

Aluno(a) ● ● ●

Disciplina  
Produção de texto

Professor(a)  
Cristina

Ano  
9º

Turma

Data  
03/02/2025

Leia o texto a seguir e depois faça o proposto.

## PELOS SEUS OLHOS EU VEJO

Patrícia Moore é uma americana que, na década de 1980, passou 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 Patrícia 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 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. 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.**

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

**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 JeanNicod. 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.

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

