as raízes evolutivas do altruísmo. Comportamentos altruístas também foram descritos em golfinhos e outros cetáceos.

Nos primeiros agrupamentos humanos, muitos comportamentos colaborativos revelaram-se importantes estratégias de sobrevivência, visto que a vida comunitária prosperava mediante a ajuda mútua. Por exemplo, avisos sobre potenciais predadores, a cooperação na caça, a localização de fontes de alimento e a divisão de trabalho são muitos dos benefícios compartilhados com o grupo.

Um filhote de cavalo, girafa, veado ou antílope, pouco depois do nascimento, já é capaz de andar. A vida humana, por outro lado, não prosperaria sem a cooperação e a solidariedade. Note que os bebês nascem muito vulneráveis e totalmente dependentes dos adultos para sua nutrição, proteção e



instrução. Ao contrário dos animais, um ser humano leva um ano para andar e seu cérebro nasce imaturo para gerenciar e se sustentar nos primeiros anos de vida. Desde os agrupamentos humanos mais primitivos, não apenas a dedicação materna era necessária para criar os bebês, mas também era crucial o envolvimento de toda a comunidade, que contribuía com alimentos, cuidados e proteção adicionais. Por isso, os indivíduos mais amáveis e colaborativos tinham melhores condições de deixar descendentes. Dessa forma, o comportamento empático progressivamente fixou-se na espécie humana, tornando-se uma realidade cotidiana.

Muitos fatores colaboraram para tornar a espécie humana poderosa e capaz de dominar as outras formas de vida na Terra. Entre eles podemos citar: o desenvolvimento de uma linguagem ampla e sofisticada, um cérebro volumoso, o uso de ferramentas, a capacidade de aprender rapidamente e a construção de estruturas sociais cooperativas e solidárias. Prosperamos, enquanto humanidade, em um ambiente pleno de comunicação, de partilha e de cooperação no cuidado à prole e de técnicas colaborativas de sobrevivência. Esses fatores perduram até a atualidade. Por essa razão, dependemos, para a socialização e para nosso desenvolvimento, de laços solidários, sempre com base na empatia e na cooperação.

Embora a história humana tenha se confrontado com guerras, competições, lutas e agressões de toda natureza, a solidariedade, o cuidado e a afeição têm se revelado como os principais alicerces da sobrevivência, conferindo em conjunto um importante caráter adaptativo ao *Homo sapiens*.

Esse fato justifica tanto a dependência do amor desde o nascimento como a depressão que nos acomete ante a falta dele em qualquer época da vida. É bem conhecido, por exemplo, a enorme necessidade afetiva requerida pelos bebês e crianças para que possam usufruir de uma mente saudável e equilibrada quando adultos. Além disso, a psicologia e a biologia indicam que a falta de uma rede de apoio psicossocial gera ambientes nocivos sob o ponto de vista psíquico, o que faz deteriorar bem rápido nossa saúde física e mental. Portanto nosso bem-estar depende muito dos relacionamentos. Afinal, como se sentir feliz sem amizade, companheirismo e amor?



Regimes políticos autoritários, marcados pela discriminação e opressão, afrontam a solidariedade. Fatores como guerras, lutas, violência e competição – que infelizmente sempre fizeram parte da história e da vida humana – são causas de sofrimento e de adoecimento. Entretanto esses fatores aparecem frequentemente ligados ao conceito de autoritarismo, controle, dominação e poder.

Partindo-se desses pressupostos, vale refletir: como podemos ceder espaço a tanto individualismo, tanta competição e indiferença para com o próximo? Como transformar essa realidade? Quase sempre ignorada, apesar de fundamental para nossa coexistência, a educação para a solidariedade pode ser disseminada nas escolas, onde acontecem algumas das experiências sociais e afetivas mais significativas.

A solidariedade, assim como muitas virtudes, consolida-se por meio da prática e do exercício diário. No ambiente escolar, o primeiro passo dessa jornada consiste em desenvolver um estranhamento e forte indignação ante as injustiças e as dores, para que estas não se tornem triviais, cotidianas e banalizadas. Quantas vezes, diante de tantos sofrimentos, a empatia e a compaixão não se manifestam como deveriam?

Nesse sentido, cabe às escolas praticar o diálogo sensibilizador sobre questões humanitárias e ambientais, desenvolvendo uma profunda reflexão sobre o padecimento alheio e as agressões ao meio ambiente.

Aprenderíamos então a noção de que todos precisamos ou precisaremos de ajuda nos momentos difíceis. Dessa forma, a construção da empatia estimula e aprimora o senso de igualdade e o respeito à diversidade humana.

O sentimento de amor e compaixão pelos necessitados ou injustiçados, e a preocupação desinteressada com o bem-estar de todos estimulam os indivíduos a prestar ajuda moral ou material, praticando assim gestos de acolhimento e empatia. Nas escolas, o engajamento pode consolidar-se por meio de diferentes práticas como: trabalho em favor das populações vulneráveis ou das minorias oprimidas; participação em campanhas solidárias; voluntariado

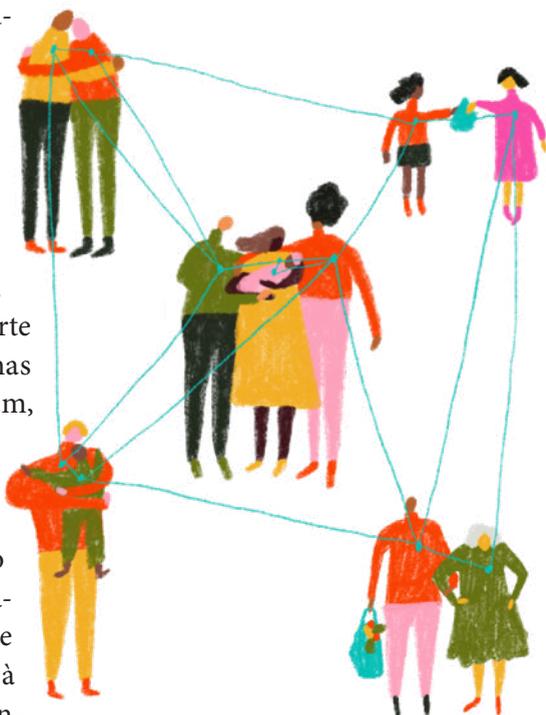


nas suas diversas modalidades; engajamento nas causas humanitárias e ambientais; atuação em organizações não governamentais; instalação e manutenção de hortas comunitárias; campanhas antiviolência em favor de crianças e mulheres; dentre outros. Nesse processo, a ajuda humanitária gera uma profunda sensação de bem-estar e de compartilhamento melhorando em muito a autoestima dos envolvidos.

Cabe compreender que a noção de solidariedade abarca atualmente uma dimensão muito maior, pois chegamos a um estado de evolução no qual a humanidade como um todo tem se

tornado a fonte das maiores preocupações. Hoje defrontamo-nos com problemas globais e interdependentes como as guerras, a fome, a escassez de recursos, as migrações em massa etc. Devido à redução das distâncias geradas pelas tecnologias de comunicação e de transporte, tudo o que acontece no mundo é parte da nossa vida. Se hoje os problemas mundiais nos afligem e preocupam, por outro lado, uma parcela significativa das pessoas tende a ignorá-los. Nesse contexto, os sistemas educacionais têm o desafio de direcionar o foco para as realidades globais, que são profundamente interdependentes. Assim, compete à comunidade escolar a tarefa de contribuir para consolidar princípios como ética, integridade, compreensão, honestidade e solidariedade e contribuir para a formação de uma cidadania plena, atuante e vigilante para inviabilizar a emergência de regimes autoritários e excludentes.

Portanto, redescobrir a solidariedade é perceber que não somos indivíduos sem vínculos. Fazemos parte da espécie humana. Somos formados de sonhos e emoções. Dependemos da nossa comunidade. Estamos ligados à nossa história e à dos nossos descendentes. Somos herdeiros e agentes de cultura. Enfim, somos cidadãos do planeta Terra.





ATIVIDADE MODELO

NAVEGAR É “(IM)POSSÍVEL”... PARA TODOS!

PERCEBEMOS o poder de uma realização coletiva quando abandonamos o individualismo em favor da cooperação que nasce da empatia, do apoio mútuo, do diálogo e da confiança. Tais valores e atributos favorecem a manifestação da criatividade que, por sua vez, facilita a resolução de diversos problemas, desde os individuais até os coletivos. Ao adotar a cooperação e praticar a empatia, podemos realizar o que antes seria considerado impossível.

OBJETIVO COMUM

Navegar de um porto considerado seguro para algum lugar melhor, que chamaremos de terra da esperança, atravessando antes um mar revolto. Como a maioria das situações que enfrentamos ao longo da vida, devemos superar problemas mediante ajuda mútua para depois chegar à solução, transferindo-nos então para uma condição mais satisfatória.

MATERIAL

- Uma cadeira para cada participante, sem braços e em boas condições. Na falta de cadeiras, pode-se recorrer a quadrados de papelão de 1 m². Podem ser caixas vazias de mercadorias recortadas nessa medida.

- Um aparelho de som.
- Opcional: lençóis velhos, tinta guache e adereços para compor um cenário de porto, de alto-mar e de um local onde atracar.

A atividade pode ser realizada em um salão amplo ou em um recinto ao ar livre, como uma quadra esportiva.

ORGANIZAÇÃO E POSICIONAMENTO DAS EQUIPES

Primeiramente organizam-se as equipes, cada uma com um número adequado de participantes, que vão se posicionar lado a lado em suas respectivas cadeiras ou sobre seus quadrados de papelão. O ideal é formar ao menos quatro equipes, que se imaginarão como tripulantes de um barco. Cada cadeira ou pedaço de papelão simbolizará um barco.

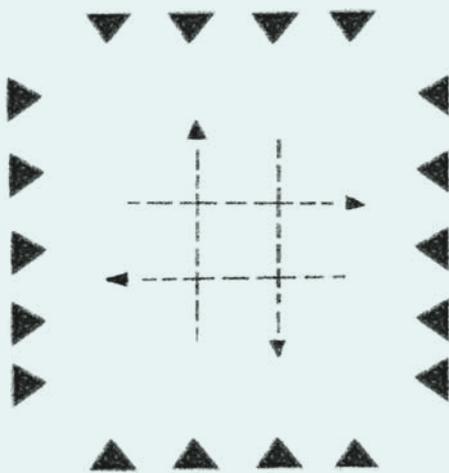
Cada conjunto de cadeiras (ou de quadrados de papelão) deve ser colocado em um dos lados do recinto, distanciando dos cantos, em uma zona que seria então considerada o porto seguro. O lado oposto do recinto será a terra da esperança (veja ilustração nesta página). Os barcos não podem encostar um no outro e todos devem permanecer voltados para o lado oposto do recinto.

COMO SE FAZ

Dê alguns minutos para que a turma instale o cenário, caso tenham optado por fazê-lo. Caso contrário, prossiga com a explicação do enredo e das

regras, criando uma atmosfera lúdica, por meio de uma trilha sonora.³⁶

Peça que se imaginem como navegadores experientes, desafiados a atravessar o mar em busca de um objetivo almejado, do porto seguro para a terra da esperança. Para isso deverão partir em esquadra e realizar manobras difíceis em meio a um mar hostil e tempestuoso, o que colocará à prova suas habilidades de navegação.



O piso do ambiente deve ser visto como um oceano de águas frias e povoado por tubarões. Portanto, os barcos devem navegar observando duas condições:

- nenhuma parte do corpo pode tocar a água (que corresponde ao assoalho), tampouco calçados, roupas ou qualquer tipo de acessório.

36. Sugestões: Lulu Santos: “Como uma onda no mar”; Dorival Caymmi: “Meu Senhor dos Navegantes”, “O mar” e “Minha jangada vai sair pro mar”; Dulce Pontes: “Canção do mar”; Claudinho Brasil: “Ondas sobre o mar”; Armandinho: “Eu sou o mar”; Natiruts: “Um céu, um sol e um mar”.

- Caso seja representado pela cadeira, o barco não pode ser arrastado. Se pelo quadrado de papelão, permite-se que um tripulante passe para o quadrado de um(a) companheiro(a) para que seu papelão possa ser reposicionado.

1º Desafio: a travessia

Os barcos devem partir em esquadra de seu porto seguro (posição de partida) e chegar à terra da esperança, que corresponde ao outro lado do recinto, bem em frente de cada barco. Cada tripulante deve conduzir o seu próprio barco (simbolizado pela cadeira ou pelo quadrado de papelão). Quando todos os barcos alcançarem a terra da esperança, o desafio terá sido vencido, e a meta coletivamente atingida. Nenhum barco pode ser deixado para trás. Depois que todos os barcos alcançarem a terra da esperança, dê um tempo para que celebrem alegremente a conquista.

2º Desafio: o retorno

Depois desafie o grupo a voltar ao ponto de partida “atracando” no porto seguro em ordem alfabética dos nomes dos participantes, respeitando sempre as condições de navegação impostas no desafio inicial.

CELEBRAÇÃO

Um aspecto fundamental do jogo é a comemoração feita a cada realização. Ao fim do segundo desafio, convide os tripulantes, que provavelmente estarão com os pés sobre a cadeira ou de pé sobre seu quadrado de papelão, a darem as mãos para mergulharem na praia,

representada agora por águas mornas, calmas e aprazíveis.³⁷

Termine chamando a atenção de todos para a letra da canção “Como uma onda no mar”, de Lulu Santos: “Nada do que foi será de novo do jeito que já foi um dia”.

VARIACÃO

Para conferir mais emoção à atividade e respeitando-se a idade e condições físicas dos participantes, pode-se impor obstáculos no percurso como: redemoinhos, piratas, furacões etc. Pode-se também propor diferentes características para aumentar o grau de dificuldade das tripulações, por exemplo, vender, amordaçar ou amarrar braços e pernas.

CONCLUSÃO

A navegação, antes considerada impossível, desafia os participantes a sair de seus portos seguros e a seguir na direção de suas respectivas terras da esperança, que representam seus sonhos e aspirações. Trata-se de um jogo cooperativo que propõe o rompimento da inércia, do comodismo ou da resignação em favor de uma *atitude proativa*. De modo geral desafios como esses, simulados na atividade, constituem um estímulo para realizar as mais essenciais aspirações pessoais e coletivas, alcançando metas aparentemente “impossíveis”. Para isso basta que naveguemos juntos, orientados pela bússola da *cooperação*.

37. A comemoração pode ser embalada pela música de Melim: “Mergulho do mar”.

An illustration of a diverse group of people in a meeting. In the center, a large globe is visible. Surrounding it are several stylized figures of various ethnicities and ages. Some are sitting in office chairs, and one person on the right is in a wheelchair. They appear to be engaged in a collaborative activity, possibly reviewing documents or a presentation. The overall style is flat and colorful, with a light blue background.

PARTE B



1. ORIENTAÇÕES PARA CONDUZIR AS ATIVIDADES

MOTIVAR AS pessoas para construir um mundo melhor demanda dedicação, entusiasmo e cuidados na preparação das atividades. Por isso, veja algumas dicas para motivar e organizar o seu grupo.

Ler os pontos do *Manifesto 2000*³⁸ é o primeiro passo para a compreensão dos objetivos das atividades. Para planejar os trabalhos com tranquilidade e segurança, leia os respectivos textos, primeiro sozinho e depois conversando com o grupo.

A seguir oferecemos algumas orientações sobre como implementar atividades de diversos tipos como: filmes, teatro e jogos cooperativos. Você também encontrará alguns tutoriais. Entretanto incentivamos você a enriquecer o processo com novas ideias, sempre bem-vindas.

38. Parte A.

É DESEJÁVEL que a equipe organizadora das atividades se encontre sempre que necessário para reunir os materiais e avaliar continuamente os resultados. A partir dessas reuniões, pode-se criar um pequeno núcleo de estudos sobre *cultura de paz*, o que, sem dúvida, otimizará os trabalhos propiciando a redução das tensões junto à comunidade e o consequente estabelecimento de um ambiente mais tolerante e fraterno.

Os eventos que implementam uma cultura de paz devem conter, em si, a mesma atmosfera pacífica. Por vezes, são os detalhes que propiciam um clima agradável, que, por sua vez, incentiva os participantes a exercerem cooperação e respeito mútuo. Por isso, estimule o grupo com o propósito de manter o ambiente limpo e organizado, decorado com motivos de paz, mensagens e frases edificantes, e fotografias de pessoas que dedicaram a vida à paz.³⁹

As atividades devem ser conduzidas da forma mais interativa possível. Quanto maior a participação, maior também será a motivação e as contribuições para o aprimoramento da proposta.

Pode-se dividir a escola em vários espaços destinados a atividades diferentes e simultâneas: um espaço para

trabalhos manuais, um para leitura, um para música e assim por diante. Inclusive novos espaços para todas as outras sugestões que possam surgir.

Nada mais gratificante do que decorar o ambiente com os artigos produzidos pela comunidade decorrentes das atividades. Todos sentir-se-ão prestigiados e, portanto, participarão com mais afinco.

Um mural posto na escola, ou compartilhado virtualmente nas redes sociais, pode ser um excelente meio de comunicação entre comunidade, alunos e organizadores do projeto. O informativo pode trazer notícias sobre os acontecimentos, fotografias das reuniões, mensagens, novas ideias, pesquisas etc.

Podem-se aproveitar as reuniões para articular eventos e ações de aproximação entre as pessoas como: feiras de troca de roupas, objetos ou livros; sessões de cinema; palestras sobre temas de interesse da comunidade; campanhas e ações de solidariedade; exposições e mostras dos trabalhos realizados.

O ideal é que se façam avaliações constantes das atividades e do projeto. Os organizadores podem aplicar questionários, organizar painéis de avaliação usando *emojis*, ou criar métodos para avaliar respostas ao trabalho e, desse modo, fazer eventuais correções. Entretanto, pode ser que,

39. Veja mais adiante, no capítulo 7.

mesmo em meio aos cuidados, nem tudo saia como o planejado. É fundamental ter consciência de que os erros e desacertos também são parte importante no aperfeiçoamento do processo. É comum, por exemplo, ocorrer divergência dentro das equipes. Lembre-se sempre do diálogo e da tolerância para dar continuidade a esse trabalho de construção da cultura de paz, tão fundamental para as sociedades humanas.



ORIENTAÇÕES PARA AS ATIVIDADES REMOTAS

INESPERADAMENTE, a epidemia da Covid-19 obrigou o mundo a permanecer em isolamento social. As escolas fizeram o possível para se adaptar a esse contexto, recorrendo às atividades on-line, que já estavam pouco a pouco se consolidando no contexto educacional.

Para minimizar os efeitos do isolamento, podemos aproveitar a oportunidade de fazer novos amigos durante as atividades on-line. O momento de encontro virtual também pode ser

bastante divertido, motivador, servindo para abrir novos horizontes, conhecer novas pessoas e estimular a convivência.

Um grande desafio é fazer com que os encontros remotos se tornem interessantes, criativos e participativos. Na maioria das vezes, o engajamento dos integrantes torna a dinâmica mais envolvente e menos monótona.

As orientações abaixo decerto tornarão o encontro on-line bastante motivador. Grande parte das atividades sugeridas neste livro podem ser aplicadas remotamente, pois foram elaboradas para estimular o engajamento do grupo, a autonomia dos participantes e o exercício do protagonismo. O monitor também é convidado a usar sua criatividade.

SUGESTÕES PARA O ORGANIZADOR

A. Aspectos técnicos

ANTES de realizar sua atividade on-line, o monitor deve organizar o ambiente cuidando previamente das questões técnicas que garantirão a qualidade das transmissões.

Comece estudando a melhor posição da câmera do computador ou do celular. Lembre-se de que a maior proximidade possível do roteador é o que possibilitará extrair o máximo de potência do sinal da internet, o que se reflete na qualidade da transmissão.

Verifique a iluminação, sempre proveniente de trás da câmera e nunca de frente para ela. Cuide também do silêncio. Interrupções e barulhos causam distrações e interferem na nitidez do som. Observe se todos os equipamentos que dependem de bateria estão suficientemente energizados. Caso seja necessário mostrar o resultado de algum trabalho, deixe a impressora ligada no modo de espera. Se utilizar o computador para a transmissão, deixe o celular no modo avião e com as notificações desligadas. Se estiver no computador, deixe abertas apenas as páginas de internet que serão utilizadas.

Solicite aos participantes que colaborem para o sucesso da transmissão permanecendo com os microfones desligados, abrindo-os a qualquer momento, mas de modo que falem apenas um de cada vez, o que também permitirá o exercício da escuta pelos demais. Peça ainda que mantenham a câmera ligada durante as atividades, mas que a fechem quando não estiver em uso, visando reduzir o consumo de dados (caso seja por celular) e o volume de tráfego pela internet.



Recomende o abandono temporário da transmissão aos participantes que enfrentarem algum problema técnico que possa perturbar o som ou a imagem.

Finalmente é desejável que todos aprendam a usar as ferramentas eletrônicas para facilitar a abordagem e a fruição dos temas, como o chat e o compartilhamento de tela, bastante úteis para explicar as atividades e tirar eventuais dúvidas.

B. Aspectos humanos e sociais

Ao realizar as atividades, fique atento à dinâmica do grupo que está on-line de modo a valorizar a interação

entre as pessoas. Para isso, tanto o monitor como todos os participantes do processo devem exercitar continuamente o respeito e praticar o acolhimento. Nessa linha, seguem algumas orientações:

- Leia e certifique-se de que os participantes também leram o *Manifesto 2000*.
- Conheça o perfil do grupo: a idade, a origem e os interesses dos integrantes.
- Reserve tempo para que os participantes se apresentem ao grupo.

- Prepare uma atividade de acolhimento, um momento no qual cada um possa ser ouvido. Nesse sentido, cada participante pode opinar sobre o seu conceito de paz e relatar como foi motivado para juntar-se ao grupo.
- Dê tempo para que todos falem sobre suas experiências e opiniões, etapa essencial do processo, principalmente no primeiro encontro. Lembre-se de que o diálogo possibilita aos participantes conhecerem outros pontos de vista, aprimorar a escuta e praticar a argumentação.
- Interaja ativamente com os membros do grupo. Evite ao máximo “ficar falando sozinho” devido a intervenções muito longas. Da mesma forma, evite que alguém monopolize a transmissão com excesso de interrupções.
- Utilize o bom humor para descontrair e tornar o encontro alegre e acolhedor.
- Promova a empatia. Assim que algum participante terminar sua atividade ou alcançar um objetivo, elogie sempre que possível.
- Promova um comportamento ético nos diálogos e nas eventuais postagens.
- Estabeleça os dias e os horários dos encontros, recomendando sempre a pontualidade.

C. Aspectos pedagógicos

PARA que as atividades on-line rendam resultados pedagógicos até além do esperado, procure considerar alguns aspectos que podem interferir na assimilação do conteúdo transmitido.

Em vista disso, avalie a extensão das atividades. Ela não deve ser complexa demais ou exaustiva para uma única sessão. Passar muito tempo em frente da tela pode ser cansativo, além de afetar outros afazeres do dia a dia. Nesse caso, estude a possibilidade de limitar o tempo da transmissão, além de dividir o assunto, ou o tutorial, em várias etapas.

Para evitar improvisos, o resultado das etapas de um trabalho mais longo pode ser preparado antes do início das atividades. Por exemplo, se uma colagem deve secar antes de o objeto ser manipulado, faça-a com antecedência para mostrar o resultado no momento da transmissão. E não se esqueça: se o tema for a produção de trabalhos manuais, atente para que tanto o passo a passo como o produto final estejam sempre sob o foco da câmera. Outra estratégia é a de preparar fotografias com as diversas etapas do trabalho, explicando uma a uma.

D. Redes sociais

HOJE em dia passamos tanto tempo nas redes sociais que elas merecem este tópico à parte. Trata-se de uma maneira facilitadora de agregação social, em que os participantes são motivados a acompanhar as atividades e conteúdos uns dos outros. Portanto aproveite para montar um grupo tendo por base o *Manifesto 2000*. Um dos membros pode ser eleito para atuar como administrador.

Atente apenas para duas questões sensíveis. Primeira: a quantidade de informações, como mencionado acima, não deve ser excessiva. Portanto, dê tempo para que os participantes assimilem devidamente os conteúdos. Segunda: tenha em mente e lembre a todos que o uso indevido de imagens, principalmente sem autorização, pode acarretar danos morais. O mesmo ocorre com textos que envolvam terceiros. Adotadas essas ressalvas, seguem algumas propostas de uso das redes sociais como ferramentas de trabalho, sempre dentro do espírito solidário e de acolhimento que caracteriza o *Manifesto 2000*. Perceba que as possibilidades de trabalho, lazer e socialização propiciadas pelas redes sociais são infinitas!

- Postagem de pequenos vídeos.
- Preparo antecipado de atividades.
- Notícias sobre a escola (projetos e novidades).
- Explicações passo a passo dos trabalhos práticos.
- Recomendação de livros, séries, músicas, *sites* e de outros aplicativos.
- Documentação dos encontros. Poste, com a devida ponderação, imagens das reuniões e fotografias dos participantes em meio a celebrações sociais como amizades, datas comemorativas, diversão em família etc.
- Montagem de grupos segundo interesses: leitura (onde os participantes debatem sobre um livro); causas sociais (campanhas para arrecadar alimentos, roupas e doativos); vizinhanças solidárias (ajuda entre famílias, levantamento dos problemas do bairro, mutirões) etc.

Essas propostas estão longe de esgotar as possibilidades. Tanto o monitor como os participantes podem pensar e desenvolver outras atividades nesse grande universo aberto pelas redes sociais. Note que a maioria das atividades deste livro pode ser adaptada com facilidade para serem realizadas remotamente. Use a imaginação e a criatividade para desenvolvê-las da melhor maneira possível.



2. CINEMA

AVIDA IMITA a arte ou seria o contrário? Será que ambas apenas se intercalam ocasionalmente? Quem nunca pensou nessa questão ao assistir a um filme? Quem nunca se identificou com uma história ou um personagem do cinema? Um filme inteiro – ou partes dele – pode colaborar para refletirmos sobre o que desejamos, buscamos ou o que devemos superar, evitar ou mudar.

Nos filmes, diversas linguagens nos atingem, mobilizando quase todos os sentidos – daí a sua força! As imagens, os sons, o ritmo das cenas e a trilha sonora estimulam nossos sentimentos e emoções. O cinema não nos seduz apenas, mas transporta-nos para outras realidades, outras épocas e outros espaços. Ao assistir a um filme, podemos nos ligar ao passado, ao futuro, a um mundo sem tempo ou ainda a um tempo que continuamente se repete. Isso faz da sétima arte uma forma de comunicação valiosa para trabalhar a cultura de paz!

SUGESTÕES PARA O ORGANIZADOR⁴⁰

INICIE as projeções com vídeos simples, mais fáceis de interpretar. Depois passe para os filmes mais longos e complexos. Há uma diversidade de dramas e documentários que abordam problemas atuais e que também remetem a outros períodos históricos. Escolha os que mais estimulam o poder de reflexão dos participantes. Oferecemos, no Apêndice, com as respectivas fichas técnicas e sinopses, uma lista de sugestões, no entanto, sem esgotar as possibilidades.

Confira a faixa etária da plateia. Cenas de terror, suspense ou de muita violência pode ter efeito antipedagógico nos mais jovens, e serem excessivamente emocionais para os idosos.

Não convide as pessoas apenas para um entretenimento. Para isso é fundamental estudar a película, verificando com antecedência se ela aporta mensagens e valores alinhados à cultura de paz. Veja a seguir alguns cuidados a serem tomados quanto ao formato do evento.

Antes da exibição

Para a comunidade, pode ser extremamente motivador “pegar um cinema” na escola. Arrume com cuidado a sala de exibição. Se possível, tente projetar o filme em uma tela maior e com um equipamento de som mais envolvente. Veja se é possível até mesmo fornecer pipoca aos espectadores.

40. Consulte o item *Sugestões de Filmes*, na página 165.

Cheque o equipamento e resolva eventuais problemas técnicos. Nada mais desmotivador do que o equipamento “emperrar” no meio da trama.

Logo antes do início, apresente rapidamente o enredo do filme e informe à plateia sobre os motivos de sua exibição, além de outros aspectos gerais.

Após a exibição

Não deixe que a sessão termine sem um diálogo, que deve ser conduzido de maneira amigável e interessante. Não se trata de fazer análise crítica ou estética, mas de resgatar os valores inerentes à cultura de paz. Evite, portanto, discussões maçantes ou excessivamente intelectualizadas.

Peça aos participantes que se lembrem das cenas mais marcantes. Se houver consenso, pode-se voltar a elas.

Questões reflexivas a serem propostas após a exibição

- Quais os aspectos positivos e negativos do filme?
- Quais as principais ideias transmitidas?
- O que mais chamou a atenção?
- Quais as coincidências, consequências ou possíveis lições para a nossa vida?
- Como caracterizar a sociedade onde a trama se passou? Quais os valores apresentados pelos protagonistas? Como cada um julga esses valores? O grupo concorda ou discorda desses valores?
- Esses valores contribuem para uma cultura de paz? Por quê?

SUGESTÕES DE DINÂMICAS

- Exiba o filme até determinado ponto e peça que os participantes inventem um fim, sempre coerente com os princípios da cultura de paz. Depois continue o filme. Ao término, peça que comparem o fim verdadeiro com o inventado.
- Sugira que dramatizem a história.
- Peça que façam um desenho ou uma pintura artística com as cenas mais marcantes e depois que expliquem para o grupo o seu significado.

ATIVIDADES



FESTIVAL DE CINEMA

ESTA é uma atividade feita com base em filmes aos quais os participantes podem assistir em casa ou até pelo celular, individualmente ou em grupo. O importante é que depois da sessão, haja um diálogo sobre os filmes. Veja, na tabela a seguir, as sugestões para cada um dos pontos do *Manifesto 2000*.

TÓPICO DO <i>Manifesto 2000</i>	SUGESTÃO DE FILME
RESPEITAR A VIDA	<i>Baraka</i>
REJEITAR A VIOLÊNCIA	<i>Gandhi</i>
SER GENEROSO	<i>Patch Adams: o amor é contagioso</i>
OUVIR PARA COMPREENDER	<i>A 100 passos de um sonho</i>
PRESERVAR O PLANETA	<i>Planeta Terra</i>
REDESCOBRIR A SOLIDARIEDADE	<i>Milagre na cela 7</i>

RACISMO E DISCRIMINAÇÃO

PEÇA que os participantes assistam, preferivelmente em grupo, aos seguintes filmes:

- *Bem-vindo a Marly-Gomont.*
- *Estrelas além do tempo.*
- *Eu não sou seu negro.*

Posteriormente explique a seguinte definição de “racismo” e escreva na lousa ou divulgue o texto, impresso ou nas redes sociais:

Racismo é o preconceito, antagonismo e discriminação (ação ou efeito de separar, segregar, pôr à parte) por parte de um indivíduo, comunidade ou instituição, contra uma pessoa ou pessoas, pelo fato de pertencer a um determinado grupo étnico, tipicamente marginalizado ou uma minoria.⁴¹

Mobilize novamente o grupo, pedindo aos participantes que:

41. *Oxford Languages*, s.d.

- dialoguem livremente sobre a mensagem que os filmes despertaram em cada um.
- falem de duas cenas (uma de cada filme) que descrevem um ataque racista sofrido por um indivíduo, por uma comunidade ou por uma instituição.
- descrevam uma situação em que testemunharam atos racistas ou mesmo que foram vítimas dele.
- descrevam um comportamento racista que já exerceram.
- elenquem as principais causas do racismo estrutural no país.
- façam uma lista em uma folha grande de papel (geralmente A3), em uma lousa ou mesmo no celular, de ações individuais, comunitárias e institucionais para combater o racismo estrutural. Quanto mais ideias, melhor.



BULLYING E PRECONCEITO

PEÇA aos participantes que assistam, preferivelmente em grupo, ao filme *Extraordinário*.

Após a exibição, explique e debata com o grupo o significado das palavras “preconceito” e “bullying”.

*Preconceito: atitude emocionalmente condicionada, baseada em crença, opinião ou generalização, determinando simpatia ou antipatia para com indivíduos e grupos.*⁴²

*Bullying: tipo de violência, verbal ou física, que acontece de modo repetitivo e persistente, sendo direcionada contra um ou mais colegas, caracterizando-se por atingir os mais fracos de modo a intimidar, humilhar ou maltratar os que são alvos dessas agressões.*⁴³

Pode-se colocar esse texto na lousa, imprimir-lo ou divulgá-lo nas redes sociais.

A seguir abra uma roda de diálogo com as seguintes reflexões:

- Peça que os participantes dialoguem livremente sobre o roteiro e falem sobre a mensagem deixada pelo filme.
- Como o filme trata das diferenças físicas e cognitivas? Em quais trechos você identifica atitudes de preconceito?
- Você já conviveu com pessoas com deficiências físicas ou cognitivas? Como é a inclusão destas pessoas na sociedade? Qual o papel da família nesse processo?

42. Michaelis, s.d.

43. Ferreira, 2020.

- Qual o valor da amizade mostrado no filme?
- Quais cenas de *bullying* mais chamaram a atenção? Quando as brincadeiras podem ser cruéis?
- Você já foi vítima ou testemunhou atos de *bullying*?
- Você já praticou *bullying*? Como você se sentiu?

Finalize elaborando uma lista, em uma folha grande de papel (de preferência A3), na lousa ou mesmo no celular, de ações que cada um pode fazer para combater o preconceito e *bullying* nas escolas e na sociedade.



MARAVILHAS DO UNIVERSO

Os dois documentários a seguir abordam nossa posição frente ao espaço cósmico, o que costuma causar uma grande fascinação. A partir deles podemos refletir sobre o tamanho, a beleza e os mistérios do Universo.

- *Cosmos: Mundos possíveis* (primeiro episódio da primeira temporada).
- *Hubble 3D*.

Assista aos documentários com o grupo e, a seguir, abra uma roda de diálogo, solicitando aos participantes que manifestem as principais sensações despertadas pelas obras.

Depois, peça que reflitam sobre as seguintes frases do famoso astrônomo e divulgador científico Carl Sagan:

- “Diante do infinito, somos apenas um pálido ponto azul.”
- “Você é uma pessoa única em todo o Universo.”
- “Cada um de nós é um pequeno Universo.”
- “Somos todos poeiras de estrelas.”
- “Fomos feitos para descobrir estrelas.”

TRANSFOBIA

PEÇA aos participantes que assistam, de preferência em grupo, ao filme *Garota dinamarquesa*.

Explique que pessoas *trans* são as que têm características comportamentais de um gênero diferente do seu sexo biológico. No filme, produzido a partir de uma história real, o protagonista, apesar de ter nascido com o sexo biológico masculino, identifica-se com o gênero feminino. A sociedade, muitas vezes desinformada, não compreende esses fatos, o que gera uma série de atitudes preconceituosas conhecida como *transfobia*. Muitas vezes as pessoas *trans* são rotuladas, errônea e injustamente, como portadoras de uma “doença” ou de um “distúrbio

psicológico”, o que desencadeia opressão e violência contra essa minoria. O Brasil é um dos países que apresenta maiores índices de violência contra essa população. Após assistir ao filme, promova uma roda de diálogo⁴⁴ com o grupo, levantando as seguintes questões:

- Você já teve atitudes transfóbicas?
- Você já testemunhou situações de transfobia?
- Como a transfobia pode ser combatida?

HOMOFOBIA

PEÇA aos participantes que assistam, aos seguintes filmes, preferencialmente em grupo:

- *Retrato de uma jovem em chamas.*
- *Jogo da imitação.*

Estabeleça uma roda de diálogo sobre os filmes propondo que os participantes externem suas opiniões sobre as cenas mais marcantes.

Explique que a homofobia é o preconceito contra pessoas que não se identificam como heterossexuais, o que pode causar reações de ódio, violência física ou verbal. Assim como o racismo, a homofobia é um comportamento muitas vezes naturalizado em diversos grupos sociais.

Proponha então as seguintes questões:

44. Para conduzir este diálogo, sugere-se o estudo prévio do capítulo 4.

- Quais seriam as principais causas da homofobia?
- Por que até hoje ainda ocorrem comportamentos homofóbicos?
- Você já foi homofóbico? Já viveu situações de homofobia?
- Como combater a homofobia?

A VIDA NA TERRA

ESTA atividade leva os participantes a uma viagem pelo planeta, onde se pode vislumbrar sua beleza, as diferentes formas de vida que nele ocorrem e ter contato com os impactos que a humanidade causa na Terra.⁴⁵

Peça que os participantes assistam aos seguintes documentários, preferencialmente em grupo:

- *David Attenborough e o nosso planeta.*
- *Mission blue.*
- *Professor polvo.*

Após a sessão, abra uma roda de conversa, e levante as seguintes questões:

- Quais os sentimentos desencadeados por esses filmes?
- Selecione as três cenas mais belas.
- Quais cenas trouxeram mais incômodos?
- Como você enxerga o presente e o futuro da vida na Terra?

A GENEROSIDADE E A SOLIDARIEDADE

PEÇA aos participantes que façam uma pesquisa prévia sobre as seguintes questões:

45. Sugere-se o estudo do capítulo 5.

- O que foi o Holocausto?
- Qual foi seu contexto histórico?

Em seguida, sugira que assistam, de preferência em grupo, aos seguintes filmes⁴⁶:

- *A lista de Schindler*.
- *O corajoso coração de Irena Sendler*.

Proponha uma roda de conversa sobre esses enredos. Enfatize que ambos apresentam histórias verídicas, que abordam situações de tanta generosidade e solidariedade, nas quais pessoas chegam a pôr suas próprias vidas em risco para ajudar o próximo. Explique que as atitudes mais generosas e solidárias surgem nos momentos de maior sofrimento humano.

Discuta, também, a importância de conhecer e resgatar o passado, mesmo que ele seja brutal, para reforçar a necessidade de paz nas gerações presentes e futuras. Trata-se de uma advertência para que as mais cruéis formas de violência cometidas contra o ser humano, jamais se repitam. Essas reflexões ajudam a combater a violência, a intolerância e o preconceito, levando-nos a refletir sobre os caminhos mais eficientes em direção a uma cultura de paz.

46. Para conduzir esta atividade sugere-se o estudo prévio dos capítulos 3 e 6.

A HUMANIDADE

PEÇA que o grupo assista ao documentário *Humano – uma viagem pela vida*.⁴⁷

Promova uma roda de diálogo solicitando, de início, que os participantes discorram livremente sobre os principais sentimentos despertados por essa narrativa, que conta histórias vividas por um grande número de pessoas em diversos lugares do mundo. Enfatize que este documentário é tão marcante que sua estreia foi realizada na Assembleia Geral das Nações Unidas. Oriente a conversa com as seguintes perguntas:

- Quais os depoimentos que mais os comoveram?
- Quais as paisagens mais marcantes?
- O que nos torna humanos?
- Quais os comportamentos comuns aos seres humanos nas diversas culturas?

Sugira então que expressem seus pontos de vista sobre as seguintes frases:

- “Todo ser humano constrói a história da humanidade.”
- “Na espécie humana, é mais forte o que nos une do que aquilo que nos separa.”

47. Existem versões de diferentes durações. Sugere-se que a versão mais longa seja assistida em duas ou três sessões.



3. CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

A TRANSMISSÃO ORAL de histórias vem desde os primórdios da humanidade, juntamente com o desenvolvimento da linguagem. Em meio a tantas imagens e cenas que já vimos ou vivenciamos sobre esse tema, é possível até mesmo imaginar nossos ancestrais contando histórias ao redor de uma fogueira. Assim surgiram as lendas e os mitos, que passaram de geração em geração. Por meio dessas histórias adquirimos experiências de vida, desenvolvemos o caráter, o raciocínio, a imaginação e a criatividade. Desenvolvemos também o senso crítico, valores éticos, aumentando nossas possibilidades de relacionamentos sociais. Com elas aprendemos a crescer e com elas aprendemos a pensar.

Uma boa história pode provocar um sentimento profundo de conexão entre o contador e os ouvintes. A proposta que se segue é a de elaborar

uma sessão especial de contação de histórias pelos participantes, tomando por base seu próprio olhar sobre os temas fornecidos mais abaixo.

A habilidade de contar uma boa história, ou de transformar suas próprias experiências em uma história, requer pouca prática, mas existem algumas orientações para cativar a atenção da plateia.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR⁴⁸

- Faça sua pesquisa, escolhendo histórias interessantes de acordo com a faixa etária do grupo que vai ouvi-las. Pode ser contos de fadas, fábulas, lendas folclóricas, fatos reais do cotidiano, aventuras etc.
- Estude a história previamente, entenda sua trama, divirta-se com ela, capte sua mensagem e seus elementos essenciais. Faça uma escolha amorosa da “sua” história; identifique-se com ela.
- Localize o enredo, reconheça personagens principais e secundários. Por exemplo: local, época, civilização. Entenda o conteúdo e a mensagem da história.
- Antes de começar, proponha uma conversa informal, para descontrair e captar o interesse do grupo. Peça silêncio. Uma música de fundo ajuda a criar o clima.

- Não se estenda por mais que dez minutos contando a história.
- Faça uma avaliação sobre a extensão da história: se for muito longa, resuma; se muito curta, enriqueça com detalhes.
- Tire proveito de sua voz. Pronuncie bem as palavras e faça as devidas pausas. Se possível, treine fazendo uma leitura clara e pausada do texto em frente a um espelho.
- Cuidado com o volume da voz. Não grite nem fale muito baixo. Module o som de acordo com o sentimento a ser externado: rápido para imprimir senso de urgência ou ênfase, e vagaroso quando quiser passar uma sensação de alegria, paz e serenidade.
- Modifique o tom da voz do grave para o agudo, dependendo do personagem que interpreta.
- Durante a interpretação, o corpo e o semblante também falam pela encenação. Para isso, faça pausas e imitações moderadas.
- Para encerrar, conduza uma reflexão sobre a narrativa, discutindo valores e pontos de vista.

O grupo pode realizar essa “contação de histórias” em espaços assistenciais, como um lar de idosos ou para crianças pequenas.

48. Consulte a lista de sugestões de livros para contar histórias na página 185.



4. CULINÁRIA

ENQUANTO lavamos vegetais, pode ser que nos lembremos da terra, que faz crescer muitos dos nossos alimentos. As frutas suculentas podem nos ajudar a recordar das estações do ano. Ao preparar as refeições, misturamos também outros ingredientes da vida: bom humor, apetividade, lembranças, histórias e aconchego. E o que vai para o lixo? Quanto alimento desperdiçado!

As receitas contam ainda a história das culturas e dos lugares. Por isso muitos valores da cultura de paz podem ser cultivados no preparo dos alimentos e no compartilhamento das refeições: a generosidade da partilha, a consciência da carência e do desperdício, entre outros. As salas de aula ou a cantina e a cozinha da escola podem ser palco de divertidas e instrutivas aulas de culinária, as quais resgatam valores da convivência. E durante as refeições pode-se aproveitar o tempo para falar dos alimentos: de onde vieram? para onde vão?

A **SEGUIR**, você conhecerá receitas de farinhas e alimentos enriquecidos que podem ajudar a melhorar a saúde e a salvar a vida de muitas crianças. Também verá dicas para combater o desperdício de alimentos. Participe e ajude a divulgar.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR

- Resgate a cultura local e as receitas regionais. Os idosos podem ser voluntários para ministrar aulas de culinária.
- Preparar lanches e refeições em equipe promove a solidariedade, o senso de participação e a criatividade.
- Dedique cuidado na montagem da mesa de refeições. Ao prepará-la com amor, capricho e beleza, estamos dizendo, indiretamente, que amamos nosso semelhante.
- A história de um povo pode ser conhecida pelos seus hábitos alimentares. Existem filmes⁴⁹ que nos inspiram sobre os valores humanos presentes no preparo dos pratos; músicas⁵⁰ que nos falam poeticamente de alimentos; e livros⁵¹ que se

referem ao amoroso ato de cozinhar. Comece as atividades assistindo a esses filmes ou ouvindo essas músicas inspiradoras. Peça que os participantes contribuam com seu próprio repertório.



RECEITAS ALTERNATIVAS PÃO NUTRITIVO

- Água morna
- ½ copo de óleo
- 1 kg de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de fermento biológico
- 2 copos de farelo de trigo umedecido com água fervente

Em uma vasilha coloque um copo de água morna, 1 colher (sopa) de açúcar, o óleo e o fermento. Misture delicadamente os ingredientes e deixe descansar por 30 min.

Em outra vasilha acrescente a farinha, o restante do açúcar e o conteúdo do copo de farelo de trigo umedecido. Vá completando com água morna até formar uma massa. Junte o conteúdo

49. *A festa de Babete* (1989); *Como água para chocolate* (1992); *O tempero da vida* (2003); *Julie e Julia* (2009); *Comer, rezar e amar* (2010).

50. Dorival Caymmi: “Você já foi à Bahia?”; Chico Buarque: “Feijoada completa”; Marisa Monte: “Não é proibido”; Djavan: “Farinha”.

51. Alves, 1998.

da primeira vasilha. A partir daí use as mãos para misturar até que a umidade da massa diminua, o que possibilita que ela desgrude das mãos.

Amasse bem e deixe crescer por cerca de 30 minutos.

Molde na forma que desejar e leve ao forno. Inicialmente em fogo alto (cerca de 10 min), diminuindo logo depois.

O pão estará pronto quando a casca de cima estiver dourada e fizer um somoco na casca de baixo.



FAROFA MULTIMISTURA

- Cheiro-verde
- ½ copo de óleo
- 1 cebola média picada
- 1 copo de farelo de trigo
- 1 pitada de pimenta do reino
- 1 pitada de pó de casca de ovo
- 1 copo de folhas diversas refogadas
- ½ copo de fubá torrado ou pré-cozido

- 1 colher (chá) de pó da folha de mandioca (aipim, macaxeira)
- 1 copo de farinha de mandioca (aipim, macaxeira)
- Tempero à vontade

Refogue a cebola em um pouco de óleo e acrescente a pimenta do reino, a farinha de mandioca, o fubá, as verduras refogadas, o restante do óleo, o sal com o alho e, no final, o cheiro-verde e o pó da folha de mandioca.

BOLINHOS

A. Bolinho de abóbora ou batata-doce (ou bagaço de coco, milho ou soja)

- 1 pitada de sal
- 1 colher (sopa) de açúcar (utilizar apenas para bolinho doce)
- 2 colheres (sopa) de farelo de trigo
- 1 colher (sobremesa) de fermento em pó
- 1 xícara de abóbora cozida e amassada
- Farinha de trigo suficiente para encorporar a massa e fritar às colheradas
- Óleo para fritar

Misture os ingredientes. Frite em óleo quente. Caso queira bolinho doce, polvilhe com açúcar e canela depois de pronto.

B. Bolinho de mandioca (macaxeira ou aipim)

- 1 colher (chá) de sal
- 3 ovos
- 3 colheres de óleo
- 3 xícaras de polvilho
- 1 xícara de farelo de trigo
- 3 xícaras de queijo ralado (opcional)
- 3 xícaras de mandioca cozida e amassada
- Leite ou água suficiente para amassar com a mão
- Óleo para fritar

Misture tudo e frite em óleo quente.

BOLO MULTIMISTURA

- 3 ovos inteiros
- 1 xícara de óleo
- 1 xícara de água
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de fubá
- 1 xícara de farelo de trigo
- 1 xícara de farinha de trigo comum
- 2 colheres (sopa) de farelo de arroz torrado
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 colher (chá) de pó de folhas de mandioca

Bata os ovos, o açúcar, o óleo e a água. Depois junte os demais ingredientes. Misture bem. Coloque a massa numa forma untada e asse em forno pré-aquecido (180 °C), por aproximadamente 35 min a 40 min.

BOLO PETELECO ENRIQUECIDO

- 2 ovos inteiros
- 1 xícara de óleo
- 2 xícaras de açúcar
- ½ colher de chá de sal
- 1 xícara de farelo de trigo
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 xícara de chocolate em pó
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 1 colher (chá) de bicarbonato
- 1 colher (chá) de pó de folhas de mandioca

Misture bem todos os ingredientes e acrescente 2 xícaras de água fervendo. Misture novamente. Coloque numa forma untada e asse em forno pré-aquecido (180 °C), por aproximadamente 35 min a 40 min.

SALADAS

Sempre que possível, misture de três a quatro variedades de vegetais entre as seguintes sugestões:

- | | |
|------------|----------------------------------|
| • alface | • pepino |
| • brócolis | • rabanete |
| • cenoura | • repolho |
| • coentro | • salsa |
| • couve | • tomate |
| • hortelã | • trigo (em grãos ou para quibe) |

Caso use o trigo em grãos, coloque-o de molho na água por cerca de 4 horas. Depois cozinhe por 30 min até que o grão amoleça.

Se optar pelo trigo para quibe, coloque uma porção em uma tigela e

acrescente água morna deixando hidratar por aproximadamente 20 min.

Em ambos os casos, escorra a água em uma peneira e só então misture o trigo aos outros vegetais.

SUCO TIPO “FANTA”

- 1½ litros de água
- 2 cenouras grandes
- Suco de 2 limões-taiti
- 1 limão cravo (capeta, rosa ou galego) com casca ou 1 laranja com casca e sem semente

Bata no liquidificador as cenouras e a água. Coe e reserve o resíduo para usar no arroz, na farofa etc. Volte o suco para o liquidificador e acrescente um limão com casca ou uma laranja com casca sem sementes ou o suco de dois limões comuns. Adoce a gosto.

PUDIM DE MANDIOCA (MACAXEIRA)

- ½ kg de mandioca cozida e amassada
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- ½ litro de leite
- 1 colher (sobremesa) de fermento
- 1 colher (sopa) de óleo
- 2 xícaras de açúcar
- 1 pitada de sal
- 1 colher (sopa) rasa de erva-doce
- 2 ovos batidos
- 1 pitada de pó de folha de macaxeira
- 2 colheres (sopa) de farelo de trigo

Misture tudo e coloque em forma de pudim caramelizada com açúcar.

Deixe em banho-maria e asse em forno pré-aquecido (180 °C), por aproximadamente 90 min.

ARROZ ENRIQUECIDO

- Óleo para refogar
- 1 copo de arroz
- 2 copos de água
- 2 colheres (sopa) rasas de farelo de trigo
- 1 pitada de pó de folhas de mandioca
- Talos de couve ou casca de abóbora refogados

Refogue o arroz junto com o farelo e coloque sal a gosto e outros temperos se desejar. Junte a água e cozinhe até secar, cuidando para que não queime. Depois de cozido, acrescente os talos de couve ou a casca de abóbora.



MASSA DE PIZZA

- 1 xícara de óleo
- 1 kg de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de sal
- 3 copos de leite morno

- 50 g de fermento biológico
- 1 colher (sopa) de açúcar

Desmanche o fermento no leite e misture os demais ingredientes. Sove bem a massa. Deixe crescer. Serve como massa de pizza, de *esfiha* ou de pão.

FARINHA MÚLTIPLA⁵²

- Farelo de trigo (três medidas ou 32%)
- Farelo de arroz (três medidas ou 32%)
- Folhas de abóbora (meia medida ou 5%)
- Folhas de mandioca (uma medida ou 10%)
- Folhas de batata-doce (meia medida ou 5%)
- Sementes de girassol (meia medida ou 5%)
- Sementes de gergelim (meia medida ou 5%)
- Sementes de abóbora, de melancia e de melão misturadas (meia medida ou 6%)

O farelo de arroz deve ser peneirado e tostado em tacho ou panela grossa. Mexa com colher de pau em fogo brando durante meia hora. Quando cheirar a amendoim torrado é sinal de que está pronto.

Caso o farelo de trigo esteja muito grosso, peneire e moa a parte grossa para depois tostar por 20 minutos até atingir o ponto, ou seja, até cheirar a biscoito assado.

52. Costa e França, 1993.

As folhas verdes devem secar em estufas, em fornos ventilados ou em varais nas épocas de tempo seco e quente. O importante é que as folhas não fiquem amareladas e conservem a coloração verde-escura. Em seguida são trituradas em pilão, ou no liquidificador, e peneiradas.

As sementes de girassol devem ser tostadas, moídas e peneiradas. Elas podem ser substituídas por outras sementes, como: castanha-do-pará, amendoim, castanha-de-caju. O gergelim deve ser lavado e tostado até que os grãos adquiram um gosto próximo ao do amendoim torrado. As sementes de abóbora, melancia e melão devem ser lavadas, secadas e torradas antes de moer e peneirar.

As receitas podem guardar variações. Por isso é normal que cada região considerada produza sua própria farinha.

USOS POSSÍVEIS

1. Na preparação das receitas do dia a dia. Adicione, por exemplo, uma colher de sopa de farinha múltipla para cada xícara de arroz, farinha de trigo ou fubá.
2. Para revitalizar a massa de farinha branca em pães, tortas e bolos, ou para aumentar o poder nutritivo de farofas, suflês, omeletes, iogurte, leite, feijão, arroz e sopas diversas.
3. Para polvilhar os alimentos em cada refeição diária. Recomenda-se uma colher (sopa).

SEM DESPERDÍCIOS

A forma mais comum de desperdício do lixo doméstico é proveniente do mal uso e do descarte inadequado de muitas sobras de alimentos que poderiam ser reutilizadas mediante um processamento adequado. Veja a seguir algumas orientações sobre conservação e reaproveitamento de alimentos, separadas por itens e, dentro deles, por ordem alfabética.

Frutas, verduras e grãos

- Abacate. Se usar apenas a metade do fruto, reserve a outra metade com o caroço. Isso retarda bastante a deterioração.
- Alho. Trata-se de um dos alimentos mais caros. Evite as perdas transformando-o em pasta ou guarde-o descascado em um recipiente com óleo.
- Arroz. Use as sobras para fazer: bolinho, canja, risoto, mexido com ovo estrelado, sopa e torta.
- Batata (cozida). Para usar as batatas cozidas com a mesma qualidade nos dias subsequentes, acrescente uma cebola à água do cozimento para que não escureçam. A água do cozimento acaba por concentrar muitas de suas vitaminas; aproveite-a para fazer um purê adicionando leite em pó e manteiga.
- Batata (crua cortada em rodelas). Adicione-as a ensopados que tenham ficado salgados demais. A batata absorve o sal durante o cozimento. Veja também: Pão (amanhecido).
- Batata (purê). Com a sobra do purê, forme pequenas bolinhas, polvilhe com farinha de rosca e frite como croquete. Pode-se recheá-los ainda com sobras de carne, legumes, queijo, salsicha etc.
- Feijão. Caso passe do ponto, use uma cebola para remover um eventual gosto de queimado remanescente.



- Limão. Para aproveitar ao máximo o sumo que a fruta pode fornecer, dê algumas batidas moderadas sobre ele com um martelo de carne antes de cortá-lo. Para conservar por mais tempo a metade não utilizada, coloque-a em um pires com água, com a face cortada para baixo, mantendo-a no refrigerador.
- Salsa fresca. Para conservá-la por mais tempo, lave-a, deixe-a secar, corte-a o mais fino possível e congele-a *in natura*. Ou então a guarde em um recipiente de vidro coberta com óleo.

- Tomate. Caso esteja mole, deixe-o de molho em água fria ou gelada por cerca de 15 min. Ele ficará mais rijo e fácil de ser cortado.
- Verduras. Cozinhe-as no vapor para que conservem todo o valor nutritivo.
- Restos de frutas podem ser reaproveitados para fazer geleias e compotas.

Farináceos, pães, bolos e massas

- Bolachas (sobras). Despedace-as e guarde-as em um vidro fechado para usá-las como cobertura de bolos ou ingredientes de massa de torta.
- Bolo (velho). Pode sofrer uma renovação se mergulhado em leite frio e assado em forno médio. Para mantê-lo em bom estado por mais tempo, basta embrulhá-lo com uma toalha úmida e guardá-lo em lugares frescos.
- Farinha de trigo. Para estender sua validade, embale-a para que não absorva o odor e o gosto dos outros alimentos. Preserve-a na geladeira ou no congelador, o que evitará uma eventual fermentação espontânea. Para que não se formem grumos, basta acrescentar uma pitada de sal.
- Macarrão. Para que não grude após o escorrimento, basta regá-lo com um fio de óleo ou azeite.
- Pão (amanhecido). Para deixá-lo com aspecto fresco, basta umedecê-lo levemente com água ou leite e levá-lo ao forno quente por alguns

minutos. Adicione-o aos ensopados que tenham ficado salgados demais para absorver o excesso de sal. Pode-se também torrá-lo e, se batido no liquidificador ou ralado, serve como farinha de rosca. Se amolecido com leite, é bom para rechear frango, como liga para bolinhos, tortas de carne etc.

Carnes e peixes

- Carne de aves, assadas ou cozidas. Desfie-as e use-as em ensopados, recheios, risotos e molhos. Quando moídas, podem resultar em ótimos croquetes, pastéis, saladas ou recheio de omelete. As sobras de frango podem ser desfiadas e misturadas com maionese e temperos para fazer patê.
- Peixes (sobras). Muito cuidado ao consumi-las; caso não sejam utilizadas imediatamente após o preparo, ou se forem mal refrigeradas, costumam deteriorar facilmente.

Laticínios, ovos, óleos, gorduras e temperos

- Maionese. Se talhar, não descarte. Tente adicionar água quente, gota a gota, até que ela volte ao ponto.
- Óleo. Para o óleo render mais, passe-o por um filtro de papel, desses comumente usados para café, a cada duas, ou no máximo três, frituras. Depois disso, filtre-o novamente, mas, desta vez, destine-o à reciclagem.

- Queijo branco. Guarde-o no refrigerador em um recipiente fundo com um pouco de água salgada. Pela manhã e à noite, vire o queijo para umedecer ambos os lados. Assim, ele se conserva fresco por mais tempo.
- Queijos (sobras). Rale-as e use-as polvilhadas em molhos e sopas.

Observe a explicação dos pesquisadores João Batista Rezende, Renata Borges e Aparecida Sakotani, que orientam empresas sobre a utilização

de alimentos a fim de evitar desperdícios: “Talos, folhas e cascas são, muitas vezes, mais nutritivos do que a parte dos alimentos que estamos habituados a comer. Rama de cenoura e folhas de beterraba, por exemplo, são riquíssimas em vitaminas e sais minerais”.

Veja na tabela a seguir como aproveitar partes de vegetais riquíssimas em nutrientes e que normalmente acabam no lixo.

Partes dos vegetais	Nutrientes	Como preparar
Folha de mandioca	Vitamina A e ferro	As folhas devem secar à sombra, moídas com pilão ou batidas no liquidificador. Guarde em vasilha fechada. Use pitadas nas refeições.
Talos do agrião	Vitaminas em geral	Limpe-os, pique-os e refogue-os com tempero e ovos batidos.
Folhas verde-escuro	Ferro	Aproveite-as em sopas, refogados e purês.
Talos de couve, de taioba ou de espinafre	Fibras	Podem ser refogados, no feijão, na sopa.
Abóboras completas (sementes, cascas, polpa, folhas e pedúnculo)	Fibras, sódio, potássio, proteínas e vitaminas B6 e C , Ferro, magnésio e cálcio	Quando torradas, as sementes servem para paçocas e rendem ótimos aperitivos que são terapêuticos para o aparelho urinário. A casca serve para a elaboração de bolos, chips e farofas.
Folhas de nabo, de rabanete e de beterraba	Carboidratos, cálcio, fósforo e vitaminas A e C	Refogue-as e sirva em saladas, refogadas ou em conserva.
Folhas de cenoura	Vitamina A	Pode-se fazer bolinhos, sopas ou saladas.
Cascas de melancia	Vitaminas C e B6 e zinco	Pode-se fazer doces.
Cascas de laranja	Vitamina C	Pode ser usada em pratos doces à base de leite, como arroz doce e cremes.
Cascas de abacaxi	Vitamina C , fibras e bromelina	Serve para sucos e doces.



5. DINÂMICAS DE GRUPO

OS SERES humanos estão sempre procurando aproximar-se entre si. Na família, na escola, na turma da rua, no grupo religioso. Porém, muitas vezes, nesses encontros, algumas pessoas simplesmente se cruzam sem nem mesmo prestar atenção umas nas outras.

Assim como precisamos fazer exercícios para manter o corpo em forma, também precisamos praticar o diálogo e ouvir realmente o que o outro está querendo dizer, a fim de manter em bom estado a comunicação com quem está em volta. Só assim conseguimos estabelecer relações verdadeiras, trocar experiências, crescer juntos e mais: resolver problemas comuns em busca da cultura de paz que tanto almejamos.

No entanto, em vista das nossas resistências, manter a mente aberta para esse tipo de interação não é fácil. Por isso, algumas dinâmicas de grupo podem facilitar o processo de aproximação. O objetivo das sugestões a seguir não é só propiciar o encontro entre pessoas, mas também servir para explorar os problemas mais delicados vividos por elas e pela comunidade e, conjuntamente, propor soluções. Compartilhar experiências acarreta um grande desafio: aproveitar a chance de preparar o terreno para que floresçam a solidariedade e a compreensão mútua.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR⁵³

- É importante que o monitor das atividades seja amoroso e receptivo com os participantes. Um clima de alegria, bom humor e descontração possibilita a manifestação de emoções positivas, que são a base para a solução pacífica de conflitos.
- Inicie o trabalho pelas técnicas de apresentação e descontração sugeridas a seguir. Em geral, depois de compartilharem atividades lúdicas, as pessoas acabam se conhecendo melhor, o que confere maior leveza ao grupo.

53. Veja também as orientações sugeridas na atividade modelo da página 36.

- Todos precisamos ser ouvidos. O ato de escutar os sonhos e as experiências de outrem é, em si, um exercício de generosidade. Portanto, conecte-se ao outro para verdadeiramente escutar o que ele está dizendo.⁵⁴
- Apesar das divergências de pontos de vista e de valores (inerentes à condição humana), a meta é criar um ambiente onde predomine a cooperação. Para isso, é necessário cotidianamente cultivar a tolerância às diferenças.
- Resolver os conflitos sem violência não significa acabar com diferenças de opinião. Além de impossível, não é desejável, visto que se perderiam as contribuições que essas diferenças oferecem à humanidade.
- Na prática, porém, nem sempre os acontecimentos podem ser previstos, principalmente ao se trabalhar com pessoas. Por isso, caso o monitor não tenha suficiente experiência, é recomendável começar com grupos menores. O monitor também pode atuar ao lado de um colega mais experiente.

APRESENTAÇÃO E MOTIVAÇÃO

As seguintes técnicas contribuem para aproximar pessoas que não se conhecem:

54. Reveja no capítulo 4.

- **Gesto.** Trata-se de uma divertida mímica, ideal para grupos de até quinze pessoas. Os participantes ficam de pé, em círculo, para que cada um se apresente. Ao dizer seu nome, a pessoa faz um gesto. O companheiro ao lado repete o gesto, diz seu nome, cria outro gesto e assim por diante.
- **Duplas.** Consiste em um bate-papo para grupos com um número par de participantes. O grupo divide-se em duplas que conversam durante 5 minutos. Depois o monitor pede a todos que formem um círculo. Cada um apresenta o(a) colega, diz o seu nome e, em poucas palavras, conta o que ficou sabendo a respeito dele(a). Só não vale escolher um(a) amigo(a) ou uma pessoa já conhecida. O objetivo da dinâmica é conhecer (melhor) um(a) parceiro(a).
- **Cara-metade.** Trata-se de um jogo de procura, no qual todos os participantes falam entre si. Para essa proposta, o monitor prepara, com antecedência, diversas figuras (animais, flores etc.) que devem ser coladas em uma cartolina e cortadas ao meio. Depois ele as coloca dentro de um cesto ou saquinho. Então cada participante tira um recorte e procura quem está com a outra metade da figura. O monitor dá 15 minutos para que as metades se encontrem, se apresentem e conversem entre si.
- **Criando laços.** Os participantes formam um círculo de mãos dadas.

O monitor interrompe a roda em um ponto e a pessoa de uma das extremidades será a “agulha” que “costura”. Os demais formam o “fio”. Sempre de mãos dadas, a “agulha” começa a entrelaçar as pessoas, passando por baixo dos braços atados e zigzagueando de um lado para o outro. Quando o grupo estiver embolado, o último começa a “desfazer” os nós, voltando ao círculo inicial.

- **Ilha deserta.** Um grupo de pessoas fica no centro de um círculo formado pelos outros participantes de mãos dadas. O monitor explica que elas “acabaram de chegar a uma ilha deserta” e não sabem quanto tempo aí ficarão, pois não há transporte nem comunicação. Então... que fazer? É importante que o monitor incentive a discussão sobre as possibilidades. Todas as ideias são válidas. O monitor só retoma a palavra quando o grupo chegar a uma conclusão. Essa atividade desenvolve a participação, o espírito de solidariedade e a criatividade.



ATIVIDADES

TEMPESTADE CEREBRAL⁵⁵

ALÉM de promover a solidariedade no grupo, esta atividade gera muitas ideias e soluções para problemas ou dificuldades vividas pela comunidade.

O monitor deve apresentar um problema a ser resolvido. Por exemplo:

1. Que podemos fazer para reduzir os impactos de um blecaute no bairro?
2. Como podemos contribuir para minimizar os efeitos do aquecimento global?
3. Como combater a extinção de espécies?

Os grupos terão 15 minutos para apresentar ideias a fim de solucionar o problema. Antes de iniciar, contudo, o monitor deve orientar para que não haja desvios do assunto nem críticas às ideias que surgirem, ou seja, todas podem ser aceitas. E quanto mais criativas e inusitadas, melhor! O objetivo é atingir o maior número possível de ideias!

Após esgotar o tempo, o grupo avalia as ideias apresentadas e escolhe as mais adequadas. Se houver subgrupos, o monitor solicita uma lista.

Os participantes então, reúnem-se para escolher as melhores ideias e colocá-las em ordem de prioridade com as mais viáveis nos primeiros lugares.

O monitor pode encerrar com uma reflexão sobre a importância da

participação coletiva nas soluções de problemas complexos, o que seria bem mais difícil fazer sozinho.

MUDANÇA EM AÇÃO

NO início desta atividade, o monitor pede que cada participante pense em alguma atitude praticada em seu cotidiano que poderia ser modificada. Uma atitude que seja prejudicial a si mesmo, aos demais ou ao meio ambiente. Por exemplo: fumar, jogar lixo na rua, brigar com o vizinho etc. O participante deve se concentrar em várias situações em que essa ação se repetiu. Em seguida, tem de propor um plano para modificá-la.



Um voluntário relata seu plano para o grupo. Também os demais podem dividir suas experiências. Após uma roda de diálogos, o monitor explica que mudanças de atitudes nem sempre são fáceis. Mas o importante é dar o primeiro passo.

55. Também usada diretamente do inglês: *brainstorm*.

COMPREENDER O OUTRO

O GRUPO escolhe uma situação comum na vida da comunidade, da família ou da escola. Cada pessoa representa a si própria nessa situação. Depois, trocam-se os papéis. A situação continua a mesma, mas cada pessoa representa outra: um amigo, o pai, o rival, a namorada, o professor etc.

Proponha então as seguintes questões: quais as diferenças entre as duas representações? Podemos representar a vida de outras pessoas? Pensamos igual às outras pessoas?

VARIAÇÃO

Em vez de pessoas, podem-se usar bonecos de papel ou de tecido construídos pelos participantes. O objetivo é o mesmo: interpretar uma história incorporando outra pessoa como personagem.

FELICIDADE NÃO TEM IDADE

INICIE o encontro explicando que todas as pessoas, em todos os quadrantes do mundo, procuram a felicidade, objetivo primordial da nossa vida da infância à velhice. Mas chegar perto dela não é muito fácil! O que seria, afinal, a tal felicidade?

Reúna o grupo, coloque uma música suave e peça que os participantes se lembrem de seus momentos mais felizes. Onde e com quem estavam? Sugira que anotem as lembranças e, se quiserem, compartilhem-nas com o grupo.

Ao terminar essa parte, proponha as seguintes reflexões:

- Quais situações nos deixam mais felizes?
- Podemos ser felizes se as pessoas ao lado estão infelizes?
- Como contribuir para a felicidade dos outros?
- Que podemos fazer para criar, à nossa volta, um ambiente de felicidade?
- Qual a importância do diálogo, da generosidade e da solidariedade para nossa felicidade?
- O que falta para sermos felizes?
- Pessoas bonitas, ricas ou famosas são necessariamente felizes? Por quê?

No fim da discussão, indique a leitura do livro inspirador *A arte da felicidade*, do Dalai Lama e Howard Cutler. Sugira atividades parecidas em relação à alegria, ao amor, à generosidade.

JÚRI SIMULADO

OBJETIVO desta atividade é que os participantes desenvolvam a arte da escuta e aprimorem a clareza da comunicação. Sugere-se que o monitor leia previamente os textos do *Manifesto 2000*. Em seguida, ele apresenta uma questão polêmica que tanto pode ser tirada da sua própria vivência, como também ser escolhida entre os seguintes exemplos:

1. Crianças menores de 12 anos deveriam usar telefone celular?
2. A liberação da venda de armas ajudaria a combater a violência?
3. O garimpo em terras indígenas favorece o desenvolvimento econômico?
4. Dá-se prioridade à manutenção de uma área verde ou à construção de um conjunto habitacional?
5. O agronegócio, o garimpo e a extração de madeira favoreceriam o desenvolvimento da Amazônia?



Em seguida, o monitor divide a turma em dois grupos: 1. os que argumentam a favor do *sim* e 2. os que defendem o *não*. Os participantes podem então preparar e estudar previamente, sozinhos ou em grupo, ambos os argumentos (*a favor* ou *contra*). Inicia-se a apresentação pelo grupo dos argumentos *a favor* e depois o grupo dos argumentos *contra*. Depois os participantes trocam de papel: o grupo que era *a favor* toma o lugar do grupo *contra* e vice-versa.

Para concluir, o monitor apresenta as seguintes questões para debate:

- Qual a sensação de defender uma ideia com a qual você não concorda?
- Qual a sensação de contrariar uma ideia da qual você é a favor?
- Como foi lidar com o ponto de vista contrário?
- Como esse tipo de exercício, de júri simulado, contribui para reduzir os conflitos?

O ÚLTIMO DISCURSO

PARA esta atividade, sugere-se que o grupo assista ao filme *O grande ditador*. É um clássico do cinema que satiriza o nazismo e o fascismo e seus mentores. Posteriormente uma pessoa lê o famoso discurso do filme:

“SINTO, *mas não quero ser imperador, não é meu trabalho. Não pretendo governar nem conquistar nada. Gostaria de ajudar – se fosse possível – judeus e gentios, negros e brancos. Todos desejamos ajudar-nos. Os humanos são assim. Queremos viver para a felicidade dos outros e não para fazê-los desgraçados. Por que tenderíamos a odiar e a menosprezar? Neste mundo há lugar para todos. A Terra, que é generosa e rica, pode abastecer todas as nossas necessidades. O caminho da vida pode ser o da liberdade e da beleza, mas, apesar de tudo, nos temos perdido.*

A cobiça envenena a alma dos homens... levanta muralhas de ódio no mundo... está fazendo avançar a miséria e a morte. [...] Não necessitamos de máquinas sem humanidade. Não necessitamos de inteligência sem amor e ternura. Sem essas virtudes tudo é violência e tudo se perde. [...] Neste momento a minha voz chega a milhões de pessoas de todo o mundo... milhões de desesperados, homens, mulheres, crianças, vítimas de um sistema que tortura os humanos e encarcera os inocentes. [...] Me escutas? Onde estiveres, levanta os olhos! Podes ver? O sol rompe as nuvens que se espalham! Saímos da obscuridade e vamos à luz! Entremos em um mundo novo, em um mundo melhor, em que os seres humanos estejam acima da cobiça, do ódio, da hostilidade! Olha para cima. A alma dos homens conseguiu asas e já começa a voar. Voa até o arco-íris, até a luz da esperança. [...]”

Em seguida, o monitor apresenta as seguintes reflexões:

- Qual trecho do texto chamou mais a sua atenção? Por quê?
- O autor fala que “o caminho da vida pode ser o da liberdade e da beleza”. Portanto ele fornece a possibilidade de escolha. Você já percebeu que a vida é repleta de escolhas? De modo mais amplo, quais caminhos você está escolhendo para a sua vida?

- “Não necessitamos de máquinas sem humanidade. Não necessitamos de inteligência sem amor e ternura. Sem essas virtudes tudo é violência e tudo se perde”. Qual é a mensagem dessas frases? Como você tem vivenciado o amor e a ternura?
- A humanidade estaria vivenciando esses valores? Peça a cada participante que eleja uma ideia do texto com a qual mais se identificou e que cite os motivos da escolha.
- Peça aos participantes que criem discursos e, se possível, programem ações para que essas ideias se tornem realidade. Discuta a distância entre a palavra e a ação.

VARIAÇÕES

- Faça o mesmo exercício com base na história de cada participante. Cada um deles pode traçar uma linha do tempo para melhor identificar os caminhos e descaminhos da sua vida. Sugira que usem recortes, colagem, pintura etc. Ao final, cada um reflete se haveria algo a mudar.
- Outra variação é utilizar essa atividade para refletir sobre os efeitos das nossas escolhas sobre os rios, as florestas, o ar, as cidades e as pessoas. Pode-se ainda conversar sobre o efeito dessas escolhas na saúde física e mental de cada um.

FAKE NEWS⁵⁶

HÁ uma abundância de notícias falsas em circulação nas diversas mídias. Devemos estar atentos para reconhecê-las e não as compartilhar. O monitor deve explicar que as *fake news* são veiculadas com muito mais intensidade na internet, principalmente pelas redes sociais. Na maioria das vezes há poderosos interesses políticos e econômicos envolvidos na divulgação de *fake news*, em grande medida promovidas por empresas desonestas, especialmente contratadas para divulgar de propósito essas mentiras.

Entretanto existem algumas dicas para avaliar se uma notícia é falsa, por exemplo:

- Pesquisar se a notícia é verdadeira em *sites* confiáveis.
- Avaliar a qualidade do texto, pois nas *fake news* é comum existirem erros de português.
- Procure sempre pelo autor e pela fonte da notícia. Personalidades públicas costumam manter páginas pessoais que podem ser acessadas para checar declarações.
- Atente para o grau de impacto. Notícias alarmistas, produtos muito baratos ou declarações destoantes com a personalidade apresentada representam sinais de falsidade.



- Existem *sites* especializados em checar notícias que circulam nas redes. Procure acessá-los antes de divulgar.

Compartilhe uma notícia apenas se tiver certeza absoluta de que é verdadeira. Lembre-se de que o Marco Civil da Internet⁵⁷ responsabiliza os propagadores da mesma forma que aqueles que “plantaram” a notícia mentirosa.

Depois dessas colocações, o monitor sugere ao grupo que assista ao filme *O dilema das redes* e que realize uma pesquisa sobre algumas *fake news*. Uma delas é divertida, pois dissemina a ideia de que a Terra é plana. Os participantes podem confrontar as notícias falsas divulgadas sobre a “Terra plana” com informações científicas confiáveis. Depois proponha que respondam às seguintes perguntas.

- Como é possível que ainda exista gente que acredite que a Terra é plana se há uma inequívoca comprovação científica mostrando que ela é esférica?
- Por que as *fake news* sobre a Terra plana teriam se espalhado tanto pela internet?
- Por que há gente que ainda acredita nessas *fake news*?
- Por que muitos ainda seguem compartilhando notícias falsas?

56. Do inglês, “notícias falsas”.

57. Brasil, 2014.

O monitor pode encerrar a atividade ressaltando a importância da leitura de jornais e *sites*⁵⁸ de notícias confiáveis para formar uma opinião consistente sobre os temas da atualidade. A cultura de paz não pode ser construída por meio de mentiras, e sim sobre a verdade dos fatos. Por isso é importante desconfiar e conferir as informações veiculadas nas redes sociais.

JOGO DA SOLIDARIEDADE

ANTES de iniciar, o monitor coloca um número par de cadeiras em círculo. Debaixo do assento de algumas delas, ele deixa um papel que descreve uma atividade que deverá ser cumprida pelo ocupante da cadeira: cuidar de uma criança, alimentar um doente, ajudar um idoso a atravessar a rua, consolar uma pessoa triste etc. Quando todos os participantes estiverem sentados, o monitor pede que procurem os papéis debaixo do assento. Os participantes então formam duplas para encenar as tarefas descritas.

Para encerrar, o monitor propõe uma discussão: como se sentiram? Nas ocasiões mais tristes, procuramos interação ou isolamento? No dia a dia, qual é a nossa tendência? Somos *solidários* com os outros ou preferimos ser *solitários*, isolando-nos dos problemas e das pessoas? O monitor deve conceder oportunidade às pessoas para falarem de seus sentimentos sem serem julgadas por isso.

58. Veja sugestões de *sites* de notícias na página 187 do *Apêndice*.



CONTE SUA HISTÓRIA

UMA situação da vida real pode inspirar a resolução de conflitos cotidianos pela não violência e com o devido distanciamento. O monitor pede que um ou mais participantes descrevam, em terceira pessoa, uma circunstância na qual testemunharam ou vivenciaram diretamente determinado conflito. Quando a história atingir o ponto culminante do conflito, ele pede que o(a) narrador(a) interrompa a descrição. O grupo então inventa possíveis desfechos, sempre considerando que a questão pode ser resolvida de modo pacífico. Depois o(a) narrador(a) encerra a história escolhendo uma das sugestões propostas pelos demais.

O monitor pergunta aos participantes se alguma das ideias propostas durante a dinâmica pode ser útil no enfrentamento de situações similares na vida cotidiana. Quais são os impactos posteriores de um conflito resolvido pela paz? E pela violência?

Para concluir, os participantes devem compreender que tanto a paz como os conflitos nascem de situações semelhantes. Muitas vezes precisamos

apenas de um pouco de calma e de criatividade para minimizar os impactos negativos ou maximizar os ganhos emocionais para as partes.

A PAZ VALE A PENA

Os participantes são convidados a se lembrar de uma situação difícil, tanto em sua vida pessoal como na de algum conhecido, resolvida pelo diálogo, pela negociação, enfim, por métodos pacíficos. O monitor conduz o relato de um voluntário propondo depois as seguintes questões: Como esse problema começou? Por que começou? Quais fatos o desencadearam? A geração do conflito poderia ter sido evitada? Como foi a resolução pacífica? Quem “ganhou”? O desfecho gerou algum aprendizado?



MEDIAÇÃO

POR meio da mediação, um conflito pode ser resolvido sem violência, criando-se um processo cooperativo entre os adversários.

Se ocorrer um conflito entre duas pessoas ou dois grupos, o monitor pode atuar como mediador. À medida que ganham experiência, jovens voluntários também poderão aplicar a mediação, nesse caso chamada de “mediação de pares”.

Em um primeiro momento, o mediador deverá encontrar separadamente cada pessoa ou cada grupo em

conflito e ouvir as histórias de maneira atenta. Também vai se esforçar ao máximo para ser imparcial. Esse processo alivia a tensão e cria um ambiente de confiança. Mais tarde, colocam-se juntas as partes em conflito para um processo de diálogo e reaproximação:

- O monitor diz aos participantes que cada parte em conflito terá a oportunidade de contar a sua versão.
- Cada parte explica o problema sem interrupções.
- O monitor auxilia os participantes a dialogar na tentativa de encontrar possíveis soluções, dentre as quais, uma poderá ser escolhida por ambas as partes.
- Como conclusão, o monitor mostra aos participantes que há diversas maneiras de resolver conflitos pela não violência.

O resultado da mediação pode demorar. Por isso o mediador deve dar tempo para que o processo se desenrole e chegue a uma conclusão. Caso necessário, marca-se novo encontro.

RESOLVENDO CONFLITOS DE MANEIRA CONSTRUTIVA

O MONITOR pergunta aos participantes sobre alguns conflitos que vivenciaram. Cada um relata sua história. Um dos conflitos é escolhido por votação. O monitor então convida o grupo a:

- definir com detalhes qual é o problema em jogo. Atenção: o foco deve ser direcionado para o conflito em si e não para as pessoas envolvidas;
- propor soluções para o conflito. Nesse momento, pode-se usar a imaginação e propor soluções inesperadas e até engraçadas;
- escolher uma solução e traçar um plano para colocar em prática.

O monitor deve ressaltar que, apesar de terem surgido muitas ideias para achar a solução, o desafio está na ação.

O seguinte texto pode ser posto em discussão:

“Se dirigimos nossa indignação ao alvo errado, isto é, se combatemos o agressor em vez de combater a agressão, perdemos a oportunidade de estabelecer uma nova relação com o outro. Além de alimentarmos o ciclo vicioso da violência em grande parte dos casos, damos possibilidade à vítima de reagir do mesmo jeito e tornar-se, assim, um novo agressor.”

O ALTO CUSTO DA VIOLÊNCIA

O MONITOR pede aos participantes que descrevam uma situação em que um conflito se desenvolveu de forma violenta. O grupo faz uma lista das vantagens e desvantagens do uso da violência. Os seguintes tópicos podem ser levados para discussão:

- Quem ganhou ou perdeu com a violência?
- As partes conseguiram alcançar o que queriam?
- Haveria uma solução melhor?

PALAVRAS DE PAZ

TRATA-SE de uma dinâmica para gerar consciência sobre a voz e as palavras usadas durante uma conversa, ou em situações de conflito. O monitor explica que o tom de voz, o volume e a clareza com que se fala pode ampliar ou minimizar o conflito.

Depois solicita que os participantes anotem duas situações de conflito e os respectivos tons de voz utilizados:

- a) Quando o tom da voz contribuiu para aumentar o conflito.
- b) Quando o tom da voz ajudou a minimizar o conflito.

Para ambos os casos, anote: 1. Qual teria sido o volume da voz? 2. Havia clareza na exposição das ideias? 3. Quais palavras foram empregadas?

O monitor pode dividir as pessoas em grupos menores e solicitar que troquem experiências e descubram maneiras nas quais o diálogo resolveria pacificamente as situações. Depois disso convida os grupos a discutir as seguintes questões:

- Qual a importância de se expressar com clareza?
- Qual a importância de ser um bom ouvinte?

PROJETO SOLIDÁRIO

O MONITOR estimula o grupo a elaborar um projeto solidário. Os participantes podem sugerir ações em prol de pessoas necessitadas, como campanhas para arrecadação de alimentos, visitas a pessoas idosas, contação de história para crianças etc. O grupo escolhe um dos projetos e planeja sua realização. Um relator voluntário monta um documento simples com as principais ações escolhidas. Se possível, o monitor imprime uma cópia e afixa-a ou divulga-a nas redes sociais. Em seguida é só fazer acontecer.

CONSENSO

O MONITOR explica aos participantes que “consenso” é uma ideia comum que o grupo alcançou mediante uma decisão conjunta; mesmo que não reflita a opinião principal de cada um, deve ser seguida por todos.

- O monitor propõe uma “tempestade cerebral”⁵⁹ pedindo aos participantes que citem vinte lugares onde gostariam de passar as férias. Então ele anota essas ideias em uma lousa, uma folha grande de papel ou cartolina para que todos vejam.
- Em seguida ele divide os estudantes em trios. Por consenso, cada grupo escolhe, da lista de destinos, quatro lugares que desejariam visitar.

59. Veja orientações sobre essa dinâmica na página 89.



- O monitor então reúne os trios, dois a dois, formando, desta vez, grupos de seis pessoas. Por consenso, esses grupos escolhem apenas um dos destinos.
- Com todos reunidos, é feita então uma lista das viagens escolhidas pelos sêxtuplos. Anota-se a lista em um local onde todos vejam.
- Todos os participantes devem agora chegar a um consenso e escolher apenas um dos destinos para passar as férias.
- O monitor então propõe as seguintes questões: 1. Quais as dificuldades em se chegar a um consenso? 2. Como conseguiram chegar a um acordo? 3. Em que situações da vida essa dinâmica pode ser útil?

SER GENEROSO

O MONITOR sugere que os participantes peguem um papel e um lápis; pode-se recorrer também a argila ou massa de modelar. Depois pede que respondam às seguintes perguntas:

- Como se sentiu da última vez que recebeu um presente?
- Gosta quando seus amigos pedem sua opinião ou avaliação sobre algo? Ou que perguntem, por meio de uma mensagem de texto, sobre sua saúde quando sabem que você está doente?
- Tem prazer em presentear? Como se sente quando oferece algo que sabe que tornará feliz uma pessoa?

Esse algo não precisa ser um objeto material, pois sabemos por experiência própria que um sorriso e uma expressão acolhedora provocam contentamento e confiança entre as partes.

- Você conhece alguém egoísta? Como é conviver com ele?
- Será que o egoísta gosta de ser egoísta, ou ainda não encontrou um meio para deixar de sê-lo?



Sugerimos que façam uma segunda leitura das perguntas acima e traduzam as palavras de suas respostas em desenhos ou rabiscos no papel. Caso disponha de argila ou massinha, pode alternar os desenhos com a modelagem.

PLANTIO DE ÁRVORES

REÚNA um grupo para plantar e cuidar de uma ou de várias árvores.

Antes, explique aos participantes que o mundo precisa das árvores por inúmeras razões. Um olhar atento para as cidades dominadas pelo concreto, ou para nossos campos repletos de pastagens e monoculturas, evidencia

nosso descaso em relação à importância das árvores, matas e florestas.

Grande parte da vegetação do planeta está sendo derrubada ou queimada, contribuindo para o aquecimento global.⁶⁰ Portanto, o plantio de árvores combate os efeitos das mudanças climáticas, ajuda a controlar a temperatura e preserva a biodiversidade uma vez que nelas muitas espécies de animais e plantas vivem, alimentam-se ou fazem ninhos. Além do mais, a vegetação embeleza as paisagens, aumenta a permeabilidade do solo, diminuindo significativamente os riscos de enchentes, e fornece produtos que possibilitam a sobrevivência de comunidades que ocupam as proximidades das áreas florestais. Enfim, as árvores propiciam-nos um mundo bonito, agradável e ameno para viver.

Com base nessas ideias, promova uma roda de diálogo entre os participantes, levantando as seguintes questões:

- Solicite que descrevam uma experiência agradável que tiveram em contato com a natureza.
- Qual seu sentimento em relação aos animais e às plantas?
- Quais as consequências das queimadas?
- Como o desmatamento afeta o clima?

Ao planejar o plantio, informe-se sobre as iniciativas locais de distribuição gratuita de mudas por empresas e prefeituras. Pode-se produzir mudas

60. Françoso Jr., 2018.

colocando-se as sementes das árvores para germinar em vasos pequenos. Algumas espécies desenvolvem-se a partir do plantio de uma parte removida de uma árvore adulta, como um pedaço de caule, técnica chamada de *estaquia*. É importante pesquisar, pois cada espécie reproduz-se por diferentes processos; portanto a obtenção de mudas pode variar.

É necessário informar-se previamente sobre a luminosidade, a umidade e o espaço que cada tipo de árvore necessita quando adulta, visto que há espécies que vivem em locais úmidos e sombreados enquanto outras preferem locais secos e ensolarados. Também devemos levar em conta espécies que possam alcançar postes de iluminação para evitar acidentes futuros com a rede elétrica quando adultas. Por essas e outras razões, seria conveniente recorrer à ajuda de pessoas das comunidades habituadas a plantar árvores, ou se possível, de especialistas como botânicos, técnicos agrícolas ou engenheiros agrônomos ou florestais, que recomendariam as espécies e as técnicas mais adequadas.

As mudas podem ser plantadas tanto diretamente no solo como em vasos por uma pessoa, por pequenos grupos ou por meio de mutirões, nas escolas, nas ruas, nas praças, em quintais, varandas, teto de edifício, lajes, pastos, gramados ou até em parques públicos que tenham áreas abertas. Outra ação poderosa e transformadora consiste em realizar grandes plantios em áreas mais vastas, mobilizando cooperativamente

um grande número de pessoas.⁶¹

Qualquer que seja a abordagem, no dia do plantio, reúna o grupo e proponha as seguintes etapas:

- Faça uma cova de 60 cm de diâmetro e 60 cm de profundidade.
- Misture a terra removida com adubo orgânico.
- Retire a muda da embalagem (seja em sacos plásticos ou em tubetes). Cuidado para não esfarelar a terra presa pela raiz, chamada de torrão.
- Coloque a muda na cova, enterrando apenas o torrão. Nivele a superfície do solo com o *colo* da planta (região de transição entre o caule e a raiz). Se a muda for plantada junto à calçada ou exposta à passagem de pessoas e animais, faça uma pequena cerca de proteção.
- Complete a cova com a terra adubada.
- Regue periodicamente, sem encharcar.

Ao final do plantio, comemore com o grupo a conclusão dos trabalhos do dia. Enfatize a importância de plantar árvores. Elas amenizam o clima, trazem sombra e abrigo e possibilitam o florescimento da vida, presenteando-nos também com saúde, beleza, alegria e paz.



61. Inspire-se na biografia de Wangari Mattai no capítulo 6 e no filme *Criando raízes: a visão de Wangari Mattai* (página 170).



6. HEROÍNAS E HERÓIS DA PAZ

Ao longo da vida, temos a oportunidade de conhecer pessoas que guardamos na memória, ou porque nos tocaram de maneira profunda, ou porque fazem algo marcante ou porque são fonte de inspiração.

A história oferece-nos muitas personalidades inspiradoras que conseguiram transformar o mundo, cada uma à sua maneira, para melhor. Suas trajetórias de luta e determinação são exemplos para todos; suas biografias permanecerão na lembrança da humanidade para sempre. Espelhar-nos na vida de pessoas que construíram sua existência com base na empatia, na solidariedade e na paz engrandece nossa personalidade.

ESSAS PESSOAS inspiradoras, verdadeiros heróis e heroínas da paz, exerceram o poder da transformação. Seus exemplos mostram que, com trabalho e dedicação, cada um pode acreditar em uma causa ou em um sonho de um mundo melhor e, ao aplicar os exemplos na prática, contribuir para concretizar seu sonho. Os heróis e heroínas da paz são valiosíssimos porque nos ensinam a enfrentar momentos difíceis e a atravessar barreiras antes consideradas intransponíveis.

Aprofundar o entendimento sobre a vida de certas pessoas que deixaram um legado de paz ao mundo é um grande aprendizado para superar problemas em ocasiões de adversidade, e para acreditar na conquista da cultura de paz e suas realizações.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR

LEMBRE AOS participantes que cada um deles pode ser uma pessoa inspiradora. Para isso basta tornar-se um exemplo de boa

conduta e praticar permanentemente a cultura de paz. Esses atributos já são suficientes para transformar as pessoas da comunidade, da família ou da escola, em heroínas ou heróis da paz.

Solicite aos participantes que façam uma lista das pessoas mais inspiradoras que conheceram, ou que os tenham ajudado a tornar-se alguém melhor. Pode ser gente de seu convívio, da comunidade em geral ou mesmo de alcance público.

Inicie um estudo sobre a biografia de uma heroína ou de um herói da paz escolhido por você. Depois apresente-a na forma de palestra, de peça de teatro, por meio de exibição de vídeos (curtas-metragens), filmes ou documentários. Nas próximas páginas, encontram-se algumas biografias que servirão de ponto de partida. Outra sugestão: realizar um evento em comemoração ao herói ou heroína da paz no dia (ou semana) do seu aniversário com palestras, música típica do seu país natal e exposições de arte sobre sua vida e legado.

GANDHI

“Devemos ser a mudança que queremos ver no mundo.”

MOHANDAS Karamchand Gandhi nasceu em 2 de outubro de 1869 em Porbandar, Índia. Foi um famoso líder comunitário e político hindu que deixou um legado de paz e justiça ao contribuir decisivamente para libertar a Índia do jugo da colonização britânica por meio do ativismo chamado de *satyagraha*.⁶² Conhecido como Mahatma⁶³ Gandhi, e considerado também o pai da nação indiana, foi e continua sendo, fonte de inspiração para muitos movimentos sociais em várias partes do mundo.

Gandhi cresceu como uma criança tímida. Aos 13 anos, de acordo com a tradição cultural que atribuía aos pais a incumbência de arranjar o casamento, contraiu matrimônio com Kasturba Kapadia (ou K. Gandhi, após o matrimônio), sua companheira de vida e de ativismo político, com quem gerou quatro filhos.

Em 1888, Gandhi foi estudar em Londres, no Reino Unido, onde se

62. Do hindi, “compromisso firme com a verdade”.

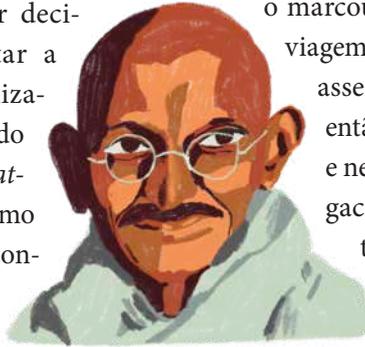
63. Título honorífico em sânscrito que significa “grande alma”.

formou advogado. Nessa época aprofundou seus estudos filosóficos e religiosos e aderiu ao vegetarianismo. Em 1891 voltou para a Índia e, em 1893, foi trabalhar na África do Sul (à época ainda colônia britânica), onde permaneceu por 21 anos.

Nesse país começou seu ativismo, inicialmente contra o preconceito e a discriminação. Uma experiência que o marcou ocorreu durante uma viagem de trem. Ao ocupar um assento na primeira classe, então proibida aos indianos e negros pelo regime segregacionista, foi expulso do trem porque se recusou a mudar-se para a terceira classe.

Durante todo o tempo em que viveu na África do Sul, Gandhi exerceu acentuado ativismo contra injustiças e discriminações oriundas dos colonizadores ingleses e dos habitantes de origem europeia. À medida que se posicionava em defesa da população oprimida, por meio de métodos não violentos, tornou-se um respeitado líder da comunidade indiana e de seus direitos civis. Quando retornou à Índia em 1914, já era uma personalidade renomada no país, ainda pertencente ao Império Britânico.

Na Índia, Gandhi tornou-se conhecido por seus métodos de resistência pela *desobediência civil*, movimento



de transformação por meio de ações coletivas de protestos pacíficos realizadas publicamente com o objetivo de alcançar a justiça universalizada. A desobediência civil promove o desrespeito a uma lei injusta, dando voz e participação política aos grupos injustiçados. Práticas como greves, passeatas e jejuns de protesto fazem parte desses métodos.

As ações em prol do ativismo e pela independência da Índia fizeram com que Gandhi fosse preso várias vezes, sem resistência. Ao receber voz de prisão, ele mesmo acompanhava espontaneamente os policiais e, quando acusado pelas autoridades, declarava-se culpado pelos “delitos”, o que fazia acelerar os ritos jurídicos, iniciar os cumprimentos das penas, resultando geralmente em amplos movimentos de protestos por sua libertação. Portanto, a não violência que Gandhi adotava em relação ao próprio encarceramento quando lutava contra causas injustas era, por si só, uma forma de protesto quase incontestável.

Um dos atos de desobediência civil que Gandhi protagonizou ocorreu quando incentivou a população a tecer suas próprias vestes como forma de boicote aos tecidos de fabricação inglesa. Para tal fim, Gandhi fiava a linha para fazer o tecido de suas roupas. Eis por que sempre levava consigo sua própria roca manual, de modo a

poder manufaturar linha para produzir tecido. Isso serviu de exemplo para as populações desfavorecidas, que buscavam autonomia e independência econômica. Gandhi vivia de maneira frugal, em uma comunidade autossuficiente, e exibia seus valores pela maneira como se vestia e mediante a confecção de suas próprias roupas. Usava apenas uma tanga tradicional indiana⁶⁴ e um xale, pois assim identificava-se com a população pobre e também contrapunha-se ao modo de vestir dos ingleses, que representava os dominadores.

Outro famoso protesto liderado por Gandhi foi a Marcha do Sal, em 1930. Na ocasião, os indianos eram injustamente obrigados a comprar sal dos colonizadores britânicos, que cobravam impostos sobre o produto. Gandhi então organizou uma grande caminhada que durou 25 dias e percorreu 300 quilômetros, desde Ahmedabat⁶⁵, onde vivia no noroeste da Índia, até Dandi, uma cidade litorânea. À medida que os manifestantes paravam para descansar, um número crescente de pessoas aderiu à caminhada, o que fez com que milhares chegassem ao destino final. No último dia, Gandhi

64. Chamada de *dhoti*.

65. Um passeio virtual pela casa onde Gandhi viveu pode ser feito no *site*: <<https://gandhiashramsabarmati.org/en/visitor-information/ashram-virtual-tour.html>>. Acesso em: 23 ago. 2021.

caminhou até o mar e fez um gesto simbólico, apanhando um punhado de sal, gesto repetido pela multidão que o acompanhava. Em consequência, tanto ele como milhares de seguidores foram presos. Apesar das prisões, a Marcha do Sal prosseguiu e a população aprendeu a fazer seu próprio sal e a vendê-lo como um ato de desafio ao monopólio inglês. Essa marcha, que ficou mundialmente conhecida, chamou a atenção internacional para os problemas advindos da colonização britânica na Índia.

Como resultado das intensas pressões que Gandhi liderava, em 1947 a Índia finalmente tornou-se uma nação independente. Essa independência, porém, cobrou um alto preço: a rivalidade entre hindus e muçulmanos descambou para uma guerra civil separatista com intensos e violentos conflitos de natureza político-religiosa entre essas populações, deixando milhares de mortos e levando Gandhi a realizar vários jejuns com o propósito de deter a violência. No entanto, mesmo contra a sua vontade, o país dividiu-se, originando o Paquistão, de maioria muçulmana, enquanto a Índia permaneceu com a maior parte dos hindus.

Com a divisão do país, Gandhi passou a representar uma personalidade polêmica: era amado por muitos, mas hostilizado pelos nacionalistas hindus,

que o consideravam excessivamente afável com os muçulmanos. Em 30 de janeiro de 1948, aos 78 anos, foi assassinado à queima-roupa por um hindu radical. Após o cortejo fúnebre que mobilizou a nação, seu corpo foi cremado e suas cinzas jogadas no rio Ganges, considerado sagrado.

Mesmo após a morte, seu legado continuou a iluminar o caminho das populações oprimidas e marginalizadas em várias regiões do mundo. O ativismo pela não violência e seu exemplo de vida frugal – fazendo suas próprias roupas, vivendo apenas com os recursos necessários à subsistência, com dieta estritamente vegetariana, e praticando jejuns como formas de purificação e protesto – tornaram-no não apenas um líder político, mas também espiritual e de alcance planetário. As ações e ensinamentos de Gandhi servem até hoje de inspiração para movimentos ambientalistas e sociais.

Quando Gandhi nos convida a “ser a mudança que desejamos ver no mundo”, confirma a capacidade inerente a cada um de nós de assumir a responsabilidade pela autoeducação e pela aprendizagem constante com as situações que geramos e gerimos no ato de viver.

PARA ASSISTIR:

*Gandhi*⁶⁶

66. Página 173.

MALALA

“Uma criança, um professor, um livro e um lápis podem mudar o mundo.”

MALALA Yousafzai nasceu em Mingora, Paquistão, em 12 de julho de 1997. Em 2014, com apenas 17 anos, recebeu o Prêmio Nobel da Paz pelo ativismo em prol do direito das mulheres à educação. Trata-se da pessoa mais jovem agraciada com esse importante prêmio.

Em um meio onde se discriminam severamente as mulheres, em uma realidade na qual se obrigam as meninas a casar-se ainda jovens e a gerar filhos logo no início da adolescência, Malala teve a sorte de nascer em uma família que valorizava os estudos. Seu pai, professor e dono de uma escola, ofereceu a ela as mesmas chances dadas aos homens, estimulando-a a estudar e a sentir desprezo e indignação pelas injustiças e desigualdades.

Em 2008 a cidade foi tomada pelo regime fundamentalista e violento

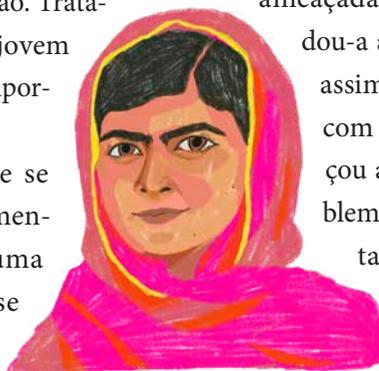
do Talibã, que obrigou a fechar as escolas da região e impediu as meninas de estudar. Inconformada, ela fez um discurso com o título: *Como o Talibã ousa tirar meu direito básico à educação?*

Essa corajosa atitude de afronta tornou-a muito conhecida e por isso foi ameaçada de morte.

A essa altura, um jornalista da BBC, procurando jovens dispostas a denunciar as dificuldades que as meninas ameaçadas vivenciavam, convidou-a a elaborar um blog. Foi assim que Malala, em 2008, com apenas 11 anos, começou a escrever sobre os problemas que a região enfrentava e sobre sua paixão pelos estudos.

Esse blog, chamado *Diário de uma estudante paquistanesa*, inicialmente foi escrito sob pseudônimo. Mas não demorou para que se revelasse o verdadeiro nome da autora, momento a partir do qual ela ampliou seu ativismo, concedendo entrevistas e tornando-se cada vez mais conhecida na mídia em geral.

Entretanto, em 2012, então com 15 anos, quando a ativista se dirigia à escola, um miliciano do Talibã



entrou no ônibus escolar perguntando: “Quem é Malala?”. Em meio à confusão, ela receberia o tiro covarde que quase lhe custou a vida. Após uma complexa cirurgia, foi transferida para um hospital de Birmingham, no Reino Unido, onde decidiu permanecer após receber alta, em 2013. Aí, Malala retomou os estudos em uma escola de meninas e no mesmo ano foi capa da revista *Time*, que a apontou como a pessoa mais influente do mundo. Escreveu sua biografia⁶⁷ e, no dia de seu aniversário de 16 anos, proferiu um discurso na ONU, quando, corajosamente disse, com voz firme:

*Convocamos todos os governos a assegurar a educação obrigatória livre para todas as crianças do mundo. Não deixem de envidar esforços contra o analfabetismo, a pobreza e o terrorismo. Não deixem pegar nossos livros e canetas porque estas são as nossas armas mais poderosas. As mudanças só podem acontecer por meio da educação. Eis porque os fundamentalistas atacam as escolas, inviabilizando o livre fluxo de informações e conhecimentos, impedindo reformas sociais e transformação de costumes atávicos.*⁶⁸

67. Yousafzai e Lamb, 2020.

68. United Nations, 2013. (tradução livre).

Entre esses costumes ela adverte contra a prática da vingança como meio para recuperar a honra:

*Nosso povo diz que se trata de um bom sistema. [...] Mas eu penso que se alguém mata seu irmão, você não deve matar uma pessoa da família desse alguém. Eu me inspiro em Kahn Abdul Ghaffar Khan, o homem que alguns chamam de Gandhi da Fronteira, que introduziu a filosofia da não violência em nossa cultura.*⁶⁹

Mesmo após suas experiências traumáticas, Malala criou uma fundação com seu nome voltada exclusivamente ao financiamento dos estudos de meninas e formou-se em filosofia, política e economia pela Universidade de Oxford.

Porta voz de uma causa, a do direito à educação, Malala é um exemplo no movimento de empoderamento das mulheres e fonte de inspiração para meninas de todo o mundo.

PARA ASSISTIR:

*Ele me deu o nome de Malala*⁷⁰

69. Yousafzai e Lamb, 2020.

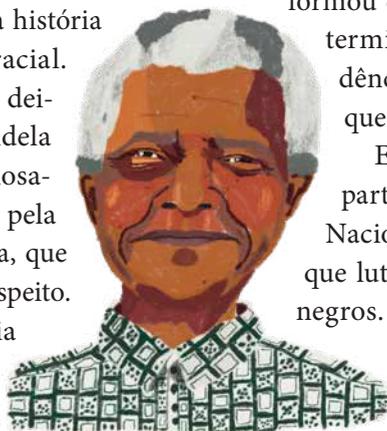
70. Página 171.

NELSON MANDELA

“Devemos promover a coragem onde há medo, promover o acordo onde existe conflito, e inspirar esperança onde há desespero.”

NELSON Mandela nasceu em Mvezo, África do Sul, em 18 de julho de 1918. Foi advogado, ativista político, presidente da República entre os anos de 1994 e 1999 e um dos grandes nomes da história contra a opressão racial. Casou-se três vezes e deixou seis filhos. Mandela era conhecido carinhosamente como Madiba pela população sul-africana, que lhe dedicava afeto e respeito.

Mandela, da etnia xhosa e membro de classe aristocrática tribal thembu, foi uma das poucas pessoas de sua família a frequentar a escola. Seu nome original – Rolihlahla Dalibhunga Mandela – foi substituído pelo britânico Nelson quando ingressou em uma escola missionária cristã, seguindo o costume de atribuir nomes ingleses às crianças, visto que os colonizadores não conseguiam pronunciar os nomes nativos. Após terminar sua



instrução básica, estudou em escolas exclusivas para negros, onde recebeu formação intelectual da cultura ocidental.

Em 1939, ingressou no curso de Direito na Universidade de Fort Hare, na cidade de Alice, onde travou amizade com Oliver Tambo, um de seus melhores amigos e parceiro no ativismo contra a segregação racial. Desde o início do curso, Mandela envolveu-se em protestos estudantis. Acabou abandonando os estudos e mudou-se para a capital Johannesburgo⁷¹, onde se formou em Artes. Mais tarde, terminaria por correspondência o curso de Direito que iniciara anos antes.

Em 1942 ingressou no partido político Congresso Nacional Africano (CNA), que lutava pelos direitos dos negros. Depois, com Walter Sisulu e Oliver Tambo, fundou a Liga Jovem do partido. Inspirado nos ensinamentos e práticas de Mahatma Gandhi, seu ativismo político teve como base a resistência pacífica e a desobediência civil.

Após a Segunda Guerra Mundial, instalou-se na África do Sul o regime do apartheid, conjunto de leis

71. Um passeio virtual pela casa onde Mandela viveu em Soweto pode ser feito no site: <www.mandelahouse.com/#tour>. Acesso em 23 ago. 2021.

elaboradas no pressuposto da supremacia branca que tornava obrigatória a segregação de negros nos espaços públicos. Na ocasião, os negros, que constituíam a maioria populacional, eram privados de direitos sociais e políticos básicos. Além da proibição de frequentar os mesmos espaços públicos, como escolas, hospitais e banheiros, havia também a proibição de casamento e de relações sexuais entre pessoas de diferentes etnias. Os negros viviam em situação de precariedade, moravam em comunidades pobres, isoladas e locomoviam-se mediante a apresentação de credenciais. Se circulassem em uma área da cidade que lhes era proibida ou se estivessem sem a credencial, poderiam ser presos. Era também proibido que possuíssem a maior parte das terras cultiváveis, e que tivessem acesso aos bens naturais.

O aumento da repressão contra os negros era contundente. Em 1960, um massacre ocorrido em Shaperville provocou protestos em todo o mundo: durante uma manifestação pacífica contra a exigência de portar credenciais de identificação, cerca de 69 pessoas negras foram assassinadas e 180 feridas.

Esse fato, aliado ao recrudescimento da violência contra os negros, fez com que Mandela e outros participantes formassem um grupo armado no CNA. Nessa época, ele viajou para a Etiópia e para o Marrocos, onde recebeu treinamento paramilitar.

O CNA atuava na clandestinidade e diversos de seus representantes foram presos. A luta armada causou uma forte reação na ala governamental do país sul-africano. Em 1962 Mandela foi condenado a cinco anos de prisão, pena posteriormente comutada para prisão perpétua. Durante os 26 anos que esteve preso, Mandela foi transferido para diversas cadeias e recebeu apoio de movimentos sociais e governos de todo o mundo. Sua prisão, motivo de revolta e indignação internacionais, provocou protestos em muitos países, aumentando os pedidos por sua libertação. Nos diversos cárceres, Mandela vivenciou condições precárias e insalubres que comprometeram sua vitalidade, mas, mesmo assim, continuou a escrever e atuar como ativista na luta contra a segregação.

A luta contra o apartheid aumentava a cada dia, tomando conta da opinião pública mundial. O lema “Libertem Nelson Mandela” tornou-se o clamor da época. A população negra sul-africana, por sua vez, organizou inúmeros protestos contra o governo racista, vindo a sofrer violentas ações repressivas.

Na década de 1980, as pressões internacionais pela libertação de Mandela intensificaram-se e fizeram dele o símbolo consagrado da luta contra o apartheid. Finalmente, o ativista deixou o cárcere em 1990, aos 72 anos, por ordem do então presidente Frederik de Klerk.

Em 1993, Mandela e De Klerk redigiram uma nova constituição, moldada a beneficiar a democracia inter-racial e pôr fim à dominação da minoria branca. Por sua liderança política na transição democrática e pela luta pelos direitos dos negros sul-africanos, a dupla foi agraciada, em 1993 com o prêmio Nobel da Paz.

Em 1994 Nelson Mandela foi eleito presidente da África do Sul. Seu mandato caracterizou-se pela reconciliação entre a população negra e a branca, e por promover a pacificação no país, graças a sua singular capacidade de liderança inclusiva para negociar, conciliar e dialogar, com o propósito de estabelecer compromissos de liberdade, justiça e democracia para todos.

Essa capacidade de sustentar princípios despertava a admiração de seus próprios algozes e oponentes, o que possibilitou a composição de um governo pluripartidário e multirracial, com representantes de todas as etnias e regiões do país.

A Comissão para a Verdade e a Reconciliação, propôs uma arquitetura política que viabilizou a convivência irrestrita dos cidadãos, capaz de evitar o enfrentamento violento, a retaliação e a vingança.

Essa coragem e compreensão profunda da condição humana amadureceu

nos longos anos passados no cárcere, como ele mesmo nos relata na sua autobiografia⁷²:

Foi naqueles anos infundáveis e solitários que minha ânsia de liberdade para o meu povo passou a ser uma ânsia de liberdade para todos, negros e brancos. Eu sabia muito bem que o opressor tinha de ser libertado, do mesmo modo que o oprimido. Um homem que tira a liberdade de outro é prisioneiro do ódio e está trancado atrás das grades do preconceito e da intolerância. Não sou verdadeiramente livre se estou tirando a liberdade de alguém, do mesmo modo que certamente não sou livre quando me tiram a liberdade. Tanto o opressor como o oprimido são roubados de sua humanidade.

Mandela faleceu em 5 de dezembro de 2013. Como maior líder da África do Sul, foi homenageado em seu funeral por personalidades políticas e artísticas de todo o mundo. Será sempre lembrado como um símbolo da luta contra o preconceito racial e um grande mestre na arte da reconciliação.

PARA ASSISTIR:

*Invictus*⁷³

72. Mandela, 1995.

73. Página 174.

MARIE CURIE

“Cada um deve trabalhar para seu próprio aperfeiçoamento e, ao mesmo tempo, participar da responsabilidade coletiva por toda a humanidade.”

MARIA Salomea Sklodowska nasceu no dia 7 de novembro de 1867 em Varsóvia, Polônia.

Mais tarde naturalizou-se francesa e adotou o sobrenome do marido, tornando-se então conhecida como Marie Curie, uma das cientistas mais famosas do mundo. Foi a primeira mulher a ganhar um prêmio Nobel e a única a ganhá-lo duas vezes: o de Física e o de Química.

Era a mais nova de uma família de cinco irmãos. Seus pais sempre lutaram para que as filhas tivessem acesso à vida acadêmica da mesma forma que os filhos homens. Portanto, desde cedo foi estimulada para a carreira científica pelo pai, professor de



Física e Matemática. Embora tivesse concluído o ensino médio com apenas 15 anos, foi impedida de ingressar no curso superior em Varsóvia, pois as universidades eram restritas aos homens, além do que sua família enfrentava muitas dificuldades financeiras. Assim sendo, trabalhou como governanta e como professora para financiar seus estudos. Aos 17 anos, mudou-se para a França, onde viveu com simplicidade, estudando na Universidade de Paris.⁷⁴ Apesar disso, formou-se como uma das melhores alunas da turma, como física, em 1883, e como matemática, em 1884.

Em 1894 conheceu seu futuro marido, o professor de Física Pierre Curie, com quem se casou no ano seguinte.

Enquanto cursava o doutorado – então inédito para as mulheres –, tomou

74. O último laboratório utilizado por Marie Curie na Universidade de Paris tornou-se um museu dedicado a ela que pode ser visitado virtualmente no site <<https://musee.curie.fr/decouvrir/exposition-permanente/visite-virtuelle>>. Acesso em: 23 ago. 2021. Informações em francês.

contato com os trabalhos de Henri Becquerel sobre o fenômeno da radiação emanada de certos elementos químicos, ocasião em que cunhou o termo “radioatividade”. Concluiu com brilhantismo sua tese de doutorado com a pesquisa sobre substâncias radioativas. Em 1903, juntamente com seu marido, Pierre Curie, e Becquerel, recebeu o prêmio Nobel de Física, tornando-se então a primeira mulher agraciada.

Em 1911, a cientista recebeu o prêmio Nobel de Química pela sua descoberta de dois novos elementos químicos, sendo assim a primeira pessoa a ganhar duas vezes o Nobel em áreas diferentes da ciência. Os estudos de Marie Curie abriram caminho para o desenvolvimento do aparelho de raios-X e de outras aplicações na área de saúde.

Sua filha Irène Joliot-Curie seguiu os passos da mãe e, pelos seus estudos sobre radioatividade, também recebeu o prêmio Nobel de Química em 1935.

Marie Curie faleceu em 1934, vítima de uma leucemia devida a sua longa exposição à radioatividade, perigo à saúde então desconhecido. Como exemplo de superação e luta, carisma e brilhantismo, foi a primeira mulher professora da Universidade de Paris em um período em que o mundo acadêmico era destinado apenas aos homens. Sua vida continua sendo inspiradora, pois até hoje ainda há muitas barreiras para as mulheres no campo da ciência.

PARA ASSISTIR:

*Radioactive*⁷⁵

75. Página 181.

MARTIN LUTHER KING JR.

“Um dos maiores problemas da humanidade é que sofremos de uma pobreza espiritual que contrasta de forma chocante com a abundância científica e tecnológica. Quanto mais ricos nos tornamos materialmente, mais pobres ficamos ética e espiritualmente.”

NASCIDO em 15 de janeiro de 1929 em Atlanta, Estados Unidos, Martin Luther King Jr. foi pastor batista e ativista político contra a discriminação racial e a favor dos direitos civis da população negra nas décadas de 1950 e 1960.

Inspirado por Gandhi, valeu-se dos métodos pacíficos da não violência e da desobediência civil. A notável capacidade de oratória, o carisma agregador e a energia para mobilizar multidões deram a Luther King uma notoriedade mundial e o conduziram ao prêmio Nobel da Paz de 1964.

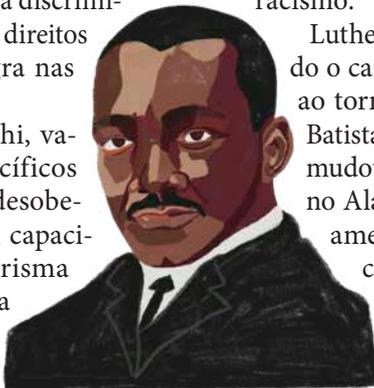
King cresceu em uma família de classe média e bem estruturada economicamente. Durante a infância e adolescência vivenciou a política segregacionista que imperava no estado da Geórgia, onde morava. Na época, mais especificamente nos estados sulistas dos Estados Unidos, havia grande aversão aos negros, até então segregados nos ônibus, trens, estações ferroviárias,

hotéis, restaurantes, teatros, bebedores e banheiros. A exemplo do que ocorria na África do Sul, brancos e negros eram proibidos de frequentar as mesmas escolas e de contrair matrimônios inter-raciais. Tampouco tinham serviços como educação, saúde e transportes públicos com qualidade similar aos oferecidos aos brancos.

Em meio a esse ambiente, Luther King teve uma trajetória acadêmica brilhante. Formou-se em Sociologia e obteve doutorado em Teologia pela Universidade de Boston, onde conheceu sua esposa, Coretta Scott King, com quem teve quatro filhos. A esposa o acompanhou durante toda a vida, sempre ao seu lado na luta contra o racismo.

Luther King acabou seguindo o caminho de seu pai e avô ao tornar-se pastor da Igreja Batista. Em 1954, Luther King mudou-se para Montgomery, no Alabama, um dos estados americanos mais segregacionistas, onde trabalhou como pastor na Igreja Batista local. Integrou a Associação Nacional para o Progresso das Pessoas de Cor.⁷⁶

A primeira ocasião em que Luther King participou diretamente de uma ação pelos direitos civis dos negros foi no caso de Rosa Parks, em 1955. Naquela época, as leis segregacionistas impunham assentos separados para brancos e negros nos ônibus. Rosa Parks, uma costureira negra, foi presa



76. Do inglês: *National Association for the Advancement of Colored People (NAACP)*.

e multada por ter se recusado a ceder seu lugar para um branco. Essa prisão foi o estopim para a articulação do movimento pelos direitos civis. O acontecimento gerou intensa indignação na população negra, e Luther King veio a mobilizar protestos e ações jurídicas a favor de Rosa Parks. Organizou-se então um boicote às empresas de ônibus que durou 382 dias. Nesse período, milhares de negros deixaram de utilizar os ônibus e caminhavam quilômetros; muitos iam de carona ou de bicicleta para o trabalho. Essas marchas, transmitidas pela televisão, atingiram a opinião pública, acarretando grandes prejuízos às empresas de transporte. Em 1956, a Suprema Corte do país julgou inconstitucional a segregação racial em transportes públicos. Entretanto, Luther King foi perseguido, preso e sua residência bombardeada.

Esses eventos renderam grande notoriedade a Luther King, dono de uma oratória contagiante, disseminador de belíssimos discursos e organizador de manifestações em diversos locais dos Estados Unidos. Em 1957, fundou a Conferência da Liderança Cristã no Sul, importante organização engajada na luta contra a segregação e o racismo que formava e capacitava continuamente líderes com base nos princípios da não violência, o que garantia ao movimento não parar em caso de mortes e encarceramento dos membros.

Um dos mais célebres discursos de Luther King aconteceu em 1963, quando 250 mil pessoas caminharam até Washington, capital dos Estados Unidos, para se manifestar em prol da igualdade de direitos raciais. No discurso, conhecido como *Eu tenho um*

sonho, ele expressava seu ideal de convivência pacífica entre brancos e negros dizendo: “Tenho um sonho de que meus quatro filhos viverão em uma nação onde não serão julgados pela cor de sua pele, mas pelo teor de seu caráter”.

Em 1965, para reivindicar o pleno direito ao voto para a população negra, aconteceram marchas entre as cidades de Selma e Montgomery (cerca de 79 km), com milhares de defensores dos direitos civis. Na primeira marcha – conhecida como Domingo Sangrento – cerca de seiscentos manifestantes foram duramente atacados pela polícia logo na saída da cidade. Essa brutal repressão provocou uma grande comoção nos telespectadores de todo o país que assistiam às transmissões pela televisão. Em uma segunda tentativa, quando os manifestantes ficaram frente a frente com a polícia, Luther King, presentindo uma emboscada, impediu-os de continuar. Na terceira tentativa, que pacificamente chegou a termo, os manifestantes saíram de Selma em 16 de março e chegaram a Montgomery oito dias depois. Essas marchas culminaram em uma grande vitória: a lei que concedeu o direito de voto aos negros, finalmente sancionada pelo presidente americano em agosto de 1965.

Luther King foi assassinado a tiros em 4 de abril de 1968, enquanto descansava na sacada de um hotel. Sua morte causou forte reação popular, seguida por manifestações em várias cidades dos Estados Unidos.

PARA ASSISTIR:

*Selma – Uma luta pela igualdade*⁷⁷

77. Página 182.

WANGARI MAATHAI

**“Quando plantamos árvores,
plantamos sementes de
paz e esperança.”**

NASCIDA em 1º de abril 1940 em Nyeri, Quênia, Wangari Maathai foi a primeira mulher africana a ser agraciada com um Prêmio Nobel – o da Paz. Líder ambientalista consagrada, seu trabalho é uma referência na conservação e regeneração das florestas, no empoderamento das mulheres e na defesa da democracia.

Desde a infância, sentiu-se atraída a cuidar da natureza, uma vocação que a impulsionou para a biologia. Na década de 1960, com o auxílio de uma bolsa de estudos, formou-se em ciências biológicas nos Estados Unidos e concluiu seu mestrado na Universidade de Pittsburgh.

Após um período na Alemanha como pesquisadora, voltou para seu país e concluiu seu doutorado na Universidade de Nairóbi, onde se tornou professora e a primeira mulher nessa universidade a obter um doutorado.

Nas comunidades rurais do Quênia, as florestas estavam sendo cada vez mais degradadas, problema que impactava as populações locais, cujas fontes de água estavam na iminência de secar por completo. O suprimento de alimentos também diminuía, e as pessoas eram obrigadas a percorrer

longas distâncias a fim de conseguir lenha para cozinhar.

Como resposta a essa situação, em 1977 Wangari Maathai criou o Movimento Cinturão Verde⁷⁸, organização ambiental que empodera as comunidades, em especial as mulheres, melhora o sustento, restaura e conserva as florestas. Esse movimento, considerado vitorioso, já conseguiu plantar 50 milhões de árvores no Quênia. O Movimento Cinturão Verde estimula as mulheres das comunidades, mediante ajuda financeira, a criar e a plantar mudas de árvores, fato que possibilita a recuperação das áreas degradadas à medida que ocorrem os plantios.

Com o tempo, a realidade ambiental vai se transformando significativamente: restaura-se a proteção dos solos férteis, as fontes de água recomeçam a verter, recupera-se a biodiversidade, e as fontes de lenha retornam aos níveis primitivos, criando-se, durante o processo, os recursos sustentáveis que alimentam as populações rurais.

O Movimento Cinturão Verde tornou-se conhecido por trabalhar com comunidades de base onde a liderança cabe aos indivíduos, mas as tomadas de decisão, à coletividade local. Portanto, o próprio processo protege os direitos humanos fundamentais e defende a



78. Em inglês, *Green Belt Movement*. Visite: <www.greenbeltmovement.org/>. Acesso em 23 ago. 2021. Informações em inglês.

democracia. Atualmente o movimento, que conta com apoio nacional e internacional, expandiu-se pelo mundo, demonstrando sua consistência e eficácia social. A partir dele, criou-se o AFR100, iniciativa de diversos países que visa a restauração de 100 milhões de hectares de terra na África até o ano de 2030, o que atenuará também os efeitos provocados pelo aquecimento global.

Devido à sua liderança nos processos transformadores que impactaram positivamente a qualidade de vida das comunidades carentes, pela vanguarda na atividade ambientalista, por sua contribuição à sustentabilidade global, à democracia e à paz, Maathai recebeu o Prêmio Nobel da Paz em 2004.

Seu livro autobiográfico⁷⁹ descreve os sessenta anos de uma extraordinária capacidade de mobilização como ativista política, feminista e ambientalista. Revela também a profunda surpresa que a acometeu ao ser informada de que receberia o Prêmio Nobel da Paz – algo para o qual não estava preparada e que sequer imaginava possível. A notícia espalhou-se em uma tal velocidade que, em poucas horas, Maathai já estava cercada por jornalistas, fotógrafos, colegas e parceiros, além de centenas de mensagens e telefonemas solicitando declarações da padroeira das florestas. Nessa ocasião, ela disse:

As árvores foram parte essencial de minha vida e me ensinaram muitas lições. Elas são símbolos vivos de paz e

esperança. Uma árvore tem suas raízes no chão e, mesmo assim, se ergue para o céu. Ela nos diz que, por mais alto que possamos chegar, é de nossas raízes que tiramos nossa base de sustentação. Isto é um lembrete para todos nós. [...] O que significa que, por mais poderosos que nos tornemos num governo, ou por mais prêmios que ganhemos, nosso poder, nossa força e nossa capacidade de atingir nossos objetivos dependem do povo, daqueles cujo trabalho ninguém vê, que são o solo no qual crescemos, os ombros em que nos apoiamos.

Um ano após a premiação, Wangari Maathai foi convidada para ir ao Japão, onde tomou conhecimento do conceito *mottainai*, termo japonês que faz referência à necessidade de não desperdiçar, não encurtar a vida útil das coisas; num sentido mais filosófico, “não tirar a dignidade de tudo quanto existe”. Imediatamente associou a palavra aos princípios do ambientalismo: reutilizar, reduzir e reciclar, aos que agora podia somar-se “respeitar”, saber apreciar o que se tem e ser grato por isso. Nascia mais uma das suas iniciativas: fazer de *mottainai* o mantra do século XXI, promovendo uma paz ecológica, um reencontro entre Cultura e Natureza.

Faleceu em 2011, aos 71 anos, mas deixou um legado inestimável que certamente atravessará gerações.

PARA ASSISTIR:

*Criando raízes*⁸⁰

79. Maathai, 2007.

80. Página 170.

ZILDA ARNS

“Para construir a paz, é preciso começar com a criança desde a gestação, pois os primeiros anos de vida são os principais para que a criança adquira valores culturais e se transformem em sementes de paz.”

NASCIDA em 25 de agosto de 1934 em Forquilha (SC), Zilda Arns era a caçula de 13 filhos de uma família de origem alemã. Ela própria também foi mãe de uma grande família de seis filhos.

Médica pediatra e sanitária, fundadora e coordenadora internacional da Pastoral da Criança e da Pastoral da Pessoa Idosa (organizações ligadas à Conferência Nacional dos Bispos do Brasil), recebeu muitos prêmios nacionais e internacionais por um trabalho que continua a ser desenvolvido, além de ter sido indicada ao Prêmio Nobel da Paz.



Como uma mulher de vanguarda para sua época, conseguiu cursar medicina em uma época em que as mulheres eram excluídas dos estudos universitários. Durante sua vida profissional e também como voluntária, dedicou-se a cuidar de crianças, grávidas e idosos. Seu ativismo social alcançou populações carentes brasileiras e de diversos países.

A Pastoral da Criança, que ela fundou e coordenou, foi responsável pela redução da desnutrição e de doenças

infantis de fácil prevenção, como a diarreia e a desidratação, o que resultou em significativos decréscimos na mortalidade infantil.

Em paralelo às visitas às comunidades e famílias, seus colaboradores diagnosticavam problemas de alcoolismo, dependência de drogas e outras vulnerabilidades, o que permitiu, ao mesmo tempo, tomar medidas que reduziam a violência familiar. Além do Brasil, Zilda Arns combateu a pobreza endêmica na América Latina, na Ásia e na África.

O trabalho da Pastoral da Criança envolve a capacitação de mulheres pobres que atuam como líderes comunitárias e que levam conhecimentos sobre saúde à população. Nas visitas domiciliares, estimulam os cuidados com a higiene e a alimentação; fornecem suplementos vitamínicos como a farinha multimistura; ministram assistência no pré-natal; incentivam o aleitamento materno, o uso de soro caseiro e a vacinação; acompanham as crianças por meio de pesagens mensais, com balanças simples, monitorando assim o desenvolvimento infantil desde o nascimento até os 6 anos de idade.

Zilda Arns faleceu em 12 de janeiro de 2010, vítima de um forte terremoto no Haiti, durante uma missão humanitária. Ela ensinou a salvar vidas com ações simples, por meio da educação e da prevenção. Viveu cada dia em busca de uma sociedade mais solidária, justa e ética, dando especial atenção às famílias mais humildes e promovendo a paz. Seu trabalho de empoderamento de mulheres pobres é um legado vivo até os dias de hoje.⁸¹

PARA ASSISTIR:

*O sonho de Típsi*⁸²

81. Para mais informações visite: <www.pastoraldacrianca.org.br/museudavida/>. Acesso em 23 ago. 2021.

82. Página 179.

HERÓIS E HEROÍNAS COMUNITÁRIOS

“Nunca duvide que um pequeno grupo de cidadãos conscientes e interessados possa mudar o mundo. Afinal foi isso que sempre aconteceu.”

MARGARETH MEAD

QUATRO professores, chamados Andrea, Regina, Samuel e Vanessa, inspiraram-se na primeira edição do livro *A paz, como se faz? Semeando a cultura de paz nas escolas* e resolveram também investir tempo e energia na transformação de suas respectivas comunidades, em prol da cultura de paz.

Em 2017, eles fundaram o Núcleo de Cultura de Paz e Práticas Restaurativas Nelson Mandela como desdobramento das intervenções empreendidas em uma escola pública de São Paulo e de ações e pesquisas realizadas por seus membros, que acabaram incorporadas no trabalho coletivo. O Núcleo atua para promover a paz, convida gestores das áreas de políticas públicas, além de familiares e responsáveis, para que tragam contribuições.

Muitos grupos de professores, por sua vez, criaram e mantêm redes de educadores para a paz, difundindo, espontaneamente, os fundamentos do *Manifesto 2000* em suas práticas cotidianas. Alguns deles ainda apoiam as atividades do Núcleo

Nelson Mandela⁸³ visando, sobretudo, a ampliar o alcance desses trabalhos. Os encontros do grupo envolvem o estudo, a reflexão e a disseminação de conhecimento sobre cultura de paz e também acolhem educadores de outras escolas, interessados em iniciar trabalhos semelhantes em outros locais.

Essas iniciativas – inspiradoras e multiplicativas – têm se espalhado por vários lugares do país, acolhendo e capacitando jovens e adultos para construir uma cultura de paz em suas comunidades. Esses visionários – quem sabe bem ao nosso lado – aos milhares, tomaram para si a responsabilidade de implementar os pontos do *Manifesto 2000*, cuja chama se mantém viva e luminosa.

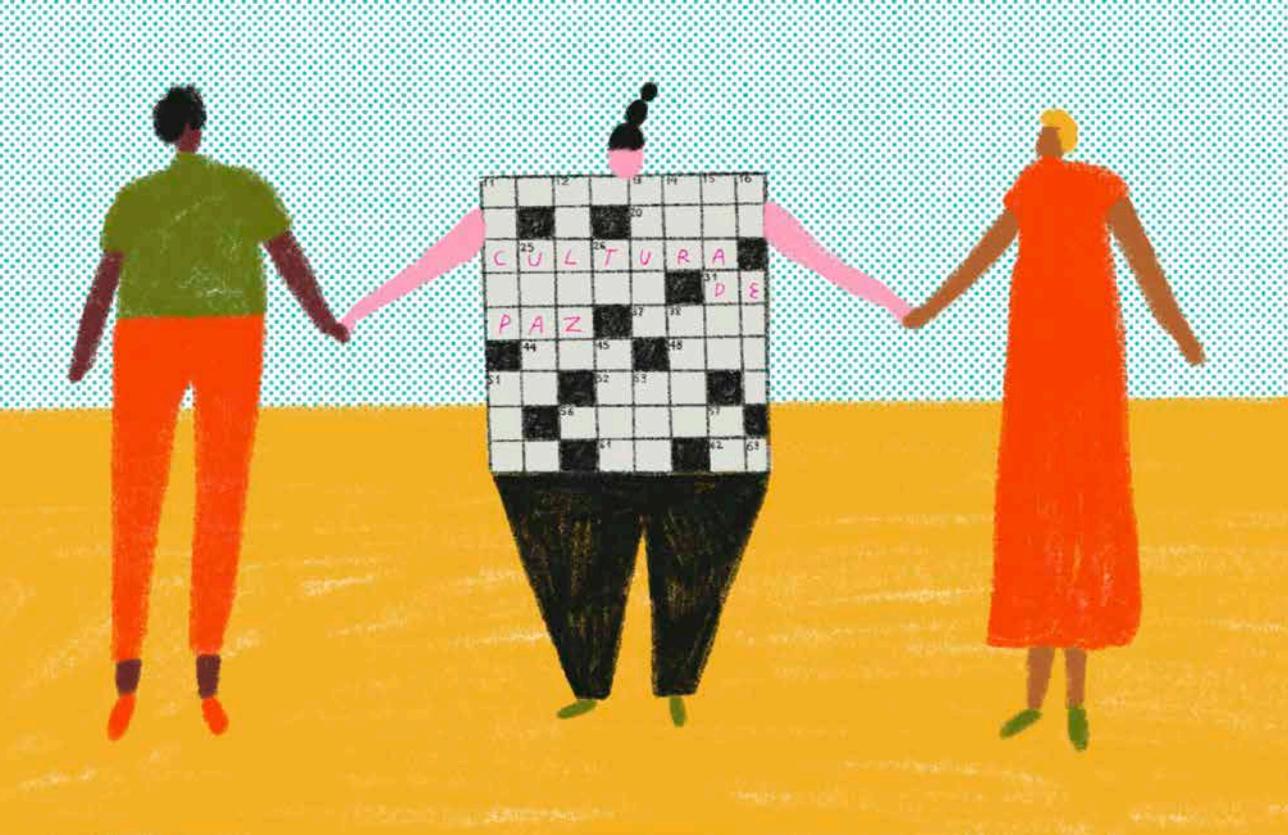


Tais exemplos mostram-nos que os princípios que norteiam a paz, além de serem bem recebidos e adotados pelas comunidades e escolas, podem ser amplamente disseminados, espalhando-se com vigor.

Cada educador ou monitor que se compromete com essa causa, incorpora e toma para si o mesmo ideal que moveu os heróis e heroínas da paz, vindo a tornar-se, eles próprios, seus porta-vozes. Propagam os mesmos ideais de coragem e inconformismo que moveram aquelas personalidades carismáticas que, muitas vezes, transformaram a violência sofrida em um legado de democracia, paz e felicidade para milhões de pessoas.

Este tópico é, portanto, dedicado àqueles heróis e heroínas anônimos que sabem e ensinam “como se faz a paz”.

83. Mais informações em: <www.facebook.com/nucleonelsonmandela/>



7. JOGOS COOPERATIVOS

Nos JOGOS cooperativos, é importante deixar claro:

- Não há seleção dos melhores porque cada um é vital para o jogo do momento.
- Não há primeiro nem último lugar porque o lugar que ocupamos é nosso lugar comum.
- Não há vencedores nem perdedores porque jogamos para “VenSer”, para “vir a ser” quem realmente somos. Plena e essencialmente.
- Não há adversários porque somos todos parceiros de uma mesma jornada.
- Não há troféus, medalhas nem outras recompensas porque já ganhamos tudo o que precisávamos: saber que a verdadeira conquista é poder continuar jogando uns com os outros, ao invés de uns contra os outros.

ATIVIDADES

GOLFINHOS E SARDINHAS

NESTE jogo todos terão a oportunidade de exercer o poder pessoal e grupal sobre a vivência compartilhada. Trata-se de uma espécie de pega-pega, muito parecido com as várias modalidades conhecidas desde a infância, senão por uma pequena mudança capaz de promover grandes transformações.

A brincadeira propõe o exercício do livre-arbítrio, da tomada de decisão, da iniciativa, da exposição aos riscos, da aventura e da liberdade.

OBJETIVOS

Pegar e escapar. Salvar quem foi pegado, ou não. Decidir continuar o jogo ou terminar com ele.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Um único grande grupo.

IDADE MÍNIMA

Crianças a partir de 7 anos.

ESPAÇO

Lugar amplo dividido por uma linha central.

COMO SE FAZ

O jogo baseia-se no pega-corrente. Todos os participantes, menos um, permanecem agrupados em uma das extremidades do espaço. Esse é o “cardume de sardinhas”. O que está separado

das sardinhas é o “golfinho”, que iniciará sobre uma linha demarcada bem no centro do “oceano”, que é o espaço integral do jogo. O golfinho só pode movimentar-se para os lados sobre essa linha. As sardinhas têm de passar para o outro lado do oceano, dividido por essa linha central, por onde o golfinho pode transitar, sem serem pegadas por ele. Este, por sua vez, tem de pegar o maior número possível de sardinhas, bastando para isso tocá-las com a mão.

Toda sardinha “capturada” transforma-se em golfinho e fica de mãos dadas junto com o anterior sobre a linha central. Aos poucos vai se formando uma corrente de golfinhos lado a lado de mãos dadas. Somente quem está nas extremidades da corrente pode pegar. O jogo prossegue assim até que a corrente de golfinhos ocupe toda a linha central. Quando isso acontecer, a corrente poderá sair da linha e se deslocar por todo o oceano para pescar as sardinhas.

Quando a quantidade de golfinhos na corrente for maior que a de sardinhas restantes, as sardinhas poderão salvar os golfinhos que desejarem ser salvos. Como? Basta a sardinha passar por entre as pernas do golfinho que ele se solta da corrente e vira sardinha novamente.

VARIAÇÃO

Formar mais do que uma única corrente de golfinhos. Experimente também diferentes modos de salvar os golfinhos: coçar a cabeça deles, dar um abraço etc.

DICAS

Recomende cuidado com a integridade física dos participantes, particularmente quando as sardinhas tentarem passar pelo meio da corrente de golfinhos. Os participantes devem descobrir formas saudáveis de jogar. Decidir salvar um golfinho é uma aventura de confiança. Estimular o exercício da solidariedade, da cumplicidade e do altruísmo nos jogos ajuda a vivenciar estas e outras competências cooperativas em outros “oceanos” da vida.

PESSOA PRA PESSOA

PARA cooperar, precisamos nos aproximar mais uns dos outros e de nós mesmos. Jogar diminui a distância e contribui para derrubar as barreiras que nos distanciam.

**OBJETIVOS**

Despertar a atenção e o tempo de reação. Diminuir a distância entre as pessoas e promover o contato. Desfazer preconceitos e incentivar a criatividade. Exercitar a liderança circular.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Um único grupo, sem limite de participantes, porém composto por um número ímpar de pessoas.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

Crianças a partir de 7 anos.

ESPAÇO

Lugar aberto ou fechado, compatível com o número de participantes e livre de obstáculos.

COMO SE FAZ

Inicia-se incentivando as pessoas a caminhar livre e criativamente pelo ambiente: andar com passo de gigante, de formiguinha, como se o chão estivesse pegando fogo, com um tique nervoso etc.

Depois de poucos minutos, alguém, que chamaremos de *focalizador*, indica em voz alta duas partes do corpo, por exemplo: mão na testa, dedo no nariz, orelha com orelha, cotovelo na barriga etc. Então todos devem formar duplas e tocar, um no outro, as partes indicadas, o mais rápido possível! Por exemplo: se a indicação for “mão na testa”, cada um deverá encontrar um par e tocar com a mão a testa do outro e vice-versa.

Quando todos estiverem em duplas e tocado uns nos outros, o focalizador reinicia o processo, propondo a caminhada livre e criativa. Após duas ou três dessas combinações o focalizador diz em voz alta o nome do jogo: “Pessoa

pra pessoa”. Nesse momento, todos, inclusive o focalizador, devem formar uma nova dupla e abraçar um ao outro para garantir o encontro.

Com a entrada do focalizador no jogo, alguém ficará sem par. E o que fazer com quem sobra? Diferente dos jogos convencionais, aquele que sobra não será castigado nem excluído. Quem sobra torna-se focalizador e reinicia o jogo servindo ao grupo, em vez de ser servido por ele.

VARIAÇÃO

Propor contatos em trios, quartetos ou em grupos maiores.

DICAS

O jogo trata de dois aspectos fundamentais da cooperação: o contato (toque) e a liderança. Oferece reflexões sobre o “poder” de um modo lúdico e muito eficaz, propondo exercitar a aproximação e a empatia em um ritmo gradativo, respeitando a integridade pessoal e grupal.

REBATIDA

ESTE jogo é uma combinação de várias atividades tradicionais (coelhinho sai da toca, taco, base 4, entre outras). Trata-se de um jogo muito ativo, envolvente e que favorece a integração, a ajuda mútua, a desinibição, a atenção, a agilidade e uma disposição para “trocar de lugar” além de muita diversão.

OBJETIVO

Rebater a bola e ocupar as bases.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

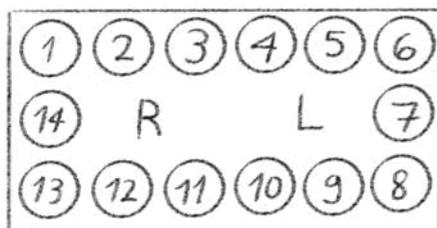
Grupos de 20 a 40 participantes, organizados em duplas ou trios.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 7 anos.

ESPAÇO

Uma quadra de voleibol ou equivalente. Desenhar, equidistantes ao redor da quadra, círculos de 1 metro de diâmetro correspondentes às bases. A quantidade de círculos é igual ao número de duplas ou trios, menos um. Por exemplo, 15 duplas e 14 círculos, ou 8 trios e 7 círculos. As bases devem ser numeradas.



MATERIAL

Giz, uma bola média de plástico e um bastão, que pode ser um cabo de vassoura.

COMO SE FAZ

Escolhe-se uma dupla que será formada por um rebatedor e um lançador, e que deverão portar o bastão e a

bola respectivamente. Essa dupla fica no centro da quadra, distantes 4 metros um do outro aproximadamente. As demais duplas entram nas bases, adotando o número correspondente à base em que entraram. O jogo começa com o lançador arremessando a bola para que seu parceiro, o rebatedor, faça a rebatida. Logo que a rebatida for feita, o rebatedor grita bem alto o número de qualquer uma das bases, por exemplo, **dez!!!**

A dupla que estiver na base indicada deve buscar a bola e, depois, com ela, tentar entrar em qualquer base. Ao mesmo tempo, as demais duplas devem trocar de base, simultânea e aleatoriamente. Inclusive a dupla de lançador e rebatedor. Como há uma base a menos, a dupla que ficar sem base passa a ser a de lançador-rebatedor. Todos permanecem com o mesmo parceiro e a jogada recomeça.

VARIAÇÃO

Após a rebatida, pode-se trocar de parceiros antes de entrar em uma nova base; todos, com exceção da dupla que recolhe a bola, cujos integrantes devem permanecer juntos. Também é divertido correr de mãos dadas, exceto a dupla que recolhe a bola. Ou substituir a rebatida com o bastão por regras de outra modalidade esportiva. Por exemplo, o lançador passa a bola com o pé e o rebatedor chuta para o gol ou para um alvo pré-estabelecido.

VOLEIBOL INFINITO

TRATA-SE de um jogo de voleibol com o objetivo de promover o respeito e a confiança mútua, a harmonização de ritmos pessoais e a coordenação de esforços para atingir uma meta comum. Jogando o voleibol infinito, exercita-se a liderança grupal e aprende-se a conquistar objetivos comuns com mais eficiência, economia e alegria.

OBJETIVO

Realizar o maior número de lançamentos consecutivos.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Dois grupos iguais de 20 participantes.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 7 anos.

ESPAÇO

Uma quadra de voleibol e rede. Pode-se substituir a rede por algo similar, por exemplo, uma corda. Se não houver quadra, pode ser um espaço amplo de aproximadamente o mesmo tamanho.

MATERIAL

Bola de voleibol ou uma bola de plástico grande ou gigante.

COMO SE FAZ

A base é a de um jogo convencional de voleibol, porém com o objetivo de realizar o maior número de passes possível sobre a rede, em um tempo determinado.

VARIAÇÃO

Dependendo do grupo, pode-se permitir que a bola toque uma vez no chão. Para manter o desafio e estimular o interesse nos grupos mais experientes, pode-se utilizar mais do que uma bola ao mesmo tempo. Ou bolas com tamanhos variados. É possível também realizar inversões: quem lançar a bola para o outro lado da quadra também troca de lado.

UM TIME “ZONEADO”

BASEADO no handebol, este jogo é literalmente uma “zona”. Todos jogam dentro de uma zona determinada e promovem uma interação muito dinâmica, com participação total e sem fronteiras. Todos percebem que são um só time.

OBJETIVO

Marcar gols e defender.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Grupos de 16 participantes (ou mais), distribuídos em duplas (ou trios) nas zonas da quadra.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 7 anos.

ESPAÇO

Uma quadra de handebol ou similar. Pode ser um pátio com marcas improvisadas de gol, dividida em 8 zonas **A** e **B**, demarcadas conforme ilustração a seguir.

**MATERIAL**

Uma bola de handebol.

COMO SE FAZ

Os participantes são distribuídos pelas 8 zonas, com uma dupla ou trio em cada uma delas. Somente podem jogar dentro da zona que ocupam em dado momento. O time **A** deve tentar fazer gol no time **B** e vice-versa. A bola deve ser passada para a zona seguinte mais próxima correspondente ao respectivo time. Feito o gol, faz-se um rodízio e todos trocam de zona, passando para a próxima. Por exemplo: a dupla que estava no gol da zona **B**, vai para o gol da zona **A**, “empurrando” a dupla que estava no gol da zona **A** para a próxima zona **B**. Esta “empurra” a dupla que ocupava essa zona **B** para a próxima zona **A**, e assim sucessivamente, até completar a troca na zona do gol **B**. Então reinicia-se o jogo.

VARIAÇÃO

Pode-se utilizar duas bolas simultaneamente. Ou aumentar o número de participantes em cada zona, menos na do gol. Ou retirar gradativamente as zonas, até chegar ao jogo sem zonas.

DICAS

Ao fim do jogo, todos os participantes terão passado tanto pela zona **A** como pela zona **B**. Portanto, pergunta-se: quem é o time **A** e quem é o time **B**? E quem venceu o jogo? Todos são um só time!

CABEÇOBOL

MUITAS vezes falamos em “jogar com a cabeça”. Que tal fazer isso literalmente? Neste jogo podemos experimentar uma maneira divertida de alcançar metas e explorar diferentes formas de fazer uma mesma coisa.

**OBJETIVO**

Fazer gols de cabeça.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Grupos de, no mínimo, 20 participantes.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 10 anos.

ESPAÇO

Uma quadra de futsal, de handebol, um campo de futebol ou um pátio com marcas improvisadas de gol.

MATERIAL

Duas bolas de voleibol ou similares.

COMO SE FAZ

O handebol convencional é a base deste jogo, porém facultando-se a participação de duas equipes com número mais amplo de jogadores. A diferença principal é que se pode usar a cabeça para fazer gols. O gol feito de cabeça só é válido quando resulta de um passe. Isto é, não se permite lançar a bola para que o jogador cabeceie. Os jogadores do time que defende, quando dentro da área, só podem interceptar um passe ou uma cabeçada para o gol sem o uso das mãos ou dos braços, ou seja, a defesa dentro da área usa apenas as outras partes do corpo que não braços e mãos. Não há goleiros.

VARIAÇÃO

Colocar mais do que uma única bola e mais do que dois gols no mesmo jogo.

DICA

Incentive a construção de regras para estimular o contato físico sadio. Ou seja, é permitido interceptar passes, mas não “roubar a bola” do outro.

MULTIESPORTE

É UMA combinação de várias modalidades dentro de uma mesma atividade. Reunimos o basquete, o voleibol, o futsal e o handebol para estimular a inclusão, respeitando, no entanto, as individualidades, as competências e as liberdades de escolha.

Trata-se de um jogo onde a atenção de todos está mais focalizada no processo e nem tanto no resultado final.

OBJETIVO

Marcar pontos e defender. Aperfeiçoar a habilidade de organização em grupo.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Grupos de 14 a 20 participantes, reunidos em dois times.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 12 anos.

ESPAÇO

Uma quadra poliesportiva ou similar. Pode ser também um pátio com marcas de gol, cestas de basquete e rede improvisados.

MATERIAL

Uma bola de cada um dos seguintes esportes: handebol, basquete, voleibol e futsal.

COMO SE FAZ

O jogo utiliza as regras convencionais das modalidades envolvidas. A ideia é fazer circular as quatro modalidades sucessivamente, uma após a outra. Por exemplo, começa-se jogando basquete. Em seguida passa-se para o futsal, depois para vôlei e, por último, para o handebol. Depois recomeça-se do basquete e assim por diante. Uma vez estabelecida a ordem das modalidades, o passo seguinte é

incentivar cada time a se organizar para definir a composição dos sub-times, preparando-se da melhor maneira para o momento da troca de modalidades.

A partir do início, assim que se faz um ponto (uma cesta, um gol etc.), troca-se de modalidade. Para isso, basta trocar a bola do jogo. Os dois times devem se reorganizar rapidamente, pois não há intervalos. Após a reorganização dos times e da troca da bola, o jogo prossegue instantaneamente.

VARIAÇÃO

Podem-se experimentar duas modalidades acontecendo ao mesmo tempo.

DICA

É muito comum, ao final do jogo, que os participantes não se lembrem do placar, uma vez que houve muitos desafios pessoais e grupais (mudança de modalidades, organização dos pequenos times etc.). Note que cada participante terá jogado ao menos uma das modalidades e todos terão tido a experiência de vencer juntos.

QUEIMADA INVERTIDA

ALGUMAS pessoas têm aversão a jogos, medo de bola, traumas impressos em uma infância vivenciada por jogos competitivos, nos quais se valorizavam mais as habilidades individuais ou a força física. Que jogos podem ajudar a dissolver essas marcas e a soltar essas travas? Que tal reviver a queimada com a renovação que o jogo cooperativo proporciona?

OBJETIVO

Queimar e evitar ser queimado.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Inicialmente dois grandes grupos sem número definido.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

A partir de 7 anos.

ESPAÇO

Quadra, pátio ou gramado demarcado como um grande retângulo.

MATERIAL

Uma bola de plástico ou de meia.

COMO SE FAZ

Joga-se como em uma queimada convencional. Entretanto, quando existir mais do que dois participantes na zona do morto (coveiro, queimado etc.), o primeiro que ali chegou retorna para o campo de jogo, trocando de time em vez de voltar para o seu próprio grupo.

VARIAÇÃO

Alternar homens e mulheres ou jogar com duas bolas ao mesmo tempo. Dependendo do grau de habilidade motora e da competência cooperativa, pode-se utilizar apenas a mão não dominante para queimar. Ou seja, os destros jogam com a mão esquerda e os canhotos, com a mão direita.

DICA

Mesmo sendo arquitetado com base na cooperação, o jogo não garante que todos sejam cooperativos. Aliás, os jogos cooperativos, de modo geral, não garante cooperação, mas visa ampliar as chances para que ela ocorra.

De fato, esse tipo de jogo abre mais espaço para o exercício do respeito mútuo, para a consideração pela integridade do outro e pela empatia, uma vez que o jogador do time adversário, mais cedo ou mais tarde, será jogador do meu time, ou seja, meu parceiro.

**ECO NOME**

Os índios ianomâmis têm pelo menos dois nomes. Um deles é sagrado e, por isso, muito respeitado. Eles acreditam que ao pronunciá-lo, a alma é tocada. E para que serve o outro nome? Serve para aproximar uns dos outros e... divertir-se!

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Um grande grupo, sem limite de integrantes.

IDADE MÍNIMA

A partir de 7 anos.

ESPAÇO

Um local que comporte um círculo feito pelos participantes.

COMO SE FAZ

Forma-se um círculo para que todos sejam vistos e ouvidos. Um de cada vez fala o nome completo e conta um pouquinho da história do seu nome: quem escolheu, qual a origem, o significado. E o sobrenome de onde vem? O grupo pode ajudar. Depois escolhe-se um nome para o grupo. Como o grupo gostaria de ser chamado? Com o que acha que se parece?

Mas, antes disso, que tal ver o nome de cada um ser mostrado pelos demais? Uma pessoa do grupo vai ao centro do círculo, fala o primeiro nome em voz bem alta e, ao mesmo tempo, faz um movimento qualquer, que expresse como se sente nessa hora. Depois volta para seu lugar. Então cada membro do grupo, um de cada vez, vai para o centro do círculo e faz o mesmo. Depois da apresentação de todos, o grupo escolhe um nome e um movimento. Se houver necessidade pode-se fazer sugestões de nomes divertidos e inusitados, como combinar a letra inicial do primeiro nome

de cada participante e depois, adaptar as sílabas.

DICAS

Algumas vezes, ocorre um intervalo entre as apresentações. Mas, assim como as pausas fazem parte de uma música, devemos aprender a integrar o silêncio e a respeitar o ritmo do grupo e também o de cada um.

TATO CON-TATO

ESTE é um jogo para tocar e sentir com o tato a “essência” que há em cada um de nós. É um “t(r)ocar” de coração a coração.

OBJETIVO

O “escultor” deve passar a “imagem” para o “bloco de mármore”.

**NÚMERO DE PARTICIPANTES**

Joga-se em trio. O primeiro como “escultor”, o segundo como “imagem” e o terceiro como o “bloco de mármore”. Todos permanecem de olhos fechados do início ao fim do jogo.

IDADE MÍNIMA

A partir de 7 anos.

COMO FAZER

A imagem assume uma pose, como uma estátua que transmite para o grupo algo de sua essência. O escultor sente a imagem, tocando-a com as mãos, percebendo-a em todas as suas nuances – postura, expressão facial, temperatura, aromas e outras sensações – e fundindo-se com ela. Em seguida, passa o que percebeu pelo contato para o bloco de mármore. Por sua vez, o bloco se entrega ao escultor para receber a imagem. Quando o escultor concluir a obra, ele avisa, e então o trio pode abrir os olhos e desfrutar da beleza da criação. O processo todo se reinicia com a troca de papéis e o jogo prossegue até que todos tenham vivenciado os três diferentes papéis.

DICA

Levando-se em conta a faixa etária do grupo, pode-se propor a seguinte reflexão: cada um deve aproveitar para tirar os próprios excessos, libertando bem sua criatividade para perguntar a si próprio: quais de meus atributos não me servem mais? Estaria cumprindo papéis que nada têm a ver comigo? Aliviado dos meus excessos, sinto-me mais leve. Para onde posso rumar a partir de agora?

OLHOS DE ÁGUIA

ESTE é um jogo com um fim surpreendente. Os participantes, em duplas, ficam um de frente para o outro, bem perto, *quase* tocando nariz com nariz. E, como se fossem lindas águias, fazem contato um com o outro pelo olhar. Trocam desejos de viajar e encontrar algo especial, sem palavras. Apenas pelo olhar.

OBJETIVO

Permanecer todo o tempo com os olhos nos olhos. Assim se saberá sempre de onde partir e para onde ir.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Sem limite de integrantes, divididos em duplas.

IDADE MÍNIMA

A partir de 7 anos.

COMO SE FAZ

Mantendo os olhos nos olhos, as duplas iniciam uma simulação de “voo” movendo-se vagarosamente, como se fosse em câmera lenta. Começam com um pequeno passo para trás... mais um. Depois, um grande passo para a esquerda, dois passos para trás... Não importa a distância; o fundamental é manter a proximidade e o contato visual. Um pulo para a direita. E uma cambalhota... Pronto, chegaram! Olhando para o parceiro, a pessoa pergunta a si mesma: O que estou vendo? Como estou me sentindo? Para que vim e qual meu propósito? Os participantes refazem os movimentos de

volta, sem pressa: uma cambalhota, um pulo para a esquerda, dois passos para a frente, um grande passo para a direita, um passinho para a frente, mais um passo... estão de volta! Os dois se olham – a si mesmo e ao outro.

Percebem o encontro. Compartilham a viagem. Alguma coisa mudou? Há algo diferente desde a partida no início do jogo? Agora ambos podem fazer o que der vontade e desfrutar da emoção de uma feliz reunião.

CADEIRA LIVRE

As vezes imaginamos que ocupar o nosso lugar no mundo implica tirar o lugar de outro e vice-versa. Mas como um grande jardim da vida, há espaço para todos. Podemos até nos divertir trocando de lugares uns com os outros.

OBJETIVO

Ocupar a cadeira vazia ao lado.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Um grande grupo, sem limite.

IDADE MÍNIMA RECOMENDADA

Crianças a partir de 7 anos.

MATERIAL

Cadeiras em quantidade equivalente ao número de participantes mais uma.

COMO SE FAZ

Forma-se um círculo com as cadeiras. Todos sentam-se voltados para o interior do círculo deixando livre uma cadeira. O jogo tem início com os participantes



que estão sentados imediatamente à direita e à esquerda da cadeira livre, os quais vão disputar o assento. Aquele que sentar primeiro muda-se para ela e fala em voz alta: “Eu sentei...”. O outro, que não conseguiu mudar-se, permanece em sua cadeira original.

Dando sequência a esse primeiro movimento, os dois participantes mais próximos da cadeira que ficou vazia mudam um assento, indo na direção de quem mudou de lugar, como se fossem puxados por ele. Enquanto sentam, devem falar em voz alta respectivamente: “...no jardim...”, “...com meu amigo Fulano” (cita o nome de um colega que ainda não mudou de lugar). O colega chamado sai de seu lugar e senta-se ao lado daquele que o chamou, deixando livre a cadeira que ocupava. A partir daí, o jogo continua repetindo todo o processo para ocupar a cadeira livre e completar a frase: “Eu sentei... no jardim... com meu amigo...”.

VARIAÇÃO

Se aumentar muito o número de participantes, pode-se usar mais do que uma única cadeira livre e assim estimular trocas mais rápidas.



8. LEITURA

MINHA IMAGINAÇÃO percorre a história da humanidade – os primeiros instrumentos feitos de pedra, a descoberta dos metais, a agricultura... Enfim, posso compreender como chegamos à Lua. Mas, que fato mágico possibilita-me desvendar o passado, conhecer outros povos e ter notícias de Marte? Um dos caminhos é a leitura, fonte de conhecimento e de entretenimento para adultos e crianças.

O hábito de ler, que evoluiu com a cultura humana, aumenta nosso conhecimento e nos proporciona uma visão mais ampla do mundo. Pela leitura, entramos em contato com outros seres humanos, mesmo fora de nossa dimensão de tempo e espaço; entramos em contato com um mundo mágico.

Ler é buscar orientação para nossos sonhos, ampliar o entendimento do mundo! Pela leitura, descobrimos sempre mais de nós mesmos. Com ela, relaxamos a mente e aprimoramos a concentração. Escutamos melhor nossas vozes, que impulsionam escolhas e ideais. Quando lemos ou ouvimos uma história, construímos nossa própria fantasia: as cores, o jeito dos

personagens, os lugares. O hábito da leitura é, enfim, uma atividade importantíssima para a construção da cultura de paz.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR⁸⁴

UMA vez que as publicações de má qualidade proliferam, devemos estudar previamente o que disponibilizar para ler. Pode-se, por exemplo, trabalhar com o objetivo de aprimorar o senso crítico dos jovens. Que valores foram transmitidos nos livros que já leram? Que tipo de texto é veiculado nas propagandas? Esses valores jogam contra ou a favor da construção da cultura de paz?

Sugere-se também criar um espaço de leitura para pessoas de todas as idades. É uma ótima oportunidade para ocupar tanto as crianças como os jovens de uma mesma família. Trata-se de uma atividade que conduz à calma e à concentração. Existe a possibilidade de a própria biblioteca da escola ser repaginada para se transformar em um ambiente agradável, quem sabe até com uma música suave de fundo, o que contribui para desenvolver o gosto pela leitura. Portanto, um espaço de leitura deve ter um clima aconchegante. Os próprios participantes podem cuidar

do local trazendo enfeites, organizando mutirões de arrumação e limpeza etc.

Outra ótima opção, quando o clima permite, é explorar espaços ao ar livre. Por exemplo, organizar um piquenique com os leitores, e deixar a conversa girar especificamente em torno do material de leitura. Isso com certeza fortalecerá o senso de união.

CLUBE DE LEITURA

UMA excelente atividade para reunir pessoas em prol de um interesse comum é organizar um clube de leitura. Tanto o monitor como os participantes escolhem um livro a ser lido por todos. Depois agendam-se encontros periódicos para dialogar sobre o livro. Podem-se marcar encontros semanais ou quinzenais.

O repertório dos livros a serem usados para trabalhar valores da cultura de paz é imenso. Com auxílio dos educadores, faça uma lista dos livros disponíveis na escola. Uma alternativa é iniciar algumas atividades lendo histórias em voz alta, mas outras ideias podem surgir, como dramatizações e peças de teatro.

Com a finalidade de treinar a compreensão dos textos, sugere-se fazer uma roda de conversa sobre determinado livro, no mesmo estilo das conversas propostas para serem travadas após a apresentação dos filmes.



84. Consulte o item *Sugestões de Livros para Leitura*, na página 188.



9. MÚSICA

A MÚSICA NOS acompanha desde nossas origens. Essa arte, que consiste na combinação de sons em meio ao tempo é talvez a mais constante na vida: acalenta-nos em momentos de alegria e de saudades; a mãe canta para embalar o filho; cantamos e dançamos em festas. Nossos ancestrais acompanhavam seus ritos com música e cantos, criavam melodias sagradas que até hoje nos encantam. Pela música, expressamos nossa cultura e contamos nossa história. Com ela falamos de amor, ciúmes, melancolia etc. Recordamo-nos dos momentos que marcaram nossa vida e nossos sonhos.

Entre as singularidades que distinguem os seres humanos das demais criaturas, a música é, sem dúvida, um tesouro artístico dirigido ao mais sublime do ser: sua sensibilidade. Talvez essa, uma das mais nobres faculdades humanas, seja a melhor forma de comunicação com o nosso semelhante.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR⁸⁵

As possibilidades de trabalhar com música são praticamente infinitas. Observe como as canções enriquecem as relações entre as pessoas e até mesmo constituem a base de atividades voltadas à paz. Lembre-se de que a mente reage de imediato aos estímulos sonoros. Uma música pode nos tornar agitados, irritáveis, vigorosos, calmos ou afetuosos. Por isso, escolha com cuidado as músicas para as atividades. Use-as na abertura ou no encerramento de eventos, para despertar sentimentos durante uma palestra ou dinâmica, como fundo para atividades ao ar livre ou durante oficinas e dinâmicas de grupo.

Por outro lado, lembre-se também da importância do silêncio. Ele é fundamental para nos aliviar, principalmente se vivemos imersos no barulho das grandes cidades. Podemos ensinar aos jovens que o silêncio é muito valioso em meio à atmosfera ruidosa das escolas, e costuma ser importantíssimo para proporcionar um mergulho nos pensamentos mais profundos, reflexões e meditações.

Considere também que, como tudo, músicas de má qualidade proliferam nos meios de comunicação. Por isso seria interessante fazer, em momentos oportunos, uma análise crítica das

mensagens e valores existentes em diferentes movimentos musicais.

Inicie os trabalhos elaborando seu próprio repertório ou junto com a comunidade. Eleja com os participantes uma música que acompanhe os momentos mais marcantes dos encontros.

- Trabalhe com as letras das músicas, escrevendo-as de maneira visível em cartazes. Brinque com a mudança da ordem das palavras, ou alterando a ordem dos cartazes.
- Também se pode dançar durante a execução das músicas – espontaneamente, em círculos ou em pares.



- Peça que os participantes relacionem melodias que evoquem sentimentos de agitação, tristeza, amor, paz e medo. Cada um pode cantar essas músicas mentalmente, experimentando mudar de uma para outra.
- Toque diversos tipos de música: alta, suave, rápida, melodiosa. Pergunte ao grupo que sentimentos e sensações corporais elas provocam.
- Estimule o resgate da história musical das pessoas, pedindo que associem músicas com momentos de sua vida. Peça que escolham

85. Sugestões de músicas para trabalhar temas do *Manifesto 2000* podem ser encontradas nas páginas 194 a 196, no *Apêndice*.

músicas que combinem com os seus sentimentos em instantes que marcaram sua história.

- Pode-se cantar em tons diferentes, começando com um tom baixo, aumentando-o em seguida; ou tentar o contrário. Reflita com o grupo sobre o impacto emocional sobre os sentimentos. Quais desses tons associam-se a uma doença, a um estado de alegria específico ou ao sucesso.
- Proponha que os participantes inventem melodias, utilizando os recursos sonoros que desejarem: ruídos com a boca, batidas de pés no chão, batucada com objetos, latas etc. As melodias podem refletir um estado emocional. Por exemplo: elaborar sons que evoquem tristezas ou alegrias, alternando de um para o outro.
- Peça aos participantes que escolham uma tarefa rotineira, como limpar a casa, ir ao supermercado ou revisar as contas. Sugira que simulem essas tarefas ao som de diferentes tipos de música: rock, samba, choro e música clássica. Pergunte como essas músicas alteram a maneira de realizar a tarefa.
- Os participantes podem criar conjuntos musicais com materiais simples como latas, tábuas, papéis etc. e organizar apresentações na comunidade.

ATIVIDADES

JOHN LENNON E A PAZ

As músicas de John Lennon falam de um mundo mais pacífico e da união harmoniosa entre povos e culturas. Pode-se partir da letra da música “Imagine” e também a versão feita por Toquinho, com o título “Imaginem”. Considere as seguintes sugestões de frases:



“Se o homem buscasse primeiro conhecer a si mesmo, metade dos problemas do mundo estaria resolvido.”

“Faça seu próprio sonho.”

“Posso ser um sonhador, mas não sou o único.”

“Dê uma chance à paz.”

MÚSICA E NATUREZA

MUITAS músicas tradicionais brasileiras evocam a beleza do ser humano e da natureza, e o amor pela Terra e suas paisagens. Ouça, por exemplo, as canções populares sobre esse tema sugeridas no Apêndice (páginas 194 a 196) e marcadas em vermelho.

MÚSICA NEW AGE

ESSE gênero musical é muito propício para levar os participantes a estados de interiorização e relaxamento. Também são interessantes composições com sons da natureza. Os discos de Aurio Corrá e Fortuna são sempre uma pedida certa. Deleite-se com a música antes de usá-la na atividade. Faça sua própria pesquisa.

MÚSICA CLÁSSICA⁸⁶

AMÚSICA clássica constitui um patrimônio imaterial da humanidade por sua beleza e profundidade. Trata-se de músicas mais elaboradas e que requerem mais estudo do que as músicas populares. Em geral, são executadas por orquestras e conduzidas por maestros. São escritas por compositores que empregam várias categorias de instrumentos. A melhor atividade para fazer com o grupo é simplesmente praticar a arte de ouvir as músicas clássicas e apreciá-las em silêncio. Muitas orquestras sinfônicas disponibilizam vídeos das apresentações. Um excelente programa é organizar recitais virtuais em horários específicos. Assim as melhores orquestras do mundo tocarão só para vocês.



86. Exemplos de músicas clássicas sugeridas para diferentes atividades estão disponíveis no *Apêndice*.

Pesquise e conheça também a vida dos grandes compositores de música clássica. Use muitas de suas músicas nas atividades. Conheça alguns deles:

- Antonin Dvorak
- Antonio Vivaldi
- Béla Bartók
- Dmitri Shostakovich
- Franz Schubert
- Frédéric Chopin
- George Gershwin
- Heitor Villa-Lobos
- Igor Stravinsky
- Johann Sebastian Bach
- Johannes Brahms
- Ludwig van Beethoven
- Piotr Tchaikovsky
- Richard Wagner
- Wolfgang Amadeus Mozart

PARÓDIAS

T RABALHANDO

Tem grupos ou em duplas, os jovens podem criar, para uma mesma música, diferentes letras que incluam situações de violência, paz, humor, senso crítico. Depois da apresentação, seria interessante o grupo fazer uma reflexão a respeito dos temas apresentados.

CANTAR

REUNIR-SE para cantar é uma excelente atividade para agregar pessoas, criar vínculos de amizade e senso de união. Cantando coletivamente, pratica-se a arte de ouvir a si mesmo e aos outros. Aprimora-se também a atenção, a concentração e a cooperação.



O monitor convida os participantes para uma roda de canto. Alguns podem se voluntariar a cantar com instrumentos musicais que já possuam, ou usar instrumentos de percussão elaborados a partir de material reciclado. Outros podem acompanhar cantando baixinho, ficar assistindo ou dançar com a música. Outra ideia é fazer com que todas as pessoas cantem ao mesmo tempo. O importante é que o grupo todo participe da atividade. Sugere-se que o repertório seja escolhido em conjunto.

REPERTÓRIO BRASILEIRO⁸⁷

ACULTURA popular brasileira é rica em músicas e cantigas. Deve-se

resgatar esse tesouro, ampliar o universo musical dos participantes e redescobrir valores da nossa identidade cultural. Inúmeras são as possibilidades para explorar o vasto repertório brasileiro. Pode-se trabalhar em atividades com canto, dança e figurinos de diversas tradições do Brasil, de acordo com as seguintes sugestões:

- Baião
- Boi-bumbá
- Boi de mamão
- Bumba meu boi
- Ciranda
- Congadas
- Frevo
- Jongo
- Maculelê
- Moçambique
- Pastoril
- Reisado
- Samba

É importante que os participantes também conheçam alguns dos compositores mais famosos da música popular brasileira:

- Antonio Madureira
- Antonio Nóbrega
- Caetano Veloso
- Chico Buarque de Hollanda
- Chiquinha Gonzaga
- Dorival Caymmi
- Edu Lobo
- Gilberto Gil
- Hélio Ziskind
- Ivone Lara
- Jackson do Pandeiro
- Lamartine Babo
- Lenine
- Luiz Gonzaga
- Lupicínio Rodrigues
- Maria Bethânia

87. Uma lista de músicas brasileiras pode ser encontrada nas páginas 194 a 196, no *Apêndice*.

- Marisa Monte
- Milton Nascimento
- Noel Rosa
- Paulo Tatit
- Sandra Peres
- Tom Jobim
- Vinícius de Moraes



APRESENTAÇÃO MUSICAL

O MONITOR recruta um grupo de jovens dispostos a montar uma banda. Reúne os participantes com maior experiência musical e solicita que elaborem uma apresentação, incentivando também que escolham um repertório. Enquanto isso, com a ajuda de outros participantes, viabiliza um local que sirva de “palco” e que tenha espaço para a “plateia”.

Os instrumentos da banda podem ser angariados pela comunidade ou emprestados pelos próprios participantes que já os possuem.

Envolvendo todos os voluntários, cria-se o roteiro de um “show”, uma apresentação que pode incluir recital de poemas, apresentações de dança, além do próprio espetáculo de música.

Uma ótima ideia é o grupo ensaiar de maneira constante e se apresentar em outras escolas ou na comunidade.

MÚSICA E BRINCADEIRAS DE RODA⁸⁸

EMBORA usada predominantemente com crianças, as brincadeiras de roda são interessantes para divertir e promover a interação entre os jovens. Trata-se de uma atividade que estimula a socialização, o companheirismo e a organização coletiva. Por ser uma dança comunitária, todos são incluídos, sem exceção.

As cirandas são atividades folclóricas nas quais os participantes brincam, cantam e dançam em roda. As brincadeiras de roda e as cantigas, conhecidas desde a infância, fazem parte do cancionário popular. Suas letras, geralmente bem simples e lúdicas, são fáceis de memorizar.



O monitor organiza os participantes em círculo, todos de mãos dadas. Pode-se começar com uma roda pequena, que aumenta à medida que as pessoas entram para dançar. Se a roda

88. Veja algumas sugestões de cantigas de roda na página 196, no *Apêndice*.

ficar muito grande e o espaço pequeno, é possível criar duas rodas, uma dentro da outra.

Os participantes cantam e, sob o embalo da música, rodam para um lado e para o outro. O monitor cria coreografias e passos junto com o grupo: para trás, para a frente e para os lados. No refrão, todos podem se voltar para o centro e parar, fazendo mímicas, batendo palmas, ou marcando o ritmo com os pés. O monitor pode também sugerir um figurino para o grupo, o que torna a experiência mais divertida.

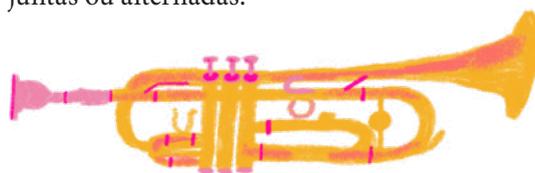
CORAL⁸⁹

CORAL é uma música cantada em grupo. É uma atividade inclusiva, pois todos podem participar. O coral pode ter acompanhamento, com música ao vivo ou não. Por ser uma atividade em grupo, que estimula o

89. Veja algumas sugestões de músicas para coral na página 196, no *Apêndice*.

trabalho em equipe, é uma excelente receita para a socialização. Além de estimular a criatividade e a autoestima, também amplia o conhecimento de diferentes repertórios musicais.

O monitor monta um grupo disposto a formar um coral. Seleciona as pessoas por vozes graves e agudas, totalizando tipos diferentes que cantam juntas ou alternadas.



É preciso encontrar um “maestro”, que coordene a execução da música – alguém com experiência musical ou com musicalidade natural. O monitor ajuda o maestro a organizar o repertório. Incentive o coral a ensaiar com frequência de modo a se apresentar em outras escolas ou instituições, como lares de idosos e hospitais.





10. TEATRO E JOGOS DRAMÁTICOS

DESDE OS primeiros anos de vida, o teatro faz parte do nosso dia a dia. Basta lembrar-se das brincadeiras de faz de conta, de quando dávamos papinha para as bonecas ou encarnávamos os super-heróis. Mesmo depois que crescemos, a criança que existe dentro de nós continua viva, gostando de fantasias. Basta dar a ela uma oportunidade.

Por isso, trabalhar com jogos teatrais significa abrir um baú de tesouros! O teatro desenvolve o interesse cultural e o senso de responsabilidade coletiva. Desenvolve habilidades valiosas para o relacionamento entre as pessoas, como a capacidade de atenção, a concentração e a iniciativa diante dos problemas. Além disso, quem faz teatro conhece melhor o seu próprio corpo e se posiciona melhor nos espaços em que se movimenta.

Pela dramatização, é possível incorporar e resolver situações de conflito na medida em que a encenação permite recriar um fato, observá-lo de outro ângulo e vivê-lo de forma diferente. E permite também recriar os mais diversos espaços sociais, culturais e temporais. No teatro, podemos experimentar “ser” outros seres!

As possibilidades do teatro e dos jogos dramáticos no desenvolvimento de uma cultura de paz são imensas! A seguir você verá algumas sugestões nesse sentido. Adapte estas e outras técnicas às necessidades de sua comunidade, desenvolvendo seu poder de criação.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR

INICIE as atividades com exercícios de aquecimento e descontração, criando assim um clima agradável e envolvente. Depois procure fazer com que o grupo sinta-se confiante e encorajado. Para tanto, siga o ritmo do grupo cuidando para não se contagiar pela euforia do mais comunicativo ou habilidoso, deixando a maioria para trás.

Com esse intuito, vale tomar cuidados redobrados. De fato, para a maior parte das pessoas não é fácil se expor. Muitos podem se inibir ainda mais diante do medo de julgamentos sobre seus respectivos desempenhos. Por isso evite tecer comparações ou

qualificações. Fique atento também para não valorizar demais os extrovertidos, o que pode causar muita frustração nos mais tímidos.

Tenha em mente que a apresentação de uma peça completa, ao fim das atividades e dos ensaios, não é o mais importante. O objetivo maior é que cada um se expresse, adquirindo ou consolidando a autoconfiança.

Observando esses cuidados, está inaugurado, então, o Teatro Cultura de Paz. Bons espetáculos!

ATIVIDADES

CONTATO FÍSICO



PARA os seres humanos, assim como para muitos animais, o ato de tocar tem importância vital. O contato inspira confiança, transmite calor, prazer, conforto e renova a vitalidade. Também indica que não estamos sós. O tato é a linguagem que usamos para revelar nossos sentimentos, para demonstrar às outras pessoas que elas são amadas, desejadas ou apreciadas. Quando tocamos, compartilhamos intimidade, mas também respeito, carinho, aceitação e acolhimento. Veja as seguintes sugestões de contatos físicos para o grupo exercitar:

- Todos os participantes apresentam-se uns aos outros por meio de um aperto de mãos.

- Solicite que toquem em uma parte de sua roupa (ou do outro) com uma determinada cor. Pode-se repetir a atividade com outras cores ou características.
- Proponha uma massagem corporal que estimula a circulação periférica como estapear de leve todo o corpo, o que proporciona uma sensação revigorante.
- Sugira uma massagem localizada. Peça que façam uma fila circular de modo que massageiem as costas do colega à frente. Inverta o sentido da fila orientando que massageiem agora o outro colega que está na frente.
- Aos pares, a partir do meio da sala, um elemento da dupla conduz o outro até a parede. Um deles pode estar de olhos vendados e ser conduzido pelo companheiro. Eles podem se relacionar embalando, carregando ou guiando o colega vendado.
- Caminhar aleatoriamente em todas as direções com a finalidade de reconhecer o espaço. Metade do grupo pode caminhar enquanto a outra metade fica parada. Depois se inverte.
- Proponha a todos que se imaginem como um cachorrinho dormindo no chão. Aos poucos, o “cachorrinho” levanta-se e espreguiça.
- Os participantes fingem estar em uma loja de cristais. Em dois minutos, todos simulam uma quebradeira, cortando, socando, chutando e emitindo barulhos.
- Todos devem espreguiçar, soltando a voz.
- Uma pessoa deitada no chão ou sentada na cadeira finge estar morta, controlando ao máximo sua respiração. Outras duas pessoas testam suas articulações.
- Todos deitam no chão e tentam sentir os cheiros presentes no ar ou “ouvir o silêncio”.
- O grupo se movimenta pelo espaço. O monitor dá um sinal e todos fingem ser uma estátua alegre, triste, na praia, na escola etc.
- Em duplas, um em frente ao outro, os elementos atuam como se estivessem diante de um espelho, como se fossem reflexo um do outro.



AQUECIMENTO E RELAXAMENTO

Sugira aos participantes os seguintes exercícios:

- Movimentar as articulações de todo o corpo sem tirar os pés do lugar.

OLHAR PARA OS SENTIMENTOS

Cada um expressa ao grupo – por meio de gestos e expressões faciais – um sentimento que seja comum em sua vida, por exemplo, medo, amor, raiva etc. O grupo deve ficar atento às expressões utilizadas.

O monitor pede então que um voluntário fique no centro do grupo e represente uma expressão de paz, de ódio, de amor, de indiferença, de ansiedade ou de tranquilidade. O grupo faz, então, reflexões dos seguintes tipos: 1. Quais teriam sido as expressões mais genuínas? 2. Como você vivencia seus sentimentos de amor e de raiva? 3. Que influência cada sentimento exerce sobre sua saúde? E assim por diante.

COMUNICAR OS SENTIMENTOS

Revezando, os integrantes do grupo dizem em voz alta uma frase qualquer como “O rato roeu a roupa do rei de Roma”. Ao pronunciar a frase, expressam estados de espírito como: raiva, paixão, sinceridade, serenidade, violência ou desânimo. A cada representação, a pessoa diz como se sente. O grupo comenta sobre o sentimento demonstrado.

CENÁRIO COLETIVO

A criação de cenários, chamada de *cenografia*, é uma atividade sobretudo

coletiva, que possibilita o exercício da criatividade e, conseqüentemente, pode revelar habilidades e competências artísticas para muito além da atuação em cena. A preparação do palco envolve planejamento e distribuição de funções, o que constitui, por si, um excelente momento de convivência e entretenimento.

Solicite que os envolvidos usem a imaginação no aproveitamento de sucata, de papel-jornal, revistas, tintas, galhos e folhas secas, enfim, tudo o que acharem pertinente para ambientar a trama. Podem-se montar paisagens diferentes e antagônicas: cenários de paz e de guerra; um rio poluído ou repleto de vida; uma floresta ou uma cidade.

Pode-se criar, por exemplo, uma peça de teatro com base no contraste e, para isso, produzir dois cenários: o primeiro, de uma cidade violenta e o segundo, de um lugar onde existam justiça e inclusão social, pautadas pela cultura de paz. Em seguida, pode-se elaborar um roteiro que dramatize as ações necessárias à transição de um cenário para o outro. Ao final, convide o grupo para conversar sobre os dois cenários.

- Que sensações e sentimentos eles desencadeiam?
- Quais seriam as causas da violência nas grandes cidades?
- O que fazer para mudar os cenários de violência e transformá-los em espaços confiáveis?

- Quais os personagens envolvidos (políticos, estudantes, comerciantes, artistas etc.)? Qual o papel da juventude nesse processo?
- O que cada um de nós pode fazer, na vida cotidiana, para criar espaços onde predominem a paz e a solidariedade?

GRUPO DE TEATRO

UMA das atividades mais envolventes para os jovens, no ambiente escolar, é a atuação em grupos de teatro! Além de ser uma proposta muito prazerosa, a produção de um espetáculo teatral conecta os participantes e a comunidade, constituindo-se em uma excelente atividade para trabalhar a cultura de paz. Um grupo de teatro envolve uma excelente interação entre os envolvidos, que aprendem a compreender uns aos outros, criando vínculos, formando novas e duradouras amizades. Além disso, ensina a trabalhar em equipe e aumenta a autoestima dos jovens à medida que cada um se torna um importante elo rumo ao sucesso do trabalho.

COMO SE FAZ

REUNIÃO DE APRESENTAÇÃO

O primeiro passo é convocar os participantes. O monitor pode fazer uma lista dos interessados e marcar um primeiro encontro para que todos se conheçam. Algumas funções já podem ser inicialmente definidas nesse encontro.

A PEÇA

A segunda etapa é a escolha da peça. O próprio grupo pode escrever uma história original ou inspirada em um livro ou em um filme. A peça não precisa ser longa, principalmente se o grupo é novato. Peças curtas e de produção mais simples podem ser uma ótima opção.



CRIAÇÃO DOS PERSONAGENS

O terceiro passo é escolher os personagens. Sugira que façam uma lista de todos os voluntários para depois definir os atores. Pode-se também criar muitos personagens coadjuvantes em torno da história, principalmente para os mais tímidos ou iniciantes. Afinal, o objetivo é incluir.

TEXTO

O texto pode ser escrito pelos membros do grupo com maior habilidade em redigir. Nesta etapa escrevem-se os diálogos, cujas cópias devem ser entregues a cada participante. Este texto serve para orientar o diretor, os atores e todos os componentes da equipe.

MONTAGEM DA EQUIPE

No momento de montar a equipe, é fundamental incluir o maior número de participantes para que todos tenham a oportunidade de contribuir com suas habilidades e talentos para o sucesso da peça.

- **Diretor.** Uma escolha muito importante é a do diretor da peça. Ele trabalha como coordenador geral da produção, dirige os ensaios, opina sobre os cenários, figurinos, enfim, tem um papel central. Prioriza-se uma pessoa que já tenha prática de teatro ou alguém com maior capacidade de liderança.
- **Elenco.** Faz-se a indicação a partir de uma lista de voluntários. É relevante conscientizar o grupo de que o fundamental é o conjunto da obra e, para isso, devem-se selecionar os que melhor se encaixam nos papéis dos personagens. Essa lista envolve não só atores, mas eventualmente dançarinos e cantores. Nesta etapa escolhem-se os que fazem o papel central e, também os coadjuvantes. O importante é que todos se sintam à vontade nos papéis.
- **Cenógrafos.** São responsáveis pelo projeto e pela execução dos cenários da peça (veja orientações na página 143).
- **Coreógrafos.** No caso de trechos da peça encenada em que há dança,



é recomendável a presença de coreógrafos, que orientam os passos e também a interpretação dos dançarinos.

- **Figurinistas.** Decidem as roupas que cada personagem usará, caracterizando cada um deles na peça. As roupas podem ser trazidas de casa ou compradas em brechós. Para essa função, escolhem-se os participantes com maior afinidade com moda e vestimentas.
- **Maquiadores e cabeleireiros.** Têm a função de ajudar na caracterização dos personagens, conferindo aos rostos diferentes expressões de sentimentos. Devem ser capazes também de pintar no rosto caricaturas e máscaras fixas.
- **Corpo técnico:** operadores de luz e som. Opta-se pelos que tiverem mais facilidade em operar equipamentos.

REUNIÃO PARA A LEITURA DA PEÇA

O texto da peça, previamente distribuído a todos os participantes, pode ser lido em voz alta. Cada ator apresenta suas falas como se estivesse no palco. Este é o momento de sugerir mudanças e trazer novas ideias aos diálogos. Os figurinos e a música podem ser incorporados após essa conversa.



ENSAIOS

Elabore um calendário para os ensaios, que precisam ocorrer com regularidade. O grupo deve estar atento para que as falas dos atores não sejam apenas decoradas, mas interpretadas. Se um ator esquecer sua fala, a peça deve continuar. Periodicamente marcam-se ensaios também com os técnicos e figurinistas, por exemplo.

DIVULGAÇÃO

Divulgue a peça em todos os meios e redes sociais que puder.

SUGESTÃO DE PEÇA

SALTIMBANCOS

A PESAR de ser um musical para crianças, a peça *Os Saltimbancos* agrada pessoas de todas as idades pelo humor, pela beleza e pela mensagem de amizade e solidariedade. Traduzida do italiano por Chico Buarque, conta a história de quatro animais: um jumento, uma galinha, uma gata e um cachorro. Todos, por diferentes razões e de diversas maneiras, passaram por situações de opressão e resolveram fugir do campo para a cidade. Os animais vão se encontrando pelo caminho, e a união os torna bastante fortes para mudar o rumo de sua vida. Mesmo sendo de espécies diferentes, todos conseguem dialogar e se respeitar. Um claro exemplo de solidariedade, diálogo e cooperação, onde a união faz a força, gerando uma grande transformação. Uma ótima sugestão é ouvir as músicas da peça. São fáceis de cantar em coro, possibilitando uma excelente integração com os grupos de coral e música.

LEITURAS DRAMATIZADAS

Os textos a seguir devem ser lidos em voz alta, dramatizando a história mediante a inserção de sentimentos, expressões faciais e gestos. Tudo isso, junto com o volume da voz, a velocidade da fala e o contato visual com a plateia, imprime maior emoção à leitura, instigando a imaginação dos ouvintes. Toda essa cadência deve ser

estudada previamente, daí a necessidade de uma leitura prévia.

O apresentador pode escolher um dos textos abaixo ou vários outros pesquisados ou propostos pelo grupo, tendo por base os conteúdos voltados à cultura de paz.⁹⁰



É DIFÍCIL MUDAR

Autor desconhecido

UM grupo de cientistas colocou cinco macacos numa jaula onde havia uma escada com um cacho de bananas no topo.

Quando um macaco subia a escada para pegar as bananas, um jato de água fria era jogado nos que estavam no chão. Depois de alguns banhos frios, cada vez que um macaco subia a escada para pegar as bananas, os outros o pegavam e batiam nele. Em pouco tempo, nenhum macaco se atrevia mais a subir a escada, apesar da tentação das bananas.

90. Muitos textos podem ser encontrados na lista de livros para contar histórias, nas páginas 185 e 186, no *Apêndice*.

Então os pesquisadores substituíram um dos macacos. A primeira coisa que o novato fez foi subir a escada. Mas foi pego pelos outros, que o surraram. Algumas surras depois, o novo integrante do grupo não subia mais a escada.

Um segundo substituto foi colocado na jaula e passou pela mesma dura experiência, tendo o primeiro substituto participado com entusiasmo da surra ao novato.

A mesma coisa aconteceu com o terceiro substituto. E também com o quarto, até que o último dos cinco integrantes iniciais foi substituído. Assim, ficaram na jaula cinco macacos que, mesmo nunca tendo tomado um banho frio, continuavam batendo naquele que tentasse pegar as bananas.

Se fosse possível perguntar a eles por que batiam em quem tentasse subir a escada, com certeza, a resposta mais frequente seria: “Não sei, mas as coisas sempre foram assim por aqui”.

O PIANO

Autor desconhecido

COM o desejo de encorajar seu filho a estudar piano, a mãe levou o menino a um concerto de Paderewski, famoso compositor polonês. Depois de terem se sentado, a mãe reconheceu uma amiga na plateia e caminhou em sua direção. Aproveitando a oportunidade para explorar as maravilhas de uma sala de concertos, o garoto se levantou e

foi em direção a uma porta, sobre a qual estava escrito: “Não entre”.

Quando as luzes da sala começaram a escurecer e o concerto estava para começar, a mãe retornou a seu assento e descobriu que seu filho tinha desaparecido. De repente, as cortinas se abriram e as luzes focalizaram, sobre o palco, o impressionante piano Steinway. Horrorizada, a mãe viu o pequeno sentado na frente do teclado, inocentemente tocando algumas notas de uma canção infantil.

Nesse momento, o grande mestre do piano entrou no palco e se dirigiu ao piano, sussurrando nos ouvidos do menino: “Não pare. Continue tocando”.

Então, inclinando-se, Paderewski colocou a mão esquerda sobre o teclado e passou a complementar a melodia simples, com uma harmonia. Em seguida, a sua mão direita, contornando o outro lado do menino, adicionou um obbligato rápido. Juntos, o velho mestre e o jovem aprendiz transformaram uma situação amedrontadora numa experiência criativa, magnífica. E o público ficou encantado.

Seja qual for a nossa situação na vida – não importa quão opressiva, desesperada, aparentemente inútil –, mesmo até na nossa “noite escura da alma”, uma voz está sussurrando bem dentro de nosso ser: “Não pare. Continue tocando. Você não está só. Juntos, vamos transformar esses padrões desconectados numa obra de arte do espírito criativo. Juntos, iremos encantar o mundo com a nossa canção”.

O SÁBIO E O PÁSSARO⁹¹

CERTA feita, um menino quis desafiar um sábio que passava pela sua aldeia. Com um passarinho preso nas mãos, aproximou-se dele e perguntou:

— Tenho um pássaro entre as mãos. O senhor sabe se ele está vivo ou se está morto?

Obviamente a pergunta era maliciosa, pois se o sábio respondesse que o pássaro estava vivo, o menino pretendia esmagá-lo; se respondesse que morto, abriria as mãos e o deixaria voar. Contudo, a esperteza do menino nem sequer desconfiou da extensão dos horizontes da sabedoria, ficando perplexo ante a resposta do venerável homem.

— Isso depende apenas de você, meu filho.

Na vida nem sempre é possível escolher as situações pelas quais passamos. O contingente é uma constante, e uma constante inevitável. Entretanto, sempre é possível optar pelo modo como viveremos essas situações; é aí que reside a nossa liberdade, a única que podemos verdadeiramente exercer.

CARTA DO CHEFE SEATTLE

EM 1854, o Governo dos Estados Unidos tentava convencer o chefe do povo nativo Seattle a vender suas terras. Como resposta, o chefe indígena enviou uma carta ao presidente que se tornou famosa em todo o mundo. Seu

91. Fonte: Comitê Paulista para uma Cultura de Paz.

conteúdo merece uma reflexão atenta, pois é uma lição que deve ser cultivada por todos, por esta e pelas futuras gerações.

Decorridos quase dois séculos da carta do chefe Seattle, suas lições permanecem atuais e proféticas para todos aqueles que sabem enxergar no fundo do conteúdo de sua mensagem. Trata-se de uma lição inesgotável de amor à natureza e à vida, que permanece na consciência de milhões de pessoas em todas as partes do mundo. A cada leitura, renovamos os ensinamentos que ali estão. Serve para ler e reler e passar adiante para que todos a conheçam.

No Brasil, os povos nativos continuam sendo excluídos dos cenários públicos, e eliminados por doenças contagiosas. Sofrem também a invasão de suas terras por grileiros, madeireiros, fazendeiros e garimpeiros, seus principais gozes.

As histórias dos povos nativos em cada país são diferentes em suas particularidades, mas iguais no conteúdo essencial. Em locais como Estados Unidos, Canadá, Austrália, Nova Zelândia, países africanos ou países latino-americanos, os problemas enfrentados pelos povos originários são praticamente os mesmos.

Por isso, em nome da cultura de paz, é fundamental que se preserve a riqueza de suas culturas, suas danças, seus ritos, seus conhecimentos sobre as plantas e os animais e as suas formas de

viver em harmonia com a natureza. Os povos nativos possuem uma sabedoria milenar que precisamos ouvir para compreender.

Veja a seguir o texto⁹²:

O GRANDE chefe de Washington mandou dizer que desejava comprar a nossa terra, o grande chefe assegurou-nos também de sua amizade e benevolência. Isto é gentil de sua parte, pois sabemos que ele não precisa de nossa amizade.

Vamos, porém, pensar em sua oferta, pois sabemos que se não o fizermos, o homem branco virá com armas e tomará nossa terra. O grande chefe de Washington pode confiar no que o chefe Seattle diz com a mesma certeza com que nossos irmãos brancos podem confiar na alteração das estações do ano.

Minha palavra é como as estrelas – elas não empalidecem.

Como podes comprar ou vender o céu, o calor da terra? Tal ideia nos é estranha. Se não somos donos da pureza do ar ou do resplendor da água, como então podes comprá-los? Cada torrão desta terra é sagrado para meu povo, cada folha reluzente de pinheiro, cada praia arenosa, cada véu de neblina na floresta escura, cada clareira e inseto a zumbir são sagrados nas tradições e na

92. Disponível em: <www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/chamadas/Carta_do_Chefe_Seattle_1263221069.pdf>.

Acesso em: 01 set. 2021

consciência do meu povo. A seiva que circula nas árvores carrega consigo as recordações do homem vermelho.

O homem branco esquece a sua terra natal, quando – depois de morto – vai vagar por entre as estrelas. Os nossos mortos nunca esquecem esta formosa terra, pois ela é a mãe do homem vermelho. Somos parte da terra e ela é parte de nós. As flores perfumadas são nossas irmãs; o cervo, o cavalo, a grande águia – são nossos irmãos. As cristas rochosas, os sumos da campina, o calor que emana do corpo de um mustang⁹³, e o homem – todos pertencem à mesma família.

Portanto, quando o grande chefe de Washington manda dizer que deseja comprar nossa terra, ele exige muito de nós. O grande chefe manda dizer que irá reservar para nós um lugar em que possamos viver confortavelmente. Ele será nosso pai e nós seremos seus filhos. Portanto, vamos considerar a tua oferta de comprar nossa terra. Mas não vai ser fácil, porque esta terra é para nós sagrada.

Esta água brilhante que corre nos rios e regatos não é apenas água, mas sim o sangue de nossos ancestrais. Se te vendermos a terra, terás de te lembrar que ela é sagrada, e terás de ensinar a teus filhos que é sagrada e que cada reflexo espectral na água

límpida dos lagos conta os eventos e as recordações da vida de meu povo. O rumorejar d'água é a voz do pai de meu pai. Os rios são nossos irmãos, eles apagam nossa sede. Os rios transportam nossas canoas e alimentam nossos filhos. Se te vendermos nossa terra, terás de te lembrar e ensinar a teus filhos que os rios são irmãos nossos e teus, e terás de dispensar aos rios a afabilidade que darias a um irmão.

Sabemos que o homem branco não compreende o nosso modo de viver. Para ele um lote de terra é igual a outro, porque ele é um forasteiro que chega na calada da noite e tira da terra tudo o que necessita. A terra não é sua irmã, mas sim sua inimiga, e depois de a conquistar, ele vai embora, deixa para trás os túmulos de seus antepassados, e nem se importa.

Arrebata a terra das mãos de seus filhos e não se importa. Ficam esquecidos a sepultura de seu pai e o direito de seus filhos à herança. Ele trata sua mãe – a terra – e seu irmão – o céu – como coisas que podem ser compradas, saqueadas, vendidas como ovelha ou miçanga cintilante. Sua voracidade arruinará a terra, deixando para trás apenas um deserto.

Não sei. Nossos modos diferem dos teus. A vista de tuas cidades causa tormento aos olhos do homem vermelho. Mas talvez isto seja assim por ser o homem vermelho um selvagem que de nada entende.

93. Tipo de cavalo selvagem encontrado nos Estados Unidos da América.

Não há sequer um lugar calmo nas cidades do homem branco. Não há lugar onde se possa ouvir o desabrochar da folhagem na primavera ou o tinir das asas de um inseto. Mas talvez assim seja por ser eu um selvagem que nada compreende; o barulho parece apenas insultar os ouvidos. E que vida é aquela se um homem não pode ouvir a voz solitária do curiango ou, de noite, a conversa dos sapos em volta de um brejo? Sou um homem vermelho e nada compreendo. O índio prefere o suave sussurro do vento a sobrevoar a superfície de uma lagoa e o cheiro do próprio vento, purificado por uma chuva do meio-dia, ou rescendendo o pinheiro.

O ar é precioso para o homem vermelho, porque todas as criaturas respiram em comum – os animais, as árvores, o homem. O homem branco parece não perceber o ar que respira. Como um moribundo em prolongada agonia, ele é insensível ao ar fétido. Mas se te vendermos nossa terra, terás de te lembrar que o ar é precioso para nós, que o ar reparte seu espírito com toda a vida que ele sustenta. O vento que deu ao nosso bisavô o seu primeiro sopro de vida, também recebe o seu último suspiro. E se te vendermos nossa terra, deverás mantê-la reservada, feita santuário, como um lugar em que o próprio homem branco possa ir saborear o vento, adoçado com a fragrância das flores campestres.

Assim, pois, vamos considerar tua oferta para comprar nossa terra.

Se decidirmos aceitar, farei uma condição: o homem branco deve tratar os animais desta terra como se fossem seus irmãos.

Sou um selvagem e desconheço que possa ser de outro jeito. Tenho visto milhares de bisões apodrecendo na pradaria, abandonados pelo homem branco que os abatia a tiros disparados do trem em movimento. Sou um selvagem e não compreendo como um fumegante cavalo de ferro possa ser mais importante do que o bisão que (nós – os índios) matamos apenas para o sustento de nossa vida.

O que é o homem sem os animais? Se todos os animais acabassem, o homem morreria de uma grande solidão de espírito. Porque tudo quanto acontece aos animais, logo acontece ao homem. Tudo está relacionado entre si.

Deves ensinar a teus filhos que o chão debaixo de seus pés são as cinzas de nossos antepassados; para que tenham respeito ao país, conta a teus filhos que a riqueza da terra são as vidas da parentela nossa. Ensina a teus filhos o que temos ensinado aos nossos: que a terra é nossa mãe. Tudo quanto fere a terra – fere os filhos da terra. Se os homens cospem no chão, cospem sobre eles próprios.

De uma coisa sabemos. A terra não pertence, ao homem: é o homem que pertence à terra, disso temos certeza. Todas as coisas estão interligadas, como o sangue que une uma família.

Tudo está relacionado entre si. Tudo quanto agride a terra, agride os filhos da terra. Não foi o homem quem teceu a trama da vida: ele é meramente um fio da mesma. Tudo o que ele fizer à trama, a si próprio fará.

Os nossos filhos viram seus pais humilhados na derrota. Os nossos guerreiros sucumbem sob o peso da vergonha. E depois da derrota passam o tempo em ócio, envenenando seu corpo com alimentos adocicados e bebidas ardentes. Não tem grande importância onde passaremos os nossos últimos dias – eles não são muitos. Mais algumas horas, mesmo uns invernos, e nenhum dos filhos das grandes tribos que viveram nesta terra ou que têm vagueado em pequenos bandos pelos bosques, sobrarão para chorar, sobre os túmulos, um povo que um dia foi tão poderoso e cheio de confiança como o nosso.

Nem o homem branco, cujo Deus com ele passeia e conversa como amigo para amigo, pode ser isento do destino comum. Poderíamos ser irmãos, apesar de tudo. Vamos ver, de uma coisa sabemos que o homem branco venha, talvez, um dia descobrir: nosso Deus é o mesmo Deus. Talvez julgues, agora, que o podes possuir do mesmo jeito como desejavas possuir nossa terra; mas não podes. Ele é Deus da humanidade inteira e é igual sua piedade para com o homem vermelho e o homem branco. Esta terra é querida por Ele, e causar dano à terra é cumular de desprezo o seu criador.

Os brancos também vão acabar; talvez mais cedo do que todas as outras raças. Continuas poluindo a tua cama e hás de morrer uma noite, sufocado em teus próprios dejetos.

Porém, ao perecerem, vocês brilharão com fulgor, abrasados, pela força de Deus que os trouxe a este país e, por algum desígnio especial, lhes deu o domínio sobre esta terra e sobre o homem vermelho. Esse destino é para nós um mistério, pois não podemos imaginar como será, quando todos os bisões forem massacrados, os cavalos bravios domados, as brenhas das florestas carregadas de odor de muita gente e a vista das velhas colinas empanada por fios que falam. Onde ficará o emaranhado da mata? Terá acabado. Onde estará a águia? Irá acabar. Restará dar adeus à andorinha e à caça; será o fim da vida e o começo da luta para sobreviver.

Compreenderíamos, talvez, se conhecêssemos com que sonha o homem branco, se soubéssemos quais as esperanças que transmite a seus filhos nas longas noites de inverno, quais as visões do futuro que oferece às suas mentes para que possam formar desejos para o dia de amanhã. Somos, porém, selvagens. Os sonhos do homem branco são para nós ocultos, e por serem ocultos, temos de escolher nosso próprio caminho. Se consentirmos, será para garantir as reservas que nos prometestes. Lá, talvez, possamos viver os nossos últimos dias conforme

desejamos. Depois que o último homem vermelho tiver partido e a sua lembrança não passar da sombra de uma nuvem a pairar acima das pradarias, a alma do meu povo continuará vivendo nessas florestas e praias, porque nós a amamos como ama um recém-nascido o bater do coração de sua mãe.

Se te vendermos a nossa terra, amaa como nós a amávamos. Protege-a como nós a protegíamos. “Nunca esqueças de como era esta terra quando dela tomaste posse”: E com toda a tua força o teu poder e todo o teu coração – conserva-a para teus filhos e ama-a como Deus nos ama a todos. De uma coisa sabemos: o nosso Deus é o mesmo Deus, esta terra é por ele amada. Nem mesmo o homem branco pode evitar o nosso destino comum.

INTERSER⁹⁴

SE você for um poeta, verá claramente que há uma nuvem flutuando nesta folha de papel. Sem uma nuvem, não haverá chuva; sem chuva, as árvores não podem crescer e, sem árvores, não podemos fazer papel. A nuvem é essencial para que o papel exista. Se ela não estiver aqui, a folha de papel também não pode estar aqui. Logo, nós podemos dizer que a nuvem e o papel intersão. “Interser” é uma palavra que não está no dicionário ainda, mas se combinarmos o prefixo “inter” com o verbo “ser”, teremos

este novo verbo “interser”. Sem uma nuvem, não podemos ter papel, assim podemos afirmar que a nuvem e a folha de papel intersão.

Se olharmos ainda mais profundamente para dentro desta folha de papel, nós poderemos ver os raios do sol nela. Se os raios do sol não estiverem lá, a floresta não pode crescer. De fato, nada pode crescer. Nem mesmo nós podemos crescer sem os raios do sol. E assim, nós sabemos que os raios do sol também estão nesta folha de papel. O papel e os raios do sol intersão. E, se continuarmos a olhar, poderemos ver o lenhador que cortou a árvore e a trouxe para ser transformada em papel na fábrica. E vemos o trigo. Nós sabemos que o lenhador não pode existir sem o seu pão diário e, conseqüentemente, o trigo que se tornou seu pão também está nesta folha de papel. E o pai e a mãe do lenhador estão nela também. Quando olhamos desta maneira, vemos que, sem todas essas coisas, esta folha de papel não pode existir.

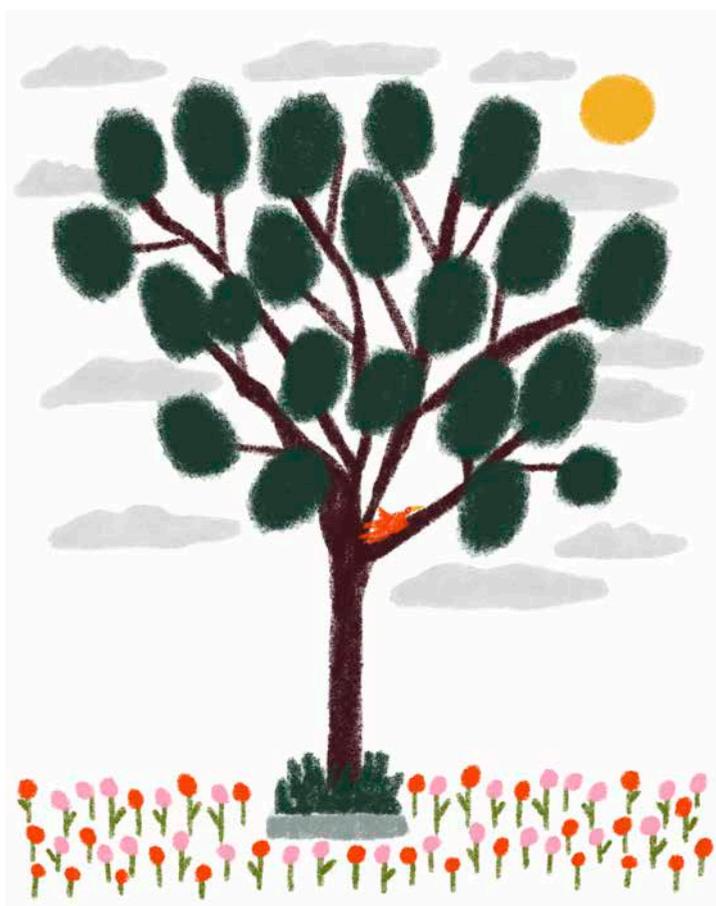
Olhando ainda mais profundamente, nós podemos ver que nós estamos nesta folha também. Isto não é difícil de ver, porque quando olhamos para uma folha de papel, a folha de papel é parte de nossa percepção. A sua mente está aqui dentro e a minha também. Então podemos dizer que todas as coisas estão aqui dentro desta folha de papel. Você não pode apontar uma única coisa que não esteja aqui – tempo, espaço, a terra, a chuva, os minerais

94. Thich Nhat Hanh, 2000.

do solo, os raios do sol, a nuvem, o rio, o calor. Tudo coexiste com esta folha de papel. É por isto que eu penso que a palavra *interser* deveria estar no dicionário. “Ser” é *interser*. Você simplesmente não pode “ser” por você mesmo, sozinho. Você tem de *interser* com cada uma das outras coisas. Esta folha de papel é porque tudo o mais é.

Suponha que tentemos retornar um dos elementos à sua fonte. Suponha que nós retornemos ao sol os seus raios. Você acha que esta folha de papel seria possível? Não, sem os raios

do sol nada pode existir. E se retornarmos o lenhador à sua mãe, então também não teríamos mais a folha de papel. O fato é que esta folha de papel é constituída de “elementos não papel”. E se retornarmos esses elementos não papel às suas fontes, então absolutamente não pode haver papel. Sem os “elementos não papel”, como a mente, o lenhador, os raios do sol e assim por diante, não existirá papel algum. Tão fina quanto possa ser esta folha de papel, ela contém todas as coisas do universo dentro dela.





11. TRABALHOS MANUAIS

A PRÁTICA DO fazer nos tornou civilizados: construímos cidades, monumentos e muitos símbolos da nossa cultura. Mas, nas sociedades contemporâneas, a crescente onda de tecnologia tem imobilizado, em certa medida, nosso potencial criativo de fazer com as mãos. Portanto, torna-se necessário resgatar essa prática e descobrir (ou redescobrir) novos horizontes de possibilidades.

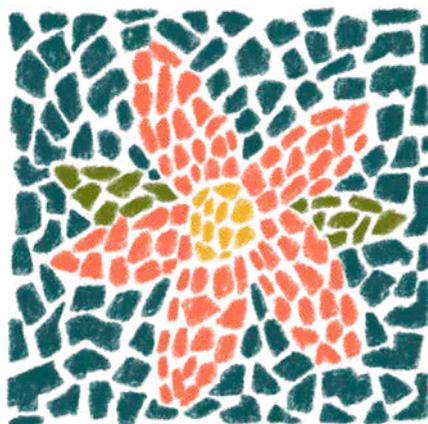
Usar as mãos como ferramenta de trabalho propicia-nos o prazer de ver o produto de nossa própria habilidade, o resultado da criação originada a partir de nossa própria mente. Fazendo artesanato, desenvolvemos nossa capacidade reflexiva e de entretenimento, usufruímos dos nossos gostos pessoais e deixamos aflorar nossa cultura familiar, regional, nacional ou mundial. Enfim, resgatamos nossas múltiplas identidades de várias formas ao mesmo tempo em que

ampliamos nossa capacidade reflexiva e de concentração. Trabalhos manuais também podem resultar em *profissionalização* e assim gerar renda, mediante a venda do produto.

ORIENTAÇÕES PARA O ORGANIZADOR

- Planeje tudo com antecedência. Avalie sempre se o espaço físico é adequado ao tipo de atividade.
- Elabore uma lista prévia dos materiais a serem utilizados, de acordo com a faixa etária dos participantes.
- Esses materiais podem ser obtidos a partir de doações ou trocas; podem ser coletados pelos organizadores ou trazidos pelos próprios frequentadores das oficinas.
- Os participantes podem se encontrar periodicamente ou criar grupos nas redes sociais, organizados em torno da atividade. Por exemplo: grupos de pais, de estudantes, de monitores, de artesãos etc.
- O objetivo é sempre a prática da solidariedade. Portanto, um clima de interiorização e calma é muito bem-vindo.
- Não deixe de ficar atento(a) para evitar possíveis acidentes.

ATIVIDADES



MOSAICO

Os mosaicos estão presentes em muitas lojas de objetos decorativos: de uma caixinha até uma mesa de jantar. O mosaico originou-se no Oriente Médio e ganha a cada dia mais adeptos. Fáceis de fazer e passíveis de personalização, os trabalhos em mosaico podem divertir, relaxar e passar mensagens de paz. Podem enfeitar a parede da escola, por exemplo! Nesta atividade, sugere-se fazer um mosaico em algum utensílio, como uma bandeja. Proponha aos participantes que trabalhem com temas ligados aos pontos do *Manifesto 2000*. Lembre-os que um mosaico, com partes mais reluzentes e outras mais apagadas, também representa a vida, com nossos momentos de tristeza e alegria. Nem tudo acontece como planejamos e, às vezes, alternado com momentos de felicidade, também

vivenciamos angústias e dificuldades. Observe, por exemplo, como os mosaicos de azulejos são irregulares. Mas, o conjunto final da fachada (assim como a história de cada um) resulta belo e harmonioso.

MATERIAL

- Pinça
- Pincel
- Espátula
- Solvente
- Cola de contato
- Rejunte
- Pastilhas coloridas ou azulejos
- Lixa grossa (para aparar as pastilhas ou azulejos)
- Torquês (alicate para cortar pastilhas e azulejos)

COMO SE FAZ

- Lixe a superfície que receberá o revestimento de mosaico (madeira, cimento etc.) e depois limpe com um pano úmido para remover o pó.
- Desenhe na superfície o motivo que deseja.
- Com a torquês, corte as pastilhas ou azulejos. Cuidado com o manuseio para não causar acidentes ou se machucar.
- Com um pincel, espalhe a cola sobre a superfície.
- Escolha as pastilhas ou azulejos de formatos irregulares, mas que permitam encaixes. Ao final, com uma espátula, passe o rejunte sobre todo o trabalho, preenchendo os espaços

entre as pastilhas. Depois, com uma esponja úmida, ou embebida em solvente, retire o excesso do rejunte, limpando toda a superfície.

PAPEL MACHÊ

PAPEL machê é uma massa feita de papéis picados, água e cola branca, muito utilizada em artesanato. Além de fácil preparo, a massa, bastante moldável, presta-se à elaboração de diversos objetos decorativos ou utilitários.

MATERIAL

- Pano
- Tintas PVA
- Cola branca
- Água sanitária
- Folhas de jornal
- Recipiente para misturar a massa

COMO SE FAZ

Pique o jornal em pequenos pedaços e coloque-os em um recipiente com água. Para evitar o mau cheiro, adicione uma colher de sopa de água sanitária por litro de água. Evite colheres metálicas para medir a água sanitária, pois o cloro ataca metais. Deixe os pedaços de jornal amolecendo nessa mistura por 24 horas.

Depois, coe a mistura com um pano. Ao atingir o ponto de gotejamento, esprema bem o pano para tirar o excesso de líquido. Transfira esse material para outro recipiente e, aos poucos, adicione cola, amassando a mistura com as mãos como se fosse massa de

pão. Repita o processo lentamente até o ponto em que a massa se torne suficientemente compacta para desgrudar das mãos. Nesse momento, quando ela ganhar liga, já pode ser modelada. Use a criatividade para esculpir a massa. Pode-se moldar, por exemplo, vasos, tigelas, pratos, esculturas de animais, brinquedos, máscaras de carnaval, pulseiras e muito mais.

Uma vez moldada, deixe as peças secarem por três dias. Depois, basta pintá-las com tinta de PVA.



PINTURA EM MADEIRA

QUE tal mudar o visual de um móvel velho e transformá-lo em uma peça nova e atraente? Ou utilizar essa técnica para prestar serviços de reforma de mobília e ganhar uma renda extra? Esta atividade demonstra a aplicação da técnica em uma cadeira, mas é possível utilizá-la em inúmeras outras peças de madeira.

MATERIAL

- Glaze
- Régua
- Lixa 150
- Saco plástico
- Lápis preto nº 2
- Panos de limpeza
- Goma-laca incolor
- Álcool para limpeza
- Purpurina ouro velho
- Verniz à base de água
- Pincel de cerdas largas
- Tinta a óleo terra siena
- Máscara de papel vegetal
- Pincéis chatos números 8 e 12
- Rolos de espuma pequeno e médio
- Tintas PVA, uma azul clara e outra azul-marinho (ou tom sobre tom)

COMO SE FAZ

- Lixe a cadeira.
- Limpe a peça com um pano embebido em álcool.
- Passe goma-laca incolor e deixe secar por uma hora.
- Passe duas demãos da tinta PVA azul clara com o rolo médio. Deixe secar por duas horas.
- Molhe um saco plástico amassado na tinta PVA azul-marinho já misturada com glaze. Salpique na cadeira e deixe secar por uma hora.
- Com o lápis preto, faça o desenho de um coração em uma folha de papel vegetal.

- Com o pincel número 12, aplique a goma-laca misturada com purpurina, preenchendo todo o desenho.
- Com o pincel número 8, faça o contorno do desenho com a tinta terra siena. Deixe secar por 24 horas.
- Para terminar, passe uma camada de verniz e deixe secar por duas horas.
- Passe verniz em toda a bola.
- Para montar um arranjo, use pratos ou centros de mesa.
- Como variação, finque a bola em pequenos troncos presos em vasos com argila, os quais também podem ser pintados ou forrados, formando uma espécie de árvore de sementes.

ARTESANATO COM SEMENTES

A LINDEZA das sementes e das ervas, mesmo quando já secas, é uma demonstração do quanto a natureza pode nos oferecer de belo. E tudo o que precisamos devolver, em troca, é preservar o planeta. Esta atividade nos ajuda a lembrar disso. A proposta é fazer, por exemplo, um simpático arranjo de mesa ou um enfeite para o escritório.

MATERIAL

- Cola de isopor
- Verniz em spray
- Sementes e ervas secas
- Pratos ou centros de mesa
- Bolas de isopor de tamanhos variados
- Tinta acrílica nas cores das sementes ou ervas a serem usadas

COMO SE FAZ

- Pinte a bola de isopor com tinta acrílica semelhante à cor da semente que será usada.
- Cole as sementes na bola, formando círculos.



ARTESANATO COM JORNAL OU REVISTA

É MUITO fácil fazer um apoio para pratos ou panelas usando materiais simples e baratos de efeitos deslumbrantes. Haverá até quem duvide que uma peça tão interessante possa surgir de simples folhas de revistas ou jornais. As orientações a seguir são apenas estímulos para que cada participante use sua própria imaginação e crie outras peças. Para obter resultados mais alegres e coloridos, pode-se utilizar tinta colorida para papel.



MATERIAL

- Pincel
- Fita crepe
- Cola branca
- Verniz em spray
- Folhas de revista ou de jornal
- Uma vareta de cabide de secção circular

COMO SE FAZ

- Envolve a vareta com uma das folhas de papel, formando assim um cilindro, ou canudo.
- Ao término do enrolamento, cole a aba externa da folha com um pedaço de fita crepe ou com uma gota de cola branca para que o canudo não se desfaça.
- Remova a vareta do centro e repita o procedimento com várias folhas de papel, o que resultará em muitos canudos com o mesmo diâmetro.
- Encaixe a extremidade de um canudo untada em cola branca na

extremidade de outro, e assim sucessivamente até formar um longo tubo contínuo.

- Após a secagem da cola, pressione os canudos em uma superfície plana até que fiquem achatados como se fossem fitas.
- Faça rolos com as fitas até chegar no diâmetro desejado para que sirvam adequadamente de apoios para pratos ou painéis.
- Caso deseje, esse é o momento para pintá-los e aguardar pela secagem.
- Finalmente, pulverize o verniz e deixe secar de acordo com as instruções da embalagem.

MURAL DA PAZ

O **OBJETIVO** desta proposta é elaborar uma mensagem de paz que permanecerá exposta de modo a sensibilizar o maior número possível de pessoas. O mural não inspira solidariedade apenas em seus autores, mas a todos que

estão empenhados em construir um mundo melhor. Uma excelente opção inclusiva é convidar grafiteiros para contribuir com o mural da paz... nas paredes da escola!

MATERIAL

- Cola ou fita adesiva
- Folhas grandes de papel para forrar a parede
- Tinta para papel ou para a própria parede nua

COMO SE FAZ

Para receber a pintura, sugira que fixem papéis ou que preparem a própria parede. Se ela estiver em más condições, faça uma campanha para adquirir massa corrida e assim promover um nivelamento, ainda que mínimo. Caso não consiga, pode-se aproveitar as irregularidades para elaborar partes do desenho em baixo relevo.

Peça aos participantes que representem o que entendem por “cultura de paz”. Durante os trabalhos é aconselhável deixar à mostra os seis pontos do *Manifesto 2000*.

Cada um começa pintando um dos setores do mural, mas depois todos podem intervir em qualquer parte dos desenhos. Ao final, podem inserir uma frase sobre o que acha necessário para atingir plenamente a paz.

Uma vez que cada um inicia pintando em seu próprio “território” e depois adentra no território dos outros colegas, este pode ser um ótimo exercício para refletir sobre a questão

dos conflitos territoriais. Ao final, proponha algumas reflexões: como se deram as interações? Houve conflito por espaço?

Outro ponto importante, obviamente, é o próprio resultado. Como o grupo avalia a “rejeição à violência” e a “busca pela paz”? Quais os elementos que apareceram com maior frequência na arte final? O que falta no aspecto pessoal e coletivo da nossa vida para atingir essa tão sonhada paz?

VARIAÇÃO

Os participantes podem ser divididos em seis grupos. Cada um deles é convidado a desenhar um dos pontos do *Manifesto 2000*. Ao final, proponha uma roda de conversa sobre o que desejaram representar. O importante é estabelecer um clima de acolhimento que possibilite espelhar os sentimentos emanados desse trabalho.

DOBRADURA

A PESAR de simples, essa é uma atividade muito rica porque possibilita ao grupo trocar experiências entre si e ofertar colaboração mútua. Se possível, consulte *sites* ou traga livros de origami. Mas, antes de oferecer os modelos já prontos, solicite ajuda ou proponha monitoria aos que já tenham algum domínio da técnica, que pode ter sido, inclusive, motivada pelo trabalho do tsuru.⁹⁵

95. Veja atividade da página 28.

MATERIAL

- Régua
- Tesoura
- Papéis de cores e tamanhos variados

COMO SE FAZ

Distribua os papéis sobre uma grande mesa, deixando os participantes livres para elaborarem a dobradura desejada. Sugira, alternativamente, que façam dobraduras temáticas com base nos pontos do *Manifesto 2000*. Ao final, estimule a troca de experiências entre eles. Todos podem ensinar o que sabem.

CARIMBOS E DECALQUES

ESTA é uma atividade de temática livre. O grupo deve fazer carimbos a partir de sucatas, usando materiais de diferentes texturas. Dê preferência aos emborrachados ou à base de esponjas sintéticas descartadas, aquelas utilizadas na lavagem de utensílios de cozinha. Os pedaços são, então, recortados na forma que se deseja e colados sobre papelão de modo a formar alto-relevo de 2 a 4 milímetros. Depois é só molhar em tinta para carimbos e pressionar a estampa na superfície a ser carimbada.

DESENHO DE OBSERVAÇÃO

PEÇA que os participantes tragam objetos que sirvam de modelo para desenhos, com a finalidade de treinar a capacidade de observação. Um bom

exemplo é recorrer à natureza morta ou objetos inanimados como: folhas, frutas, objetos decorativos, ferramentas etc. Finalizado o trabalho, chame a atenção para a diversidade de representações e os diferentes matizes oferecidos pelos objetos, dependendo do ângulo do qual foi observado e também do repertório cultural do observador.



Por último, proponha uma roda de conversa para refletir sobre as diferenças nos traços. Seria o meu ponto de vista o único possível? Se eu olhar sob a mesma posição da outra pessoa, o desenho mudaria?

EXPOSIÇÃO

ORGANIZE uma exposição com os trabalhos realizados nas oficinas. Escolha um local, planeje a forma de apresentação (redes sociais, comunicação oral, painéis, exposição etc.) e a decoração do ambiente. Decida os critérios para a seleção dos trabalhos e monte o evento com a ajuda dos participantes. Eles mesmos podem orientar os visitantes em relação aos materiais empregados e às técnicas utilizadas.

QUILLING⁹⁶

QUILLING⁹⁷ é uma arte feita com tiras de papel enroladas. Na Antiguidade, usavam-se fios de ouro e prata, fitas de cetim e tecido, os quais eram enrolados e moldados, principalmente por mulheres.

MATERIAL

- Pinça
- Tesoura
- Cola PVA para artesanato
- Cartolina para servir como base e sustentar as tiras coladas
- Papéis coloridos, de preferência com gramatura acima de 180 g/m²

COMO SE FAZ

Comece criando formas básicas com as tiras de papel: círculo apertado ou solto; gota (amassar apenas uma das extremidades de um círculo); folha (amassar as duas extremidades de

um círculo); quadrado (amassar uma folha em formato de quadrado); triângulo (formatar o círculo na forma de triângulo).

Cada forma básica obtida com as tiras de papel deve ser colada na cartolina utilizando-se um mínimo possível de cola. Partindo sempre das tiras de papel, molde as formas usando sua imaginação. Perceba que é prazeroso trabalhar com papel, moldar formas e observar tantos resultados coloridos tomando conta da cartolina.

Para se inspirar, pesquise na internet sobre alguns dos artistas proeminentes do *quilling*: Sena Runa (Turquia), Larissa Zasadna (Ucrânia); Sabeena Karnik (Índia); Yulia Brodskaya (Rússia), entre outros.

96. Contribuição de Helena Kobayashi.

97. Do inglês *quill*, “bobina”.



A vibrant, stylized illustration of a diverse group of people of various ages and ethnicities holding hands in a circle. They are arranged in a human pyramid formation, with some standing on the shoulders of others. The background is a solid light teal color. The text 'PARTE C' and 'Apêndice' is centered over the illustration in a bold, teal, sans-serif font.

PARTE C

Apêndice



1. SUGESTÕES DE FILMES⁹⁸

A LISTA A seguir não tem a pretensão de ser conclusiva; apenas sugerimos alguns filmes que contribuem com significativas reflexões em direção à cultura de paz e aos tópicos do *Manifesto 2000*. Embora alguns filmes sejam mais antigos, trata-se de clássicos do cinema, cujas temáticas são praticamente imortais visto que invocam dramas humanos com os quais temos muito a aprender. Apesar de elaborada com cuidado, a lista pode aumentar, principalmente com lançamentos mais recentes. Os organizadores e a própria comunidade ficam livres para sugerir. Bom filme!

98. Os filmes marcados com **R** são baseados em histórias reais. Aqueles marcados com **D** são documentários. Os demais são obras de ficção.

- **A 100 PASSOS DE UM SONHO (2014), 123 min, direção: Lasse Hallström.** Em uma cidade no sul da França ocorre um conflito entre a dona de um restaurante francês e o dono de um restaurante indiano em frente. Aos poucos estabelece-se um diálogo entre as pessoas e nasce uma história de amizade e reconhecimento.
- **A ARTE DA DISCÓRDIA (2017), 152 min, direção: Ruben Östlund.** O gerente de um museu usa vários métodos para chamar a atenção sobre uma nova instalação artística. Com esse objetivo, contrata uma empresa para trabalhar na divulgação, mas acabam acontecendo fatos inesperados.
- **A CIDADE DA ESPERANÇA (1992), 135 min, direção: Roland Joffé.** Um jovem médico resolve abandonar sua carreira e viajar para a Índia. Na cidade de Calcutá, encontra uma realidade de miséria extrema, fome e uma população oprimida e sem assistência médica.
- **A CORRENTE DO BEM (2000), 123 min, direção: Mimi Leder.** Um professor de estudos sociais desafia seus alunos a criarem algo para mudar o mundo. Incentivado pelo desafio, um dos alunos cria um novo jogo que movimenta uma onda de bondade humana que se converte em um fenômeno nacional.
- **A EDUCAÇÃO PROIBIDA (2012), 145 min, direção: German Doin.** Realizado em oito países, descreve 45 experiências educacionais alternativas. **D**
- **À ESPERA DE UM MILAGRE (1999), 189 min, direção: Frank Darabont.** Um carcereiro desenvolve uma relação comovente com um prisioneiro condenado à morte. O tamanho e a força conferem ao prisioneiro uma aparência de perigoso. Mas seu caráter e sua história são totalmente diferentes da sua aparência.
- **A FESTA DE BABETTE (1987), 102 min, direção: Gabriel Axel.** Babette é uma empregada de duas irmãs idosas na Dinamarca, filhas de um pastor muito rigoroso. Um dia ela descobre ter ganhado um grande prêmio na loteria e oferece um jantar francês para comemorar o centenário do pastor.
- **A GAROTA DINAMARQUESA (2015), 120 min, direção: Tom Hooper.** Na década de 1910, em Copenhague, Dinamarca, um artista não se reconhece em seu corpo de homem e entra para a história por ser a primeira pessoa a se submeter a uma cirurgia de mudança de sexo. **R**
- **A HISTÓRIA DE RON CLARK (2006), 96 min, direção: Randa Haines.** Ron Clark, um professor primário, resolve deixar sua vida confortável para lecionar no Harlem, em Nova York, onde transforma a vida de muitos jovens. **R**
- **A INVENÇÃO DE HUGO CABRET (2011), 120 min, direção: Martin Scorsese.** A jornada de um menino órfão, dono de um robô com uma estranha fechadura. Ele conhece uma menina que tem a chave da

misteriosa fechadura que faz o robô funcionar. Desvendando esse mistério, as duas crianças constroem uma forte amizade.

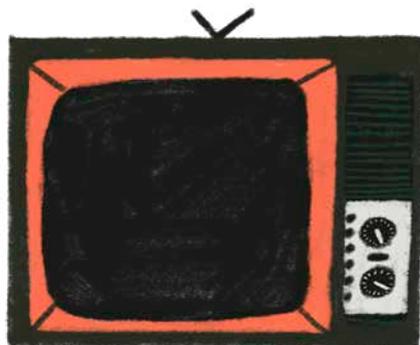
- **A LÍNGUA DAS MARIPOSAS (1999)**, 97 min, direção: José Luis Cuerda. Ao saber que os professores batiam nos alunos, um menino desenvolveu medo de ir à escola. Mas um professor carismático e tranquilo fez o garoto se apaixonar pelo seu caráter e seu conhecimento. A narrativa se passa em meio à Guerra Civil Espanhola.
- **A LISTA DE SCHINDLER (1993)**, 197 min, direção: Steven Spielberg. História de um empresário alemão que abdicou de toda sua fortuna para salvar a vida de mais de mil judeus dos campos de concentração. **R**



- **A MISSÃO (1986)**, 125 min, direção: Roland Joffé. A história de um violento mercador de escravos espanhol que se arrepende dos crimes que cometeu e começa a defender os indígenas que antes escravizava.

- **A MONTANHA DOS GORILAS (1988)**, 120 min, direção: Michael Apted. A primatóloga Dian Fossey estuda gorilas nas montanhas de Ruanda, onde cria um forte vínculo afetivo com eles, passando então a se dedicar à proteção da espécie. **R**
- **A ONDA (2008)**, 108 min, direção: Dennis Gansel. Em uma escola da Alemanha, um professor decide fazer um experimento pedagógico para ensinar o conceito de *autocracia*. Para exemplificar, ele cria um movimento fascista fictício, circunscrito à sala de aula. Entretanto, acaba perdendo o controle e o movimento extrapola os limites da ficção.
- **À PROCURA DA FELICIDADE (2006)**, 118 min, direção: Gabriele Muccino. Um pai solteiro e seu filho de 5 anos passam por sérios problemas financeiros e são despejados de casa. Morando em abrigos, eles jamais perdem a esperança no futuro.
- **A QUE HORAS ELA VOLTA? (2015)**, 114 min, direção: Anna Muylaert. Conta a história de uma empregada doméstica recifense que há muito tempo mora em São Paulo, onde trabalha para uma família de classe média alta. A trama tece uma crítica à divisão regional no país e às desigualdades sociais brasileiras.
- **A TEORIA DE TUDO (2014)**, 124 min, direção: James Marsh. Baseado na história do famoso físico Stephen Hawking, que, aos 21 anos, descobriu ser portador de uma doença degenerativa, mas, mesmo assim, tornou-se um dos mais importantes cientistas da humanidade. **R**

- **A ÚLTIMA HORA (2007)**, 91 min, direção: **Nadia Conners e Leila Conners Petersen**. Conta com entrevistas de mais de cinquenta importantes cientistas, líderes e pensadores. Mostra os desequilíbrios ecológicos da Terra e o que pode ser feito para reverter a situação. **D**
- **ALIMENTOS S.A. (2008)**, 94 min, direção: **Robert Kenner**. Aborda a realidade do mercado de alimentos, dominado pelas grandes corporações, e denuncia também o sofrimento dos animais usados para consumo humano. **D**
- **AMAZÔNIA EM CHAMAS (1994)**, 123 min, direção: **John Frankenheimer**. Conta a vida do seringueiro e líder ambientalista Chico Mendes. Sua trajetória desde uma infância pobre, seu ativismo, até seu assassinato. **R**
- **AMOR SEM FRONTEIRAS (2003)**, 127 min, direção: **Martin Campbell**. História de uma mulher da alta sociedade que decide dedicar-se a um campo de refugiados. Ela viaja para a Etiópia e trabalha em organizações humanitárias e de direitos humanos.
- **AMY: UMA VIDA PELAS CRIANÇAS (2015)**, 100 min, direção: **Asif Kapadia**. Amy descobre o sentido da vida ao trabalhar como professora em uma escola para crianças com necessidades especiais.
- **AO MESTRE COM CARINHO (1967)**, 105 min, direção: **James Clavell**. Aborda questões raciais que se passam em uma escola da periferia de Londres. Conta a história de um professor que deve lidar com uma turma indisciplinada. Tratando os jovens com respeito e atenção, ele muda a realidade.
- **AQUARELA (2018)**, 90 min, direção: **Viktor Kossakovsky**. Captura a essência e a força da água em diversos lugares do planeta, mostrando seu poder e sua beleza transformadora. **D**



- **AS AVENTURAS DE PI (2012)**, 125 min, direção: **Ang Lee**. Pi sobrevive a um naufrágio e tem de dividir o barco salva-vidas com um tigre-de-bengala, que ele consegue tornar seu aliado. E assim prossegue em sua viagem.
- **ÀS MARGENS DO RIO SAGRADO (2005)**, 117 min, direção: **Deepa Mehta**. Mostra a forma desumana com que eram tratadas as viúvas na Índia de 1938, em uma realidade onde era costume cultural os homens adultos se casarem com crianças.

- **ATÉ O ÚLTIMO HOMEM (2016), 139 min** direção: **Mel Gibson**. Conta a história de um médico do exército americano que, durante a Segunda Guerra Mundial, se recusa a usar armas, dedicando-se heroicamente a salvar vidas.
- **BAKHITA, A SANTA (2009), 104 min**, direção: **Giacomo Campiotti**. Conta a história de Josephine Bakhita, a primeira santa africana. Ela foi escrava durante a infância no Sudão. Sofreu abuso, violência e preconceito. Tornou-se freira e foi canonizada pelo papa João Paulo II. **R**
- **BARAKA (1992), 98 min**, direção: **Ron Frike**. Filmado em 23 países mostrando belas paisagens, igrejas, ruínas, cerimônias religiosas e cidades. O objetivo foi o de capturar a grande pulsação da humanidade durante as atividades diárias **D**
- **BEM-VINDO A MARLY-GOMONT (2016), 93 min**, direção: **Julien Rambaldi**. História de um médico negro congolês que resolve morar com a família em um pequeno povoado na França, onde se põe a vencer o preconceito e as diferenças culturais. **R**
- **BILLY ELIOTT (2000), 111 min**, direção: **Stephen Daldry**. História de um garoto, filho de um mineiro, que descobre uma vocação natural para o balé. A partir daí enfrenta obstáculos e preconceitos de sua família, que se posiciona contra seu envolvimento com a dança.
- **CAPITÃO FANTÁSTICO (2016), 118 min**, direção: **Matt Ross**. Um pai cria seus seis filhos em contato íntimo com a natureza, longe da vida da sociedade moderna, em uma rotina de novidades e aventuras.
- **CENTRAL DO BRASIL (1998), 115 min**, direção: **Walter Salles**. Uma professora aposentada, que se dedica a escrever cartas para pessoas analfabetas na Estação Central do Brasil, ajuda um garoto a encontrar seu pai desconhecido.
- **CEREJEIRAS EM FLOR (2008), 127 min**, direção: **Doris Dörrie**. Há anos uma mulher nutre a vontade de visitar o Japão para participar do festival das cerejeiras. Ela e o marido organizam a viagem, mas ela morre de maneira inesperada. Mesmo assim, o marido, enlutado, viaja ao Japão para realizar o sonho da esposa.
- **CIDADE DE DEUS (2002), 130 min**, direção: **Fernando Meireles e Kátia Lund**. Um jovem negro e pobre vive na favela carioca Cidade de Deus. Graças ao seu talento como fotógrafo, analisa a realidade de extrema violência da comunidade e escapa da marginalidade.
- **COLEGAS (2012), 94 min**, direção: **Marcelo Calvão**. Três amigos vivem juntos em uma instituição para portadores de síndrome de Down. Um dia resolvem fugir para concretizar seus sonhos.

- **COM AMOR, SIMON (2018), 109 min, direção: Greg Berlanti.** Um adolescente de 17 anos sofre por não ter se revelado gay para a família e amigos. Ele se apaixona virtualmente por um colega da escola.
- **COMER, REZAR E AMAR (2010), 140 min, diretor: Ryan Murphy.** Após uma decepção amorosa, a protagonista resolve abandonar uma vida estável, partindo para uma grande viagem de autoconhecimento pela Itália, Índia e Indonésia. **R**
- **COMO ÁGUA PARA CHOCOLATE (1992), 123 min, direção: Alfonso Arau.** Narra o relacionamento impossível de um jovem casal que conseguem transmitir seu amor por meio da culinária.
- **COMO ESTRELAS NA TERRA (2007), 175 min, direção: Aamir Khan.** Um garoto disléxico tem muita dificuldade para se concentrar nos estudos; então o pai o coloca em um internato. Lá um professor de artes consegue desenvolver nele a vontade de aprender e de viver.
- **CORRIDA SILENCIOSA (1972), 89 min, direção: Douglas Trumbull.** Ficção científica que se passa no futuro, quando um jardineiro do espaço se rebela ao ser obrigado a destruir as últimas espécies de plantas da Terra. Ele resolve sequestrar a nave e se vingar.
- **COSMOS: MUNDOS POSSÍVEIS, PRIMEIRO EPISÓDIO (2020), 44 min, direção: Brannon Braga.** O astrofísico Neil De Grasse Tyson (narrador) mostra o conhecimento científico por meio de uma aventura que de bilhões de anos de evolução da vida, até a aquisição da consciência. **D**
- **COWSPIRACY: O SEGREDO DA SUSTENTABILIDADE (2014), 91 min, direção: Kip Andersen e Keegan Kuhn.** Discute os problemas ecológicos causados pela agropecuária intensiva e como as entidades ambientalistas se posicionam perante a questão. **D**
- **CRASH – NO LIMITE (2004), 107 min, direção: Paul Haggis.** Uma rica mulher tem seu carro roubado por dois assaltantes negros. O roubo culmina em um incidente que envolve pessoas de diversas etnias e classes sociais, retratando uma realidade de preconceito, tensões raciais e sociais.
- **CRIANÇAS INVISÍVEIS (2005), 124 min, direção: Stefano Veneruso, Jordan Scott, Mehdi Charef, Emir Kusturica, Spike Lee, Ridley Scott e John Woo.** Crianças de diversos países têm sua infância retratada em sete histórias, revelando uma dura realidade de pobreza.
- **CRIANDO RAÍZES – A VISÃO DE WANGARI MAATHAI (2008), 80 min, direção: Lisa Merton e Alan Dater.** Sobre a queniana ganhadora do prêmio Nobel que, através da plantação intensiva de árvores, criou o movimento Cinturão Verde, um exemplo de preservação ambiental, de empoderamento feminino e de promoção dos direitos humanos. **D**

- **DAVID ATENBOROUGH E O NOSSO PLANETA (2020)**, 83 min, direção: **Alastair Fothergill, Jona-than Hughes e Keith Scholey**. Um naturalista britânico, narra como a humanidade pode proceder frente desastre climático que vivemos. **D**
- **DIVERTIDA MENTE (2015)**, 102 min, direção: **Pete Docter**. Animação que revela a mente de uma menina de 11 anos, onde cinco emoções (alegria, tristeza, medo, raiva e nojo) formam memórias e processam informações.
- **E BUDA DESABOU DE VERGONHA (2007)**, 81 min, direção: **Hana Makhmalbaf**. Mostra o efeito da guerra, sob a ótica das brincadeiras na infância. O filme se passa em uma favela no Afeganistão, onde se vive em estado de guerra e as meninas têm grandes dificuldades para estudar.
- **ELE ME DEU O NOME DE MALALA (2015)**, 88 min, direção: **Davis Guggenheim**. Aborda a vida pessoal da jovem paquistanesa Malala, baleada pelo Talibã quando estava em um ônibus escolar. Ganhadora do Nobel da Paz, mostra sua família e a história de seu ativismo na defesa da educação de mulheres. **D**
- **ELEFANTE BRANCO (2012)**, 120 min, direção: **Pablo Trapero**. Dois padres e uma assistente social trabalham em uma favela na periferia de Buenos Aires e encontram barreiras com o governo, com o tráfico e com a própria igreja.
- **ELSA & FRED - UM AMOR DE PAIXÃO (2005)**, 108 min, direção: **Marcos Carnevale**. Um senhor melancólico, há pouco tempo viúvo, muda-se para um novo apartamento. Lá ele se afeiçoa por uma vizinha, tornam-se amigos envolvendo-se em um lindo romance.
- **ELYSIUM (2013)**, 109 min, direção: **Neill Blomkamp**. Um filme de ficção científica que se passa em 2154, quando a população humana é dividida entre os ricos, que moram em uma estação espacial, e os demais habitantes que permanecem em uma Terra superpopulosa e decadente.
- **EM MINHA TERRA (2004)**, 105 min, direção: **John Boorman**. Um jornalista americano negro é enviado à África do Sul. Ele deve cobrir depoimentos sobre os crimes brutais que aconteceram durante o regime segregacionista do Apartheid. Sua consciência humanitária se acirra nos momentos em que as vítimas e os criminosos são colocados frente a frente.
- **EM NOME DA HONRA (2006)**, 101 minutos, direção: **Phillip Noyce**. Um homem negro tinha uma vida confortável com um bom emprego na África do Sul. Sem motivação para participar do movimento antiapartheid, muda de ideia quando é preso injustamente.

■ **ENCONTRANDO FORRESTER (2000)**, 136 min, direção: Gus Van Sant. Mostra a realidade de um jovem negro, com talento para redação, que estabelece grande amizade com um escritor recluso. Esse relacionamento os transforma.

■ **ENTRE DOIS AMORES (1985)**, 161 min, direção: Sydney Pollack. No começo do século XX, uma rica mulher dinamarquesa casa-se com um aristocrata e muda-se para uma fazenda de café no Quênia. Mas sua vida amorosa ganha intensidade ao conhecer um aventureiro inglês.

■ **ENTRE OS MUROS DA ESCOLA (2008)**, 131 min, direção: Laurent Cantet. Retrata os desafios de um professor de francês em uma escola da periferia de Paris. Mostra o embate com os alunos, a diversidade étnica e as diferenças de opinião, refletindo nas dificuldades de socialização.

■ **ERIN BROCKOVICH - UMA MULHER DE TALENTO (2000)**, 131 min, direção: Steven Soderbergh. Uma mãe de três filhos descobre que a água da cidade está sendo contaminada, espalhando doença em seus moradores. Ela investiga o caso e faz com que os habitantes da cidade cooperem com ela, em meio a um processo envolvendo milhões de dólares.

■ **ESCRITORES DA LIBERDADE (2007)**, 123 min, direção: Richard LaGravenese. A história gira em torno de uma jovem professora que chega a uma escola de bairro pobre,

contaminado pela violência. Diante de alunos rebeldes, desinteressados e com tensões raciais, usa métodos alternativos de ensino e acaba por transformar a realidade. **R**

■ **ESTRELAS ALÉM DO TEMPO (2016)**, 127 min, direção: Theodore Melfi. Durante a Guerra Fria, e no auge da corrida espacial, quando as leis de segregação racial ainda estavam em vigor nos Estados Unidos, uma equipe de cientistas da NASA, composta por um grupo de mulheres afro-americanas, lidera uma grande operação tecnológica, que faz delas heroínas. **R**

■ **EU NÃO SOU SEU NEGRO (2016)**, 94 min, direção: Raoul Peck. Traz à tona o texto de James Baldwin sobre os direitos civis dos negros americanos, além de sua incansável luta pelo fim da segregação racial. **R**

■ **EUROPA, EUROPA (1990)**, 113 min, direção: Agnieszka Holland. Com base em uma autobiografia, o filme relata a vida de um adolescente judeu alemão que, para sobreviver à perseguição nazista, se passa por membro da juventude hitlerista. **R**

■ **EXTRAORDINÁRIO (2017)**, 113 min, direção: Stephen Chbosky. Um garoto nasce com uma deformidade na face que o faz passar por muitas cirurgias plásticas. Apenas com 10 anos começa a ir à escola, onde tem de lidar com a difícil situação de estar sempre sendo avaliado e observado.



- **FAÇA A COISA CERTA (1989)**, 125 min, direção: Spike Lee. Um ativista pede ao dono de uma pizzeria, localizada em uma das áreas mais pobres de Nova York, que inclua em uma parede carregada de fotografias de ídolos italianos famosos do esporte e do cinema — retratos de ídolos negros. O fato desencadeia uma série de incidentes.
- **FELICIDADE NÃO SE COMPRA (1946)**, 132 min, direção: Frank Capra. Um clássico do cinema americano. Narra a história de um anjo que desce dos céus e tenta persuadir um homem, que desistiu dos sonhos de ajudar o próximo, a não se suicidar na véspera de Natal.
- **FILHOS DO PARAÍSO (1997)**, 90 min, direção: Majid Majidi. No Irã, um menino de família humilde perde o último par de sapatos da irmã. Eles começam a procurá-lo desesperadamente. Com medo da repreensão dos pais pela perda, ele passa a revezar um par de sapatos com a irmã.
- **FREE WILLY (1993)**, 112 min, direção: Simon Wincer. Um menino órfão estabelece forte ligação emocional com uma orca que está sendo treinada para shows em um parque aquático. Ele faz de tudo para devolver o animal à liberdade.
- **GANDHI (1982)**, 191 min, direção: Richard Attenborough. A vida de Mohandas Gandhi, líder indiano que, por meio da resistência pacífica, promoveu a independência da Índia. **R**
- **GÊNIO INDOMÁVEL (1997)**, 127 min, direção: Gus Van Sant. Um inteligente faxineiro de uma universidade famosa, com passagens pela polícia, demonstra grande talento para matemática. Ele acaba orientado por um psicólogo a seguir seu caminho e a criar uma identidade própria.
- **GRAN TORINO (2008)**, 120 min, direção: Clint Eastwood. Um veterano da Guerra da Coreia despreza sua vizinhança composta por negros, asiáticos e latinos. Entretanto, ao procurar educar um jovem asiático que tentou roubar seu carro valioso, é confrontado com seu racismo e seu passado.
- **HISTÓRIAS CRUZADAS (2011)**, 147 min, direção: Tate Taylor. Quando a discriminação racial começava a ser debatida nos Estados Unidos, uma garota da alta sociedade resolve escrever um livro de entrevistas feitas com mulheres negras da cidade que se dedicaram a educar filhos da elite branca.
- **HOJE EU QUERO VOLTAR SOZINHO (2014)**, 106 min, direção: Daniel Ribeiro. Um adolescente cego descobre sua homossexualidade e seus sentimentos ao se ligar a um jovem rapaz que acaba de chegar à cidade.
- **HOME — NOSSO PLANETA, NOSSA CASA (2009)**, 120 min, direção: Yann Arthus Bertrand. Mostra a beleza da Terra e seus problemas ambientais como o crescimento populacional, a perda de biodiversidade, a pobreza e o agronegócio global. **D**

- **HOMENS DE HONRA (2000)**, 129 min, direção: **George Tillman Jr.** A história de um jovem negro que entra para a Marinha nos anos de 1950 e lida com o preconceito de seu instrutor e do meio militar. Sua coragem e determinação o fazem romper barreiras.
- **HONEYLAND (2019)**, 87 min, direção: **Tamara Kotevska e Ljubomir Stefanov.** Aborda a vida de uma criadora de abelhas na Macedônia que passa por dificuldades quando uma família de vizinhos nômades rompe o equilíbrio ecológico local. **D**
- **HOTEL RUANDA (2004)**, 124 min, direção: **Terry George.** Em Ruanda, durante conflitos étnicos sangüinários entre grupos rivais de hutus e tutsis, um gerente de hotel abriga mais de mil refugiados. **R**
- **HUBBLE 3D (2010)**, 44 min, direção: **Toni Myers.** Realizado com o auxílio de uma câmera IMAX 3D, aborda o esforço de sete astronautas para consertar o telescópio espacial Hubble. **D**
- **HUMANO – UMA VIAGEM PELA VIDA (2015)**, 190 min, direção: **Yann Arthus-Bertrand.** Uma narrativa sobre reflexões existenciais e histórias de vida de pessoas, de diversas culturas, em várias partes do mundo. **D**
- **ILHA DAS FLORES (1989)**, 15 min, direção: **Jorge Furtado.** Curta-metragem sobre a Ilha das Flores, um depósito de lixo. A trajetória de um simples tomate, desde sua colheita até a chegada ao lixão, revela uma realidade de desigualdades e injustiças sociais. **R**
- **INTOCÁVEIS (2011)**, 113 min, direção: **Olivier Nakache e Eric Toledano.** Um aristocrata rico sofre um acidente, tornando-se tetraplégico. Como enfermeiro e cuidador, ele contrata um ex-presidiário senegalês que comete muitas gafes. Lentamente aparece uma linda amizade entre os dois, o que possibilita que cada um conheça o universo do outro.
- **INVICTUS (2009)**, 135min, direção: **Clint Eastwood.** Após o fim do apartheid, Nelson Mandela, recém-eleito presidente de um país cujas diferenças raciais e de renda são uma realidade contundente, tenta unificar a nação através do rúgbi e do valor universal do esporte.
- **JORNADA PELA LIBERDADE (2006)**, 118 min, direção: **Michael Apted.** No século XVIII um membro do Parlamento britânico luta para dar dignidade aos imigrantes africanos e luta por uma legislação antiescravagista. O líder abolicionista enfrenta preconceitos e a resistência da aristocracia. **R**
- **JULIE & JULIA (2009)**, 123 min, direção: **Nora Ephron.** Julia, uma americana que vive em Paris e que começa a estudar culinária, produz um programa de TV e escreve um livro com 534 receitas. Cinquenta anos depois, Julie decide passar um ano elaborando pratos com essas receitas, escrevendo um blog para divulgar essa experiência.

- **KIRIKU E A FEITICEIRA (1998)**, 74 min, direção: Michel Ocelot. A animação, ambientada na África Ocidental, conta a história de um menino tão pequeno que sua altura nem chega à do joelho de um adulto. Mas, ao enfrentar uma feiticeira, ele passa por muitas aventuras e adentra em lugares onde apenas pessoas de seu tamanho conseguem entrar.
- **KOYAANISQATSI (1982)**, 87 min, direção: Godfrey Reggio. Filme sem diálogos que mostra as interligações entre as pessoas, o ambiente natural, o tempo, a modernidade e a tecnologia. **D**
- **KUNDUN (1997)**, 135 min, direção: Martin Scorsese. A narrativa reflete momentos da história da China e do Tibete com base na vida do Dalai Lama, líder político e espiritual do Tibete e ganhador do prêmio Nobel da Paz. **R**
- **LADRÕES DE BICICLETA (1948)**, 93 min, direção: Vittorio De Sica. Clássico do cinema italiano mostra a realidade da Itália após a Primeira Guerra Mundial, ao contar a história de um homem que, com seu filho, procura sua bicicleta roubada.
- **LILO & STITCH (2002)**, 85 min, direção: Chris Sanders e Dean DeBlois. Animação que conta a história de Lilo, uma menina havaiana que gosta de cuidar de animais desprotegidos. Um alienígena perigoso, que se faz passar por um cão, é adotado por ela. Nasce entre eles fortes laços de amizade.
- **LION – UMA JORNADA PARA CASA (2016)**, 129 min, direção: Garth Davis. Um menino indiano, de 5 anos de idade, perde seu irmão em uma estação de trem. Enfrentando muitos problemas para sobreviver sozinho, ele é finalmente adotado por uma família australiana. Porém, aos 25 anos começa a procurar sua família biológica.
- **LOVING (2016)**, 124 min, direção: Jeff Nichols. Um homem branco e uma mulher negra se apaixonam e se casam, mas sua união foi considerada ilegal, visto que casamentos inter-raciais eram proibidos na época. O caso vai parar na justiça. **R**
- **LUTA POR JUSTIÇA (2019)**, 137 min, direção: Destin Cretton. Um advogado recém-formado tem como cliente um homem condenado à pena de morte, injustamente culpado por assassinato e que nunca teve defesa apropriada devido ao racismo. **R**
- **MALCOM X (1992)**, 202 min, direção: Spike Lee. História do famoso líder negro americano Malcom X, que se tornou símbolo da resistência dos negros nos Estados Unidos. **R**
- **MANDELA – A LUTA PELA LIBERDADE (2007)**, 140 min, direção: Bille August. A história se passa na África do Sul em 1968. Nelson Mandela é um líder negro de oposição ao regime segregacionista do apartheid, perseguido e preso pelos governantes brancos. A convivência de Mandela com seu carcereiro é retratada no filme. **R**

- **MÃOS TALENTOSAS: A HISTÓRIA DE BEN CARSON (2009)**, 90 min, direção: **Thomas Carter**. História de um neurocirurgião talentoso, um dos mais famosos do mundo. Mostra sua origem humilde, cercada pela pobreza e preconceito. No filme, sua mãe desempenha um papel vital para desenvolver seu potencial e sua autoestima. **R**
- **MATARAM IRMÃ DOROTHY (2008)**, 94 min, direção: **Daniel Junge**. Aborda a morte da freira ambientalista Dorothy Stang, no Pará, Brasil. Ela era ativista junto à comunidade local e lideranças ambientais. Enfrentava as forças poderosas de madeireiros e latifundiários da região. **D**
- **MAUDIE (2016)**, 116 min, direção: **Aisling Walsh**. História de uma deficiente física, acometida por artrite reumatoide que sofre desrespeito da comunidade devido à sua condição. Passa por humilhações e preconceitos. Mas sua bondade acaba por superar suas limitações por meio da arte. **R**
- **ME CHAME PELO SEU NOME (2017)**, 132 min, direção: **Luca Guadagnino**. Em 1983, um jovem rapaz de 17 anos está passando a temporada de férias na casa de seus pais, no norte da Itália. Ele inicia uma relação amorosa escondida com um homem visitante, que é assistente acadêmico de seu pai.
- **MICROCOSMOS - FANTÁSTICA AVENTURA DA NATUREZA (1996)**, 80 min, direção: **Claude Nuridsany e Marie Perennou**. Com técnicas especiais de fotografia microscópica, trata-se de uma jornada sobre o mundo dos insetos e de outros pequenos animais que vivem em uma pradaria na França. **D**
- **MILADA (2017)**, 130 min, direção: **David Mrmka**. Biografia da advogada ativista de direitos humanos Milada Horáková, nascida na Tchecoslováquia. A narrativa mostra como ela enfrentou a ocupação nazista e lutou contra o regime comunista soviético em seu país. **R**
- **MILAGRE NA CELA 7 (2019)**, 132 min, direção: **Mehmet Ada Oztenkin**. A vida de um pastor de ovelhas com deficiência cognitiva, que vive com sua filha e sua avó, muda drasticamente ao ser preso e condenado à morte injustamente por um assassinato. Seus companheiros de cela demonstram compaixão e solidariedade.
- **MISSÃO PLANETA TERRA (2020)**, 114 min, direção: **Matt Wolf**. Retrata a história do polêmico experimento científico *Biosfera 2*, ocorrido nos anos 1990, que replicou um ecossistema da Terra em uma redoma de vidro gigante. **D**
- **MISSION BLUE (2014)**, 96 min, direção: **Fisher Stevens e Robert Nixon**. Mostra a jornada de uma oceanógrafa cujo propósito é salvar os oceanos do mundo contra os impactos ambientais, como a pesca predatória e o despejo de resíduos tóxicos. **D**

- **MISSISSIPI EM CHAMAS (1988)**, 128 min, direção: Alan Parker. Dois agentes do FBI investigam a morte de três militantes pelos direitos civis dos negros em uma cidade onde a segregação racial e a violência são realidades cotidianas.
- **MOONLIGHT (2016)**, 111 min, direção: Barry Jenkins. O filme discute a temática LGBT. Três momentos diferentes da vida de um jovem negro que mora em uma comunidade pobre de Miami: o *bullying* na infância, a busca de identidade na adolescência e a violência e das drogas.
- **MÚSICA DO CORAÇÃO (1999)**, 124 min, direção: Wes Craven. Uma mulher abandonada pelo marido deixa sua cidade pacata. Por meio da música, com cinquenta violinos, ela resgata a dignidade de crianças moradoras do Harlem. Após dez anos ensinando música, a escola cancela suas aulas. Graças à cooperação de amigos e da comunidade, ela luta pelo seu ideal.
- **NA NATUREZA SELVAGEM (2007)**, 148 min, direção: Sean Penn. Nascido em uma família abastada, um excelente estudante e atleta escolhe abandonar uma carreira lucrativa, doar suas economias e empreender uma viagem ao Alasca, abandonando a sociedade de consumo.
- **NENHUM A MENOS (2000)**, 106 min, direção: Zhang Yimou. Revela as condições de educação na zona rural da China. Uma menina de 13 anos trabalha como voluntária substituindo um professor durante um mês.
- **O ABRAÇO DA SERPENTE (2015)**, 125 min, direção: Ciro Guerra. Um explorador europeu percorre o rio Amazonas. Muito doente, ele sai à procura de uma flor capaz de curar sua enfermidade.
- **O ANO EM QUE MEUS PAIS SAÍRAM DE FÉRIAS (2006)**, 110 min, direção: Cao Hamburger. Os pais de Mauro, perseguidos pela ditadura militar, são obrigados a fugir. Ele vai morar em uma comunidade no bairro do Bom Retiro, vivendo situações de superação e solidariedade. **R**
- **O BOTÃO DE NÁCAR (2015)**, 82 min, direção: Patricio Guzmán. Mostra a costa do Chile, com suas paisagens maravilhosas. Fala do valor dos oceanos e faz uma menção histórica dando voz aos indígenas da Patagônia, aos primeiros colonos ingleses e aos prisioneiros da ditadura chilena. **R**
- **O CORAÇÃO CORAJOSO DE IRENA SENDLER (2009)**, 95 min, direção: John Kent Harrison. História de Irena Sendler, assistente social que salvou 2500 crianças judias durante a Segunda Guerra Mundial. **R**
- **O DILEMA DAS REDES (2010)**, 94 min, direção: Jeff Orlowski. Depoimentos de acadêmicos e ex-profissionais do Vale do Silício revelando o modo como as redes sociais controlam e manipulam o modo como pensamos e agimos, causando profundos dramas sociais. **D**

- **O DISCURSO DO REI (2010)**, 119 min, direção: Tom Hooper. O príncipe Albert, do Reino Unido, sofre de problemas de gagueira. Um fonoaudiólogo o ajuda a se comunicar usando métodos não convencionais. Uma forte e bonita amizade cresce entre eles. **R**
- **O EXÓTICO HOTEL MARIGOLD (2011)**, 124 min, direção: John Madden. Aposentados ingleses resolvem ter uma aventura em sua aposentadoria. Vão para um exótico hotel na Índia. Lá chegando percebem que as coisas eram bem diferentes do que pareciam. Descubrem um novo jeito de viver a vida, o que muda o rumo de todos.
- **O FILHO DO OUTRO (2012)**, 110 min, direção: Lorraine Lévy. Um rapaz israelense, ao se alistar no serviço militar, descobre que foi trocado na infância com um menino palestino. A descoberta transforma as duas famílias que reconsideram seus valores.
- **O GRANDE DITADOR (1940)**, 126 min, direção: Charlie Chaplin. História de um barbeiro que serviu na guerra. Ao retornar ao seu bairro fica atordoado com as mudanças brutais que ocorreram, e acaba se rebelando.
- **O HOMEM QUE VIU O INFINITO (2015)**, 114 min, direção: Matt Brown. História de um matemático indiano autodidata, uma pessoa simples do interior da Índia. Ao desenvolver teorias matemáticas inovadoras

— provadas e utilizadas um século após sua morte — teve de conviver com dificuldades e preconceito. **R**



- **O JARDINEIRO FIEL (2005)**, 129 min, direção: Fernando Meirelles. Uma ativista de direitos humanos é assassinada no Quênia. Seu esposo viaja por três continentes em busca da verdade sobre seu assassinato e acaba descobrindo uma conspiração internacional.
- **O JARRO (1992)**, 90 min, direção: Ebrahim Forouzeh. Em uma aldeia no deserto iraniano, o jarro que serve para guardar água em uma escola trinca e a rachadura deve ser consertada. Uma ação solidária da comunidade tenta resolver o problema.
- **O JOGO DA IMITAÇÃO (2014)**, 114 min, direção: Morten Tyldum. Durante a Segunda Guerra Mundial, um brilhante matemático inglês chefiava uma equipe cuja missão é construir uma máquina para decifrar códigos para que os ingleses conheçam previamente ordens enviadas pelos alemães. Mas devido à sua homossexualidade, ele enfrenta uma dura realidade pessoal. **R**

- **O MENINO DO PIJAMA LISTRADO (2008)**, 94 min, direção: **Mark Herman**. Durante a Segunda Guerra Mundial, um garoto que reside perto de um campo de concentração nazista faz amizade com outro menino prisioneiro, conversando através do arame farpado que os separa.
- **O MENINO QUE DESCOBRIU O VENTO (2019)**, 113 min, direção: **Chiwetel Ejiofor**. A história de um pobre menino africano do Malawi, muito inteligente e autodidata. Depois de frequentar clandestinamente a biblioteca da escola, descobre uma maneira de irrigar as terras secas da região e assim garantir as colheitas. **R**
- **O PROCESSO DE JOANA D'ARC (1962)**, 65 min, direção: **Robert Bresson**. Baseado em documentos históricos, narra as últimas horas de vida da jovem camponesa Joana D'Arc, condenada à morte por ter liderado o povo francês contra os invasores ingleses. Mostra seu sofrimento na prisão, a tortura, o julgamento e a execução. **R**
- **O SAL DA TERRA (2014)**, 110 min, direção: **Juliano Salgado e Wim Wenders**. Retrata vários momentos da carreira do respeitado fotógrafo Sebastião Salgado, apresentando um relato das suas viagens e aventuras pelo mundo. **D**
- **O SONHO DE TIPSI (2016)**, 90 min, direção: **Ernesto Rodrigues**. História da pediatra Zilda Arns Neumann, indicada três vezes ao prêmio Nobel pela sua dedicação à Pastoral da Criança. Conta com depoimentos de mais de 50 personalidades. **D**
- **O TEMPERO DA VIDA (2003)**, 108 min, direção: **Tassos Boulmetis**. Um avô apaixonado por culinária ensina seu neto diversas lições filosóficas sobre o ato de cozinhar. Ao crescer, o garoto torna-se astrofísico e usa seu dom culinário para cozinhar para as pessoas próximas. Aos 35 anos, ele retorna da Grécia para Istambul e reencontra seu avô e um grande amor.
- **OCEANOS DE PLÁSTICO (2016)**, 102 min, direção: **Craig Leeson**. Os alarmantes impactos do descarte de plástico, um material de difícil decomposição, que acaba sendo levado para os oceanos, formando grandes ilhas de lixo. **D**
- **OLHOS AZUIS (1996)**, 90 min, direção: **Bertram Verhaag**. Descreve um workshop sobre racismo, conduzido por uma americana. Traz à tona diferentes formas de discriminação presentes no nosso cotidiano. **D**
- **ONDE FICA A CASA DO MEU AMIGO? (1987)**, 87 min, direção: **Abbas Kiarostami**. No Irã, o aluno de um professor autoritário percebe que, inadvertidamente, está com o caderno de um amigo. Sabendo que o exigente professor deseja que as lições sejam feitas no caderno, o menino, movido pela generosidade, sai para devolver o caderno do colega em um vilarejo distante.

- **OS MISERÁVEIS (2019), 105 min, direção: Ladj Ly.** Clássico da literatura francesa, escrito por Victor Hugo em 1862 e adaptado para o cinema. Gira em torno da vida de pessoas pobres de Paris, retratando as desigualdades, a miséria em um panorama onde os valores humanos se fazem presentes.
- **OS SEM FLORESTA (2006), 85 min, direção: Karey Kirkpatrick.** Animação que retrata a invasão dos seres humanos no ambiente dos animais. Propõe reflexões sobre desmatamento, poluição, consumo e urbanização.
- **PAGLIACCI (2018), 73 min, direção: peça original de Ruggero Leoncavallo.** Reflete de maneira poética o que é ser palhaço e sobre a necessidade de as pessoas rirem de si mesmas.
- **PÃO E TULIPAS (2000), 116 min, direção: Silvio Soldini.** Uma dona de casa, dedicada ao marido e aos filhos, é esquecida em um restaurante durante uma excursão de ônibus. Depois disso, ela vai para Veneza e resolve tirar férias por um período indeterminado, mas o marido não deixa de investigar seu paradeiro.
- **PAPER CLIPS (2004), 82 min, direção: Joe Fab.** Conta a história de uma escola de ensino fundamental onde os alunos tentam colecionar 6 milhões de clipes de papel representando os 6 milhões de judeus assassinados durante o Holocausto. **R**
- **PARA ONDE FORAM AS ANDORINHAS? (2015), 22min, direção: Mari Corrêa.** Mostra as mudanças climáticas, o desmatamento e seus impactos na natureza e nos povos indígenas do Parque do Xingu, no Pará, Brasil. **D**
- **PATCH ADAMS – O AMOR É CONTAGIOSO (1998), 115 min, direção: Tom Shadyac.** A narrativa conta a trajetória de um jovem estudante de medicina cuja vocação é ajudar pessoas. Através de métodos pouco convencionais e com base no humor e na afetividade, ele ajuda a cuidar de pessoas hospitalizadas. **R**
- **PERSEGUINDO O GELO (2012), 76 min, direção: Jeff Orlowski.** Retrata as alterações climáticas no planeta. Por meio de maravilhosas fotografias, registra as mudanças nas geleiras do mundo. **D**
- **PRECIOSA – UMA HISTÓRIA DE ESPERANÇA (2009), 110 min, direção: Lee Daniels.** Vítima de violência familiar, enfrentando discriminação e agressão, Preciosa é transferida para uma escola alternativa. Graças a uma professora, consegue enfrentar suas dificuldades e encontrar um novo caminho.
- **PROFESSOR POLVO (2020), 90 min, direção: Pippa Ehrlich e James Reed.** Aborda a familiaridade entre um mergulhador e um polvo, em meio a uma floresta subaquática gelada na África. **D**

- **PROVA DE FOGO – UMA HISTÓRIA DE VIDA (2006)**, 112 min, direção: **Doug Atchison**. Um professor transforma a vida de uma menina de 11 anos de idade ao treiná-la para um concurso de soletração. Apesar da oposição da mãe, ela descobre novas possibilidades oferecendo lições de persistência e coragem.
- **QUASE DEUSES (2004)**, 120 min, direção: **Joseph Sargent**. Em 1930, um homem negro, de inteligência privilegiada, é contratado como faxineiro. Ele acaba ajudando um médico pesquisador a fazer uma investigação médica. Porém, devido ao racismo, não recebe os créditos por seu trabalho.
- **QUEM QUER SER UM MILIONÁRIO (2008)**, 123 min, direção: **Danny Boyle**. Um rapaz que teve de enfrentar a miséria e a violência nas favelas indianas é chamado para participar do programa televisivo *Quem quer ser um milionário*. Seu sucesso gera suspeitas, forçando-o a demonstrar sua inocência.
- **QUEM SE IMPORTA (2013)**, 93 min, direção: **Mara Mourão**. Mostra a vida de 19 empreendedores sociais em diversos lugares do mundo cujas atitudes mudaram positivamente a vida de pessoas, mostrando que todos podem mudar a realidade para melhor. **D**
- **RADIOACTIVE (2019)**, 110 min, direção: **Marjane Satrapi**. Trata da vida de Marie Curie, duas vezes ganhadora do prêmio Nobel em ciências — o primeiro em Física e o outro em Química. **R**
- **RASHOMON (1950)**, 88 min, direção: **Akira Kurosawa**. Um sacerdote e um lenhador descrevem a um camponês, por meio de relatos divergentes e dúbios, um julgamento do qual foram testemunhas — a do assassinato de um samurai e do estupro de sua esposa.
- **RETRATO DE UMA JOVEM EM CHAMAS (2019)**, 110 min, direção: **Céline Sciamma**. Na França do século XVIII, uma jovem pintora deve fazer um retrato de outra jovem. Passando dias no processo de observar e pintar o quadro, as garotas ficam cada vez mais íntimas e nasce um caso de amor.



- **RETRATOS DA VIDA (1981)**, 184 min, direção: **Claude Lelouch**. Obra-prima que retrata a vida de três gerações de quatro famílias (Estados Unidos, Rússia, França e Alemanha) e suas histórias durante a Segunda Guerra Mundial. O final é apoteótico, um espetáculo para a paz na Torre Eiffel, que reúne música e dança.
- **SAMSARA (2011)**, 102 min, direção: **Ron Fricke**. Sem diálogos, explora a beleza da natureza e os sofrimentos do nosso mundo. Filmado por cinco anos em 25 países mostra maravilhas naturais, a violência do ser humano e caminhos da espiritualidade. **D**

- **SELMA – UMA LUTA PELA IGUALDADE (2014)**, 128 min, direção: Ava DuVernay. A história da luta do pastor protestante, ativista e líder negro Martin Luther King. Mostra a sua marcha pacifista em busca dos direitos igualitários de voto pelos afrodescendentes dos Estados Unidos. **R**
- **SEMPRE AMIGOS (1998)**, 100 min, direção: Peter Chelsom. Um garoto com dificuldades de aprendizado faz amizade com outro, portador de uma doença que o impede de se locomover. Estabelece-se então uma relação de cumplicidade e, juntos, vivem aventuras e rompem barreiras de preconceito.



- **SETE ANOS NO TIBET (1997)**, 139 min, direção: Jean-Jacques Annaud. Um alpinista egocêntrico tenta escalar um dos mais altos picos do Himalaia. Feito prisioneiro de guerra, consegue fugir e se torna um dos únicos estrangeiros em Lhasa, no Tibete. Sua estadia, marcada por seu encontro e amizade com o Dalai Lama, provoca nele mudanças radicais.
- **SOCIEDADE DOS POETAS MORTOS (1989)**, 140 min, direção: Peter Weir. Um novo professor de poesia, em uma escola tradicional de meninos, utiliza métodos inovadores com seus alunos, ensinando-os a pensar, a expor suas ideias e a refletir sobre o sentido da vida. Seu exercício entra em choque com a diretoria conservadora da escola.
- **TAINÁ – UMA AVENTURA NA AMAZÔNIA (2000)**, 90 min, direção: Sérgio Bloch e Tânia Lamarca. Uma menina indígena órfã vive com o avô na Amazônia e com ele aprende lendas do seu povo, convivendo harmoniosamente com a natureza. Ela se torna uma guardiã da floresta e luta ardorosamente por sua preservação.
- **TEMPOS MODERNOS (1936)**, 89 min, direção: Charles Chaplin. Clássico de Charles Chaplin, lançado em 1936, mudo e em preto e branco. Um trabalhador comum sofre as agruras de ser operário no mundo moderno da indústria, onde as pessoas são desumanizadas em nome do lucro.
- **SENHOR DAS ARMAS (2005)**, 123 min, direção: Andrew Niccol. Um traficante de armas milionário realiza negócios em vários continentes, estando constantemente em zonas de guerra. Um agente da Interpol o persegue e empenha-se em capturá-lo.
- **SEREMOS HISTÓRIA? (2016)**, 96 min, direção: Fisher Stevens. Evidencia as mudanças climáticas em diversos países. Apresenta entrevistas de líderes envolvidos com a causa. **D**

- **TERRA (2015)**, 97 min, direção: **Michel Pitiot e Yann Arthus-Bertrand**. Explora a diversidade da vida no planeta, mostrando o dia a dia de muitos animais e seres humanos. Fala da história dos seres humanos na Terra e suas interações com o mundo natural. **D**
- **TERRÁQUEOS (2005)**, 95 min, direção: **Shaun Monson**. Mostra a extrema dependência da humanidade com os produtos animais, mas também o desrespeito e a crueldade para com eles. **D**
- **TRASHED – PARA ONDE VAI NOSSO LIXO (2012)**, 98 min, direção: **Cândida Brady**. Mostra os danos ao meio ambiente causados pelo lixo. Evidencia o papel que cada pessoa pode fazer para lidar com o problema, chamando a atenção sobre a importância da reciclagem. **D**
- **TRÊS IDIOTAS (2009)**, 171 min, direção: **Rajkumar Hirani**. Comédia indiana que aborda a educação rígida dos métodos tradicionais de ensino. Conta a história de três amigos de faculdade, acompanhando-os nos anos da universidade.
- **TSUNAMI – UMA HISTÓRIA DE VOLUNTARIADO (2007)**, 94 min, direção: **Alison Thompson**. Quatro voluntários vão para o Sri Lanka após o desastroso tsunami de 2004. Uma viagem que duraria duas semanas transforma-se em um trabalho de mais de um ano de voluntariado, pleno de aprendizados. **D**
- **UM DIA EU VOLTARIA (2017)**, 60 min, direção: **Lucas Bogo**. Narra a história de uma escritora brasileira que viajou sozinha por países asiáticos, fazendo trabalhos voluntários em troca de alojamento e comida. **R**
- **UM DIA PERFEITO (2015)**, 106 min, direção: **Fernando de Aranoa**. Em uma zona de conflito armado, um grupo de agentes humanitários deve retirar um cadáver de um poço artesiano, que está contaminando a água. O que parece uma tarefa fácil se torna uma missão que contraria interesses de muitos. **D**
- **UM SONHO POSSÍVEL (2009)**, 129 min, direção: **John Lee Hancock**. Um jovem negro sem teto sofre uma transformação ao encontrar uma nova família e uma tutora dedicada. Ele passa a acreditar em seu papel de estudante e de jogador de futebol americano.
- **UMA LIÇÃO DE AMOR (2001)**, 134 min, direção: **Jessie Nelson**. Um homem com atraso intelectual cria sua filha com ajuda de amigos. Quando ela completa 7 anos de idade, uma assistente social decide interná-la em um orfanato. Uma advogada passa a defender o caso, aparentemente insolúvel.
- **UMA LIÇÃO DE VIDA (2010)**, 105 min, direção: **Justin Chadwick**. Um africano de 84 anos, vítima de violência colonial, luta para ter educação básica. Junto com crianças de 6 anos, resolve aprender a ler e escrever, contando com a ajuda de uma dedicada professora. **R**

- **UMA MENTE BRILHANTE (2001)**, 140 min, direção: Ron Howard. Inspirado na vida de John Forbes Nash, consagrado gênio da matemática. Portador de esquizofrenia, ele passa anos tentando se recuperar, voltar à sociedade e ganhar o prêmio Nobel de Economia. **R**
- **UMA VERDADE INCONVENIENTE (2006)**, 118 min, direção: Davis Guggenheim. Apresenta uma série de palestras do ex-candidato à presidência dos Estados Unidos Al Gore, que conscientiza as pessoas sobre o aquecimento global. **R**
- **VIDAS PARALELAS (2019)**, 95 min, direção: Anna Migotto e Sabina Fedeli. Aborda os horrores do Holocausto, tendo como base a leitura do diário de Anne Frank e relatos de outras cinco mulheres idosas, sobreviventes dos campos de concentração. **R**
- **VIRUNGA (2014)**, 105 min, direção: Orlando von Einsiedel. História sobre os guardas de um famoso parque natural do Congo que arriscam a vida para proteger a região e os gorilas ameaçados de extinção. Enfrentam milícias, empresas de petróleo e desastres naturais. **R**
- **WALL-E (2008)**, 103 min, direção: Andrew Stanton. Animação que conta a história de um robô deixado na Terra, poluída e entulhada de lixo. Só ele resta no planeta uma vez que a humanidade passou a viver em uma gigantesca nave. Seu trabalho é o de limpar o planeta, compactando lixo e colecionando objetos interessantes.
- **XINGU (2011)**, 102 min, direção: Cao Hamburger. História dos três irmãos Villas-Boas, que trocaram a vida urbana pela companhia de populações indígenas em meio à Floresta Amazônica. **R**





2. SUGESTÕES DE LIVROS PARA CONTAR HISTÓRIAS

- ***A África recontada para crianças***, Avani Souza Silva
- ***A arca de Noé***, Vinícius de Morais
- ***A arte de contar histórias no século XXI – Tradição e ciberespaço***, Cléo Busatto
- ***A parte que falta***, Shel Silverstein
- ***Amoras***, Emicida
- ***Conte outra vez – Contos rítmicos***, Karin Stasch
- ***Contos africanos: 10 historinhas***, Jéssica Iancoski
- ***Contos de fadas clássicos***, Helen Cresswell
- ***Contos de fadas indianos***, Joseph Jacobs
- ***Contos de fadas em suas versões originais***, Jacob Grimm e outros
- ***Contos de fadas***, Ana Maria Machado
- ***Contos de muitos povos***, Tatiana Belinky
- ***Contos folclóricos africanos: histórias tradicionais do mundo negro***, Roger Abrahams

- **Contos indianos**, Shenaaz Nanji e Christopher Corr
- **Contos mágicos da Índia**, Marie Louise Burke
- **Contos negros**, Ruth Guimarães
- **Contos para curar e crescer**, Michel Dufour
- **Contos que curam – Oficinas de educação emocional por meio de contos**, Claudine Bernardes e Flávia Gama
- **Eu conto! Um livro para contar histórias**, Valdir Cimino
- **Extraordinário**, R. J. Palacio
- **Fábulas de La Fontaine**, La Fontaine
- **Histórias africanas para contar e recontar**, Rogério Andrade Barbosa
- **Histórias assustadoras para contar no escuro**, Alvin Schwartz
- **Histórias curativas para comportamentos desafiadores**, Susan Perrow
- **Horror oriental: contos populares, fantásticos e sobrenaturais**, Lua Bueno Cyríaco
- **Kalinda, a princesa que perdeu os cabelos e outras histórias africanas**, Celso Sisto
- **Mahabharatha pelos olhos de uma criança**, Samhita Arni
- **Meu crespo é de rainha**, Bell Hooks
- **Meu primeiro dicionário**, Richard Scarry
- **Meus contos africanos**, Nelson Mandela
- **O menino do dedo verde**, Maurice Druon
- **O pequeno príncipe**, Antoine de Saint-Exupéry
- **O Urso quer contar uma história**, Philip C. Stead
- **Os 77 melhores contos**, Hans Christian Andersen
- **Os contos de Grimm**, Jacob e Wilhelm Grimm
- **Os melhores contos de fadas Celtas**, Joseph Jacobs e outros
- **Os melhores contos de fadas Nórdicos**, diferentes autores
- **Os melhores contos orientais: contos tradicionais da Índia, da China e do Japão para ler, meditar e viver melhor**, Antonio Daniel Abreu
- **Ou isto ou aquilo**, Cecília Meireles
- **Sita conta o Ramayana**, Samhita Arni e Moyna Chitrakar
- **Sr. Boaventura**, J. R. R. Tolkien
- **Um tesouro de histórias clássicas**, tradução de Ana Célia Goda e Silvana Salerno
- **Uma clareira do bosque**, Gilka Girardello
- **Volta ao mundo em 52 histórias**, Neil Philip
- **Yogananda – pequenas grandes histórias do mestre**, Paramhansa Yogananda
- **Histórias dos dervixes**, Idries Shah



3. SUGESTÕES DE SITES DE NOTÍCIAS

- **Agência Alma Preta**
<<https://almapreta.com>>
- **Agência ANDA** <<https://anda.jor.br>>
- **Agência Bori** <<https://abori.com.br>>
- **Agência Brasil – EBC**
<<https://agenciabrasil.ebc.com.br>>
- **Agência Brasil de Fato**
<<http://brasildefato.com.br>>
- **Agência Carta Maior**
<<https://www.cartamaior.com.br>>
- **Agência FAPESP**
<<https://agencia.fapesp.br>>
- **Agência Instituto Butantan**
<<https://.butantan.gov.br>>
- **Agência Lupa**
<<https://piaui.folha.uol.com.br>>
- **Agência Pública** <<https://apublica.org>>
- **BBC Brasil** <<https://www.bbc.com>>
- **CNN – Brasil**
<<https://www.cnnbrasil.com.br>>
- **Contas abertas**
<<https://www.contasabertas.com.br>>
- **El País Brasil**
<<https://brasil.elpais.com>>
- **Estadão** <<https://www.estadao.com.br>>
- **Folha** <<https://www.folha.uol.com>>
- **G1 – Globo** <<https://g1.globo.com>>
- **Jornal do Brasil**
<<https://www.jb.com.br>>
- **Projeto Comprova**
<<https://projetcoprova.com.br>>



4. SUGESTÕES DE LIVROS PARA LEITURA

ESSA LISTA, mais adequada ao público jovem, é apenas uma sugestão inicial. Os títulos são praticamente infinitos. Use a criatividade, pesquise novos lançamentos e elabore sua própria lista, adequada para cada faixa etária. Boa leitura!

- **1984**, George Orwell
- **A arte da felicidade**, Dalai Lama e Howard Cutler
- **A cor púrpura**, Alice Walker
- **A educação pela pedra**, João Cabral de Melo Neto
- **A hora da estrela**, Clarice Lispector
- **A ilha do conhecimento**, Marcelo Gleiser
- **A magia dos gestos poéticos**, Rubens Alves
- **A menina que roubava livros**, Markus Zusak
- **A metamorfose**, Franz Kafka

- **A morte em Veneza**, Thomas Mann
- **A paixão segundo G.H.**, Clarice Lispector
- **A revolução dos bichos**, George Orwell
- **A rosa do povo**, Carlos Drummond de Andrade
- **A Terra é azul**, Lucília Junqueira de Almeida Prado
- **A viagem de Théo**, Catherine Clément
- **A vida mentirosa dos adultos**, Elena Ferrante
- **Admirável mundo novo**, Aldous Huxley
- **Amada**, Toni Morrison
- **Amar, verbo intransitivo**, Mario de Andrade
- **Americanah**, Chimamanda Ngozi Adichie
- **Anarquistas graças a Deus**, Zélia Gattai
- **Antologia poética**, Mario Quintana
- **Antologia poética**, Vinícius de Moraes
- **As tranças de Bintou**, Sylviane A. Diuof
- **Auto da compadecida**, Ariano Suassuna
- **Baratas**, Scholastique Mukasonga
- **Batismo de sangue**, Frei Betto
- **Baú de espantos**, Mario Quintana
- **Becos da memória**, Scholastique Mukasonga
- **Cânticos**, Cecília Meireles
- **Capão pecado**, Ferréz
- **Capitães de areia**, Jorge Amado
- **Cem anos de solidão**, Gabriel Garcia Marques
- **Cidadã de segunda classe**, Buchi Emecheta
- **Cidade de Deus**, Paulo Lins
- **Cidade do Paraíso – Há vida na maior favela de São Paulo**, Vagner Alencar, Bruna Belazi
- **Clara dos Anjos**, Lima Barreto
- **Coisas que Toda Garota Deve Saber**, Samantha Rugen
- **Comédias para se ler na escola**, Luis Fernando Veríssimo
- **Da poesia**, Hilda Hilst
- **Desenhos de guerra e amor**, Flávio de Souza
- **Dom Casmurro**, Machado de Assis
- **Educação pela pedra**, João Cabral de Mello Neto
- **Eleanor & Park**, Rainbow Rowel
- **Ensaio sobre a cegueira**, José Saramago



- **Escritos de uma vida**, Sueli Carneiro
- **Estação Carandiru**, Dráuzio Varella
- **Estrelas tortas**, Valcyr Carrasco
- **Eu receberia as piores notícias dos seus lindos lábios**, Marçal Aquino
- **Eu sou Malala – como uma garota defendeu o direito à educação e mudou o mundo**, Malala Yousafzai com Patricia McCormick
- **Eu sou Malala – a história da garota que defendeu o direito à educação e foi baleada pelo Talibã**, Malala Yousafzai com Christina Lamb
- **Eu, Robô**, Isaac Asimov
- **Eva Luna**, Isabel Allende
- **Fahrenheit 451**, Ray Bradbury
- **Felicidade clandestina**, Clarice Lispector
- **Feliz ano novo**, Rubem Fonseca
- **Feliz ano velho**, Marcelo Rubens Paiva
- **Gabriela, cravo e canela**, Jorge Amado
- **Gen, pés descalços, a vida após a bomba**, Keiji Nakazawa
- **Grande sertão: veredas**, João Guimarães Rosa
- **Guerra e paz**, Leon Tolstói
- **Hibisco roxo**, Chimamanda Ngozi Adichie
- **Histórias de amor**, José Paulo Paes (coord.)
- **Histórias fantásticas**, José Paulo Paes (coord.)
- **Histórias sobre Ética**, Marisa Lajolo (coord.)
- **Incidente em Antares**, Érico Veríssimo
- **Jogo de amarelinha**, Julio Cortázar
- **Longe de casa – Minha jornada e histórias de refugiadas pelo mundo**, Malala Yousafzai.
- **Macunaíma – O herói sem nenhum caráter**, Mario de Andrade
- **Mais coisas que toda garota deveria saber**, Antonio Carlos Vilela



- **Malala – Minha história em defesa dos direitos das meninas**, Malala Yousafzai com Patrícia McCormick
- **Mar morto**, Jorge Amado
- **Marrom e amarelo**, Paulo Scott
- **Maurice**, E. M. Forster
- **Memórias de um sargento de milícias**, Manuel Antônio de Almeida

- **Memórias póstumas de Brás Cubas**, Machado de Assis
- **Minha vida de menina**, Helena Morley
- **Morte e vida severina, e outros poemas para vozes**, João Cabral de Melo Neto
- **Mulheres que correm com os lobos**, Clarissa Pinkola Estés
- **Mulheres, raça e classe**, Angela Davis
- **Mulherzinhas**, Louisa May Alcott
- **Não verás país nenhum**, Ignácio de Loyola Brandão
- **Niketche: uma história de poligamia**, Paulina Chiziane
- **No seu pescoço**, Chimamanda Ngozi Adichie
- **Nossa senhora do Nilo**, Scholastique Mukasonga
- **O alienista**, Machado de Assis
- **O amor que acende a lua**, Rubens Alves
- **O apanhador no campo de centeio**, J. D. Salinger
- **O bem-amado**, Dias Gomes
- **O caçador de pipas**, Khaled Hosseini
- **O clube dos sete**, Marconi Leal
- **O conto da Aia**, Margaret Atwood
- **O coração das trevas**, Joseph Conrad
- **O dia do curiangá**, Jostein Gaarder
- **O diário de Anne Frank**, Anne Frank
- **O encontro marcado**, Fernando Sabino
- **O guia do mochileiro das galáxias**, Douglas Adams
- **O legado da sabedoria**, Miguel Attie Filho
- **O massacre da Candelária**, Geraldo Lopes
- **O melhor da poesia brasileira**, Carlos Drummond de Andrade, Manuel Bandeira, João Cabral de Melo Neto, Vinícius de Moraes
- **O menino do pijama listrado**, John Boyne
- **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres**, Naomi Wolf
- **O mundo de Sofia**, Jostein Gaarder
- **O ódio que você semeia**, Angie Thomas
- **O pequeno príncipe**, Antoine de Saint-Exupéry
- **O peso do pássaro morto**, Aline Bei
- **O que é isso, companheiro?** Fernando Gabeira
- **O quinze**, Raquel de Queiroz
- **O retrato de Dorian Gray**, Oscar Wilde
- **O segredo da chuva**, Daniel Munduruku
- **O Senhor dos anéis**, J. R. Tolkien
- **O sol é para todos**, Harper Lee

- ***O tempo e o vento***, Érico Veríssimo
- ***O vendido***, Paul Beauty
- ***Olho mais azul***, Toni Morrison
- ***Olhos d'água***, Conceição Evaristo
- ***Orgulho e preconceito***, Jane Austen
- ***Os meninos da rua Paulo***, Ferenc Molnár
- ***Pantera no porão***, Amós Oz
- ***Para adiar o fim do mundo***, Ailton Krenak
- ***Pequeno manual antirracista***, Dijamila Ribeiro
- ***Persépolis***, Marjane Satrapi
- ***Poema dos becos de Góias***, Cora Coralina
- ***Ponciá Vivêncio***, Conceição Evaristo
- ***Por favor, cuide da mamãe***, Shin Kyung-Sook
- ***Por quem os sinos dobram***, Ernest Hemingway
- ***Quarto de despejo: diário de uma favelada***, Carolina Maria de Jesus
- ***Racismo estrutural***, Silvio Almeida
- ***Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil***, Sueli Carneiro
- ***Reformatório Nickel***, Colson Whitehead
- ***Romanceiro da Inconfidência***, Cecília Meirelles
- ***Sejamos todas feministas***, Chimamanda Ngozi Adichie
- ***Sentimento do mundo***, Carlos Drummond de Andrade
- ***Temporada de furacões***, Fernanda Melchor
- ***Toda poesia***, Paulo Leminski
- ***Torto arado***, Itamar Vieira Júnior
- ***Um defeito de cor***, Ana Maria Gonçalves
- ***Um rio chamado tempo, uma casa chamada terra***, Mia Couto
- ***Vidas secas***, Graciliano Ramos
- ***Poema sujo***, Ferreira Gullar
- ***Poemas escolhidos***, Ferreira Gullar
- ***Poesia completa de Alberto Caieiro***, Fernando Pessoa





5. SUGESTÕES DE MÚSICAS

MÚSICA CLÁSSICA⁹⁹

- **Adagio**, Johann Sebastian Bach
- **Ária na Corda Sol (Suíte orquestral nº 3)**, Johann Sebastian Bach
- **Bolero**, Maurice Ravel
- **Brindisi (La Traviata)**, Giuseppe Verdi
- **Canção da Liberdade (Nabuco)**, Giuseppe Verdi
- **Concerto para Flauta nº 2**, Wolfgang Amadeus Mozart
- **Conquest of Paradise (Filme 1492)**, Vangelis
- **Danúbio Azul**, Johann Strauss Jr.
- **Fantasia on Greensleeves**, Vaughan Williams
- **Habanera (Carmen)**, Georges Bizet
- **Marcha do Toureador (Carmen)**, Georges Bizet
- **Marcha Triunfal (Aida)**, Giuseppe Verdi
- **O Fortuna (Carmina Burana)**, Carl Orff
- **O Moldavia**, Bedrich Smetana

99. Contribuição de Elci Ferreira.

- *Ode à Alegria (Sinfonia nº 9)*, Ludwig van Beethoven
- *On Earth as it is in Heaven (A Missão)*, Ennio Morricone
- *Pedro e o Lobo*, Sergey Prokofiev
- *Primavera (As quatro estações)*, Antonio Vivaldi
- *Reflections of Passion*, Yanni
- *Santorini*, Yanni
- *Sinfonia nº 6 (Pastoral)*, Ludwig van Beethoven
- *Sinfonia nº 40 (1º e 3º movimentos)*, Wolfgang Amadeus Mozart
- *Sonata ao Luar*, Ludwig van Beethoven
- *Uma Pequena Música Noturna*, Wolfgang Amadeus Mozart
- *Vozes da Primavera*, Johann Strauss Jr.
- *"A cidade"*, Chico Science, Nação Zumbi
- *"A paz"*, João Donato e Gilberto Gil
- *"A rosa de Hiroshima"*, Vinícius de Moraes
- *"Academia da Berlinda"*, Dorival Caymmi
- *"Admirável gado novo"*, Zé Ramalho
- *"Andar com fé"*, Gilberto Gil
- *"Apesar de você"*, Chico Buarque
- *"Aquarela do Brasil"*, Ary Barroso
- *"Aqui é o país do futebol"*, Wilson Simonal
- *"Asa branca"*, Luiz Gonzaga e Humberto Teixeira
- *"Assassinatureza"*, Cidade Negra
- *"Beradêro"*, Clarianas
- *"Bogotá"*, Criolo
- *"Brasil"*, Cazuza, George Israel e Nilo Romero
- *"Canta, canta, minha gente"*, Martinho da Vila
- *"Canto da lavadeira"*, As Ganhadeiras de Itapuã
- *"Canto das três raças"*, Clara Nunes
- *"Capucha"*, Baiana System e Claudia Manzo
- *"Clara Crocodilo"*, Arrigo Barnabé
- *"Clareia"*, Marie Gabriela
- *"Construção"*, Chico Buarque
- *"Cores"*, Marie Gabriella



MÚSICA POPULAR¹⁰⁰

- *"2020 Volts"*, Monkey Jhayam e Afrocidade
- *"A cara do Brasil"*, Celso Vigora
- *"A carne"*, Elza Soares

100. As canções marcadas em vermelho referem-se à atividade *A música e a natureza* (página 135)

- **"Desde que o samba é samba"**, Gilberto Gil e Caetano Veloso
- **"Erê"**, Cidade Negra
- **"Essa rua é minha"**, Kaê Guajajara
- **"Estudo errado"**, Gabriel o Pensador
- **"Festejo e fé"**, Pietá
- **"Flor do cafezal"**, Luís Carlos Paraná
- **"Flutua"**, Jonny Hooker, Liniker e os Caramelows
- **"Funeral de um lavrador"**, Chico Buarque e João Cabral de M. Neto
- **"Gente da gente"**, Mc Lipi
- **"Geração Coca-Cola"**, Legião Urbana
- **"Girl from Rio"**, Anitta
- **"Imagine"**, John Lennon
- **"Imagem"**, Toquinho
- **"Inutil"**, Roger e Ultraje a Rigor
- **"Latinoamérica"**, Calle 13
- **"Lavagem cerebral"**, Gabriel o Pensador
- **"Linha de frente"**, Criolo
- **"Loka"**, Simone & Simaria, Anitta
- **"Luar do sertão"**, Catulo da Paixão Cearense
- **"Lucro (descomprimindo)"**, Baiana System
- **"Lute para viver"**, Cidade Negra
- **"Luz do Sol"**, Caetano Veloso
- **"Mama África"**, Chico César
- **"Mangue e fogo"**, Rodrigo Campos e Luísa Maita
- **"Maria da Vila Matilde"**, Elza Soares
- **"Mentiras do Brasil"**, Gabriel o Pensador
- **"Meu guri"**, Chico Buarque
- **"Minha alma (a paz que eu não quero)"**, O Rappa
- **"Monstro invisível"**, Sabotage, MC Hariel e DJ Kalfani
- **"Monte castelo"**, Legião Urbana
- **"Não deixa o samba morrer"**, Alcione
- **"Não precisa ser Amélia"**, Bia Ferreira
- **"Negro drama"**, Racionais MC's
- **"O cio da Terra"**, Milton Nascimento e Chico Buarque
- **"O que sobrou do céu"**, O Rappa
- **"O sal da Terra"**, Beto Guedes e Ronaldo Bastos
- **"O sol"**, Vitor Kley
- **"Office boy"**, Arrigo Barnabé
- **"Olhos coloridos"**, Funk Como Le Gusta e BiD
- **"Onde está a honestidade"**, Noel Rosa e Kid Pepe
- **"Oxum"**, Serena Assumpção e Xênia França
- **"Para não dizer que não falei das flores"**, Geraldo Vandré

- **"Planeta sonho"**, Flávio Venturini, Vermelho e Márcio Borges
- **"Ponta de lança (Verso Livre)"**, Rincon Sapiência
- **"Que país é este"**, Legião Urbana
- **"Refloresta"**, Gilberto Gil e Gilson's
- **"Reza forte"**, Baiana System e B. Negão
- **"Romaria"**, Renato Teixeira
- **"Saga da Amazônia"**, Vital Farias
- **"Senhas"**, Adriana Calcanhoto
- **"Sociedade alternativa"**, Raul Seixas
- **"SOS Brasil"**, Cidade Negra
- **"Te desejo vida"**, Flávia Wenceslau
- **"Terra"**, Caetano Veloso
- **"Terraço"**, Posada
- **"Tocando em frente"**, Almir Sater e Renato Teixeira
- **"Triste berrante"**, Adalto Santos
- **"Triste, louca ou má"**, Francisco el Hombre
- **"Tristeza não"**, Metá Metá
- **"Troca de calçada"**, Marília Mendonça
- **"Trovoa"**, Maurício Pereira
- **"Uma canção pra você"**, As Baías
- **"Virará"**, Pietá
- **"Zero"**, Liniker e os Caramelows
- **"Zumbi"**, Cidade Negra

CANTIGAS

(algumas de autores desconhecidos)

- **"A canoa virou"**
- **"Alecrim"**
- **"Capelinha de melão"**
- **"Ciranda cirandinha"**
- **"Cirandas"**, Lia de Itamaracá
- **"Fui no Tororó"**
- **"Marcha soldado"**
- **"Marinheiro só"**, Caetano Veloso e Padeirinho
- **"Meu limão, meu limoeiro"**, José Carlos Burle
- **"Pai Francisco"**
- **"Se essa rua fosse minha"**

MÚSICAS PARA CORAL

- **"Alguém cantando"**, Caetano Veloso
- **"Aquarela do Brasil"**, Ary Barroso
- **"Canto do povo de um lugar"**, Caetano Veloso
- **"Carinhoso"**, Pixinguinha e João de Barro
- **"Chovendo na roseira"**, Tom Jobim
- **"Minha namorada"**, Carlos Lyra e João de Barro
- **"Volta por cima"**, Paulo Vanzolini

The background features a central, semi-transparent image of the Earth. Surrounding the globe are several stylized, colorful flowers and leaves in shades of pink, orange, yellow, and light green. The flowers have various petal shapes, some resembling daisies and others more abstract. The leaves are simple, rounded shapes with visible veins. The overall aesthetic is soft and naturalistic.

PARTE D



BIBLIOGRAFIA

TEXTOS PARA CONSULTA E APROFUNDAMENTO

- ACOSTA, A.; BRAND, U.** *Pós-extrativismo e decrescimento*. São Paulo: Elefante, 2018.
- ALMEIDA, S.** *Racismo estrutural*. São Paulo: Jandaíra, 2020.
- ALVES, R.** *Concerto para o corpo e alma*. Campinas: Papirus, 1998.
- ALVES, R.** *Ouvir para aprender*. 21/12/2004. Disponível em: <<https://institutorubemalves.org.br/wpcontent/uploads/2018/08/2004.12.21.pdf>>. Acesso em: 15 jun. 2021.
- BOFF, L.** *Princípio-Terra: a volta à Terra como pátria comum*. São Paulo: Ática, 1995.
- BOFF, L.** *Saber cuidar: ética do humano*. Petrópolis: Vozes, 1999.
- BRASIL. Decreto n 6.177, de 1 de agosto de 2007.** Promulga a Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais, assinada em Paris, em 20 de outubro de 2005. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 2 ago.2007. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6177.htm>.

- BRASIL. Lei n 6.938, de 2 de setembro de 1981.** Dispõe sobre a Política Nacional do Meio Ambiente, seus fins e mecanismos de formulação e aplicação, e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 2 set. 1981. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L6938compilada.htm>.
- BRASIL. Lei n 8.069, de 13 de julho de 1990.** Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 14 jul. 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/112965.htm>..
- BRASIL. Lei n 10.741, de 1 de outubro de 2003.** Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 3 out. 2003. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741compilado.htm>.
- BRASIL. Lei n 11.340, de 7 de agosto de 2006.** Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres e da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; altera o Código de Processo Penal, o Código Penal e a Lei de Execução Penal. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 8 ago. 2006. Disponível em: <www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm>.
- BRASIL. Lei n 12.965, de 23 de abril de 2014.** Estabelece princípios, garantias, direitos e deveres para o uso da Internet no Brasil. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 24 abr. 2014. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/112965.htm>.
- BRITO, T. A.** *Música na educação infantil*. São Paulo: Peirópolis, 2003.
- BROTTO, F.** *O. Jogos cooperativos*. Projeto Cooperação. Santos: Re-Novada, 1997.
- BROTTO, F.** *O. Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como um exercício de convivência*. Santos: Cooperação, 2001.
- BROWN, D.** *Arte Terapia*. São Paulo: Vitória Régia, 2000. (Série Fundamentos).
- CAPRA, F.** *A teia da vida*. São Paulo: Cultrix, 1996.
- CARNEIRO, S.** *Escritos de uma vida*. Belo Horizonte: Letramento, 2018.
- CARNEIRO, S.** *Racismo, sexismos e desigualdade no Brasil*. São Paulo: Selo Negro, 2011.
- CARSON, C.; SHEPARD, K.** (Ed.) *Um apelo à consciência: os melhores discursos de Martin Luther King*. São Paulo: Zahar, 2006.
- CARSON, C.; KING, M. I.** *A autobiografia de Martin Luther King*. São Paulo: Zahar, 2014.

- COMITÊ DA CULTURA DE PAZ.** Site. Palas Athena, UNESCO. Disponível em: <www.comitepaz.org.br>.
- COSTA, C.; FRANÇA, V.** (Org.). *Alternativas contra a fome*. São Paulo: Instituto Pólis, 1993.
- CYRULNIK, B.** *Diálogo sobre a natureza humana*. São Paulo: Palas Athena, 2012.
- CYRULNIK, B.** *Patinhos feios*. São Paulo: Martins Fontes, 2004.
- D'AMBROSIO, U.** *Transdisciplinaridade*. São Paulo: Palas Athena, 1997.
- DE WAAL, F.** *A era da empatia*. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.
- DE WALL, F.** *Primatas e filósofos*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- DELORS, J.** et al. *Educação: um tesouro a descobrir*. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI. 7. ed. Brasília, DF: Cortez, UNESCO, 2012.
- DISKIN, L.** Coexistência. In: SÍLVERES, L. e NODARI, P. C. (Org.). *Dicionário de Cultura de Paz*. Curitiba: Editora CRV, 2021.
- DISKIN, L.** *Vamos ubuntar, um convite para cultivar a paz*. Brasília: UNESCO, Associação Palas Athena, Fundação Vale 2008. (Coleção abrindo espaços). Disponível em: <<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000178540?posInSet=1&queryId=0544eb52-e24e-4567-baf9-429cbfa382cd>>.
- DREW, N.** *A paz também se aprende*. São Paulo: Gaia, 1990.
- EINSENTEIN, C.** *O mundo mais bonito que nossos corações sabem ser possível*. São Paulo: Palas Athena, 2016.
- EISLER, R.** *O cálice e a espada*. São Paulo: Palas Athena, 2007.
- EISLER, R.** *O poder da parceria*. São Paulo: Palas Athena, 2007.
- FELDMANN, F.** (Coord.). *Guia da ecologia. para entender e viver melhor a relação homem-natureza*. São Paulo: Ed. Abril, 1992.
- FERREIRA, A. B. H.** Bullying. In: *Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa*. 5.ed. 2020. Disponível em: <<http://aurelioservidor.educacional.com.br/download>>.
- FERREIRA, M.** *Como usar a música na sala de aula*. São Paulo: Contexto, 2001.
- FRANÇOZO JR., O. A.** O efeito estufa e as consequências para a vida na Terra. *Blog Ecooar*. Garça, 23 ago. 2018. Disponível em: <<https://blog.ecooar.com/o-efeito-estufa/>>. Acesso em: 25 ago. 2021.
- FRANÇOZO JR., O. A.** Plásticos e pets no dia a dia. *Blog Ecooar*. Garça, 24 jan. 2019a. Disponível em: <<https://blog.ecooar.com/plasticos-e-pets-no-dia-a-dia/>>. Acesso em: 25 ago. 2021.
- FRANÇOZO JR., O. A.** Ecologia urbana (e humana): um ponto de partida. *Blog Ecooar*. Garça, 18 jun. 2019b. Disponível em: <<https://blog.ecooar.com/ecologia-urbana-e-humana-um-ponto-de-partida/>>. Acesso em: 25 ago. 2021.

- FRANÇOZO JR., O. A.; BICUDO, J. E. P.** Coronavírus: um experimento forçado. *Blog Ecooar*. Garça, 21 abr. 2020. Disponível em: <<https://blog.ecooar.com/licoes-do-coronavirus-para-o-meio-ambiente/>>. Acesso em: 25 ago. 2021.
- FREIRE, M.** *A paixão de conhecer o mundo*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.
- FREIRE, P.** *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.
- FREIRE, P.** *Pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.
- FRITZEN, S. J.** *Jogos dirigidos para grupos, recreação e aulas de educação física*. Petrópolis: Vozes, 2000.
- GALTUNG, J.** Violence, peace and peace research / Violência, paz e pesquisa para a paz / Violencia, paz y investigación para la paz. *Organicom*, a. 15, n. 28, 2018. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/organicom/article/view/150546/147375>>.
- GANDHI, M. K.** *Gandhi: autobiografia, minha vida e minhas experiências com a verdade*. São Paulo: Palas Athena, 2019.
- GARDNER, H.** *Inteligências múltiplas: a teoria na prática*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.
- GUDYNAS, E.** *Direitos da natureza: ética biocêntrica e políticas ambientais*. São Paulo: Elefante, 2019.
- GUTIERRES, F.; PRADO, C.** *Ecopedagogia e cidadania planetária*. São Paulo: Cortez: Instituto Paulo Freire, 2000.
- HARARI Y. N.** *Sapiens: uma breve história da humanidade*. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.
- HARARI, Y. N.** *21 lições para o século 21*. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.
- IPEA e Fórum Brasileiro de Segurança Pública.** *Atlas da violência*. Brasil, 2020. Disponível em: <www.ipea.gov.br/atlasviolencia/download/24/atlas-da-violencia-2020>. Acesso em: 7 ago. 2021.
- JAREZ, X.** *Educar para a paz em tempos difíceis*. São Paulo: Palas Athena, 2007.
- JELLOUM, T. B.** *O racismo explicado à minha filha*. São Paulo: Via Lettera, 2000.
- KOLBERT, E.** *A sexta extinção: uma história não natural*. São Paulo: Intrínseca, 2021.
- KRENAK, A.** *Ideias para adiar o fim do mundo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.
- LEACH, P.** Começando com o pé direito. In: CAVOUKIAN, R.; OLFMAN, S. (Orgs.) *Honrar a criança: como transformar este mundo*. São Paulo: Instituto Alana, 2009.
- LOPES, M. G.** *Jogos na educação: criar, fazer e jogar*. São Paulo: Cortez, 1999.
- LOURENÇO, D. B.** *Qual o valor da natureza?: uma introdução à ética ambiental*. São Paulo: Elefante, 2019.

- MAATHAI, W.** *Inabalável: memórias*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2007.
- MANDELA, N. R.** *Longo caminho para a liberdade: uma autobiografia*. São Paulo: Siciliano, 1995.
- MARGULIS, I.; SAGAN, D.** *O que é vida?* Rio de Janeiro: Zahar, 2002.
- MARQUES, I.** *Capitalismo e colapso ambiental*. Campinas: Ed. UNICAMP, 2019.
- MATURANA, H.; VARELA F.** *A árvore do conhecimento: as bases biológicas da compreensão humana*. São Paulo: Palas Athena, 2001.
- MENDES, W. G.; PASSOS DA SILVA, C. M. F.** Homicídios da população de gays, lésbicas, bissexuais, travestis, transexuais e transgêneros (LGBT) no Brasil: uma análise espacial. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 5, maio 2020.
- MICHAELIS.** Preconceito. In: *Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa*. Disponível em: <<https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/preconceito/>>.
- MORAIS, R.** *Violência e educação*. Campinas: Papirus, 1995.
- MORIN, E.** *Fraternidade: para resistir à crueldade do mundo*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- MORIN, E.** *Os sete saberes necessários à educação do futuro*. São Paulo: Cortez: UNESCO, 2000.
- MORIN, E.; DIAZ, C. J. D.** *Reinventar a educação*. São Paulo: Palas Athena, 2016.
- MORIN, E.; KERN A. B.** *Terra-pátria*. Porto Alegre: Sulina, 2000.
- NAGLER, M.** *A terceira harmonia: não violência e a nova história da humanidade*. São Paulo: Palas Athena, no prelo.
- NEVES, W. A.; RANGEM JUNIOR M. J.; MURIETTA, R. S.** *Assim caminhou a humanidade*. São Paulo: Palas Athena, 2015.
- NHAT HANH, T.** *O coração da compreensão*. Porto Alegre: Bodigaya, 2000.
- NOLETO, M. J.** *Abrindo espaços: educação e cultura para a paz*. Brasília: UNESCO, 2008.
- OFOEGO, O.** *Wangari Maathai e o movimento do cinturão verde*. Rio de Janeiro: Cereja, 2016. (Série UNESCO).
- OXFORD LANGUAGES.** Racismo. In: *Dicionário Oxford Languages*. Oxford Languages, Google. Disponível em: <<https://languages.oup.com/google-dictionary-pt/>>. Acesso em: 13 set. 2021.
- PALMER, J.** *50 grandes ambientalistas: de Buda a Chico Mendes*. São Paulo: Contexto, 2006.
- PAULSON, S. E.** Empathy, morality, community, culture: apes have it all. *Nautilus*. Mar. 28, 2019. Disponível em: <<https://nautilus.us/issue/70/variables/empathy-morality-community-cultureapes-have-it-all>>. Acesso em: 24 ago. 2021.

- PREVOT, F.** *Wangari Maathai a mulher que plantou um milhão de árvores*. São Paulo: Galerinha, 2013.
- QUINN, S.** *Marie Curie: uma vida*. São Paulo: Scipione, 1997.
- REVERBEL, O.** *Um caminho do teatro na escola*. São Paulo: Scipione, 1997.
- RIBEIRO, D.** *Lugar de fala*. São Paulo: Jandaíra, 2020.
- RIBEIRO, D.** *Pequeno manual antirracista*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.
- RICARD, M.** *A revolução do altruísmo*. São Paulo: Palas Athena, 2015.
- RODRIGUES, E.** *Zilda Arns: uma biografia*. São Paulo: Anfiteatro, 2018.
- ROGERS, C.** *Sobre o poder pessoal*. São Paulo: Martins Fontes, 1989.
- ROIZMAN, L. G.** *Sustentabilidade e ética ecológica: valores, atitudes e a formação ambiental de educadores*. 2001. Tese (Doutorado) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo.
- ROIZMAN, L. G.; FERREIRA, E.** *Jornada de amor à Terra*. Educação Ambiental: ética e valores universais. São Paulo: Disal, 2011.
- ROSEMBERG, M.** *A linguagem da paz em um mundo em conflitos*. São Paulo: Palas Athena, 2019.
- ROSEMBERG, M.** *Amo você sendo quem eu sou*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- ROSEMBERG, M.** *Criar filhos compassivamente*. São Paulo: Palas Athena, 2019.
- ROSEMBERG, M.** *Juntos podemos resolver essa briga*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- ROSEMBERG, M.** *O coração da transformação social*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- ROSEMBERG, M.** *O surpreendente propósito da raiva*. São Paulo: Palas Athena, 2019.
- ROSEMBERG, M.** *Superando a dor entre nós*. São Paulo: Palas Athena, 2020.
- SHARP, G.** *Poder, luta e defesa: teoria e prática da ação não violenta*. São Paulo: Paulinas, 1983.
- SINGER, P.** *Ética prática*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- SOLÓN, P. (Org.)** *Alternativas sistêmicas*. São Paulo: Elefante, 2019.
- TELES, M. I.** *Filosofia para crianças e adolescentes*. Petrópolis: Vozes, 1999.
- UNITED NATIONS.** *Malala Yousafzai addresses United Nations Youth Assembly*. 12 jul. 2013. UN Photo/Rick Bajornas. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=3rNhZu3ttIU>>.
- WWF BRASIL.** *Aprenda fazendo: apoio aos processos de educação ambiental*. Brasília, 2000.
- WWF BRASIL.** *Educador ambiental: 6 anos de experiências e debates*. Brasília, 2000.
- YOUSAFZAI, M.; LAMB, C.** *Eu sou Malala: como uma garota defendeu o direito à educação e mudou o mundo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.



SOBRE AS AUTORAS

LIA DISKIN

FORMADA em Jornalismo com especialização em Crítica Literária pelo Instituto Superior de Periodismo José Hernandez, de Buenos Aires. Detentora de inúmeras premiações, entre elas, por sua contribuição na área de Direitos Humanos e Cultura de Paz recebido na comemoração dos 60 anos da UNESCO; o Prêmio Internacional da Jamnalal Bajaj Foundation (Índia) por sua contribuição na promoção dos valores gandhianos; o Prêmio Trip Transformadores 2010 e o Padma Shri Award (2020), concedido pelo Governo da Índia em reconhecimento pelo serviço na área de Trabalhos Sociais.

Cofundadora da Associação Palas Athena e coordenadora do Comitê da Cultura de Paz, uma parceria Palas Athena e UNESCO. Palestrante e criadora de inúmeros programas socioeducativos no Brasil e no exterior. Palestrante nas Nações Unidas na instalação do dia 2 de outubro como Dia Internacional da Não Violência.

Autora e coautora de uma dezena de livros, entre eles: *Vamos Ubuntar? Um Convite para Cultivar a Paz* (UNESCO), *Cultura de Paz – Redes de Convivência* (SENAC) e o *Dicionário de Cultura de Paz*, lançado em 2021 pela editora CRV.

Email: contato@palasathena.org.br

LAURA CORRESIO ROIZMAN

BÍOLOGA e mestre em ecologia pelo Instituto de Biociências, e doutora em saúde ambiental pela Faculdade de Saúde Pública, ambas instituições da Universidade de São Paulo. Lecionou na Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo, no Núcleo de Estudos em Saúde Ambiental da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, dentre outros.

Com extensa vivência como educadora, tem se dedicado a temas ambientais e à cultura de paz. Nesse sentido coordenou o programa de *Formação de Educadores em Valores* da Associação Palas Athena, capacitando lideranças em cultura de paz dentro do projeto *Abrindo Espaços* da UNESCO.

Publicações: *Jornada de Amor à Terra – Educação ambiental, ética e valores universais* (com Elci Ferreira, Ed. Disal), *Diálogos entre as civilizações: a experiência brasileira – valores que não tem preço* (Centro de Informações das Nações Unidas) e *Sustentabilidade e ética ecológica: valores, atitudes e a formação ambiental de educadores* (tese de doutorado).

Com base em uma educação criativa e transformadora é professora, escritora e palestrante ministrando cursos e workshops voltados à capacitação de multiplicadores deste livro.

Email: lauraroizman@alumni.usp.br

UMA PROPOSTA

EM TEMPOS de polarização, como podemos fazer frente aos discursos de ódio? Como superar as barreiras ideológicas, que tem dividido núcleos familiares, amigos e comunidades? Como evitar a violência endêmica? Como alterar regimes econômicos agressivos ao planeta? Como conter intolerâncias? Há quase vinte anos Lia Diskin e Laura Roizman propuseram, já na primeira edição (2002), um verdadeiro movimento de distensão, com base nos seis pilares da cultura de paz apontados pelo Manifesto 2000 da UNESCO: respeitar a vida, rejeitar a violência, ser generoso, ouvir para compreender, preservar o planeta e redescobrir a solidariedade.

Por meio de uma linguagem simples e propositiva, elas resgataram valores como: a empatia, a solidariedade, a generosidade e a cooperação, que levam a soluções transformadoras rumo a um mundo mais justo e menos violento.

O LIVRO

A primeira parte aborda temas inquietantes da humanidade como crise ecológica, desigualdades sociais, intolerância, direitos das minorias, violência, racismo, autoritarismo e desigualdade de gênero. Na segunda parte, as autoras convidam um leitor protagonista a realizar atividades interativas, que possibilitam o afloramento de seus potenciais criativos no sentido de descobrir-se como um verdadeiro agente da paz.

UM (GRANDE) RESULTADO

Desde a primeira edição, amplamente distribuída pelo Brasil em meio a programas da UNESCO voltados à inclusão social e à cultura de paz, essa verdadeira transformação virtuosa vem se disseminando rapidamente. Por sua praticidade, esse livro pode ser utilizado não apenas em escolas, mas também em centros comunitários, universidades, empresas, organizações esportivas e em diferentes instituições da sociedade civil. Dessa forma, são materializadas as artes da convivência por meio de ações concretas como o exercício da democracia, a resolução pacífica de conflitos, a solidariedade, a não violência e a ética ecológica.

Em um período marcado por crises ambientais e por injustiças sociais, essa é uma contribuição fundamental para alcançarmos as metas globais da UNESCO, voltadas à sustentabilidade e à cultura de paz.

PARCERIA



Palas Athena