

Organização:

Aline Cecília Ximenes de Andrade Bilbao

Cartas para o Futuro:

*Aprendizados de
um período de
pandemia.*

Cartas para o Futuro:

*Aprendizados de
um período de
pandemia.*



**EDITORA
IFPR**

**Curitiba
2021**

Cartas para o Futuro:

*Aprendizados de
um período de
pandemia.*

**Curitiba
2021**

**INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO,
PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO**

Obra

Cartas para o futuro: Aprendizados de um período de pandemia

Reitor do IFPR

Odacir Antonio Zanatta

Presidente da Editora IFPR

Marcelo Estevam

Vice-Presidente da Editora IFPR

Leandro Rafael Pinto

Coordenadora Editorial

Aline Cecília Ximenes de Andrade Bilbao

Organização

Aline Cecília Ximenes de Andrade Bilbao

Revisão

Pedro Francisco Machado

Parecer psicológico

Elisson Mildemberg

Chamada em áudio

Elisson Mildemberg (edição)

Pedro Francisco Machado (voz)

Prefácio

Eliege Pepler

Capa e Contracapa

Ronaldo Cunha da Conceição (IFAC)

Diagramação e Projeto Gráfico

Ronaldo Cunha da Conceição (IFAC)

Parceria

Editora Ifac (EDIFAC)

Equipe Técnica Editorial

Aline Cecília Ximenes de Andrade Bilbao

Barbara Rocha Bittencourt Sallaberry

Elisson Mildemberg

Pedro Francisco Machado

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C322 Cartas para o Futuro: aprendizados de um período de pandemia / Organização, Aline Cecília Ximenes de Andrade Bilbao – Curitiba: Editora IFPR, 2021.
67 p.
Vários autores.
E-book

ISBN: 978-65-88493-22-9

1. Psicologia. 2. Emoções. 3. Sentimentos. I. Bilbao, Aline Cecília Ximenes de Andrade.

CDD 23. ed. – 152.41

Sumário

PREFÁCIO	6
CARTA ZERO	8
Aos que ainda estão por vir, ou mesmo aos que estarão aqui por bastante tempo...	9
CARTA 1	
Ao eu do futuro,	14
CARTA 2	
Aos que ainda estão por vir,	18
CARTA 3	
Meu querido filho,	22
CARTA 4	
A quem possa interessar,	26
CARTA 5	
O Clamor dos Olhares	31
CARTA 6	
Prezadas gerações do futuro,	34
CARTA 7	
À ONU,	39

CARTA 8	
Caro neto,	42
CARTA 9	
Para as gerações futuras,	47
CARTA 10	
Queridas futuras gerações,	52
CARTA 11	
Aos jovens do futuro,	54
CARTA 12	
Ei, agrônomos e produtores do futuro!	60
CARTA 13	
Aos futuros alunos, ou aos alunos que cursarão o Ensino Médio,	63

PREFÁCIO

Caro leitor,

O livro que agora você tem em mãos (ou na tela...) é, sem dúvida, uma reunião de diversos olhares para um contexto incomum. É certo que, historicamente, o ano de 2020 ficará gravado na memória de todos que o vivenciaram, devido à peste que acometeu o mundo. No entanto, para que esta experiência vivida não se perca no tempo e no espaço, nada melhor do que eternizá-la por meio da linguagem escrita, afinal, parece que essa prática intelectual tem atravessado bem as crises mundiais!

A decisão da Editora IFPR em escolher o gênero epistolar (a famosa reunião de cartas) para compartilhar os aprendizados que os jovens estudantes do Instituto Federal do Paraná experimentaram durante a pandemia de 2020 foi muito acertada e, como escritora e docente da instituição, enxerguei nesta proposta uma oportunidade maravilhosa para o trabalho remoto com as turmas do câmpus em que atuo.

Em julho de 2020, propus Atividades Pedagógicas Não-Presenciais para os estudantes calouros dos cursos de Ensino Médio Técnico, e escolhi como objeto de estudo a obra poética de Paulo Leminski. Deste modo, como primeira ação para que entrássemos no gênero carta, ampliei o repertório de leitura dos discentes, oferecendo duas missivas trocadas entre o poeta curitibano e outros escritores. Na sequência, abrimos também um fórum de discussão sobre o gênero carta e sua (r)existência no século XXI, que revelou que, a despeito da invasão de outros meios de comunicação mais ágeis, a carta continua resistindo, demonstrando sua necessidade.



Os estudantes, munidos de repertório de leitura e com muito assunto sobre 2020 a relatar em suas cartas, dedicaram-se a essa produção textual e tivemos como resultado mais de 50 produções entregues no prazo, o que foi considerado muito surpreendente, diante do contexto inicial do ensino remoto. O trabalho de orientação e devolutiva dessas produções, a alegria de ler o que sentiam nossos estudantes, todos calouros, e os encontros (ainda que virtuais) que realizamos para que essas cartas fossem publicadas (no livro ou na revista *Ciência é minha praia*) certamente nos aproximaram mais e amenizaram a angústia que este isolamento social tem nos causado.

Por isso, caro leitor, tenho cá para mim que ler esta obra pode ajudá-lo a também perceber que não está sozinho e, ainda que este nosso contato se dê em tempos mais felizes, em que o isolamento social não seja necessário, estou certa de que você encontrará nesta leitura a memória de seres de coragem. Afinal, já dizia Riobaldo, personagem de Grande Sertão Veredas, de Guimarães Rosa: “Viver é muito perigoso”. Viver é travessia. Mergulhar nessas cartas é alento! Escrever é um ato de resistência e eu parablenizo a todos os estudantes do IFPR por ousar refletir em tempos sombrios.

Eliege Pepler



CARTA ZERO

Vou chamar esta de carta zero porque tive a intuição de escrevê-la quando ainda estávamos elaborando a Chamada. Meu nome é Pedro, sou estudante de Letras – Português na Universidade Federal do Paraná e faço estágio em Revisão Textual na Editora IFPR. Metade do meu período de estágio foi dentro do regime de Home Office, por conta da pandemia.

Estar na Editora IFPR desde o começo se mostrou um privilégio, mas, durante este período, se tornou ainda mais significativo: foi quando eu vi a equipe maravilhosa que tenho ao meu lado, que tanto me ajudou, ouviu e me tranquilizou quando tudo parecia estar à flor da pele. É com esse tom de gratidão, de saudosismo, de boas vivências e de trabalho árduo (porém gratificante) que dedico essa carta a vocês. Espero que tudo isso possa ter sido recíproco!



Aos que ainda estão por vir,
ou mesmo aos que estarão
aqui por bastante tempo...

Já diria a cantora Pitty: “Tô aproveitando cada segundo, antes que isso aqui vire uma tragédia”. Pois bem, uma suposta tragédia chegou, de mansinho, e cresceu a ponto de nos trancar em casa. Confesso que, para mim, no começo a situação não fazia sentido; mas a realidade logo bateu à porta. Como eu, que vivia todas as minhas atividades fora de casa, e nem no final de semana ficava nela, daria conta dessa nova realidade?

Acho que a primeira coisa que ficou clara para mim foi a importância da rotina. Sim, aquela, de que muitas vezes reclamamos... Vê-la e vivê-la, agora, se passando num escritório improvisado em meu quarto. Tentei manter o mesmo horário de dormir e acordar que eu já realizava antes; concentrei as atividades do trabalho todas pela manhã, que é o momento do dia em que estou mais concentrado;



depois do almoço, período em que estou mais lento, passei a dedicar um tempinho para tomar sol e pequenos afazeres domésticos; enfim, tentei aliar as atividades com conforto e concentração. Assim, com base no meu relógio biológico, ressignifiquei minha rotina e isso me ajudou muito a “não sair dos eixos” no período de atividades remotas.

Nessa mesma linha de atividades e produção, eu, que sou uma pessoa que cobra muito de si, pude perceber que não há como ser 100% o tempo todo. Não há como ser 100% eficiente, estar 100% bem, dar conta de tudo em 100% das vezes. Haverá dias em que conseguimos ser, ter e fazer apenas uns 70%, e está tudo certo. Somos humanos, e não máquinas (e não sei até que ponto essa comparação se faz válida, porque as máquinas também dão seus ‘panes’). É muito bom dar o nosso melhor, mas haverá dias em que só conseguiremos fazer o mínimo. Paciência!

E quem disse que a vida precisa ser toda produtiva? Durante o isolamento, separei vários

momentos apenas para ouvir uma música. Apreciar a arte e sua importância. Prestar atenção no ritmo, na letra. Outras manifestações artísticas também, como pintura. Às vezes nem via o tempo passar, mas isso me mantinha confortável. Passei a recordar momentos da infância e adolescência, recordações essas que passam despercebidas no nosso viver cotidiano. Voltei em fotos antigas minhas. Separei tempo para ver memes e dar risada, e isso tudo foi muito bom. O tempo faz parte de nossas vidas significativamente e, muitas vezes, só precisamos deixá-lo passar.

Passar esse tempo com a minha família também me ensinou muito. Percebi a importância do ouvir. Em um momento de tanta incerteza e insegurança, sentir-se ouvido (e, em sinal de empatia, ouvir) se mostrou muito valioso. Mostrou também que não era o momento para querer criar e resolver intrigas e, como diz a expressão, “lavar roupa suja”, por se tratar de um momento muito



delicado para todo mundo. Ensinou-me a esperar, e não querer tudo do outro “pra ontem”.

Poderia citar muitas outras coisas que aprendi, mas acho que o principal de tudo é dar lugar ao tempo. Nesses dias mesmo, em que me senti improdutivo, comecei a listar cada coisa (seja em termos de trabalho, seja em termos de lazer, em termos domésticos etc) que fiz durante o isolamento. Ao final, me surpreendi. Muita coisa havia sido feita. Deixo, aqui, um conselho: celebrem suas conquistas. Por menores que sejam, por mais fáceis ou difíceis que tenham sido, celebrem-nas.

A vida não precisa ser sofrida, não precisa ser cobrança o tempo todo, não precisa ser produtiva o tempo todo. Ela se manifesta também quando sentimos vontade de dançar nossa música preferida; quando rimos com algum meme ou piada; quando queremos fazer rabiscos no papel. Tudo isso é vida e a gente não só pode, como deve, reservar nossos momentos de lazer e de sonhar.

Eu espero, com essas palavras, tê-los feito perceber que somos capazes de cruzar momentos difíceis. Quero terminar com Pitty também, quando diz que “cê acha que eu sou louca, mas tudo vai se encaixar”, como até agora se encaixou. Espero que vocês possam, também, tirar seus aprendizados a cada adversidade, e desenvolver suas potencialidades em cada desafio.

Cordialmente,

Pedro Francisco Machado
Estagiário – Editora IFPR



CARTA 1

Ao eu do futuro,

Sempre achei a vida bela. Aprecio levantar cedo e sentir a fria brisa da manhã, sorrir para o amanhecer e iniciar mais um dia cheio de tarefas; retornar para casa ao anoitecer, cansada de tudo, mas feliz pela produtividade daquele dia, e refazer este ciclo com muita garra, dando o meu melhor. Afinal, sempre gostei de dias cansativos, de tarefas que me desafiam e longas rotinas.

O que me pegou de surpresa foi voltar de uma dessas rotinas, noite de segunda-feira, com a informação de que estaria em isolamento devido à pandemia causada pelo coronavírus (COVID-19), e de que todos os meus compromissos estariam suspensos. Dentro de mim pareceu estar tudo bem, senti que descansaria um pouco e logo tudo voltaria ao normal, eu poderia ler o que estava atrasado, arrumar meu guarda-roupa, atividade que eu estava adiando há dias, ou apenas relaxar...



Comecei este novo ciclo dormindo tarde, acordando mais tarde ainda, pulando algumas refeições ou almoçando às 15h da tarde. Assisti a tudo o que podia, e o que não podia também. O pijama tornou-se meu uniforme diário e meu cabelo esqueceu-se do que era uma escova, mas estava tudo certo, afinal era essa minha nova rotina, a rotina do apocalipse zumbi...

Até que tudo pareceu sem graça, fingir estar no apocalipse zumbi era tosco, nada era produtivo e minha autoestima nunca esteve tão baixa. Comecei a acordar triste, às vezes chorava, e cada dia foi pior. Existia um aperto no meu coração e eu me obrigava a realizar tarefas para não ficar pensando naquilo, mas nada funcionava, me senti parada no tempo, chorava tanto que prometia para mim mesma que tudo ficaria bem no dia seguinte, só para conseguir dormir, mas esse sentimento desolador não passava. Colocava músicas suaves, e nem isso acalmava a minha alma.



Foram semanas difíceis, e eu não entendia o porquê daquela tristeza, estava tudo bem, com minha família, com meu namorado, com minha casa, com a situação econômica, tudo certo, tudo normal, menos comigo, eu só queria que aquele aperto me deixasse. Para mim o espiritual sempre foi muito importante, então pedi ajuda de Deus, e derramei minhas tristezas sobre ELE.

Aos poucos comecei a ler palavras de vida, que preenchiam meu coração, e a cada dia comecei a me sentir melhor. Não sei o que faria se não me apegasse a algo maior, pois eu precisava de uma esperança. Uma frase que sempre carrego comigo é: “Se quiser coisas diferentes, faça coisas diferentes”. Foi então que resolvi acordar cedo e escolher uma roupa legal, fazer uma make para mim mesma e hidratar meus cabelos. Comecei a estudar todos os dias, por conta própria já que não haviam aulas e reler alguns livros que gostei.

Aprendi uma nova rotina, me conheci melhor e entendi que preciso de uma rotina para não surtar. Compreendi que a vida nem sempre é o que esperamos, que as coisas podem mudar de uma hora para outra, sem aviso prévio, ou que as coisas podem estar aparentemente normais e mesmo assim nos sentirmos tristes. O que importa é aprender a lidar com todas as situações que a vida nos coloca, reinventar uma nova rotina e estar preparada para as situações adversas.

Para o meu eu do futuro: Sei que você é uma nova mulher, com mais carga e mais aprendizado, mas esta carta é para te lembrar de que a tristeza vem para todos, que temos que nos reinventar diariamente. Quero que leia e entenda que você pode passar por toda adversidade que te aparecer, mas nunca se esqueça de quem te ajudou a passar pelos espinhos que a vida trouxe.

Com muito carinho,

S.T.



CARTA 2

Aos que ainda estão por vir,

O ano de 2020 era um ano em que todos nós estávamos ansiosos, o ano em que iria ser realizada minha formatura, ano de prestar vestibulares e ao final deles ingressar em uma universidade... mas as coisas nem sempre ocorrem dentro do desejado. Logo no início do ano, “A terra parou”, como diria Raul Seixas, parou em um momento em que todos os corações estavam acelerados, correndo cada um por um objetivo distinto, mas parou.

Simplesmente, de uma semana para outra precisávamos ficar todos dentro das casas; não estávamos presos, ia da nossa própria consciência, da nossa própria vontade de nos proteger daquilo que era invisível, o coronavírus. Esse tempo também foi importante para todos, apenas não estávamos nos planejando bem para esse momento, tempo no qual paramos e refletimos sobre

basicamente tudo, nossa conduta até ali, como iríamos superar tudo isso, e como somos pequenos diante do todo. Tempo em que passamos a julgar até mesmo as atitudes tomadas pelos que estavam ao nosso redor, pelos vizinhos, pelo “cabeça” do Brasil, os quais muitas vezes tomaram atitudes que violaram completamente os princípios de uma pandemia, os princípios do isolamento social; tempo em que também algumas frases machucaram muitos, que já estavam com a imunidade baixa e o psicológico enfraquecido. Tudo isso agravou ainda mais os problemas que foram implantados aqui, muito rapidamente.

Não temos ainda uma solução para o problema principal, uma vacina. Mesmo assim, aqui muitos já decidiram por si só o que fazer, uns visitam os familiares normalmente, outros andam pelas ruas sem fazer o uso de máscara, alguns locais já realizam aglomerações, enquanto eu e mais alguns seguimos tentando nos proteger o máximo possível, sair o mínimo, e sempre fazendo o uso do nosso

mais novo acessório: a máscara, normalmente de pano, com uma infinidade de estampas, às vezes combinando com a roupa; nossa mais nova peça fundamental, essencial até mesmo para esconder nosso rosto naquele dia em que as pessoas não estão tão bem e, como ainda tudo isso vai terminar, não sabemos.

Mas como dizem os otimistas, devemos sempre olhar para a parte boa de tudo aquilo que passamos. Provavelmente, teremos uma queda nos níveis que indicam a desigualdade social, a pobreza, graças aos programas de distribuição de renda que surgiram durante a pandemia; sem contar que este momento de reflexão irá fazer com que muitos mudem o rumo da sua vida, ou pelo menos ajustem a proa, pois com toda certeza virão dias melhores e é essencial saber o que fazer. Essa foi apenas mais uma queda no gráfico das nossas alegrias, mas logo ele voltará a subir, e eu espero que vocês já estejam vivendo no ponto alto do gráfico, e que vocês deem valor a tudo o

que está ao redor, do balançar das árvores às conquistas materiais, do cantar dos pássaros à conquista de uma vaga na universidade, pois cada dia e cada conquista devem ser vividos igualmente.

Atenciosamente,

João Pedro Olinek



CARTA 3

Meu querido filho,

Sim, meu filho. Em tempos modernos, onde a comunicação pode se fazer de tantas maneiras eletrônicas, digitais ou audiovisuais, realmente é muito estranho eu lhe escrever uma carta. Uma carta. Uma mensagem envelopada, onde eu fatalmente escreveria em uma folha de papel de carta, roubada da tua mãe, e fatalmente a mensagem seria morta pela minha letra tão feia e incompreensível. Então, uso o computador para digitar e digitalizar essa mensagem.

Meu filho, hoje os tempos não são mais os mesmos. E que assim sempre seja. Que os ares possam se renovar a cada momento. Hoje não procuramos mais os filmes que marcaram a minha infância, e que você concordava em assistir, influenciado pelas minhas sugestões, fortemente crivadas de conforto emocional e memórias afetivas. Lembra que bom era? Pelo menos para



mim era, e pra você, que às vezes ria, junto comigo, de como eu poderia gostar de uma produção tão ruim. E às vezes entendia porque algum filme me marcava tanto a memória, me enlevava os pensamentos. Entre mortos e feridos, nos salvamos todos.

Mas as mudanças vieram. Sua asma, graças ao bom Deus, melhorou. Não há mais a preocupação de você ficar uma noite sem ar, dependendo do oxigênio do tubo de um hospital durante a madrugada, dormindo sentado e com uma máscara de inalação presa com elástico. Esse tempo passou. Sua rinite pode até continuar incomodando, eu imagino. Mas fazer o quê? Talvez, esses problemas que nos incomodem também sejam alertas de que não somos onipotentes. Alertas de que somos humanos e que essa humanidade não pode nunca ser perdida.

Você se lembra da Pandemia de Covid-19 (mas que chegou em 2020)? Que pânico passamos, você trancado em casa, aulas a distância, à distância dos amigos

e professores, das conversas no intervalo. E o medo? Medo de pegar o vírus, medo de passar, medo de ... não posso falar essa palavra. Mas essa crise também passou, o mundo mudou mas continua existindo. E passou. Como tudo que é bom passa, e o que é ruim também passa. Passou.

Outas coisas irão chegar, ficar, passar, existir ou acabar. Inclusive nós mesmos. Esse mundo é passageiro, ainda que pareça tão longa sua existência. Essa vida é passageira, ainda que pareça tão curta sua passagem. Seria tão bom ficar um pouco mais com as pessoas amadas, os amigos, passar um pouco mais de tempo fazendo o que se gosta, com aquele gostinho de quero mais. Mas vai passar, e talvez seja essa vontade de bis, de mais um, de outra vez, que seja até melhor do que realmente acontecer.

Meu filho, não sei quando você vai ler esta carta. Talvez seja quando eu estiver aqui ainda, ou talvez eu já não esteja mais. Quando ler, espero que fique feliz, que pense “foi realmente isso que aconteceu, e foi tão bom”.



Obrigado, meu filho. Por deixar ser seu pai, ainda que não o melhor, mas obrigado.

Um beijo, do seu pai

Roger



CARTA 4

A quem possa interessar,

Escrevo esta carta para narrar minha visão sobre como tem sido a pandemia do coronavírus, eu repito, essa é minha visão sobre a pandemia, e a explicação para isso é que, embora eu ouça sobre a situação acontecendo no Brasil e no mundo, eu não consigo dizer como exatamente está sendo a pandemia, pois eu mesmo não sei como exatamente a pandemia está sendo para mim, mesmo vivendo nesse período.

A situação não é simples (nunca é simples, especialmente quando se trata de uma crise, afinal, se fosse simples, não haveria crises, pois elas seriam fáceis de resolver), mas eu tentarei descrever a situação na melhor das minhas habilidades.

No ano de 2020, o mundo, não exclusivamente uma nação, fora confrontado com uma grande crise,

no caso, a pandemia do coronavírus. No início do ano, houve algumas notícias de uma doença se espalhando e matando pessoas na China, inicialmente a situação não parecia grave, especialmente pela distância entre a China e o Brasil, porém, logo a doença se espalhou pelo mundo e ela viria ser a causa da pandemia de 2020.

Todos foram pegos desprevenidos, até mesmo os governos ao redor do mundo, e esse despreparo foi o que permitiu que a COVID-19 (ou popularmente conhecido como coronavírus) se espalhasse e infectasse inúmeras pessoas. Então, como uma tentativa de tentar atrasar a infecção, vários países “declararam” uma quarentena, o Brasil foi um desses países.

Levou um tempo até a COVID-19 chegar ao nosso país, porém, ela chegou, e logo foi declarada a pandemia e a quarentena, que inicialmente era para durar apenas 14 dias, ou seja, o tempo para que os infectados se recuperassem, porém, o número de infectados continuou

a subir e, de 14 dias, a quarentena se estenderia para um mês e, hoje, ultrapassa a marca de seis meses.

Eu não tenho o conhecimento necessário para atribuir culpa a ninguém, porém, mesmo se eu o tivesse, a tarefa não seria tão simples. Como disse antes, por um lado, havia o governo e as instituições no país, que não estavam preparadas e, por esse despreparo, pessoas viriam a ser infectadas; porém, por outro, para além dos citados anteriormente, havia grupos de pessoas que não acreditavam na pandemia e se recusaram a seguir as orientações da Organização Mundial da Saúde para evitar o contágio.

Não somente esses grupos poderiam ser considerados por alguém como os culpados pela situação, porém, eles tomaram atitudes que resultaram em uma maior disseminação da doença. Falando sério, eles não são os únicos responsáveis, pois, por exemplo, os “gênios” das redes sociais que publicavam as “curas milagrosas” à



COVID-19 (como beber vinagre com limão) contribuíram significativamente para o agravamento da situação, pois (eu não sei por quê ou como) muitas pessoas vieram a acreditar nessas ideias, e talvez, por isso, tenham se exposto à contaminação, acreditando que estavam a salvo por terem bebido vinagre com limão.

Enquanto tudo isso acontece, a economia brasileira, que já estava em crise, afundou mais um pouco, por exemplo, o dólar chegou à sua maior cotação até o momento, ultrapassando a marca dos cinco reais, as pessoas não podiam mais trabalhar da mesma forma, e precauções tiveram que ser tomadas para evitar duas coisas:

Um aumento na contaminação por COVID-19 nos ambientes de trabalho, potencialmente arriscando a vida de todos;

Evitar que a população, especialmente a de renda mais baixa, não conseguisse dinheiro suficiente para a subsistência.

E obviamente, devido a isso, haveria um aumento nos preços de alimentos, bens de consumo, entretenimento, etc. E essa crise não é um acontecimento de exclusividade brasileira, eu poderia tentar elaborar o que aconteceu, por exemplo, nos Estados Unidos, com aquela situação dos protestos anti-racismo e anti-brutalidade policial, ou sobre as 1001 situações inusitadas que aqueles que viveram em 2020 tiveram a chance de ver, experienciar, ou até participar, porém eu devo me reter à pandemia no Brasil, pois, no momento em que escrevo esta carta, a COVID-19 fez mais de 136 mil vítimas no nosso país, e ainda não há uma previsão para o futuro.

Respeitosamente,

Matheus Becher Santos Stella



CARTA 5

O Clamor dos Olhares

A cada esquina um olhar paupérrimo;

Olhe para esse ser decrépito.

Diga, há outro decreto

Senão ser discreto?

Conhecidos veem-se face a face. Porém,

Lágrimas escorrem,

E qualquer vestígio de esperança,

Elas removem.

Hoje, todo olhar reclama:

- Por que não muda esse panorama?

- Quem dera ainda fosse Pindorama...

Dentro de todos, há uma fênix que clama.

- Por favor, liberte-me! Preciso voar.
- Renasci das cinzas e há muito a explorar;
- Abandonei o seio da morte, então deixe-me
cantar;
- Retornei para a luz da vida, e não a irei mais
abandonar!

Não quero assustar-te;

Apenas lembrar-te

Que estive face a face com a morte,

Então, minhas palavras podem abalar-te.

Esqueça-se que um dia quis tocar-te;

Hoje, prefiro dedicar-me à Arte.

Pois ao olhar-te,

Meu desejo é beijar-te.

Não se pode sair de casa e sentir o ar;
Tampouco ouvir as ondas do mar.
Mas lembre-se que o meu olhar,
Apesar de tudo, ainda quer... Amar.

Cordialmente,

Matt Groem



CARTA 6

Prezadas gerações do futuro,

Escrevo com o coração confuso, em meio a diversas transformações pessoais e sociais. O mundo mudou. De uma hora para outra, tudo o que foi não existe mais; tudo que era pra ser não foi. O ser humano teve a tarefa de se reinventar novamente e, a partir disso, reiniciar seus processos de socialização e contato.

O pandemônio foi mais cruel do que poderíamos imaginar. Estou completando sete meses de quarentena total e, ainda assim, não há perspectiva alguma sobre este momento acabar, mas muitas pessoas já decretaram seu fim. O vírus já matou mais do que os números mostram. Muitos renunciaram à oportunidade de viver, então eu vi e perdi conhecidos para outras causas além do vírus nesse período. O colapso psicoemocional provavelmente atingiu a todas e todos, principalmente



os mais jovens, que, já desesperançosos, deram um ultimato às suas vidas.

Um “novo normal” se instaurou - com máscaras no rosto, álcool em gel na bolsa e o distanciamento de todos. Para além dos equipamentos de proteção, há dois sentimentos pungentes: medo e insegurança. Assistindo a filmes e séries, gravados antes da pandemia, nos quais as pessoas tinham suas vidas normais, sem vírus infecciosos, sinto uma agonia enorme quando vejo cenas de aglomerações... nada de tecidos no rosto. Não sei se vou conseguir aglomerar novamente e isso me assusta.

Não consigo imaginar como retomar a vida. Escrevendo esta carta, posso afirmar, não tenho certeza se gostaria de continuar vivendo. Além da crueldade do vírus, expôs-se também a crueldade humana. Pessoas raivosas e infelizes, conectadas e onlines o dia todo, reproduzindo ódio em todas as suas redes sociais. Passei tanto tempo navegando pelas ondas da internet que esqueci como era

viver do lado de fora, e nesse meio, me perdi em meio aos discursos e mensagens maldosas dos internautas. Por isso não consigo ficar por muito tempo em redes sociais, já desativei duas, porém tudo é feito de forma online por essas bandas agora.

O desejo em não paralisar atividades econômicas, potencializado pela ambição do ser humano, iniciou um processo de ressignificação em todos os setores da sociedade, uma vez que todos são interligados ao giro de capital. Formas de trabalho, ensino, lazer, cultura, entretenimento, saúde, entre outros, ganharam novos sentidos e configurações neste momento. Isso tudo porque nada “pode parar”. As pessoas têm de continuar e essa continuidade se deu ignorando o cenário em que estamos.

Continuamos, mas é preciso ressaltar que estamos destruídos e de muitos modos: socialmente e economicamente, mas principalmente humanamente. Mais de 1 milhão de mortos em todo o planeta. Cada número

representa famílias, amigos, círculos sociais e realidades distintas. Todo mundo conhece alguém que foi infectado.

Entretanto, seguimos. Não por desejos ou grandes motivações. Não por realmente querer seguir, mas porque é necessário. É dado o momento de conformidade e adequação à nossa realidade. Aliás, quantos ensinamentos podemos tirar deste período? Vários. Talvez o mais importante é o de valorização dos momentos. Valorizar o tempo que você passa com alguém. De uma hora para outra, não pudemos mais encontrar quem amamos, e por grandes períodos, não os abraçamos. Então vem a conclusão: são naquelas tardes calorosas da escola, as noites divertidas no barzinho da esquina, os dias cheios de interações, quando você está com pessoas especiais, que a verdadeira magia acontece. É nesse pequeno intervalo, que você lembra o quão é bom viver e agradece por estar vivo.

O vírus veio também para nos ensinar e lembrar que devemos abraçar quem amamos sempre que possível.



Devemos manifestar nossos sentimentos sem medo, apenas com pureza. Não lembro mais quem eu era antes. E tenho muita curiosidade em descobrir quem eu serei depois. Mas agora, tenho uma missão mais importante: sobreviver - assim como todos os meus conterrâneos humanos.

Despeço-me desesperançoso, aflito e ansioso. Não sei mesmo o que nos aguarda. Embora pude ter algumas vitórias em meio a esse período conturbado, a cada dia que passa, as variáveis tornam-se mais negativas. O que vem pela frente? Como será? Quando isso vai acabar? São perguntas para as quais ninguém tem resposta. Aos leitores: cuidem de quem vocês amam. A vida, segundo uma artista brasileira, é um trem bala; e nós, apenas passageiros.

Na luta,

Vagner Luis Carneiro de Campos



CARTA 7

À ONU,

Olá, se você está recebendo esta carta, significa que você faz parte da Organização das Nações Unidas (ONU). Primeiramente, gostaria de lhe parabenizar pelo cargo e dizer que com ele também vem muita responsabilidade, pois suas decisões interferem na vida de muitas pessoas, inclusive na existência delas.

Você deve estar se perguntando: “Como ou por que um cargo pode interferir em todas essas vidas?” Calma! Este é o propósito desta carta, venho fazer um breve relato sobre o momento em que a escrevo, em meio a uma pandemia de coronavírus, a COVID-19, e tenho muitos aprendizados a lhe contar com essa experiência.

A COVID-19 surgiu na China e rapidamente se espalhou para o mundo todo por conta da globalização. Naquele momento ainda não se sabia sobre a gravidade da

infecção e, por isso, não houve a seriedade necessária para suspenderem os voos internacionais a tempo de impedir o contágio da população global com o vírus. Essa medida de restrição é muito importante para a prevenção da contaminação com o vírus e, por isso, caso vocês venham a enfrentar uma situação parecida, esta é uma das primeiras recomendações a serem feitas aos países em que haja contágio.

Além disso, outras medidas restritivas não tiveram um bom encaminhamento por parte do governo federal do Brasil e de outros países. Aqui, o governo delegou aos estados as ações de isolamento físico, sendo que não houve uma sincronidade no isolamento e organização de aulas e trabalhos remotos, bloqueio de limites fronteiriços, entre outros... Ademais, as atitudes dos cidadãos se demonstraram desrespeitosas e indisciplinadas, ao buscarem motivos para se colocar em situações de transmissão e contágio.

Hoje, 06 de outubro de 2020, já são contabilizadas 1.047.220 mortes pelo coronavírus (COVID-19).

Finalizo esta carta lembrando que, como representante internacional, seu papel é muito importante para que as medidas estabelecidas para a prevenção ao contágio de doenças sejam disseminadas mais rapidamente do que os vírus! Desejo que o mundo tenha aprendido muito com os erros cometidos em 2020.

Atenciosamente,

Eloise Reis Bueno



CARTA 8

Caro neto,

Por meio desta carta, eu gostaria de compartilhar um pouco sobre como foi e está sendo parte da minha vivência na famosa pandemia da Covid-19.

No começo, não havia uma grande preocupação, as pessoas já sabiam da existência desse terrível vírus, mas não imaginavam a enorme proporção que ele tomaria. O primeiro caso de uma pessoa infectada foi em 1º de dezembro de 2019, em Wuhan, uma grande cidade chinesa com mais de 10 milhões de habitantes.

Essa doença se tornou muito preocupante pelos fatores de transmissão, seus sintomas não apareciam tão rapidamente, pois o período de incubação variava entre 1 a 14 dias, ou seja, as pessoas poderiam estar com o vírus sem saber e transmiti-lo para outra pessoa por meio de gotículas de saliva que circulam no ar. Meu neto,



imagine só as pessoas na China, o país de maior população, passando essa doença para os outros sem saber.

Como eu disse, na época, muitos de nós já sabíamos da existência dessa doença, porém teve um momento em que a OMS anunciou que era realmente preocupante, que provavelmente seria uma doença que se espalharia pelo mundo todo. Houve exceções, países que tiveram a sorte e extremo cuidado para que não houvesse nenhum caso...

O fato é que, diante da pandemia, foi decretada a quarentena mundial que parou quase tudo, mas ela não ocorreu ao mesmo tempo, sendo decretada de acordo com o número de infectados, de óbitos e capacidade hospitalar e UTI para atendimento aos doentes.

Lembro-me bem de um dia em que eu estava com meus amigos na escola e recebemos a notícia da suspensão das aulas presenciais. No dia seguinte, todos estávamos em casa, simplesmente vendo as notícias que saíam na TV.

Agora sim, chegando mais diretamente ao ponto, sobre a quarentena e a minha vivência, nesse período em que o aconselhado é não sair de casa, nós não temos muitas atividades a serem realizadas e o tédio pode ser inevitável. Imagine você, que vai para a escola, cinema, parques, todas essas coisas boas que têm uma multidão, e de repente fica tudo proibido, todas as atividades de lazer são canceladas, pois a aglomeração é de alta periculosidade. É bem chato, não é? Parece até uma espécie de pesadelo ou universo paralelo, mas é o que seu avô está vivendo...

É engraçado como essa pandemia faz as pessoas refletirem sobre seu próprio comportamento. Se um dia você achar que ficar na escola estudando é algo chato, saiba que não, seu vovô aqui pode confirmar para você que a escola é muito boa, se você estivesse no meu lugar preferiria mil vezes estar na escola estudando com seus colegas do que estudar em casa via internet.

Talvez, ao analisar a situação de todos que estão vivendo nessa pandemia, você deva imaginar que uma das piores consequências é a solidão. Realmente, ficar somente com a família todos os dias, vivendo uma grande rotina, não é algo tão simples quanto parece. O que mais prevalece é a saudade dos familiares e amigos, que moram em outras casas, e as visitas proibidas só fazem aumentar o desejo de reencontrá-los. Uma das vantagens da internet é a possibilidade de conversar com os amigos ou até fazer novos amigos à distância.

Meu neto, talvez você nem saiba, mas seu avô aqui é um grande procrastinador, e eu descobri isso na quarentena! Talvez o fato de ficar acomodado quase o dia todo deitado no sofá faz com que nosso próprio corpo fique acomodado, como você sabe bem, o vovô aqui é faixa preta no karatê, então, ficar o dia todo em casa é um tanto quanto estranho. Para sair desta situação, comecei a praticar mais exercícios em casa. Outra coisa que é um

pouco preocupante na quarentena são os lanchinhos, muitas pessoas, por só ficarem em casa, ganham o hábito de comer mais que o habitual.

O uso de máscaras e higienização das mãos são recomendações da OMS para evitar que as pessoas passem esse vírus adiante, mas ainda tem gente que não entende e teima em sair por aí, sem proteção alguma. Confesso que acho engraçado as pessoas só se preocuparem agora com a higienização das mãos, sendo que esta deveria ser uma prática contínua.

Espero que você siga as orientações dos especialistas em saúde e que nunca tenha que enfrentar uma pandemia, pois todos aqui estão lamentando a quantidade de vidas perdidas por essa doença. Esperamos que os cientistas desenvolvam ainda neste ano a vacina e essa pandemia chegue ao fim.

Um grande abraço do seu avô,

Cristian Oliveira Mitugui



CARTA 9

Para as gerações futuras,

Bom, eu não sei bem como começar esta carta, talvez porque eu nunca tenha feito uma. Sempre tive uma grande vontade de escrever para alguém, por ser uma ação que demanda uma atenção especial. Mas, eu não estou aqui para falar sobre isso, o meu motivo de estar aqui escrevendo essa carta é porque a situação do nosso mundo não vai nada bem.

Então, eu estou no ano de 2020, pois é, DOIS MIL E VINTE, por favor, não se assuste, eu imagino que você já deve ter escutado muitas coisas sobre esse ano terrível, mas acredito que posso elucidar alguns pontos relevantes, já que o estou vivendo. Quando o ano começou, eu achei que tudo daria certo, todas as minhas metas e desejos seriam realizados e que também eu me esforçaria bem mais nos estudos. Para mim, esse ano deveria ser o

melhor ano da minha vida, pois eu estava cheia de planos e toda esperançosa, mas não foi bem assim...

Um ano novo se iniciou e as coisas até estavam dando certo, começaram as aulas, conheci novos amigos, e, acredite, eu estava dando o meu máximo em cada matéria. Após quase dois meses de aula, uma notícia nada boa surgiu: um vírus foi disseminado, ele se chama “Corona Vírus” mas ficou mais conhecido pela COVID-19.

No início, ninguém se preocupava muito aqui no Brasil, pois poucos casos haviam sido notificados na China, bem longe daqui, mas então a situação começou a piorar, foi crescendo e o número de casos, não só na China, mas sim em cada canto do mundo, assustadoramente, sendo então classificada como pandemia.

Sim, o vírus se espalhou, mas aí você vai se perguntar “não tem nenhum remédio ou uma vacina que os proteja ou cure do vírus?”. Não, meu parceiro(a), não tem nenhum remédio ou vacina que nos proteja, por enquanto.

E os meses foram passando e os casos começaram a aumentar muito, e com isso, em março, as aulas foram suspensas. Shoppings e algumas lojas foram fechadas. Lá vem você com outra questão: “mas por que tudo fechou, Laura, como era transmitido este vírus?”.

Bom, o coronavírus é como uma gripe, só que com uma letalidade muito mais alta, e a partir do surgimento do vírus foram estabelecidas algumas regrinhas para evitar o contágio, entre elas: usar máscaras (sim, usar máscaras igual a um médico, sabe?), lavar bem as mãos com sabão, usar álcool em gel após entrar em contato com objetos que outras pessoas podem ter tocado, e a última regrinha, que é essencial, que é evitar sair de casa e evitar entrar em contato físico com outras pessoas, pois você não sabe se elas têm o vírus ou não, pois alguns infectados não têm sintomas.

Agora, estamos em setembro e atingimos o número de 32.925.668 casos de COVID-19 no mundo todo. É claro que houve muitas pessoas que se recuperaram, mas o número

de mortos está em 1.039.802. Sim... mais de um milhão de pessoas perderam suas vidas ao serem contaminadas.

Mas deixa eu te contar uma notícia boa, pelo menos: existem alguns laboratórios que estão desenvolvendo a vacina contra a COVID-19, ela ainda está na fase dos testes, mas tudo indica que é totalmente segura.

Infelizmente, as más notícias não se resumem à COVID-19, e uma delas foi a queimada do Pantanal brasileiro, cuja estimativa é de 23 mil km² de vegetação sendo devastada pelo fogo. Você sabe a causa dessa tragédia? A principal é a ganância humana. Por causa deste crime ambiental, animaizinhos foram mortos pelo fogo e os que sobreviveram foram levados para locais em que receberam tratamento. Essas equipes de resgate recebem os animais muito debilitados ou aqueles que estão perdidos em meio à queimada, e eles recebem abrigo e alimento nestas instituições.

E tem muitas outras tristezas acontecendo por aqui e que, se eu for citar uma por uma, vai ficar enorme

esta carta. Não vou nem tocar no assunto sobre a postura do governo brasileiro diante dessa crise toda, porque, olha, está feio o negócio!

Olha, sinceramente, eu não sei quem lerá esta carta, pode ser meu filho ou filha, meus netos (misericórdia, já me assusto em pensar em filhos, imagine em netos), ou eu mesma, né, e, sinceramente, eu espero que o mundo esteja um lugar melhor. Eu gostaria de contar mais histórias do ano de 2020, mas vou deixar para contar tudo pessoalmente, se não perde a graça, né?

E meu único desejo, que eu deixo às futuras gerações, é que, em caso de uma nova pandemia, sigam as orientações das organizações de saúde, não caiam em fake news e, sobretudo, sejam pessoas atenciosas, humildes, estudem muito, pois nada é possível sem educação e sem ciência! Ajude o próximo, eu tenho esperança na sua geração.

Atenciosamente,

Laura Czelusniak Gonçalves de Araújo



CARTA 10

Queridas futuras gerações,

Ao relembrar a história que quero contar para vocês nesta carta, tenho a impressão de que os fatos ocorreram ontem. Eu era ainda uma adolescente vivendo meu primeiro ano de ensino médio no IFPR, quando a vida de todos estava sendo transformada para sempre.

Minha querida amiga e eu descemos no mesmo ponto de ônibus, nos abraçamos forte e fomos para nossas casas enfrentar o isolamento social.

Já se passaram seis meses e até agora não reencontrei amigos, familiares ou conhecidos. São meses difíceis, a saudade é a única visita permitida, acompanhada da angústia e do medo de perder uma pessoa amada. Os dias parecem se repetir e a esperança de que tudo isso irá acabar é o que me mantém lutando, apesar do cansaço.



Infelizmente, o absurdo não tem o mesmo impacto. Hoje contabilizam-se 126.686 de mortes por coronavírus no Brasil. Resultado de um governo despreocupado e do afrouxamento das regras de isolamento social, pois praias, bares, lojas e ruas estão cada vez mais lotados de gente, além da banalização, por parte da população, com relação ao uso dos métodos de prevenção de contágio, como o uso adequado de máscaras e a higienização das mãos.

Diante deste cenário que aponta para um futuro incerto, pergunto-me para onde foi a comoção. O mundo não é mais o mesmo, tenho certeza. Enquanto algumas pessoas pensam no próximo, outras olham apenas para seu próprio umbigo. Algo é certo: o normal mudou e aos sobreviventes só restará aprender com o que restou.

Cordialmente,

Kaylane Marlla Martins Alves



CARTA 11

Aos jovens do futuro,

É difícil ser jovem. Existe uma cisão entre curtir muito a juventude e ser responsável para construir um futuro promissor. Algo que aprendi alguns anos antes da pandemia, e que agora cada vez mais tem se confirmado, é que a maioria das pessoas de todas as idades não conhecem a si mesmas, não têm o controle da própria mente e não aprenderam a controlar suas emoções. E sem essas práticas a vida pode se tornar incompreensível, é necessário que todos busquem entender a si as suas emoções e conflitos.

O que eu digo provém de experiência e conhecimento pessoal (adquirido após estudos), embasamento pouco valorizado em nossas vidas porque somos forçados a justificar e citar fontes para no mínimo darem atenção ao que falamos ou escrevemos. Mas

esse não é o foco do que quero dizer, apenas exponho como incentivo para vocês desenvolverem seus próprios princípios, conclusões e explicações e que se sintam confortáveis para conviver com eles.

Quando começou a pandemia, houve uma grande onda de desespero - o que é normal, considerando-se ser uma catástrofe muito grande, mas o nosso instinto de sobrevivência sempre fala mais alto e a capacidade humana de se adaptar entrou em ação, a vida está voltando ao que era antes. Não ousou dizer ao normal, porque um mundo com tanta fome, miséria e desigualdade não deve ser considerado normal.

Mas como conhecer a si mesmo, controlar a própria mente e exercer controle sobre as emoções são ações de extrema necessidade no contexto de pandemia? Nada mais justo do que eu dar-lhes exemplos que estão acontecendo durante a pandemia para tornar clara a mensagem que deixo a vocês.

A maioria dos meus colegas estavam prestes a decidir o que queriam para o futuro quando a pandemia começou, e os planos que estavam mais próximos de se realizar foram adiados ou cancelados. Isso causou um efeito no qual uma minoria que investiu tempo em si mesmo, tentando entender o que queria, soube redefinir novos planos, adaptar-se às novas possibilidades, conforme suas ambições, e o que conheceram de si para enfrentar os obstáculos. Já aqueles que pouco se conheceram usaram o tempo alienando-se a alguma atividade sem propósito, que não estava de acordo com o que eles deveriam ter conhecido deles mesmos, e acabaram desistindo de seus planos, perdendo tempo, se deprimindo e passando por um grande sofrimento. Quando não nos conhecemos, estamos condenados a não saber o motivo das nossas ações e sofreremos com as consequências que elas nos trazem.

É consenso que o momento é delicado e ficamos abalados com tantos infectados e mortos. É nessa hora

que necessitamos controlar nossa mente, não podemos pedir para alguém fazer um milagre e organizar nossos pensamentos. Eu sei, e você também, que surgem ideias absurdas em nossa mente, elas podem ser positivas ou negativas. Não é necessário estar passando por uma pandemia para saber que pensamentos ruins existem e exercem influência sobre nossas atitudes.

Agora, na pandemia, muitas pessoas desenvolveram doenças psicológicas principalmente por estarem em quarentena. Assim, fica notável que a maioria das pessoas não consegue ter domínio sobre elas mesmas e principalmente sobre a mente delas.

As emoções nos dão vida ou nos destroem, ficar em casa em quarentena é uma forma clara de explicar. Antes da pandemia, nós, jovens, estávamos em muitos lugares dizendo que queríamos estar em casa. Agora, forçados a estar em casa, nos sentimos sufocados; como dizem os mais velhos: “somos muito emocionados”.

Eu diria que não sabemos controlar nossas emoções, a ideia do fim da pandemia é motivo para deixar emoções positivas tomarem conta e um novo infectado é suficiente para causar emoções negativas. E mais, elas variam muito rapidamente, é comum entre os jovens que digam que estão ficando loucos; o motivo, na maior parte daqueles com que conversei, é não conseguir entender o que estão sentindo. Este texto não tem função pedagógica de explicar sobre práticas. A intenção é exemplificar como uma situação mais extrema como a pandemia evidencia a necessidade do autoconhecimento e de práticas de controle das emoções, e o quanto a falta desses elementos pode ser prejudicial. Por fim, se eu puder dar uma dica, é esta: conheçam vocês mesmos, estudem/pesquisem a mente e o controle das emoções. E não importa de qual método irão utilizar e se apropriar, desde que não se alienem de quem são ou percam o controle das suas vidas. Quando souberem quem você



são, saberão como curtir e o que fazer para construir seu futuro; além a isso as outras práticas e muitos dos seus problemas serão resolvidos.

Cordialmente,

Moranguinho



CARTA 12

Ei, agrônomos e produtores do futuro!

Grandes desafios, não é mesmo?

Lidamos com a alta dos preços dos alimentos e muita culpa direcionada aos que produzem, os valores duplicaram, triplicaram na maioria dos casos e cada vez o custo de vida está mais alto. Aliás, quanto é necessário para alimentar vidas?

Mal sabem que só estamos trabalhando com valores maiores já que os preços dos insumos e outros custos de produção estão muito caros.

O clima não é nada agradável, estamos com muitas incertezas. As chuvas, quando vêm, molham, mas também levam muita coisa com seus ventos e granizos; o sol faz suor no rosto e ao mesmo tempo seca o solo, não faz as sementes germinarem com vigor e o ar está tão seco, de

uma maneira que nunca vi. O ano de 2020 foi marcado pelas queimadas em nosso Pantanal, muitas espécies e pessoas sofreram com isso. Nos desculpem, as consequências já são e serão um grande impacto ambiental futuro.

As perguntas que queremos todos saber: qual o problema do mundo agora? O que está em suas mãos aí? Está preocupado com a saúde das pessoas? E a população? Já chegamos nos 9, 10 bilhões? Talvez queira ter a solução a todos os problemas, mas mesmo não tendo, se perguntou se está contribuindo de alguma maneira... eu sei. Talvez os problemas aí e nesse futuro não sejam como os de hoje aqui, mas sempre haverá pontos a serem melhorados.

Sempre se perguntando, o que fizemos do mundo? Ou melhor: o que fazer dele agora? Tanto falamos de evolução, mas ao mesmo tempo em que evoluímos, regredimos. Nunca se viu tamanho desastre em questões políticas, saúde e economia. Eis que acontece uma pandemia e se faz necessária toda uma estrutura

nos hospitais e para as pessoas que sofrem com ela, aí se percebe que foi insuficiente, que a necessidade é bem maior em educação, saúde e outros.

Muito além de produzir alimentos, temos como desafio a missão de cultivar um mundo melhor e isso não deve instigar só a nós. Não a única, nem a mais nobre, mas aquela profissão que, juntamente aos médicos, professores e outros, segurou e ainda, tenho certeza, segurará o mundo com as duas mãos: produtores em seus campos produtivos, com seu trabalho árduo fluindo a todo vapor.

E espero que, num futuro próximo, possamos desfrutar de igualdade, alimentos de qualidade, água boa e um ar “puríssimo” para respirarmos, onde religião, futebol e agricultura não sejam motivos de discórdia.

Deixo aqui o desafio e meu sincero reconhecimento a vocês!

Atenciosamente,

Futura Agrônoma



CARTA 13

Aos futuros alunos, ou aos alunos que cursarão o Ensino Médio,

O ano é 2020, o ano em que eu concluiria meu Ensino Médio. Sim, após 3 anos de IFPR, enfim o último ano de curso, este repleto de bons momentos na companhia de meus amigos, mas, também, de muitas dificuldades e dedicação para contornar as mais adversas situações. Além disso, ano marcado pelo término de meu contrato de estágio nas dependências da biblioteca da mesma instituição, portanto, novos planos sendo traçados a fim de encontrar um novo emprego. As propostas apareceram e a mais importante delas me fez dedicar várias horas de estudo voltadas à criação de aplicações mobile.

Até esse momento, minha rotina estava dentro da normalidade. Como de costume, passava a maior parte do tempo no colégio, estudando muito e elaborando diversos



planos, como o supracitado. Porém, chegou um momento em que eu estava realmente exausto, por conta das diversas tarefas escolares e meus estudos à parte, e foi exatamente nesse instante que eu mais pensava: “Acho que preciso de pelo menos duas semanas para esfriar a cabeça”; pois bem, essas semanas vieram, mas de uma maneira inesperada. No dia 17 de março - ‘se não me falha a memória’ -, nosso câmpus parou, com promessa de retorno cerca de duas semanas depois. Mal sabíamos que se tornariam meses.

A partir desse momento, eu não fazia ideia do que estava por vir. Começou com a alteração total de minha rotina. Continuei a estudar, estudava pensando num estágio, pensando na Olimpíada de Informática, que poderia me garantir uma vaga em alguma universidade por meio de uma medalha. Contudo, ao passar do tempo, tudo isso se tornou tão vago, sem sentido, talvez. Ora, por que estar pensando no futuro se nem ao menos sabia como a pandemia iria se comportar?



Os sinais de avanço do vírus se fizeram cada vez mais intimidadores, por vezes me deparava aflito olhando para curva de contágio, mas esperançoso de que pudéssemos nos adequar às medidas de segurança solicitadas pelos órgãos de saúde. Nesse sentido, decidi sair somente quando necessário, o que não passava de uma ou duas vezes por semana, saía para ir ao dentista e para ir ao mercado, e nessas saídas chocava-me ao deparar com muitas pessoas sem máscara, com pequenas aglomerações, que foram aumentando com o passar do tempo e as máscaras foram sendo deixadas de lado.

Passei vários dias com medo, pois estava ciente das condições econômicas, de saúde familiar e da necessidade de membros da minha família em sair para trabalhar. Tudo isso me sobrecarregou e atrapalhava-me nas noites de sono, que se tornaram verdadeiros pesadelos.

Com o passar do tempo, diminuí o contato com o que me fazia lembrar de política e do maldito vírus, pois

sabia que isso estava me fazendo mal (e aqui devo ressaltar que em hipótese alguma ignorei os cuidados com a saúde, eu apenas me desliguei das notícias de saúde e da figura horrenda do presidente da república). Entretanto, ainda continuei a estudar para a olimpíada e estágio. Junto a isso, tive de ajudar na reforma e na limpeza da casa em que vivia, pois, deveria interagir como um agente ativo e me adequar à rotina que ali estava estabelecida.

E essa rotina me consumia cada vez mais. Foi nesse momento que tive contato com um livro “O Poder do Agora”. No início, eu pensava ser apenas mais um livro de autoajuda, cheio de baboseira. No entanto, fez-me perceber que viver o presente é tão difícil, pois há várias distrações, pensamentos e emoções que fazem com que nos atenhamos a coisas futuras e concebamos nossa imagem com vivências do passado. Além disso, mostrou-me práticas diárias para se manter presente, como é o caso de prestar total atenção aos mínimos detalhes do que se está fazendo e praticar

meditação - como respirar profunda e pausadamente, sentindo todo o seu corpo num pulsar constante.

Percebi que o mais importante não está em buscar ter sempre mais, não viver para o futuro, não viver do passado e sim se ater ao que você tem de mais importante, que é a vida, vivida no momento presente - e isso não significa deixar tudo para trás. Por fim, ressignifiquei minhas escolhas, dei prioridade para a construção da nova casa de minha mãe e continuei a estudar, mas abandonei a ambição de conquistar uma vaga de imediato em uma universidade e de querer voltar a um estágio em meio à pandemia. Por falar nela, tomei-a como um aprendizado, já que a humanidade estava desenfreada, e com status de Deus, usava do planeta para seu bel-prazer. Com tudo isso, o isolamento social e o uso da máscara acendeu-nos uma pequena fagulha de cuidados para com o próximo.

Atenciosamente,

John Jonas



Realização:



Parceria:

