

## CARTA DO LEITOR: EMPATIA

### PROPOSTA DE REDAÇÃO UEM 2016

**Contexto de produção:** Após a leitura do texto “Pelos seus olhos eu vejo”, publicado na revista Vida Simples, você se lembra de uma ocasião em que pôde exercer a capacidade de se colocar no lugar do outro, quando algum(a) colega de escola solicitou sua ajuda em uma situação, e, por isso, você resolve escrever para a revista a fim de testemunhar como a empatia motivou você a agir com solidariedade, relatando o que foi capaz de compreender na situação que esse(a) colega lhe apresentou.

**Comando de produção:** A partir do contexto de produção acima apresentado, redija uma CARTA DO LEITOR destinada a Ana Holanda, editora da revista Vida Simples, por meio da qual você relate uma situação em que algum(a) colega de escola tenha solicitado sua ajuda, dizendo para quem foi essa ajuda, explicando o que o(a) levou a ajudá-lo(a) e, por fim, testemunhando ter agido com empatia ao ter compreendido os sentimentos vividos por esse(a) colega. Não dê nome ao(à) colega para manter a privacidade dele(a). Você deverá assinar a carta como “Leitor” ou “Leitora”. Seu texto deverá ter o mínimo de 10 e o máximo de 15 linhas.

#### TEXTO 1

##### PELOS SEUS OLHOS EU VEJO

*A empatia, ou a arte de se colocar no lugar do outro, é um valor que anda em falta ultimamente e cujo exercício poderia não apenas melhorar a nossa vida, mas transformar o mundo.*

Patricia Moore é uma americana que, na década de 1980, revolucionou o design dos eletrodomésticos ao passar quase três anos (de 1979 a 1982) vivendo a rotina de uma senhora de 85 anos. Todos os dias, ela cumpria um ritual: aplicava camadas de látex no rosto para parecer enrugada, colocava óculos que lhe borravam a visão, tapava parcialmente os ouvidos para ter dificuldade de escutar, vestia suspensórios e enrolava bandagens para se manter encurvada, prendia talas nos braços e pernas que dificultavam a flexibilidade e, ainda, calçava sapatos desiguais que a obrigavam a andar de maneira trôpega. E assim seguia realizando tarefas que uma octogenária precisaria fazer no cotidiano. [...] Mas por que ela fez isso? A motivação de Patricia era entender o mundo pelo ponto de vista das pessoas mais velhas e descobrir os reais obstáculos pelos quais elas passavam diariamente.

[...]

A inglesa Jo Berry tinha 27 anos quando o pai, um parlamentar conservador, foi morto por uma bomba numa conferência do partido do qual fazia parte. Era 1984. Entre os responsáveis pelo atentado, estava Pat Magee, que foi preso e libertado anos depois, em 1999.

Jo quis se reunir com ele para uma conversa. “Quis me encontrar com Pat para pôr um rosto no inimigo e vê-lo como um ser humano real”, conta. Os dois se sentaram frente a frente dezenas de vezes. E tiveram diálogos penosos para ambos, mas que ajudaram, cada um, a ter compreensão da perspectiva do outro sobre o atentado. O que a experiência trouxe para Jo? Ela fundou, junto com Pat, uma organização chamada Building Bridges for Peace (Construindo Pontes para a Paz, em tradução livre), que incentiva a conversa entre inimigos declarados para que um passe a entender a ótica do outro e, assim, se aproximar da paz. [...]

O que Patricia Moore e Jo Berry têm em comum é que ambas conseguiram desenvolver verdadeiramente a empatia. Essas histórias fazem parte do livro O Poder da Empatia (Zahar), do filósofo australiano Roman Krznaric, que traz histórias, pesquisas e projetos em que o mote é entender a importância de perceber o mundo pela visão do outro.

##### Como fazer isso na prática

Quantas vezes dizemos: “Coloque-se no meu lugar” ou “coloque-se no lugar dele”? Como conseguimos sentir as emoções de uma outra pessoa ou mesmo pressentir suas intenções e compreender suas motivações? Um grupo de pesquisadores franceses se dedicou a responder essas perguntas. [...]

De acordo com os especialistas envolvidos nesse estudo, sem a capacidade de adotar o ponto de vista do outro, o mundo seria habitado por psicopatas e

---

autistas. Mesmo existindo também em alguns primatas, em pássaros e nos golfinhos, é no homem que a empatia se desenvolve de forma mais elaborada.

[...]

### **Simpatia é outra coisa**

É preciso, antes de tudo, não confundir empatia com simpatia, assinala o francês Gérard Jorland, pesquisador do Centro Nacional de Pesquisas Sociais, em Paris. Designa-se por empatia a capacidade de se colocar no lugar do outro para tentar compreender seus sentimentos sem necessariamente experimentar as mesmas emoções. A simpatia, ao contrário, é vivenciar as emoções do outro sem obrigatoriamente se colocar no lugar dele. A simpatia é um contágio de emoções, sendo o riso em cadeia um exemplo típico. Da mesma maneira que podemos chorar ao ver alguém chorando, mesmo sem saber o motivo disso. A empatia pode alimentar a simpatia, mas esta não é uma consequência necessária, acrescenta Élisabeth Pacherie, filósofa do Instituto francês Jean-Nicod. Compreender o sofrimento ou a alegria que ele sente, colocando-se no lugar do outro, não implica o desejo de ajudá-lo. “O objeto da empatia é a compreensão, e o objeto da simpatia é o bem-estar do outro. Em resumo, a empatia é um modo de conhecimento, e a simpatia, um modo de encontro com o outro, define o psicólogo americano Lauren Wispe.

No entanto, o que os pesquisadores franceses ou mesmo o escritor Roman Krznaric perceberam é

que, quando temos um olhar mais empático, passamos a conhecer melhor o outro, o mundo e também a nós mesmos. Em uma sociedade egocêntrica, em que cada um se preocupa apenas consigo mesmo, desenvolver essa qualidade pode ser um caminho para um futuro de relações mais generosas e com mais afeto. [...]

Um exercício poderoso é puxar conversa com um desconhecido. “Concentre-se não em trivialidades como o tempo ou os esportes, mas em temas importantes como as prioridades na vida, as ideias, as esperanças e os sonhos. Isso significa não excluir ninguém: todas as pessoas, não importa que aparência tenham ou de onde venham, podem ser um singular e cativante interlocutor, se você conseguir encontrar uma maneira gentil de ter acesso à sua alma”, escreve Krznaric. “Conversar com estranhos pode ser uma aventura em termos de aprendizado pessoal e de compreensão, uma maneira de desafiar suas ideias e descobrir novas. Em outras palavras, de compreender que a conversa pode ser boa para você.” Para finalizar, Krznaric dá um último motivo para que eu e você comecemos a desenvolver a empatia já: “O hábito de empatizar pode criar laços humanos que fazem valer a pena viver. Nosso bem-estar depende de sairmos do nosso próprio ego e entrarmos na vida de outros. Os prazeres que isso proporciona são reais e profundos. Sem isso somos seres menores, e apenas parte do que poderíamos ser”.

*(Texto adaptado da edição de HOLANDA, A. “Pelos seus olhos eu vejo”. In: Vida Simples, ano 14, edição 169. São Paulo: Editora Caras, 2016.)*

---

### **IMPORTANTE:**

- A redação deve ser redigida de acordo com a norma-padrão da língua portuguesa.
- Atenção ao número mínimo e máximo de linhas que a banca exige.
- Verifique se a banca exige que você dê um título a sua redação.