1. fichamento de um texto que expresse a sua utopia.

Embora o mundo esteja mais consciente, socialmente e ambientalmente falando, ainda há muitos problemas que precisam ser resolvidos com o tempo. Os animais ainda são tratados com desrespeito, sendo capturados para pets, experimentos e afins. Florestas ainda são derrubadas pela ganância do homem, extinguindo pouco a pouco a biodiversidade. Seres humanos ainda passam fome e vivem na miséria, enquanto outros desperdiçam alimentos e ganham mais do que podem gastar. Todos esses problemas são constantemente citados, entretanto são ignorados pela maioria da população, que embora cause certa frustração e tristeza, ficam “acomodadas” com estas notícias. Entretanto, nós não percebemos que essas notícias que aparecem frequentemente nos afetam diretamente. Nós dependemos da natureza, e ela está agora ironicamente dependendo de nós também para protegermos ela. E é aí que eu imaginei minha utopia, um mundo em que as pessoas fossem mais próximas à natureza como nós um dia já fomos.

Sempre sonhei em um mundo aonde os humanos convivessem em harmonia com a fauna e a flora, não havendo tráfico de animais e desmatamento, aonde nenhum ser vivo prejudicasse o outro. Quando penso na minha utopia, lembro-me do filme Avatar (2009), na qual os nativos do planeta (Na'vi) e a natureza viviam em harmonia, todos conectados por uma rede invisível. Isso expressa exatamente minha utopia. Viver com a natureza, de modo que tanto a natureza quanto o homem necessitam um do outro para poder viver.

Podemos ver pelo livro de Florence William “The Nature fix” que apesar do filme Avatar e de minha utopia estarem ainda longe da realidade, nós necessitamos, querendo ou não, da natureza. William relata suas aventuras pelo mundo em busca de pesquisas científicas voltadas para a saúde e a natureza. Nessas pesquisas, percebe-se que a falta de natureza nas nossas vidas é danoso e pode desencadear depressão, ansiedade, e o simples fato de estar em contato apenas com a natureza já melhora sua saúde, tanto físico quanto mental. Isso mostra que o ser humano, mesmo tendo se distanciando da natureza, ainda depende dela, e a falta de conexão entre ambos pode estar relacionado com o grande aumento de doenças como depressão e ansiedade que vem acontecendo no mundo atualmente. As pessoas se tornam tão obcecadas pelo dinheiro e bens materiais, que esquecem sua conexão com a natureza, e podem muitas vezes perder sua saúde. Porém, ao invés de simplesmente passar um tempo na floresta ou algum lugar selvagem para se recuperar, algo que foi comprovado cientificamente, as pessoas compram remédios. Ou seja, algo que podia ter uma solução tão simples quanto passar um tempo ao ar livre, se torna um problema maior com a dependência cada vez maior de remédios, que é o que vem acontecendo ultimamente, com o grande aumento do numero de farmácias e propagandas de remédios na televisão.

Pesquisadores descobriram que passar um tempo na natureza pode reduzir a pressão sanguínea, ansiedade, depressão, stress e fadiga. Ele pode também melhorar a atenção, a memória, cognição, sono e felicidade. E as suas implicações podem ir além de apenas benefícios psicológicos. Como exemplo de que a natureza pode trazer benefícios em vários sentidos, podemos citar a Agencia Florestal Coreana, que declara que a cura por meio da floresta “reduz os custos médicos, cria novos empregos e beneficia economias locais.”

William conclui em seu livro dizendo “Vá explorar, muitas vezes, de vez em quando em lugares selvagens. Traga amigos ou não. Respire”, resumindo o livro em uma simples frase. É preciso que nós tomemos um tempo para curtir a natureza, para recarregar nossas energias, desconectar da tecnologia, e respirar o ar puro da floresta, que pode reduzir o stress e a pressão sanguínea.

O papel que desejo cumprir como profissional é proteger as áreas aonde ainda tem natureza e cria-las aonde não tem, para que continue existindo uma ligação entre o ser humano e a natureza. A árvore é um elemento muito importante neste cenário, é o principal símbolo de ligação entre humanos e natureza, e portanto como profissional desejo utilizar a árvore para aproximar mais as pessoas às suas raízes.