



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
CENTRO DE CIÊNCIAS
DEPARTAMENTO DE GEOGRAFIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GEOGRAFIA

HERMANO JOSÉ MAIA CAMPOS FILHO

PERMACULTURA ALIMENTAR:
UMA SEMENTE RUMO À RESTAURAÇÃO DA CULTURA DE VIDA

FORTALEZA

2022

HERMANO JOSÉ MAIA CAMPOS FILHO

PERMACULTURA ALIMENTAR:
UMA SEMENTE RUMO À RESTAURAÇÃO DA CULTURA DE VIDA

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-graduação em Geografia da Universidade Federal do Ceará, como requisito à obtenção do título de mestre em Geografia. Área de concentração: Dinâmica territorial e ambiental.

Orientador: Prof. Dr. Fábio de Oliveira Matos.

FORTALEZA

2022

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Biblioteca Universitária

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

- C212p Campos Filho, Hermano José Maia.
Permacultura alimentar : uma semente rumo à restauração da cultura de vida / Hermano José Maia
Campos Filho. – 2022.
96 f. : il. color.
- Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Centro de Ciências, Programa de Pós-Graduação
em Geografia, Fortaleza, 2022.
Orientação: Prof. Dr. Fábio de Oliveira Matos.
1. Permacultura. 2. Cultura alimentar. 3. Ecogastronomia. 4. Saúde. 5. Bem viver. I. Título.
CDD 910
-

HERMANO JOSÉ MAIA CAMPOS FILHO

PERMACULTURA ALIMENTAR:
UMA SEMENTE RUMO À RESTAURAÇÃO DA CULTURA DE VIDA

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Geografia da Universidade Federal do Ceará, como requisito à obtenção do título de mestre em Geografia. Área de concentração: Dinâmica territorial e ambiental.

Aprovada em: ___/___/_____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Fábio de Oliveira Matos (Orientador)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Profª. Dra. Beatriz Helena Peixoto Brandão
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE Guaramiranga)

Prof. Dr. Pablo Pimentel Pessoa
Universidade de Fortaleza (Unifor)

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Natureza, a vida e a existência. Agradeço a tudo e a todos. A todos os elementos, forças, ânimos e/ou humores que dão a energia da vida que animam meu corpo.

Agradeço a todo mundo que está na minha vida até aqui, que se relacionaram ao vivo ou não, como família, filhos, irmãos, amigos, amores, parentes. Aos que nos conhecemos, trocamos ou tivemos qualquer tipo de contato ou conexão pessoalmente e aos que nunca vi ou senti a presença de perto. Agradeço a todos especial e especialmente na medida em que cada um sinta que precisa. Sintam-se todos a vontade e colham em mim o tanto de graça que cada um precise pra se satisfazer de graça e se abastecerem, para que assim, todos estejam de graça, sem pesar, nem cobrar tanto da vida e do tempo. Tirar as cargas pesadas e vivermos com mais leveza e beleza. Que esses agradecimentos sejam um graçinha, engraçadinha simples assim. Sintam-se todos agraciados à vontade - livres, leves e soltos.

Agradeço de coração a cada um que está no meu dia a dia no encontro e no aproveitar que cada tempinho que temos de estar juntos. De viver juntos, aprender e ensinar, aproveitar e curtir a vida. Agradeço a presença de todos os presentes na minha vida. Um filho e uma mulher maravilhosos, de ainda ter meus pais e uma avó presentes, família, amigos e companheiros maravilhosos para todos os tempos de graça e desgraça.

Agradeço por ter cuida-dores, zela-dores, planta-dores, cultiva-dores, jardineiros, aprendizes, ensinantes, curandeiros, faze-dores e conta-dores (de história, de tempo), canta-dores e encantadores, pais, mães, filhos, crianças, adultos, amigos, inimigos, almas empenadas, almas penadas, fantasmilhas camaradas e tal, e por aí val sempre perto de mim.

Agradeço aos que morreram e deixaram plantados muitas sementes de lições de vida. Que mesmo com saudade de estar pertinho, estamos juntos no sangue e no coração. Meu sistema é sair cutucando. O que eu quero é estar perto de mim. Eu sou eu! E você é você?

Agradeço por ter a sorte de ter pessoas na minha vida que me ensinam coisas para eu estar sempre aprendendo o caminho da beleza, do gosto e da saúde. Tenho sorte de ter uma criança (um filho) em minha vida todos os dias, uma beleza de amigo que me ensina as mais importantes lições. Aprendi com ele que a vida é simplesmente pra se viver. Que o que é preciso é aproveitar e curtir a vida porque a vida é curta, que ela gira gira em uma rima de repente como repentista da vida que ele é, que precisa aproveitar as coisas, os seres e as pessoas que a gente curte e gosta sempre que estiverem perto, porque num instante podemos não estar mais aqui. Aprendi que a vida não precisa ser um bicho-papão. O feitiço de cura, o remédio para isso toda criança sabe: é uma pitada de tempero de alegria, bom humor e

amizade; é tirar onda da desgraça, dar uma boa risada da vida e seguir brincando com ela. É aprender que desde criança a gente cai um milhão de vezes antes de ficar em pé e andar com os próprios pés e essa lição permanece a vida toda. E que ter um amigo de graça para abraçar, acolher e nos ajudar a levantar de vez em quando nas vezes que fraquejamos e precisamos de uma forcinha ou de um toque facilita e enche de amor e beleza a caminhada.

Valeu minha criança, meu filho, meu coração!

Espero que as belas lições que eu aprendi com todos eu possa passar, mostrar e plantar essas sementinhas de graça, beleza, equilíbrio e bem querer a quem quiser e precisar.

Palavras são poucas para mostrar o que vale na vida. **SIMPLESMENTE VALEU!**

Quem espera que a vida / Seja feita de ilusão / Pode até ficar maluco / Ou morrer na solidão / É preciso ter cuidado / Pra mais tarde não sofrer / É preciso saber viver
Toda pedra no caminho / Você pode retirar / Numa flor que tem espinhos / Você pode se arranhar / Se o bem e o mal existem / Você pode escolher / É preciso saber viver. (*É preciso saber viver - Roberto Carlos e Erasmo Carlos*).

RESUMO

Uma vez que os alimentos são a fonte primordial da vitalidade e da energia que anima o funcionamento dos sistemas naturais, assumem um papel de centralidade no desafio de restauração da cultura da vida em meio à crise civilizatória anunciada pelos mal viveres que emergem como efeito cumulativo e sinérgico dos riscos e danos decorrentes da modernidade. Tomando por base os princípios e práticas da Permacultura que orientam modos de ocupar e interagir com o mundo a partir do cuidado (nos incluindo e integrando) com a natureza e com os outros seres vivos, buscou-se neste trabalho evidenciar as conexões fundamentais entre o ciclo do alimento e o desenho permacultural, de modo a conceber as bases de uma Permacultura alimentar e suas relações com o campo da Ecogastronomia. Os desdobramentos de tais fundamentos e conexões da perspectiva da cultura alimentar são desenvolvidos e apresentados em uma abordagem sistêmica, centrada na cozinha da natureza e traduzem-se em práticas de saúde e bem viver. A fim de evidenciar a vinculação dos ciclos integrados da cultura alimentar aos lugares permaculturais como núcleos de restauração da cultura da vida, analisou-se a experiência do Sítio Floresta (Eusébio, CE) como semente restaurativa e, com base em entrevistas, relatos e no mapeamento de conexões com o entorno, discutiu-se o potencial regenerativo desta rede em meio ao contexto de um loteamento comercial e dos modos de uso e ocupação do espaço convencionalmente praticados.

Palavras-chave: permacultura; cultura alimentar; ecogastronomia; saúde; bem viver.

ABSTRACT

Since food is the primary source of vitality and energy that animates the functioning of natural systems, they assume a central role in the challenge of restoring the culture of life in the midst of the civilizing crisis announced by the ill-living that emerge as a cumulative and synergy of the risks and damages arising from modernity. Based on the principles and practices of Permaculture that guide ways of occupying and interacting with the world through care (including and integrating us) with nature and with other living beings, this work seeks to show the fundamental connections between the food cycle and permacultural design, in order to conceive the bases of a food Permaculture and its relations with the field of Ecogastronomy. The developments of such fundamentals and connections from the perspective of food culture are developed and presented in a systemic approach, centered on nature's cuisine and translate into health and well living practices. In order to highlight the link between the integrated cycles of food culture and permacultural places as a core value for the restoration of the culture of life, we analyzed the experience of Sítio Floresta (Eusébio, CE) as a restorative seed and, based on interviews, reports and mapping of connections with the surroundings, we described the regenerative potential of this network in the context of a commercial subdivision and the modes of use and occupation of space conventionally practiced.

Keywords: permaculture; food culture; ecogastronomy; health; well living.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	– Mapa de literatura	17
Figura 2	– Mapa de zoneamento do Sítio Floresta	18
Figura 3	– Flor da Permacultura (Princípios da Permacultura)	22
Figura 4	– Agriculturas naturais e científica segundo Fukuoka	34
Figura 5	– Krameterhof, fazenda dos Holzer na montanha Schwarzenberg em Lungau	36
Figura 6	– Fazenda Olhos D'água, onde Ernst vive desde 1984	38
Figura 7	– Reportagem detalhando as ações de expansão de mercado em bairros pobres brasileiros	49
Figura 8	– Diversidade de termos relacionados à Alimentação Natural	53
Figura 9	– Interrupção e linearização do ciclo alimentar	55
Figura 10	– Práticas de governança comunitária contempladas na flor da Permacultura	60
Figura 11	– Flor da Permacultura, princípios e práticas da permacultura alimentar	62
Figura 12	– Agentes de saúde e práticas integrativas de saúde e Bem viver	63
Figura 13	– Práticas integrativas de saúde e Bem viver	64
Figura 14	– Relações entre práticas integrativas de saúde e Bem viver	65
Figura 15	– Localização geográfica do Loteamento River Park	71
Figura 16	– Aspectos de desenvolvimento urbano e saneamento de Eusébio (2019) ...	71
Figura 17	– Indicadores e dados básicos de caracterização do município	72
Figura 18	– Sítio Floresta: Portão de entrada (à esquerda) e via de acesso (à direita) ...	78
Figura 19	– Sequência de chegada de moradores e outros marcos temporais	83
Figura 20	– Mapeamento de sítios e moradas que compõem a comunidade da Pacaba .	84
Figura 21	– Biorregião Grande Fortaleza e levantamento de moradas que compõem a rede de Biorregiões de convergência Permacultural no Ceará	85

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
1.1	Objetivos	13
1.1.1	Objetivo Geral	14
1.1.2	Objetivos Específicos	14
1.2	Fundamentação teórica	14
1.3	Metodologia	17
2	O LUGAR PERMACULTURAL DA ALIMENTAÇÃO	19
2.1	A Visão Permacultural	19
2.1.1	Modo de vida sistêmico (Visão sistêmica)	23
2.1.2	A Permacultura e seu lugar	25
2.1.3	VALE-REFEIÇÃO: um convite da Educação Ambiental para se religar à terra	29
2.2	Cultura Alimentar e a Relação com a Terra	31
2.2.1	A Agricultura da Natureza	34
2.2.2	A Cozinha da Natureza	39
2.2.2.1	Colheita	43
2.2.2.2	Alimentação da Natureza (Refeição da Natureza ou A Refeição Natural)	47
2.2.2.3	Ecogastronomias e a renaturalização das culturas alimentares	50
2.2.3	A Compostagem e a Reciclagem da Natureza	54
2.3	Práticas Integrativas de Saúde e Bem Viver (Permacultura Alimentar).....	57
2.3.1	A Saúde e o Bem Viver (refeição como um todo partindo do alimento vivo)...	62
3	MAPEAMENTO DE INTERAÇÕES USOS E OCUPAÇÃO DO ESPAÇO	69
3.1	Relatos de ocupação e usos do lugar permacultural	74
3.1.1	A primeira semente: o Sítio Floresta	74
3.1.2	As companhias do Sítio Floresta	78
3.1.2.1	Companhia companheira (SF)	78
3.1.2.2	Sítios Siricóia, Janaguba e Juazeiro e a sucessão florestal	81
3.2	As práticas desenvolvidas nas moradas da Pucaba	86
4	CONCLUSÃO	90
	REFERÊNCIAS	93

1. INTRODUÇÃO

A humanidade tem sofrido os efeitos de um grau avançado de degradação das condições de vida, contraditoriamente causada por nós mesmos. Este desastre caminha para ser possivelmente a tragédia mais bem documentada da nossa história. Há de fato um fim de mundo em curso e, há pelo menos 70 anos, temos evidências de que nossas ações locais repercutem em danos maiores, com efeitos globais (BURSZTYN; PERSEGONA, 2008).

Os debates sobre sustentabilidade originam-se deste momento histórico em que grandes desastres decorrentes de feitos nossos vão se sucedendo de forma sistemática a partir da segunda metade do século 20 e por décadas os naturalizamos. Como que por providência divina, alguma força maior, não satisfeita com o castigo causado pelo rompimento da barragem de rejeitos no município de Mariana, insistisse em repeti-lo quatro anos depois em Brumadinho (LOPES et al, 2019). Sim, sabíamos desde cedo o caminho que estávamos tomando, mas optamos por viver esta sociedade de risco em nome de uma ideia, ilusão ou cegueira de bem-estar.

Seguindo a tradição do Clube de Roma (MEADOWS, 1974), os relatórios de estudos sobre os Limites do Crescimento, publicados desde os anos 1970, hoje abordam as Fronteiras Planetárias (uma vez que os tais limites são transponíveis) e sugerem a ultrapassagem dessas fronteiras de risco, o que indica uma ruptura da resiliência do Sistema Terra e, conseqüentemente, do espaço seguro com que contávamos para existir desde o nosso surgimento enquanto espécie (STEFFEN *et al.*, 2015). Tais alterações sistêmicas têm motivado estudiosos a demarcar o início de uma nova era geológica intitulada Antropoceno, em função dos eventos de extinção em massa, das mudanças de uso da terra e da desregulação dos ciclos de nitrogênio e fósforo desencadeados por nossas formas modernas de viver e consumir as paisagens naturais.

Acontece que isto não se trata de uma tragédia humana verdadeiramente. Sim, é algo que poderá nos pôr em risco de extinção, mas este estado de coisas não decorre de um proceder intrínseco ao animal humano. É porque temos discernimento que optamos seguir modernamente esta rota de degradação enquanto inúmeras culturas humanas não modernas viveram milênios e seguem existindo sob outros padrões de relação de base harmônica. São culturas que não se veem à parte do mundo natural, são humanos animais, parte integrada e participante dos processos e resultados sistêmicos.

É esta percepção de si e do mundo que diferencia o que chamamos de cultura de morte e cultura de vida. Está em nossa capacidade de nos percebermos e sentirmos parte. E

isto talvez explique a falência dos inúmeros esforços multilaterais globais em estruturar um modo de vida moderno alinhado a princípios de sustentabilidade. E, nas últimas décadas, sustentabilidade já não nos é mais uma opção. Por conta dos efeitos sinérgicos desencadeados pela interação entre os processos de quebra da resiliência do Sistema Terra mais bem percebidos pela aproximação do Colapso Climático, já não dispomos de uma base segura de recursos e serviços naturais capazes de manter as gerações atuais e futuras (MASSON-DELMOTTE *et al.*, 2018).

A impossibilidade assertiva de meramente mantermos uma cultura regulada de consumo é o que abre espaço para o desinvestimento dos aspectos monoculturais do mundo ocidental e contato horizontal com as culturas e os saberes não modernos. Assim fizeram, nos anos 1970, os australianos Bill Mollison e David Holmgren ao desenvolverem os princípios e práticas da Permacultura inspirados nos saberes dos povos aborígenes. A Permacultura é um sistema de desenho voltado ao aproveitamento integral do fluxo natural da energia nos sistemas, para que não haja desperdício e tais sistemas caminhem para autonomia e autossuficiência. Esta cultura de permanência tem se mostrado uma alternativa aos modos de vida e processos degenerativos, criando, ao contrário, abundância por práticas e processos que resultam em ciclos de regeneração (MOLLISON; SLAY, 1998).

Tanto a desintegração como a integração são qualidades associadas a sistemas de valores que dependem de seus contextos para serem avaliados como conjunto. A Permacultura baseia-se em princípios de cuidado entre as pessoas e das pessoas com a Terra. Assim, queremos com esse estudo entender qual o papel da alimentação e dos fluxos de energia vital conduzidos pelo ciclo alimentar em estabelecer um caminho de regeneração e saúde para os povos neste momento de aumento das fissuras dos sistemas monoculturais e abertura à pluralidade, à diversidade e à riqueza dos sistemas naturais. Esta proposta busca um entendimento mais integrado sobre como a cultura alimentar está diretamente ligada à saúde e ao equilíbrio da Terra, seus sistemas e seus habitantes. Junto a isso, buscar a percepção de que os espaços que ocupamos e habitamos diretamente, não estão desligados do restante do planeta e dos espaços não habitados, compondo assim um sistema integrado único. Para tanto, utilizaremos como base a experiência de comunidade, localizado em um loteamento urbano no município de Eusébio (CE) e de como o desenho permacultural, que iniciou-se com o Sítio Floresta semeou tal integração.

A escolha do Sítio Floresta e da Comunidade Pucaba se deu por motivo de proximidade com o local e com as pessoas do lugar. Há pelo menos 6 anos mantenho amizade com os moradores, interagindo e participando das atividades propostas por eles. Durante todo

esse tempo, pude fazer uma observação participativa dos modos de vida, como também pude aprender muito com tudo que vi e vivi. Todo experimento, junto ao conhecimento que adquiri nas escolas de vida por onde passei, em busca de conhecimento e práticas de saúde e bem-viver (educação física, cultura de vida e saúde), me fez refletir sobre minha área de atuação, que é a de cultura alimentar e gastronomia.

Pude perceber que a alimentação da forma como é feita atualmente está desequilibrando nossa saúde, nossa floresta interna, e isso reflete a saúde externa, a saúde do nosso planeta. Cultivando valores que levam a escassez e a morte. É necessário não só uma mudança na alimentação, mas uma mudança de valores para restaurar a cultura de vida.

Percebi que a permacultura praticada pelos moradores da Pucaba representava os valores que podiam semear uma cultura que levasse à abundância e à vida.

Esse trabalho é uma composição e uma história de vida: de colheitas, de convivências, de experiências e de aprendizados de toda minha vida em busca de equilíbrio, paz e alegria, para viver bem e com saúde; valores cultivados neste trabalho.

Tive a grata experiência de ser sujeito dessa história, vivenciando as práticas para que o estudo fosse *in vivo* e não *in vitro*. Eu vivenciei e fiz parte da experiência, pois plantei, cultivei, colhi e me emocionei junto com eles. Portanto, esse estudo tem essa qualidade que o torna inclusivo e ganha força restaurativa e educativa, pois me faço parte como sujeito amigo (“participe *free-ently*”).

O tema aqui apresentado, tem um grande valor para mim pois reflete quem sou, minhas escolhas e os caminhos de vida por onde quero seguir.

1.1 OBJETIVOS

A partir das considerações preliminares, são objetivos do presente trabalho:

1.1.1 Objetivo Geral

Elaborar as bases práticas, reflexivas e valorativas que fundamentam a noção de lugar permacultural como núcleo de restauração da cultura da vida e evidenciar, por meio de um mapeamento, sua vinculação aos ciclos integrados da cultura alimentar a partir da experiência do Sítio Floresta (Eusébio, CE).

1.1.2 Objetivos Específicos

- Propor à luz das éticas e das práticas permaculturais uma abordagem harmônica e integrativa de lugar, capaz de contribuir com as ações e reflexões sobre o modo de uso e ocupação do espaço (lugar permacultural);
- Mapear e compreender a emergência de uma comunidade de práticas permaculturais no entorno do Sítio Floresta (mapa de conexões) e as estratégias restaurativas envolvidas na ocupação do espaço (semeadura e enraizamento) em um loteamento comercial urbano no Eusébio;
- Acessar as percepções acerca do lugar permacultural da alimentação (permacultura alimentar) junto à comunidade do entorno do Sítio Floresta por meio de entrevistas com os moradores.

1.2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O termo Permacultura iniciou-se nos anos 1970 na Austrália com Bill Mollison e David Holmgren, baseando-se no modo de vida integrado à natureza das comunidades tradicionais da Austrália, os Aborígenes. Ela reúne conhecimentos tradicionais com os da ciência moderna, trazendo um olhar de planejamento para as interações humanas. Foram levados a iniciar essa cultura ou movimento cultural como resposta ao sistema agroindustrial poluidor dos solos, águas e ar, junto aos desafios de sobrevivência salutar dos seres humanos no planeta Terra. Inicialmente comunicava agricultura permanente, florescendo e frutificando para se tornar mais íntegro e completo: cultura permanente, juntando parte das duas palavras, perma e cultura, formando assim Permacultura. Desde sua origem, evoluiu, recebeu influências em todo mundo, e hoje é marcada por uma grande multidisciplinaridade. Quem a busca e pratica hoje em dia procura estratégias para criar modos de vida sustentáveis com o planeta, seus habitantes e seus recursos, como escolha alternativa a um sistema econômico opressor e destrutivo, ao extermínio da fauna e da flora, e à perda dos recursos naturais não renováveis (MOLLISON, HOLMGREN, 1978; MOLLISON, SLAY, 1998; HOLMGREN, 2013).

Na Permacultura utilizamos um sistema de desenho ou *design* (planejamento prático) para buscar a criação de ambientes (comunidades, assentamentos, espaços, lugares) humanos sustentáveis a longo tempo, agindo de modo integrado com a natureza e seus padrões (modelos ou referências). O desenho é a prática permacultural de planejamento das

ações. Utiliza soluções simples (as mais simples possíveis) para problemas complexos. E não existe desperdício energético num desenho permacultural.

Por ter visão integrada, na Permacultura, busca-se funcionar cooperando e interagindo com a natureza e utilizando suas leis. Buscamos aproveitar o trabalho que a natureza pode oferecer gratuitamente e cria-se sistemas que utilizam a energia que está naturalmente em fluxo. Procura-se junto com esses fluxos copiar os padrões da natureza, e utilizá-los para suprir as necessidades humanas. O que torna essencial aproveitar os materiais presentes na natureza local e usar as características de cada elemento, trabalhando sempre no sentido de fechar ou ligar seus ciclos energéticos naturais, como o trabalho com policultura e diversidade de espécies, visando um sistema interativo e abundante; a compostagem que decompõe a matéria orgânica residual, por micróbios; a purificação de água, por plantas e biofiltros; ou os benefícios de restauração do solo trazidos por microrganismos benéficos, plantas, e/ou animais. Utilizamos estratégias e técnicas ecológicas integradas como a bioconstrução, saneamento ecológico, tratamos as águas através de filtros biológicos, fazemos paisagens comestíveis e agricultura natural como os sistemas agroflorestais, realiza-se compostagem das matérias orgânicas da cozinha e do terreno, gerando adubos ricos e deixando os solos férteis e vivos (MOLLISON, HOLMGREN, 1979; MOLLISON, MIA SLAY, 1998; MOLLISON, 2002).

As pessoas e comunidades precisam criar soluções para o seu lugar. Devemos criar uma interação sustentável com a natureza. Ela não tem que permanecer intocada pelos humanos, como em um museu, e sim, é preciso uma integração saudável com ela. Somos parte da natureza e não partidos. Objetivamente, são três princípios básicos chamados de éticas da Permacultura. Eles são os valores essenciais ou as crenças básicas, que fundamentam a sanidade do sistema e modo de vida permacultural. A ética cultiva, cria e motiva o sentido para os compromissos e são os códigos de conduta ou as leis morais. Elas são constantes universais invariáveis as quais ações, estratégias, ideologias e comportamentos podem ser experimentados e vivenciados. As três bases das éticas da Permacultura são: o cuidado com a Terra; o cuidado com as pessoas; e compartilhar os excedentes (MOLLISON, MIA SLAY, 1998).

A Permacultura, ajuda a nos mostrar esse caminho e sugere um sistema de vida de equilíbrio, manutenção e segurança das questões essenciais à cultura da vida humana, como água, solo e energia, e também a uma cultura alimentar salutar. Essas mudanças refletem principalmente os valores permaculturais de **cooperação e não competição** e de **trabalhar com e não contra a natureza** para criar sistemas são de abundância e que restauram,

regeneram ou conservam todas as paisagens naturais. Junto a isso, mais duas formas de abordar as situações: **não valorizar o problema e sim a solução** e **buscar soluções simples para os problemas**, criando assim caminhos fáceis e não complicados.

Observa-se, então, que a Permacultura entrelaça as questões ambientais, comunitárias, econômicas e sociais. Essa percepção da vida e como os seres humanos fazem parte dela, traz esse entendimento de que são parte de um sistema vivo inteligente, componentes dele, e não de que são os seres inteligentes que dominam e controlam.

Este, em resumo, é o grande desafio do nosso tempo: criar comunidades sustentáveis – isto é, ambientes sociais e culturais onde podemos satisfazer as nossas necessidades e aspirações sem diminuir as chances das gerações futuras (CAPRA, 1996).

O planeta Terra é uma cadeia viva de eventos, uma teia que se relaciona e se modifica mutuamente. A Terra, com todos os seres e elementos, compõem um sistema. A palavra sistema significa “colocar junto”, logo a visão sistêmica aponta para a conjunção de elementos em um contexto e para a compreensão da natureza das suas relações. Quando nos vemos pertencentes ao meio ambiente não são necessárias punições ou advertências morais para que preservemos a natureza, pois deste entendimento é que nasce a ética ambientalista (CAPRA, 1996).

O ser humano podia se reconciliar com o Planeta e ver 'quê que eu posso fazer para ser útil, para ser querido?' Só que a gente não percebe, não enxerga. Estamos desligados da vida no Planeta, achando que nós somos os inteligentes e não vendo que somos parte de um sistema inteligente (GOTSCH, 2015).

Capra (1996) alerta para a necessidade de recuperarmos “nossa plena humanidade e nossa experiência de conexão com a teia da vida” e olharmos para a natureza e para as relações naturais como um modelo a ser seguido pelas comunidades humanas.

Mesmo compreendendo que os significados de lugar envolvem desde um cantinho preferido em nossa casa a um sentimento de estar na Terra ou mesmo no Cosmos, há em nosso cotidiano um alcance de nossas ações e de nossa participação no todo (QUEIROZ, 2014; SANTOS, 2015). Esse sentimento ou percepção de estar ligado ao todo, nos dá a noção de que nosso lugar oferece um elo unindo o próximo ao distante.

É por meio destas visões do todo e de fazer reconexões, portanto, que emergem os sentidos de saúde que pretendemos desenvolver neste trabalho, como práticas naturais integradas de cuidados e de bem viver. Estas são rotas que nos colocam em contato com a

manifestação de plenitude em relação ao todo em nossas existências. Nesse sentido, chegamos à compreensão de que, para haver saúde humana plena é necessário que haja saúde planetária – neste equilíbrio atual em que vivemos e queremos permanecer –, pois somos um só corpo ecológico, que pode adoecer ou gozar de saúde e harmonia (ACOSTA, 2016; LOVELOCK, 2020).

1.3 METODOLOGIA

O estudo apoia-se majoritariamente em métodos de **pesquisa documental e bibliográfica** como fundamento à elaboração conceitual da noção de Permacultura alimentar e explicitação de suas relações com o espaço (CERVO *et al.*, 2007). As fontes de apoio levantadas e reunidas estão indicadas conforme a filiação temática no mapa de literatura (Figura 1).

Figura 1 – Mapa de literatura



Fonte: Elaborado pelo autor.

Para o capítulo 2, foi realizado o mapeamento de interações, usos e ocupação do espaço (mapa de conexões), a partir de registros em visitas ao local e com base nos materiais projetuais e de comunicação disponibilizados pelos proprietários dos lotes (Figura 2). Buscamos acessar relatos por meio de entrevistas, inicialmente com os moradores do Sítio Floresta, que foi o primeiro a se instalar no loteamento e, em seguida, com os moradores dos lotes do entorno que se instalaram seguindo o exemplo do Sítio Floresta. Dessa forma, buscamos obter uma representação visual capaz de comunicar o processo de enraizamento espacial e seus potenciais transformativos no contexto do loteamento que abriga os núcleos restaurativos da rede em questão.

Figura 2 – Mapa de zoneamento do Sítio Floresta



Fonte: Acervo do proprietário, Marcelo Sindeaux.

2. O LUGAR PERMACULTURAL DA ALIMENTAÇÃO

2.1 A Visão Permacultural

Houve um tempo em que a natureza fortalecia o homem, instruía-o, curava-lhe as feridas e lhe proporcionava a força de viver. O homem estava repleto de amor maternal pela terra e sabia que seu coração afastado da natureza torna-se seco e duro. Esse tempo não desapareceu. Ele se encontra dentro de ti, indestrutível. Basta apenas o teu modo de olhar as coisas, não dar ouvidos à algazarra do mundo e encontrar novamente a voz do coração. (BOURRE, 2005). Sabedoria tribal dos povos indígenas nativos das Américas.

Sentimos que devemos iniciar a responder e relacionar nossas questões com o entendimento do que é a Permacultura para saber como é possível resolver nossas perguntas, compondo os alicerces para que esse trabalho frutifique bem desenhado. Com isso, se conduza, inspire e caminhe à prática e atitudes úteis para que sirva a cultura da vida, da alegria e fartura.

O termo Permacultura iniciou-se nos anos 1970 na Austrália com Bill Mollison e David Holmgren, baseando-se no modo de vida integrado à natureza das comunidades tradicionais da Austrália, os Aborígenes. Ela reúne conhecimentos tradicionais com os da ciência moderna, trazendo um olhar de planejamento para as interações humanas. Foram levados a iniciar essa cultura ou movimento cultural como resposta ao sistema agroindustrial poluidor dos solos, águas e ar, junto aos desafios de sobrevivência salutar dos seres humanos no planeta Terra. Inicialmente comunicava agricultura permanente, florescendo e frutificando para se tornar mais íntegro e completo: cultura permanente, juntando parte das duas palavras, perma e cultura, formando assim Permacultura. Desde sua origem, evoluiu, recebeu influências em todo mundo, e hoje é marcada por uma grande multidisciplinaridade. Quem a busca e pratica hoje em dia procura estratégias para criar modos de vida sustentáveis com o planeta, seus habitantes e seus recursos, como escolha alternativa a um sistema econômico opressor e destrutivo, ao extermínio da fauna e da flora, e à perda dos recursos naturais não renováveis (MOLLISON, HOLMGREN, 1978; MOLLISON, MIA SLAY, 1998; HOLMGREN, 2013).

Na Permacultura utilizamos um sistema de desenho ou *design* (planejamento prático) para buscar a criação de ambientes (comunidades, assentamentos, espaços, lugares) humanos sustentáveis a longo tempo, agindo de modo integrado com a natureza e seus padrões (modelos ou referências). O desenho é a prática permacultural de planejamento das

ações. Utiliza soluções simples (as mais simples possíveis) para problemas complexos. E não existe desperdício energético num desenho permacultural.

Por ter visão integrada, na Permacultura busca-se funcionar cooperando e interagindo com a natureza e utilizando suas leis. Buscamos aproveitar o trabalho que a natureza pode oferecer gratuitamente e cria-se sistemas que utilizam a energia que está naturalmente em fluxo. Procura-se junto com esses fluxos copiar os padrões da natureza, e utilizá-los para suprir as necessidades humanas. O que torna essencial aproveitar os materiais presentes na natureza local e usar as características de cada elemento, trabalhando sempre no sentido de fechar ou ligar seus ciclos energéticos naturais, como o trabalho com policultura e diversidade de espécies, visando um sistema interativo e abundante; a compostagem que decompõe a matéria orgânica residual, por micróbios; a purificação de água, por plantas e biofiltros; ou os benefícios de restauração do solo trazidos por microrganismos benéficos, plantas, e/ou animais. Utilizamos estratégias e técnicas ecológicas integradas como a bioconstrução, saneamento ecológico, tratamos as águas através de filtros biológicos, fazemos paisagens comestíveis e agricultura natural como os sistemas agroflorestas, realiza-se compostagem das matérias orgânicas da cozinha e do terreno gerando adubos ricos e deixando os solos férteis e vivos (MOLLISON, HOLMGREN, 1979; MOLLISON, MIA SLAY, 1998; MOLLISON, 2002).

Para isso, é preciso observar e cuidar, evitando fazer intervenções e mudanças muito grandes, se beneficiando dos fluxos da natureza em favor das atividades, estruturas e construções. O que também requer o uso de soluções descentralizadas. As comunidades e as pessoas não têm que esperar soluções vindas de instituições ou governos, e/ou com valores de acumulação material, exploração dos seres vivos, incluindo os seres humanos, e de manter um sistema de dependência nas escolhas e necessidades de vida do povo. Pois, para estes, percebe-se que não interessa a constituição de um modo de vida com menor gasto energético e que seja mais auto suficiente e auto governante (MOLLISON, HOLMGREN, 1979; MOLLISON, MIA SLAY, 1998; HOLMGREN, 2013).

As pessoas e comunidades precisam criar soluções para o seu lugar. Devemos criar uma interação sustentável com a natureza. Ela não tem que permanecer intocada pelos humanos, como em um museu, e sim, é preciso uma integração saudável com ela. Somos parte da natureza e não partidos.

Bill Mollison em seu livro *Introdução à Permacultura* diz: Todas as técnicas para a conservação e a restauração da Terra já são conhecidas; o que não é aparente é alguma nação ou grande grupo de pessoas que esteja preparado para efetuar a

mudança. No entanto, milhões de pessoas comuns estão começando a fazê-las sozinhas, sem a ajuda das autoridades políticas. (MOLLISON, MIA SLAY, 1998, p. 13).

Desde sua criação, a Permacultura, tem atraído muitas pessoas que buscam maneiras mais ecológicas de existir e habitar o espaço que ocupa no mundo, compartilhando valores de uma vida equilibrada e integrada à natureza, que são destacados enquanto esses princípios da permacultura, marcadas pelas técnicas, pelos comportamentos, linguagem e modo de ser. Para tais valores, dá-se o nome de ética ou princípios da Permacultura.

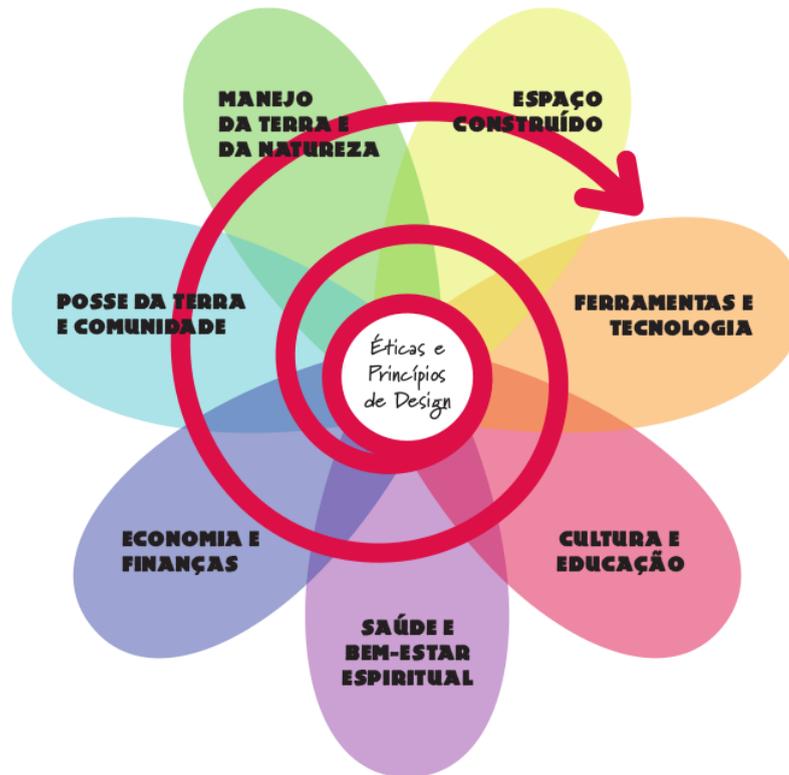
Objetivamente, são apenas três princípios básicos, chamados de **éticas da Permacultura**. Eles são os valores essenciais ou as crenças básicas, que fundamentam a sanidade do sistema e modo de vida permacultural. A ética cultiva, cria e motiva o sentido para os compromissos e são os códigos de conduta ou as leis morais. Elas são constantes universais invariáveis as quais ações, estratégias, ideologias e comportamentos podem ser experimentados e vivenciados. As três bases da ética da Permacultura são: o cuidado com a Terra; o cuidado com as pessoas; e compartilhar os excedentes.

O **cuidado com a Terra**, tem o sentido de zelo ou cuidado com todas as coisas, vivas ou não; o **cuidado com as pessoas**, é zelo com as pessoas, e está contido no cuidado com a Terra, mas é importante porque, mesmo que as pessoas sejam uma pequena parcela da totalidade dos sistemas vivos do mundo, a humanidade causa um impacto decisivo neste; O cuidado de **compartilhar os excedentes** é o zelo com a distribuição dos excedentes para alcançar o objetivo de cuidado com a terra e cuidado com as pessoas. Quer dizer que após o suprimento das necessidades básicas humanas e desenhado sistemas da melhor maneira possível, é possível compartilhar as forças e recursos para auxiliar outros no alcance destes objetivos. É partilhar o que se tem além do que se precisa, que pode ser tempo, conhecimento, terra, sementes, dinheiro (outra moeda ou bens de troca), energia, por exemplo (MOLLISON, MIA SLAY, 1998).

Inicialmente essas ideologias com os valores da Permacultura, levaram em conta e foram desenvolvidas sobre esse conjunto de éticas e princípios, que na época em que apareceu, não havia o questionamento que hoje em dia se considera em relação à necessidade de éticas da vida no planeta. Então, no começo, o trabalho permacultural focou na agricultura natural, no manejo cuidadoso da terra e da natureza. No entanto, com o passar dos tempos e com a evolução da permacultura foi criada a Flor da Permacultura (Figura 3) que ajuda a cuidar e gerir os conhecimentos principais com uma visão mais integrada e equilibrada com a vida e a cultura sustentável, mostrada de forma gráfica.

A Flor da Permacultura está dividida em 7 pétalas ou campos de cuidado: 1. Manejo da terra e da natureza; 2. Espaço construído; 3. Ferramentas e Tecnologias; 4. Cultura e educação; 5. Saúde e bem-estar espiritual; 6. Economia e Finanças; 7. Posse da terra e governança comunitária.

Figura 3 – Flor da Permacultura (Princípios da Permacultura)



Fonte: Adaptada de <https://permacultureprinciples.com/pt/>

A figura mostra o caminho evolucionário em espiral, começando no centro com a ética e com os princípios, propondo uma costura natural a todos esses domínios. O sentido de evolução da espiral reúne integrando todas essas áreas de ações e cuidados, inicialmente em um plano pessoal e local, prosseguindo e evoluindo a um espectro coletivo e mundial (HOLMGREN, 2013).

A Flor da Permacultura veio para servir como uma visão mais completa para o planejamento, estratégias e soluções. Assim, o caminho começa e se constitui nos princípios éticos e do desenho permacultural e segue os fundamentos necessários para as ações e transformações de uma cultura saudável e sustentável, partindo como indivíduo e se

transformando em ser vivo, habitante do planeta terra, pertencente a um organismo de sistema inteligente e vivo.

A Permacultura, ajuda a nos mostrar esse caminho e sugere um sistema de vida de equilíbrio, manutenção e segurança das questões essenciais à cultura da vida humana, como água, solo e energia, e também a uma cultura alimentar salutar. Essas mudanças refletem principalmente os valores permaculturais de **cooperação e não competição** e de **trabalhar com e não contra a natureza** para criar sistemas sãos de abundância e que restauram, regeneram ou conservam todas as paisagens naturais. Junto a isso, mais duas formas de abordar as situações: **Não valorizar o problema e sim a solução** e **buscar soluções simples para os problemas**, criando assim caminhos fáceis e não complicados.

Observa-se então, que a Permacultura entrelaça as questões ambientais, comunitárias, econômicas e sociais. Essa percepção da vida e como os seres humanos fazem parte dela, traz esse entendimento de que são parte de um sistema vivo inteligente, componentes dele, e não de que são os seres inteligentes que dominam e controlam.

Com o que foi estudado até aqui, a prática da Permacultura, por meio do uso do desenho permacultural, com suas múltiplas ferramentas, evidencia um recurso que pode contribuir a fechar de forma ecológica o ciclo alimentar nas ações humanas. Ela pode ser uma das formas de resposta para ajudar a recuperar a harmonia das relações do homem com o planeta. Então, com isso, toma-se a consciência de que a interação do ser humano no mundo é de união, pois estão ligados. Tudo está conectado.

2.1.1 Modo de vida sistêmico (Visão sistêmica)

Este, em resumo, é o grande desafio do nosso tempo: criar comunidades sustentáveis – isto é, ambientes sociais e culturais onde podemos satisfazer as nossas necessidades e aspirações sem diminuir as chances das gerações futuras. (CAPRA, 1996).

Agora que nos familiarizamos com o universo da Permacultura, seus fundamentos, suas éticas e algumas de suas práticas, abordaremos o que temos referido como visão sistêmica, com base na qual brotam e convergem os modos de vida sistêmicos.

A racionalidade científica moderna contribui para percebermos a realidade, mas não é suficiente para compreender o universo. Entender o todo, as partes que o compõem e de que forma elas interagem não tem sido simples. Ultimamente, temos estudado o universo e a humanidade de maneira isolada. Estas ideias mecanicistas, cartesianas, reducionistas que sugerem uma causa para determinado efeito foi aceita de forma abrangente no pensamento

científico moderno, como uma verdade incontestável. Um outro olhar sobre a vida, o universo e a existência – seja na observação do todo, nas relações pessoais ou materiais, numa escolha ou decisão –, mostra uma relação cíclica e não determinista, que envolve muitos fatores atuando em conjunto (SANTOS, 2010).

O pensamento sistêmico aflorou na segunda metade do século XX, como resposta à fragmentação dos saberes e às cegueiras decorrentes da superespecialização dos campos do conhecimento promovida pelo progresso científico. Tal reducionismo interrompe a percepção da realidade, enquanto busca respostas únicas para cada pergunta. Este modelo mental é elementar para algumas áreas do conhecimento que necessitam de uma abordagem de causa e efeito. No entanto, essa visão não é suficiente para analisar casos que envolvem, por exemplo, sentimentos e emoções, pois não é capaz de alcançar a pluralidade da vida humana. Acolhe-se a perspectiva de múltiplas soluções, algumas até mesmo divergentes. Este forma de pensamento é derivado da Teoria Geral dos Sistemas, inicialmente mostrada pelo biólogo austríaco Ludwig von Bertalanffy e que consiste na capacidade de compreender o todo como sistemas, facilitando análises mais completas do mesmo e de tudo que nele envolve. Para tanto, podemos definir sistema como uma teia de elementos interconectados, que formam um todo integrado (VASCONCELLOS, 2003).

À medida que o pensamento sistêmico começa a obter espaço, cultiva-se uma visão desenvolvida da análise dos objetos de estudo, incorporando subjetividades antes rejeitadas pelo modelo reducionista-mecanicista. A visão sistêmica nada mais é do que uma maneira de enxergar o universo de forma a compreender que fazemos parte de um todo e que a relação entre as partes de um sistema são mais complexas do que costumamos imaginar. Traz a capacidade de observação de fenômenos, levando em conta seus contextos e suas possíveis implicações, o que nos instiga a enxergar o mundo como uma rede de conexões com fatores internos e externos, que afetam e desencadeiam efeitos que podem escapar ao nosso olhar.

O planeta Terra é uma cadeia viva de eventos, uma teia que se relaciona e se modifica mutuamente. A Terra, com todos os seres e elementos, compõe um sistema. A palavra sistema significa “colocar junto”, logo a visão sistêmica aponta para a conjunção de elementos em um contexto e para a compreensão da natureza das suas relações. Quando nos vemos pertencentes ao meio ambiente não são necessárias punições ou advertências morais para que preservemos a natureza, pois deste entendimento é que nasce a ética ambientalista (CAPRA, 1996).

O ser humano podia se reconciliar com o Planeta e ver 'quê que eu posso fazer para ser útil, para ser querido?' Só que a gente não percebe, não enxerga. Estamos desligados da vida no Planeta, achando que nós somos os inteligentes e não vendo que somos parte de um sistema inteligente (GOTSCH, 2015).

Capra (1996) alerta para a necessidade de recuperarmos “nossa plena humanidade e nossa experiência de conexão com a teia da vida” e olharmos para a natureza e para as relações naturais como um modelo a ser seguido pelas comunidades humanas:

Reconectar-se com a teia da vida significa construir, nutrir e educar comunidades sustentáveis. [...] Ser ecologicamente alfabetizado, ou “eco-alfabetizado”, significa entender os princípios de organização das comunidades ecológicas (ecossistemas) e usar esses princípios para criar comunidades humanas sustentáveis (CAPRA, 1996, p. 231).

É por meio destas visões do todo e de fazer reconexões, portanto, que emergem os sentidos de saúde que pretendemos tomar por base neste trabalho, como práticas naturais integradas de cuidados e de bem viver. Estas são rotas que nos colocam em contato com a manifestação de plenitude em relação ao todo em nossas existências. Nesse sentido, chegamos à compreensão de que, para haver saúde humana plena é necessário que haja saúde planetária – neste equilíbrio atual em que vivemos e queremos permanecer –, pois somos um só corpo ecológico, que pode adoecer ou gozar de saúde e harmonia. (ACOSTA, 2016; LOVELOCK, 2020).

2.1.2 A Permacultura e seu lugar

A terra é ancestral, ela é sagrada. Deves honrá-la, agradecer-lhe pelo alimento e pela felicidade de viver. Se não vês razão para tal agradecimento, a falta reside em ti mesmo. (BOURRE, 2005).
Sabedoria tribal dos povos indígenas nativos das Américas.

O lugar, como categoria de análise espacial, passa a ganhar importância na Geografia a partir da segunda metade do século XX por sua contribuição-chave à compreensão das tensões do mundo contemporâneo, ampliando as possibilidades de entendimento de um mundo cada vez mais visto como fragmentado. Este debate ocorre entre os campos da Geografia Humanista, que procura tecer conceituações de lugar (lugar fenomenológico) a partir das experiências vividas pelos sujeitos, e da Geografia Radical, que procura compreender as influências e inserções das estruturas e processos capitalistas nas

localidades. Ambas escolas apresentam suas contribuições como resposta ao positivismo da Geografia Quantitativa (FERREIRA, 2000).

Resumidamente, o conflito que se estabelece é visto neste quebra-cabeça como uma tensão, força, energia (estresse, inquietação, desintegração, medo) entre ordens externas e internas, que antepõem turistas (deslocais) e residentes (locais) e, nos últimos anos, parece ter se acirrado por conta do processo de mundialização desintegrada. Emprestando contribuições das duas escolas e os alertas que fazem aos riscos de perda de sentido (deslugaridade) ou de despersonalização e homogeneização dos lugares (não-lugares) decorrentes desse processo, buscamos compor uma visão sobre o lugar que possa reintegrá-lo mesmo neste momento de forte sujeição à padronização imposta por influências externas sobre as diferentes localidades (SANTOS, 2009; SANTOS, 2005; AUGÉ, 2004).

Nesse sentido, percebemos o relativo empobrecimento que a implantação de estruturas como de um shopping center e suas praças de alimentação representam para uma cidade, bairro ou comunidade que passa a vivenciá-lo. Aos poucos, os lugares onde esses elementos são inseridos vão se assemelhando a outros shoppings e praças existentes em tantos outros lugares. Porém, entendemos que esta ordem é acolhida e incorporada quando há nela elementos que agradam às pessoas, dando sentido a esses deslugares. Nossa busca por integração passa assim por essa compreensão de que os lugares e mesmo os não-lugares são núcleos de valor para quem os vivencia (RELPH, 1980).

Mesmo compreendendo que os significados de lugar envolvem desde um cantinho preferido em nossa casa a um sentimento de estar na Terra ou mesmo no cosmos, há em nosso cotidiano um alcance de nossas ações e de nossa participação no todo (QUEIROZ, 2014; SANTOS, 2015). Esse sentimento ou percepção de estar ligado ao todo, nos dá a noção de que nosso lugar oferece um elo unindo o próximo ao distante. Na dimensão **da Terra** temos ligações desde um cômodo, uma varanda ou um quintal em nossa casa, apartamento, sítio ou fazenda, passando à vizinhança, comunidade, bairro, lugarejo, cidade, estado, país e continente. No espaço **do Cosmos**, sentimos a relação com o sistema solar. Por exemplo, na relação com a Lua e interação com as marés, o volume e a força das águas continentais e dos fluidos corpóreos; na relação com o Sol e as estações do ano, na luminosidade e insolação que influencia na agricultura, no estado emocional e humor das pessoas e na saúde; na relação com os outros planetas, a percepção da influência gravitacional sutil; e na relação com outros sistemas solares e galáxias, com as noções de forças, tamanhos, dimensões, distâncias e tal, que traz a visão de que mesmo que o planeta Terra em que vivemos pareça ser grande, somos habitantes de um grão de areia no jardim do Cosmos. Assim, vemos que no nosso sistema

solar, vivemos na terceira pedra distante do Sol e que há energias e forças de todos os tamanhos e dimensões, que estão agindo e influenciando nas relações e que conduzem à integralidade.

É esta percepção sobre nossa inserção e enraizamento em um certo endereço (vivenda, habitação, morada, residência, domicílio) a partir de relações que vão se fortalecendo com o tempo vivenciado em cada espaço que nos permite falar sobre formas e modos de estar e existir nos lugares, ou melhor, em nossos lugares no mundo. A qualidade do que é nosso, deste entendimento de que tudo o que há é de todos que existem e estão no todo, surge e torna-se possível a partir do **cuidado** que cada um pratica em dado espaço e por um dado tempo (FERREIRA, 2000).

Em vista disso, considerando a intensificação dos processos de desintegração que têm nos conduzido a uma visão e sentimento de fim de mundo, diante do prenúncio de um colapso climático e da recente pandemia, como podemos buscar saúde e integração a partir de nossos lugares nesse todo adoecido? “Para um mundo imposto, um mundo oposto”, ditado de Hugo Theophilo (2015), permacultor e participante do movimento *Do Meu Lixo Cuido Eu*, como ele costuma dizer, “Num mundo imposto, comida vira lixo. Num mundo oposto, lixo vira comida.” Os povos ameríndios vivenciam isso há cinco séculos e têm se mostrado boas fontes de sabedoria, ligações com o todo e soluções em seus lugares para esse adoecimento. Assim pensamos o **lugar permacultural**, tanto como um espaço de compostagem de ideias e ações - para adubar a cultura da vida saudável - quanto uma semente capaz de contribuir em cada local de enraizamento para o florescimento de processos integrativos, relacionados e sinergizados, que possam compor um mundo e um todo de cuidados (KRENAK, 2019; MOLLISON, HOLMGREN, 1978; MOLLISON, MIA SLAY, 1998; SANTOS, 2015).

O cultivo e a cultura da vida contemplam também processos de desintegração, mas cujos fluxos conectam-se ao todo, tornando-se integrativos. A compostagem, que mencionamos, é o processo de decomposição natural que orchestra o ciclo de renovação da vida. Se nos dispomos a integrar a cultura da morte e de processos desintegrativos globais, precisamos primeiramente dispor de terra para compostar as ideias e as ações desintegradas. À medida que compostamos, os lugares permaculturais nascem e constituem-se como solo e terreno à cultura integrada. É o que será cultivado neste terreno, em sentido amplo, que haverá de nutrir a vida saudável. Nesse sentido, o alimento assume um papel central na integração dos fluxos desintegrados. O lugar permacultural torna-se o lugar de prática da **permacultura alimentar**, que haverá de prover ao mundo os alimentos de que precisa para convergir em saúde.

Este alimento tem também um sentido holístico e abrange o que se come de forma sólida, o que se bebe em forma líquida, os elementos básicos da natureza, ar, água, terra, fogo/luz do Sol e os alimentos espirituais que transcendem a matéria, mas vibram na proximidade com outros seres vivos. O lugar permacultural e a prática da permacultura alimentar, que fecunda a terra e a enraíza, cria uma rede de contato dos lugares com o todo. Enraizar na terra é enraizar na Terra e esta rede subterrânea mantém as ideias e práticas integrativas de saúde que a conservam provendo alimentos e sementes à rede sobreterrânea (espaço na superfície da Terra onde ocorrem as partilhas culturais).

Assim, os lugares permaculturais se inserem e interagem no todo, por meio de redes e pontos de enraizamento. Uma vez que a cultura da vida e a permacultura operam na **lógica da abundância**, ou seja, de frutos e fluxos que se disseminam e dispersam dos núcleos de inserção dos lugares, por esta estratégia é que visamos uma possibilidade de endereçamento da cultura da vida para o mundo, da escala atômica para a cósmica. Do Cosmos à Terra, das Américas à Sulamérica, do Brasil ao Nordeste e do Ceará a um sítio no Eusébio. Cada sítio é um CEP (uma ecolocalização), um endereçamento do que se cultiva nos lugares ao que resulta como cultura no todo. Então, partindo do fim do mundo ameríndio e da saga da história brasileira de relações desarmônicas com a terra e dificuldades de cultivar alimento saudável pela força e presença de uma cultura desintegrada, apoiamo-nos na permacultura como possibilidade de digestão e compostagem intercultural em favor da restauração de uma rede como nossa semente ao mundo.

Se pertencemos ao todo e a redes que podem se encontrar mais ou menos integradas, às diferentes condições presentes de integração entre nós e os lugares traduzem heranças do cuidado que cada ser foi capaz de praticar em suas permanências e passagens pelos lugares. O atual momento de desbalanceamento que temos referido em tantos pontos do planeta é reflexo de que temos praticado mais a lógica de escassez que a de abundância. Há lugares que, de tão descuidados e consumidos, ingressam em processos de degradação e desertificação, que os tornam cada vez mais hostis tanto à permanência como à passagem. Por esse sentimento, o cuidado é restaurador, regenerativo e integrativo e cria as condições de fortalecimento de núcleos enfraquecidos, que também, alcançada a abundância, poderão nutrir e fortalecer sua rede global.

Nestas situações de escassez pronunciada, que criam desertos e desertores, é provável que a erosão dos lugares e os deslocamentos promovam ainda mais o sentimento de desintegração e desconfiança. Quando à pessoa resta apenas a possibilidade de habitar a si, é aí que se torna mais necessário compreender que nosso lugar é antes de tudo em nós mesmos.

É a própria impermanência da condição de estar vivo que nos conecta ao vazio criativo existencial. Nossos corpos não contêm a vida, ela é algo que nos atravessa e nos põe em contato com nossa ancestralidade, irmandade e descendência e também com as tais heranças de abundância e escassez que recebemos e com a questão do que faremos com elas. Desta compreensão, nasce a cultura da permanência e sua relação com os lugares. Os lugares permaculturais são, assim, a expressão do desejo de continuidade que cada ser vivente manifesta em ações de cuidado e zelo.

Dessa forma, não importa se as localidades que ora ocupamos são desertos ou matas pujantes, se formos capazes de zelar por nossos lugares, com o alcance que nos seja possível, o todo estará sendo cuidado. Todo lugar pode ser casa/lar/alimento/afeto/união/integração, mesmo em situações de passagem ou escassez. Assim, concluímos que a Permacultura nos mostra como o lugar onde você está, está integrado ao todo e à força das ações e planejamento que destravam o seu potencial de abundância. E junto a isso, sentir-se integrado é saber que estar dentro ou perto de si é ocupar o seu lugar, não deslocado da natureza, do planeta Terra e nem do Cosmos.

2.1.3 VALE-REFEIÇÃO: um convite da Educação Ambiental para se religar à terra

Aprende o desapego, se queres vencer a ti mesmo. Toda manhã, abre a janela, repleta-te de luz e declara com um sentimento de profunda alegria: “Hoje é um belo dia para morrer”. (BOURRE, 2005). Sabedoria tribal dos povos indígenas nativos das Américas.

Se a cultura da falta de zelo se fez tão notável e parece seguir com força, mesmo com as sucessões de crises civilizatórias e planetária mencionadas, é porque há quem a cultive e porque tais cultivos seguem atraindo agentes encarregados de sua manutenção, difusão e expansão. A Educação é o processo cultural que nos envolve e põe em contato com tudo o que já foi criado, convocando-nos, cada pessoa, a participar desta recriação, como continuidade que sempre mantém e muda algo. Desta perspectiva cultural e levando em consideração a urgência da crise ecológica e de seus efeitos sobre todas as dimensões da vida, entendemos a Educação Ambiental como chave para uma transição capaz de promover mudanças substanciais de valores de modo a fortalecer a cultura da vida, da saúde e do cuidado.

É porque entendemos que tais mudanças não podem ser impostas que concebemos tal processo de transição como um convite ao refazimento de cada um: um vale-refeição. Mas

por que alguém haveria de aceitar receber esse vale? Por que alguém haveria de aceitar um ingresso para mudar a si e sua relação com o mundo? Porque este mundo carente de zeladores, recriado à sombra do "deszelo", nos retorna e retroalimenta de deficiências e desertos. O resultado desta cultura tem sido estudado e referido por Richard Louv como Déficit de Natureza. A princípio observada em crianças, mas também sentido e sofrido por adultos, a falta de contato com ambientes e paisagens naturais têm consequências físicas, mentais e emocionais (LOUV, 2008).

Entre esses prejuízos estão um menor uso dos sentidos, dificuldades de atenção, índices elevados de doenças mentais, maior taxa de miopia, obesidade adulta e infantil, deficiência de vitamina D e outros problemas. A ciência estabeleceu correlação entre experiências no mundo natural e melhoras em todas essas condições. É óbvio que o transtorno de déficit de natureza não é um diagnóstico médico. Mas podemos considerá-lo como uma doença da sociedade. Hoje, crianças e adultos que trabalham e estudam num mundo cada vez mais dominado pelo ambiente digital gastam grande energia bloqueando muitos dos sentidos humanos, inclusive alguns que nem sabemos que temos. Fazem isso para concentrar de forma estreita o foco na tela diante dos olhos. Essa é a definição exata de estar menos vivo (LOUV, 2016).

De outra perspectiva, podemos ver este estado de falta e entendermos que o contato com a Natureza nos traz benefícios e saúde, como algo a ser praticado a exemplo das recomendações gerais de exercícios físicos ou de práticas de meditação. Uma outra visão possível, possivelmente mais integrada, assume a impossibilidade de existir algo fora da natureza: "Eu não percebo onde tem alguma coisa que não seja natureza" (KRENAK, 2019). Nesse sentido, o distanciamento ou a ausência da natureza na vida moderna urbana cotidiana seria uma falta do ato de perceber e sentir o mundo em sua riqueza, diversidade e abundância, que lhes são naturais. E esta perda de sentidos é o que resulta em desatenção e nesses usos descuidados com o que compõe a vida.

Portanto, os efeitos dessa perda da Natureza, apesar de já documentada por estudos como os levantados por Louv, podem contraditoriamente ser pouco sentidos por cada indivíduo, uma vez que este processo extenua nossos sentidos e sensibilidades. Isto nos leva a uma condição ou caminho de cegueira em relação às situações do dia a dia que poderiam nos oferecer um entendimento sobre os prejuízos dessa falta de contatos imediatos com a Natureza. Podemos então seguir caindo nos mesmos buracos, tropeçando nas mesmas pedras e batendo a cabeça nos mesmos galhos sem que estas dores repercutam em mudanças capazes de evitar tais armadilhas ou, pelo menos, de fazer-nos cair em outros buracos, tropeçar em outras pedras e acertar outros galhos.

Estes ciclos de cegueira, que ignoram dores, eventualmente são interrompidos por momentos de clarividência em cada pessoa participante desta cultura deficitária. O papel da Educação Ambiental, com percepções mais holísticas e em respeito aos processos individuais e coletivos, que preparam e possibilitam as mudanças para cada pessoa a seu tempo, consiste em mostrar caminhos possíveis, perspectivas e alternativas: um ofertório do que chamamos antes vale-refeição ao refeitório. Oferecer acessos a espaços de refazimento e degustação de mundos refeitos. Um convite à experimentação da saúde, na cultura da vida e do bem viver.

Nos últimos anos temos nos aproximado desta percepção de que o ato de cuidar da natureza é um pré-requisito do acesso à saúde e aos valores que mencionamos. Queremos, no entanto, ao tratar do ciclo alimentar como aproximação ao ciclo da vida, propor uma compreensão mais imediata destas relações como dimensões indissociáveis de nossa existência, desejosa de florescimento. Assim, terra e corpo, febres e aquecimento global são camadas e efeitos espelhados em graus, níveis, escalas distintas, mas de uma experiência partilhada com a vida, que nos atravessa, que não está contida em nenhum desses compartimentos de forma estanque ou partida e, sim, contínua e unida.

A busca por desinflamação aponta para um cuidado multinível, transescalar, que parte do lugar e se projeta ao todo. O religar-se com a terra, é reencontrar-se em si, consigo. Desligar-se de des-lugares é religar-se ao seu lugar, é se **re-lugar**. Nesta imediatez, nossa tez compartilhada e a compreensão de que o ciclo alimentar é a centralidade inescapável às buscas por culturas de permanência e abundância. É o que nos faz falar de Permacultura e gastronomia ecológica, sistêmica, integral para uma cultura alimentar ligada ao sistema terra e trazer junto esse espaço educacional de valores e culturas integradas. É uma semente à Permacultura Alimentar.

2.2 Cultura Alimentar e a Relação com a Terra

*Se avexe não
Amanhã pode acontecer tudo, inclusive nada
Se avexe não
A lagarta rasteja até o dia em que cria asas (...)
Se avexe não
Toda caminhada começa no primeiro passo
A natureza não tem pressa, segue seu compasso
Inexoravelmente chega lá
Se avexe não
Observe quem vai subindo a ladeira
Seja princesa ou seja lavadeira
Pra ir mais alto, vai ter que suar
(A Natureza das Coisas - Accioly Neto)*

O abandono do marasmo, da indiferença sobre dores ou desconfortos recorrentes representa uma escolha, uma aceitação que nos põe em um curso de acolhimento de nós mesmos e do mundo. Esta caminhada não tem uma definição, um único ponto de chegada ou um sentido finito, porque passa também pela aceitação e o acolhimento de tantos sentidos, mas significa uma metamorfose poderosa de cultura desde o primeiro passo. Se nossa história comum e percursos individuais apontam esta possibilidade realizada de uma cultura desintonizante, a busca por uma sintonia e frequências que possibilitem encontros apontam lugares (nós) onde os eus que os frequentam podem partilhar as colheitas daquilo que semearam em seus caminhos de auto-descoberta e refazimento.

Esta busca sensorial por adequação ao próprio gosto, aos próprios sentidos, ao próprio corpo e ao próprio lugar é cultivar a si em si. Encontrar o próprio tom, a própria medida e, a partir daí, observar e perceber o mundo animado e inanimado, os movimentos e os marasmos, abre-nos a oportunidade de afinação, de sintonia, de equalização com os eventos que nos atravessam e perpassam o caminho e a caminhada. Daí, a autopercepção, nosso sentimento de mundo que vem de nossos sentidos, ser o primeiro passo virtuoso de semear uma conexão com a vida e com tudo o que nela nos atravessa e interage. Os alimentos entendidos em sua abrangência são os bens que trocamos nestas interações e que comportam os valores cultivados tanto individualmente quanto no conjunto da cultura.

Os momentos e lugares de troca de maior sintonia, de adequação e harmonia com a vida constituem núcleos de abundância porque é o ato de conhecer-se, de saber-se o tom, para então dobrar-se ao outro e aos tons do mundo, que dobram, multiplicam objetiva e subjetivamente a realidade. O processo contrário também é verdadeiro, o desencontro de estados que destoam, isolam percepções em fragmentos empobrecidos que terminam por empobrecer os acessos à totalidade, ainda que eventualmente sintonizarmo-nos possa significar entrar em um fluxo que nos conduz à morte, ao declínio e à falência daquilo que noutro momento conhecemos como estado de abundância.

A cultura da vida e de seus alimentos não antagoniza necessariamente nascimento e morte, mas aponta, a partir de nossos sentidos, os caminhos que nos põem no fluxo da vida, ou seja, em sintonia e conexão com os processos que participam e contribuem com os ciclos vitais. Por esta razão o contato de nossos sentidos com a vitalidade transmitida pelos alimentos vindos da fertilidade da terra que os gera são, para nós, importantes medidas, guias de quão harmonizados estão nossos modos de convivência e convergência com a vida na Terra. O ciclo do alimento é a porta de acesso ao ciclo da vida e também à vitalidade.

Essas mudanças de percepção em relação à vida vão nos preparando para novas interpretações sobre situações já conhecidas ou novas. Inicia-se com a acolhida de um novo olhar que integra tudo o que nos sucede (e antecede) em um curso de florescimento. As dores, incômodos e desconfortos com que topamos nesse percurso, depois de termos topado vê-los, enxergá-los como parte, já não ensejam queixas, reclames ou reivindicações, mas reflexão (olhar para si em relação com o mundo) e aprendizado (incorporação de saberes, interpretações e leituras), de forma que esses caminhos conduzam à alegria, à satisfação e à leveza e façam convergir para a graça ou o estado (espaço/lugar) de poesia. O que o caminho faz conosco quando o vemos por inteiro somos nós que fazemos a ele e, por consequência, a nós. Trata-se de um alinhamento com a própria criação (*poiese*, poesia) e que vai deixando pelo caminho disposições de consumo e de reclamação, que põem peso e desgastam a existência, deteriorando-a e conduzindo-nos à decadência.

A maior mudança que temos que fazer é ir de consumo para produção, mesmo que numa pequena escala em nossos jardins. Daí a futilidade de revolucionários sem jardins, que dependem do próprio sistema que atacam, que produzem palavras e balas, mas não comida e abrigo. (MOLLISON, MIA SLAY, 1998).

Pesos e levezas revelam valores semeados ao longo da caminhada. É evidente que quando falamos de metamorfose não tratamos de qualquer mudança de olhar, mas de uma reintegração, de um abraçar a vida e seus acessos a capacidades criativas, regenerativas, vitais. Se aqui chegamos, é porque houve para tal encontro um gesto de acolhimento. A partir desta acolhida, do efetivo ingresso, damos as boas vindas àqueles que iniciam sua caminhada. E aqui evocamos a imagem de um portal, pelo qual passamos rumo às noções, valores, éticas e práticas que dão forma ao que chamaremos de permacultura alimentar.

Nesta seção, organizamos e apresentamos em três partes, os elementos que compõem o ciclo alimentar: a agricultura natural, a cozinha ecológica e a reciclagem do alimento (compostagem). As três partes criam um ciclo, de nascimento, vida e senescência (morte), refazendo-se num fluxo cíclico e contínuo. Na sequência, veremos como cada uma delas contribui para estruturar uma cultura de permanência.

2.2.1 A Agricultura da Natureza

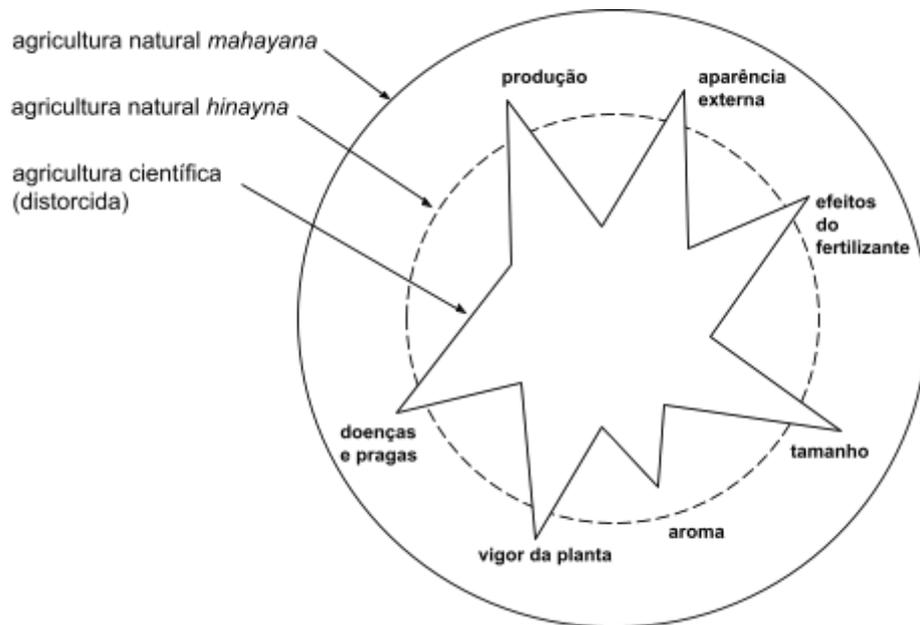
*Cadê a minha floresta herança dos meus avós
Lindos pés de Ingazeira rodeados de lençóis
Que corriam de mansinho, hoje se acham sozinhos perdidos nos
arrebóis
O povo se torna ingrato de ver tanta rebeldia
Onde havia sossego e paz, esperança e alegria
Hoje a natureza chora, nem há fauna, nem há flora não brotam
como outro dia
Cadê as ervas macias e as plantas medicinais
Minadouro cristalinos vertentes de minerais
O progresso involuído aos poucos tem destruído coisa que não
vejo mais
Hoje a saudade me traz um arquivo do passado
Um futuro duvidoso um presente apressado
Tudo na vida que eu passo cada passo é mais um passo pra não
dar mais passo errado
(Cadê Minha Floresta - Alcymar Monteiro)*

A natureza semeia, colhe e come. Diferente das maneiras convencionais com que nós fazemos essas ações, os sistemas naturais orquestram esses processos de forma elegante, comunitária e aproveitando ao máximo a energia e os materiais disponíveis em cada momento. O tempo, matéria, energia e as interações são as chaves para a compreensão de como os processos naturais sincronizam e sintonizam atores e ações para o florescimento do conjunto sistêmico.

Há uma variedade de intérpretes e interpretações que buscam falar sobre o percurso histórico de descolamento das práticas alimentares humanas em relação aos processos de provimento de alimentos próprios da natureza. Além disso, esses esforços de interpretação procuram compreender a qualidade dessas diferenças apontando um caminho de reaproximação e reintegração de nossa cultura alimentar aos processos naturais.

Masanobu Fukuoka, agricultor japonês, tornou-se um desses intérpretes ao florestar áreas desertificadas nos anos 1940, aplicando técnicas vindas de suas observações sobre o funcionamento da natureza. Fukuoka (1978) apela à **agricultura natural ou selvagem**, distinguindo-as das práticas e compreensões científicas (figura 4), cujos resultados reconhece como com algum destaque, porém de alcance local e limitado, que representam formas distorcidas (por exemplo, na busca de frutos maiores), mas deixando de lado perguntas fundamentais como saber se os resultados alcançados nos eram bons. Sua visão busca o alcance da paz, não ser necessário fazermos nada. Por isso, distingue também duas práticas naturais: *mahayana*, agricultura natural pura; e *hinayana*, a que caminha para a pureza.

Figura 4 – Agriculturas naturais e científica segundo Fukuoka



Fonte: Fukuoka (1978).

Outro importante intérprete da natureza é Sepp Holzer, fazendeiro austríaco que ganhou a alcunha de agricultor rebelde ao experimentar cuidados com a terra e com áreas florestadas não convencionais ou não aceitas pela cultura agrícola e silvipastoril de seu tempo e lugar. Em 1962, Sepp começou a cuidar das terras degradadas (deserto de neve e gelo) que eram de seu pai e, desde o primeiro momento, tratou de construir terraços e um lago para criação de peixes em sua propriedade (Figura 5). A agricultura natural de Holzer por sua própria intuição e percepções sobre a natureza foi integrando princípios alinhados à permacultura e aplicando-os para cultivos e criação de espécies selvagens em altitude e transformando áreas florestadas monoculturais (florestas de pinheiros protegidas pelos órgãos ambientais). O alinhamento de Sepp e de sua esposa, Veronika, com os processos naturais permitem que apenas os dois e a natureza mantenham os mais de 45 hectares de sua fazenda. A resistência e antipatia que recebeu de início ao valer-se de sua liberdade criativa no cuidado com a terra e com os animais aos poucos foi se transformando em reconhecimento e hoje a fazenda Krameterhof é visitada e estudada pela complexidade, pujança e diversidade de seu **desenho permacultural** (HOLZER, 2011; HOLZER, LIEBCHEN, 2002).

Figura 5 – Krameterhof, fazenda dos Holzer na montanha Schwarzenberg em Lungau



Fonte: Krameterhof (2020).

Ana Primavesi, agrônoma, também austríaca, como Sepp, porém radicada no Brasil desde o fim dos anos 1940, deu grandes contribuições à interpretação da natureza e à compreensão do papel dos **solos vivos** (biológicos, ecológicos) para a agricultura natural. Ana cresceu no campo e ligada às atividades agropecuárias e florestais desempenhadas por seus pais. Ela conta ter recebido um bom treinamento científico holístico em sua formação como pesquisadora. Ao chegar no Brasil, Primavesi e seu marido começaram a praticar técnicas ecológicas de manejo do solo e souberam que seguiam um caminho acertado quando conseguiram uma colheita sã de uma variedade de trigo de alta qualidade (comumente suscetível a ferrugem) em um solo degradado da região de Sorocaba, São Paulo (PRIMAVESI, 2002; IHU, PRIMAVESI, 2016).

No auge da revolução verde, Primavesi passou a atuar como docente e acadêmica em Santa Maria, no Rio Grande do Sul. Teve assim uma atuação importante e contrária à uniformização dos solos com calagens e adubações químicas, às necessidades decorrentes de mecanização e irrigação intensas, fatores que roubam a sua vitalidade, degradando-os a um estado primário de pedra. Sua sustentação da importância dos fatores biológicos do solo, como centrais e capazes de dar contexto às análises das condições físicas e químicas, trouxeram uma compreensão mais abrangente, integrada sobre a atividade agrícola, baseada na observação da natureza. O solo vivo produz com abundância, de forma gratuita e eficiente. Esta abordagem agroambiental de manejo dos solos e dos sistemas de produção com a natureza serviram de base para o **movimento agroecológico** brasileiro, para as produções orgânica-ecológicas de alimentos sob os princípios da sustentabilidade, no caminho de uma agricultura natural (IHU, PRIMAVESI, 2016).

Compondo o grupo de intérpretes da natureza na atualidade, Ernst Götsch, agricultor suíço e também radicado no Brasil desde os anos 1980, têm contribuído com observações e aprendizados para a difusão da agricultura natural em diferentes tipos de sistemas agroflorestais no Brasil e no mundo. A experiência de recuperação da área de pasto degradado onde hoje está localizada a fazenda de Ernst, em Piraí do Norte, no sul da Bahia (Figura 6), chama a atenção pelo estado de vigor florestal e produtivo alcançado após quatro décadas de manejo baseado nos processos naturais (sucessão ecológica) e que depois nomeou por **agricultura sintrópica**. A sintropia, que dá nome ao manejo praticado por Ernst, procura, a partir da observação dos procedimentos da natureza, criar sistemas de abundância pela criação de núcleos fortes (unidades de inclusão integral) sem insumos externos e de forma que haja acúmulo de energia dentro do sistema, gerando complexidade e diversidade. O animal humano participa diretamente à medida que percebe e entende como pode contribuir e somar aos processos, ao próprio mecanismo de abundância natural (GÖTSCH, 2020).

Os quatro intérpretes, tradutores e zeladores, destacados aqui e reconhecidos por sua capacidade de observação da natureza e participação no cuidado, na regeneração de um mundo enfraquecido e na geração de abundância e vitalidade nos tempos de vida humanos simbolizam as possibilidades de remediação da cultura ocidental moderna fragmentária e reduzida a pedra, como aponta Ana Primavesi, a estados minerais elementares, desgostosos da diversidade e complexidade de outrora. São personagens-ponte, transmodernos e que se tornaram capazes de realizar conexões entre a cultura ocidental, a natureza (reconciliada) e os saberes de culturas não modernas, tradicionais.

Figura 6 – Fazenda Olhos D'água, onde Ernst vive desde 1984



Fonte: Pasini (2020).

Assim, o que para nós ocidentais e ocidentalizados soa como novidade, faz parte de um conjunto de saberes, habilidades e técnicas milenares de manejo integrado do espaço natural com as demais formas de vida voltado à construção de um caminho de florescimento conjunto, acolhedor, autossuficiente, interdependente, cooperativo e abundante. As culturas conhecedoras e mantenedoras desses saberes também os criam e cultivam de forma coletiva, de maneira tal que os nomes e as contribuições de um e de outro conformam uma paisagem de atores e assinaturas comparativamente muito mais orgânica que esta narrativa de heróis a que estamos acostumados. Por essa razão, assim como os aborígenes australianos que inspiraram a permacultura de Mollison e Holmgren, são os povos originários em cada espaço colonizado os guardiões portadores desses saberes que nos apontam caminhos já manjados ou inspiram criações de conexões novas.

Daremos destaque aqui, por fim, a uma tradição que, dentre tantas possibilidades de arranjos harmoniosos, impressiona ainda por seu legado vital ao sistema-mundo debilitado: os ameríndios da Amazônia. Tomando apenas os antigos índios do Alto Xingu, estima-se uma extensão de 20 mil km² de paisagens manejadas, transformadas e construídas. Os últimos estudos projetam uma extensão de mais de 400 mil km² de área de paisagem manejada, o que, a cada novo estudo, parece desenhar um cenário de que a Amazônia inteira (floresta mais

biodiversa do mundo), por séculos entendida como mata virgem, seja na verdade uma imensa paisagem ajardinada pela cultura ameríndia. Vale também destacar que pesquisas arqueológicas igualmente recentes têm indicado um tipo de ocupação em alta densidade (formas citadinas ou urbanas não ocidentais, habitando cidades compostáveis e comestíveis) e que esses povos não viviam na floresta, mas sim viviam a floresta. A produção de alimento e moradia florestais conforma uma revolução agrícola divergente da neolítica eurásiana monocultural: são **formas de vida policulturais**, em imersão e continuidade com a diversidade natural (DE SOUZA, 2018; ERICKSON *et al.*, 2008).

Este olhar e fazer policultural harmonizado com a diversidade sugere que as diferentes abordagens, nomes e conceitos de agricultura natural que expressam as maneiras que a natureza cultiva alimentos são percepções convergentes de um mesmo alinhamento em busca de saúde e vitalidade nas formas de plantar e criar energia vital. A história recente da permacultura expressa também esta compreensão de que observar o como a natureza gera alimentos (foco das inclinações dos primeiros permacultores) compõe uma dimensão fundamental e transversal de uma cultura de saúde e permanência, mas que pode e deve ser ampliada para as demais dimensões dos que buscam equilíbrio e integração com os fluxos vitais. Assim, inspirados nos aprendizados hoje mais consolidados sobre agricultura natural, passamos ao tópico seguinte com o mesmo princípio de pergunta geradora, voltando-o agora à gastronomia: como a natureza come?

2.2.2 A Cozinha da Natureza

Embora os problemas do mundo sejam cada vez mais complexos, as soluções permanecem embarçosamente simples (MOLLISON, MIA SLAY, 1998).

A cozinha representa o espaço delimitado aos alimentos e às suas transformações em nossa cultura sedentarizada. Cozinhar significa preparar, organizar e dispor a comida, mas comumente também carrega o sentido do cozimento, ou seja, do preparo do alimento com o uso de calor. A cozinha reúne e integra, porque, ao localizar (convergir) tais funções relacionadas à alimentação, à refeição e à restauração, faz-se elo entre os alimentos que vêm da terra, nós (e os outros seres comensais) e o que retorna à natureza.

É possível distinguir com facilidade onde começam e onde terminam os espaços a que chamamos cozinha nas culturas modernas em decorrência do abandono no passado da vida nômade e dos modos de vida caçador-coletor. Como tudo o que cumpre um papel

fisiológico na reprodução da cultura ocidental, as cozinhas são espaços definidos e designados às suas funções e que incorporaram também a linearidade e fragmentação mais evidente que caracteriza os processos industriais. No entanto, porque **os alimentos são os meios de circulação da vida e das informações vitais** entre os corpos que dela participam, as cozinhas como os espaços centralizadores das funções de alimentação, por mais desconectados ou não conscientes destes fluxos, **guardam em si este elo de conexão** com a terra e as fontes da vitalidade na natureza.

Por meio desse elo inquebrantável da cozinha, somos capazes de criar e modelar a nossa cultura e nossa relação com a vida e com os seres e elementos que a compõem. Composição e desenho são escolhas criativas que no campo da cultura alimentar encontram-se na arte e na ciência gastronômicas. Se gastronomia significa a gestão (nomos, nomia) dos processos digestivos relacionados ao estômago (gastro), entendemos que tal administração sugere **escolhas e critérios** que as orientem e guiem.

Como saber se temos feito boas escolhas em nossas refeições e processos de refazimento? Há sinais diretos e indiretos. Indiretamente ou de uma escala ampliada, é possível atestar sucessivas más escolhas tomadas enquanto sociedade ao observarmos a proliferação e o adensamento desproporcional de farmácias ao redor de áreas residenciais ou pelo crescente grau de medicalização da população no mundo e em cada território. A medicalização crescente e a medicamentação (uso de medicamentos em situações que, anteriormente, não eram consideradas problemas médicos e, portanto, não existia tratamento farmacológico) nesse sentido, indicam a consolidação de **um modelo de promoção de doença travestido de saúde**, cujo aspecto contraditório tende a passar despercebido ou ser minimizado (BRASIL, 2018; CARDOSO, 2014).

Na dimensão corpórea direta, Moraes (2013, p.9) coloca de forma simples: “uma boa digestão, sem gerar gases, azia e constipação intestinal, é sinal de que a dieta está fazendo bem.” Assim, seja em termos sociais ou individuais, em cada grau de expressão da cultura é preciso que tenhamos à disposição sinais capazes de nos apontar se estamos bem ou mal, se nossos caminhos têm construído vidas equilibradas e facilitado o equilíbrio e a saúde coletivas **ou se temos tentado acolher um desnivelamento de base**, adaptando-nos às tantas flutuações, turbulências e tremores que, dada a recorrência e a banalidade, fazem-nos crer ter emergido **um novo estado de normalidade**. E uma vez que tais sinais são também socialmente construídos, uma vez que nossa investigação logre acessar aqueles indicadores com os quais nos sintamos identificados com seus significados de saúde e bem viver, caberá então criarmos os meios para mantê-los vivos dentro do sistema de valores.

Desta perspectiva, o ano de 2020 e a emergência da crise sanitária global causada pela pandemia do novo coronavírus representam potencialmente um marco em relação à como assimilamos o sucessivo e cumulativo estado generalizado de adoecimento e como percebemos e agimos em sentido da promoção da saúde. Nossa história com as epidemias desastrosas é tão antiga quanto a revolução neolítica que optou pelo modo de vida monocultural e é precisamente a reprodução desta prática milenar de criação de poucas espécies de animais e cultivo de alguns poucos gêneros agrícolas em sítios fixos de alta densidade populacional humana, animal e vegetal o que daquele período até o presente expõe nossos corpos a relações desarmoniosas (parasíticas) com os microorganismos (SCOTT, 2017; KATZ, 2017).

Ainda que de origem milenar e que este modo de vida tenha alcançado o status de hegemônico em um mundo globalizado, isto não quer dizer que haja alguma inclinação de nossa natureza humana aos modos de vida monoculturais. Estudos recentes têm apontado a ocorrência de uma outra revolução neolítica possivelmente tão antiga quanto a que ocorreu no “velho mundo”, porém tendo como palco o continente americano e uma outra relação com a natureza e com a diversidade a partir de uma **simbiose policultural com a floresta**. Esta cultura florestal criou em parceria com os demais seres o jardim mais vicejante e biodiverso hoje conhecido: a Floresta Amazônica. Os ameríndios antigos habitaram a floresta não apenas como local, **viviam a floresta de fato** e isto significa que a presença humana não só é capaz de adensar-se em paisagens comestíveis e compostáveis, mas também é capaz de **enriquecer estas paisagens**. A cultura alimentar como fonte de vida e as referências de saúde desses povos nos dão um suporte fundamental à reflexão sobre os significados de uma cozinha da natureza e sobre os caminhos e possibilidades que se apresentam a partir da magnitude do drama vivenciado com a pandemia de COVID-19 (DE SOUZA, 2018; RISÉRIO, 2013; ERICKSON *et al.*, 2008).

For several months the world has been focused on the Covid-19 pandemic and the subsequent economic crisis. Yet the real existential threat we face is the ongoing climate and environmental crisis, which greatly amplifies the other two. We must react and face the greatest crisis together, as it affects every aspect of human life: our health, our society, our economy, and the ecology of the entire planet. We need radical action now before it is too late. (...) We have a response: biodiversity. How is it possible to feed the planet guaranteeing good, clean and fair food for all? What can we do to reverse a development model that creates social and environmental disasters, eroding our natural capital? Slow Food maintains that the only way forward is through the promotion of biodiversity in all its forms: from invisible bacteria to the largest species, as well as the diversity of human knowledge and cultures. This mission is more timely and urgent than ever. (TERRA MADRE, 2020)

Dos muitos indicativos e percepções até aqui referidas, que tem gerado confusão e perturbação, existe um sinal sutil, mas acessível por uma visão além do alcance, sentida pelo coração (intuição, instinto) e, há tempos, por muitas pessoas de que algo nessa caminhada não anda bem. Esse sentimento de que o caminho e os passos precisam de poda e compostagem pede e anuncia o novo adubo fértil capaz de recompor um modelo de cultura alimentar baseado na cozinha da natureza, em comunicação direta com o viço verdejante da floresta. Esta cultura de jardinagem que usa a fábrica da vida, da idade do verde convoca e reúne comedores, cozinheiros, culinharistas e gastrônomos como os novos atores-artistas (sem a necessidade de super-heróis, salvadores) com papéis na ação conjunta de **criar/despertar gosto** pela restauração de uma cozinha criativa, de vitalidade e de refeição.

A arte culinária é nesses tantos sentidos a própria arte de viver. Os sinais de má gestão e digestão são também sinais de mal viveres. E, uma vez que nossa cultura (ocidental) tomou esta rota de desnaturalização (desintegração dominadora), por séculos, os modos de vida naturais (integrados) foram sendo comidos, expurgados e enxotados dos espaços e lugares em que se haviam enraizado. O desenraizamento dos seres, sabemos agora, é um ato de deserção que gera desertos e desertificação como efeito prolongado. Por não haver mais para onde fugir ou pelo estado de fragilidade generalizada do viver como arte de preparar e servir à vida, à natureza, é que os sentidos dos bem viveres apontam uma revolta. Este movimento de retorno (relugar) ao lugar da cozinha da natureza significa tanto uma **reafirmação do espaço da permacultura alimentar** (gastronomia, cultura alimentar refeitória e arte culinária) dentro de nosso sistema de valores quanto uma efetiva **reocupação de lugares**, CEPs e paisagens desnaturadas, de modo que os núcleos resistentes possam expandir sua força em processo de sinergia e recomposição da rede enraizada (de vitalidade).

Como expandir e irradiar estes valores que compõem a cozinha da natureza sem nos valermos também de uma atitude dominadora? Uma vez que reconhecemos termos até aqui partilhado a construção conjunta de uma mesma realidade (acordada ou não) e reafirmamos no presente o cultivo de algo igualmente comum que se projeta para um futuro, gostando ou não do resultado, esta percepção nos revela **em imersão**. Os muitos mundos possíveis (reais e sonhados) sempre estiveram em contato, mas têm passado por séculos por uma uniformização violenta que, ao tentar unir, enquadra, traumatiza, atropela e separa. Em imersão, atravessados e atravessando todos a mesma realidade, a difusão de valores não violenta se dá como movimento respiratório, inspiração e expiração. A respiração dá a forma e o ritmo da expansão que possibilita o plantio de um apaziguamento acolhedor (COCCIA, 2018).

Na atmosfera da poli-permacultura alimentar, cabe o respeito acolhedor à diferença, cultiva-se o gosto pela diversidade. O amor é a emoção base, estruturante dessas relações entre legítimos outros, diversos, cuja existência individual respeitada e respeitosa, resulta na sã sustentação dos diferentes mundos (MATURANA, 2009). Assim, ao falarmos dos diferentes ofícios (profissões, especialidades), acolhemos a atual distribuição terceirizada das funções vitais e das responsabilidades, mas também pretendemos acendê-las/acordá-las/implantá-las em cada um dos mundos empobrecidos pelos processos de padronização desintegrada da monocultura. Há, por exemplo, um jardineiro-cozinheiro-médico em cada um de nós que precisa fazer-se atento, presente, como condição para que os aprendizados, sabores e saberes oferecidos pelos mestres de cada ofício encontrem sentido no coração. E possam assim ser incorporados no entrelaçamento de caminhos que nos mostram pertencentes a uma **comunidade de zeladores-curandeiros**, cuidadores da sanidade e da vitalidade de todos os seres viventes terráqueos, habitantes do planeta Terra (BRANCO, 2015).

Este despertar em diferentes tempos (co-cultivo do respeito) é o que abre alas, salões, refeitórios ao enraizamento restaurativo, aos modos de fazer da natureza (segundo os princípios e éticas que a permacultura tem semeado) e também à renaturação da cultura dentro do atual estado de desnaturação. Se o fruto bom dá no tempo, o que temos também semeado, poderemos colher, desde que haja tempo em cada espaço para a natureza ser (e sermos natureza) no fluxo deste processo amplo de fazer as pazes, em graça e plenitude com algo que nos é comum. No preparo desta cozinha acolhedora da natureza, o que serve, então, uma boa refeição?

2.2.2.1 *Colheita*

Os refeitórios (lugares/territórios, ambientes de refeição e restauração da saúde e bem viver - simbiótico individual), como espaços de acolhimento, convergem diferentes temporalidades e processos para momentos mais discretos de **recolhimento do que a terra dá em dado lugar por tudo o que nela se deu**. A estes momentos chamamos colheita e, em nosso esforço de elaboração dos significados de uma boa refeição, destacamos a importância desta fase e da boa orquestração de tudo o que a sucede-antecede, para que saibamos conduzir um curso contínuo de refazimento permacultural em vizinhanças carentes de sanidade.

Como comentamos no tópico sobre a agricultura da natureza, historicamente criamos modos, formas e ritmos de semeadura, plantio e colheita que produziram um mundo

de insanidade a partir das safras resultantes de apostas sucessivas em velocidades, composições e meios de produção que julgamos inovadores (disruptivos). Acontece que a natureza promove mudanças contínuas (ruptíveis, ruptivas), como sementes, répteis e pássaros que ao nascerem rompem suas cascas¹. Ou seja, **as novas formas** (novidades) **se continuam às formas que as antecedem** e emergem em suas próprias temporalidades, estações, alinhamentos e temperos (como no inglês, *seasons* e *seasonings*). A partir desta visão, o preparo que gera boas colheitas observa a **sazonaturalidade**, o que cada núcleo naturalmente dá ou pode dar e quando.

Há 70 anos, o modelo de produção vigente teve início no meio rural e as fazendas passaram a ser administradas como se fossem indústrias, ou seja, sem respeitar o tempo da natureza, nem as estações do ano. O modelo industrial é impaciente e deve produzir rapidamente, em larga escala, e da forma mais eficiente e padronizada possível, custe o que custar (MAKUTA, 2018).

Ao sonharmos com colheitas de boas safras baseadas nos princípios e nas éticas permaculturais, parece necessário desenvolver a forma e os tempos **como projetamos relacionarmos-nos com os padrões sistêmicos desintegrados** e com os frutos que esses tempos e tipos de cultura têm nos dado. Se quisermos colher outros frutos (cheios de graça, benditos) precisamos, antes de tudo, ser, nos fazermos presentes no mundo e nos lugares que nos cabem, nossos CEPs. Com isso, queremos dizer que percebemos o momento histórico como propício a uma mudança estratégica de postura em que, ao invés de seguirmos abandonando os núcleos degradados, enfraquecidos, que agora experimentemos **abandonar o abandono**. Desinvestir a deserção, como o povo Krenak que, após a morte do rio Doce (sua morada) entendeu que lhes cabia dignamente dispensar a oferta do resgate e, daquela consolidada falência, frente ao deserto posto, da escolha pela permanência, inicia-se o novo ciclo impossível e improvável:

É sobre viver a experiência, tanto a experiência do desastre, quanto a experiência do silêncio. Porque às vezes nós queremos viver a experiência do silêncio, mas nós não queremos viver a experiência do desastre. “Ah, não, mas aí eu vou ter que fugir, correr e escapar, como é que eu vou experimentar isso? Isso é muito doloroso!” Por isso que eu disse a vocês que os Krenak decidiram que nós estamos dentro do desastre. Não precisa ninguém ir lá e tirar a gente. Nós vamos atravessar o deserto. Tem que atravessar o deserto, uai! Toda vez que você encontrar um deserto você vai sair correndo? Quando aparecer um deserto, atravessa ele! (KRENAK, 2020).

¹ Nós, como mamíferos primatas, temos que romper o hímen do novo nascimento para germinar as rupturas que convergem nas mudanças que queremos ver no mundo. E cada um de nós só podemos mudar a nós mesmos. Sou a mudança que eu quero ver no mundo e assim colherei os frutos e sementes de tudo que sementearei e plantarei como terracultura.

É da experiência do deserto, de experimentá-lo e comer do que ele dá (e não dá) que se cria a possibilidade de sua compostagem, de digerirmos sua forma pétrea e seus tempos monolíticos. A **opção pela permanência** é o primeiro ato de enraizamento e é o que projeta a floresta que ainda não pode haver em cada canto (endereço, CEP). Mas até lá, o vicejar como sucessão desértica significa inicialmente a colheita de pedras entre os primeiros frutos de cada ser que vai logrando ali ficar, ser e frutificar. Em síntese, mesmo que os desertos que hoje habitamos não tenham sido diretamente por nós produzidos, a possibilidade de reflorestá-los está no acolhimento dos maus frutos, aliada à confiança de que a vida guarda em si as capacidades e as forças para um **refazimento completo**, convertendo o gosto por desertos em um coletivo desgostar da escassez e, simultaneamente, o desgosto por florestas no gostar de gostar das abundâncias (bem-querer o bem viver).

Tal estratégia apoia-se em percepções bastante simples e evidentes, como a sabedoria popular que diz que "um só colhe aquilo que planta", mas a isso integra também a compreensão de que temos por nosso percurso civilizatório colhido uma sorte de itens que nenhum de nós semeou nem sequer sabemos bem o rosto ou o nome de quem plantou. Se sentimos que este estado de coisas nos pôs na trama, como a de um filme de terror, a lidar com uma colheita maldita (desgraçada), cabe a nós, envolvidos no enredo, tentar o desenredo com as más sementes e os maus plantios e retomar um envolvimento direto com as boas práticas capazes de nos renderem outra trama e boas colheitas. Trata-se, portanto, de um **movimento duplo, simultâneo** que, de qualquer lugar e condições em que estejamos, torna possível a experiência de abundância a partir das escolhas quanto ao que queremos, desejamos livremente nos ligar (*friendly, free-ends*) e ir amplificando as conexões pacíficas, amigáveis e cheias de graça (engraçadas/alegres).

Qual essência/valor terá a construção de tudo que queremos plantar (cuidar/zelar/manter/cultivar) e colher na nossa geração? Vão gerar sementes, frutos, refeições e colheitas que perdurem o lugar-tempo para plantios sadios às próximas gerações (filhos e demais descendentes da família comunitária planetária)? Ainda que um só colha o que plante (considerado o plano estrito dos resultados de suas ações), mas também, ao cruzar com planos de ação de outros, possa colher o que outros plantaram, os momentos de colheita traduzem a **mistura das essências e dos valores** que, ao passarem, tocam os lugares que são também tocas/cantos de valores (encantados). Este cruzamento se dá em um vazio de livres conexões que põe em fluxo diferentes significados, um fluxo contínuo, sem fim.

Se não é possível garantir exatamente o que teremos como resultado de cada colheita, esta compreensão reafirma um princípio de ação que cada ser pode encontrar em si,

como terreno (fértil), berço de sementes, que, em meio a tantas outras, provarão sua força ao germinar, crescer, enraizar, transcender (permanecer na própria impermanência). Restam portanto um ou dois gestos capazes de promover, enfatizar, fortalecer os valores desejados: **o ato de lançar nossas boas sementes e o de cuidá-las**, dispor nossa atenção ao que pudermos sermos úteis (quando queridos) à sua prosperidade/florescimento. Todas estas etapas e processos, do princípio ao fim, cíclica e sucessivamente, compreendem a cultura. Trata-se de cuidar os valores a partir das sementes. E se dispomos de sementes é porque outros cuidaram valores nelas. Ao ligarmo-nos livremente a este fluxo de valores é que damos continuidade ao ciclo vital, desfazendo nós e pedregulhos, desejando prover, entre a realidade/possibilidade dos frutos vazios, alimentos cheios e de graça.

Por fim, o que em nossa visão também trará as barrigas cheias desses alimentos, alegres e satisfeitas como uma das muitas boas colheitas vindas desta cozinha da natureza são os bons mutirões. A natureza da semente lançada, enfim, faz-se boa quando se mostra uma **semente de ligação**, de livre conexão com a rede na convergência e no fortalecimento conjunto de valores. O encontro e o mútuo reconhecimento de **terracultores** ao longo deste processo sem fim convoca-nos a mutirar em comunhão, em paz e em favor de um fazer junto algo substancialmente comum, que nos envolve e transcende a cada momento. É possível que o mergulho no vazio de livre-conexão gere algum empachamento, uma necessidade de pausa para digestão, compostagem. Encher-se de liberdade é simplesmente integrar-se à plenitude a diferentes tempos. Enche, mas não pesa. É recheiar-se de leveza.

Para que saibamos traduzir sinais como este de empachamento com significado distinto daquele que trouxemos com as más digestões mencionadas por Ros'ellis Moraes (2013), faz-se preciso invocar os sentidos de remediação, capazes de perceber e relacionar os antes, os durante e os depois ao examinar os efeitos de cada ligação, escolha, colheita refeição. Esta ligação, imersão, conecta-nos sobretudo aos nossos tempos e às ferramentas que, a partir daquilo que nossos sentidos indicam, nos caberá desenvolver no exercício prático, diário de cuidado e construção da própria saúde. Daí, deste chamado prático, devem brotar as perguntas geradoras acerca do rosto, das formas, texturas e cores que vão compor a estrutura física da cozinha como espaço de conexão ao meio (mediação e remediação), aos fluxos da natureza em nós. Então, quais lugares, refeitórios, refeições, cozinhas e estruturas da natureza temos para agir e praticar essa cozinha viva da natureza? E como poderia ser feito tudo isso ligado e não desligado, de graça e não sem graça?

2.2.2.2 Alimentação da Natureza (*Refeição da Natureza ou A Refeição Natural*)

Para conseguir fazer a ligação central do ciclo natural da alimentação com o que vimos anteriormente e com a alimentação dos seres vivos humanos, sentimos que a alimentação da natureza é o elo perdido da **di-gestão natural**, dessa terracultura (FOLEY, 2010) relacionada ao lugar no tempo, ao aqui e agora. É assim que, acompanhando os plantios e as colheitas, são abastecidos os refeitórios (espaços de refazimento) do que ali precisa ser servido: alimentos ricos, cheios de graça em forma de energia vital, em movimento e que, vivos, traduzem-se em informação.

A cozinha da natureza prepara e serve informação. O alimento é o meio de comunicação, que se realiza entre os seres e os elementos quando comemos, integrando nesta ligação tudo o que está vivo e fluindo nos tempos do ciclo alimentar. Alimentar-se é informar-se, instruir-se, nutrir-se a respeito da **forma** e da **ação** que, a cada momento, cada ser vivo deve tomar para que se conserve assim vivo e bem. As informações – ações de formar e formas de agir – que os alimentos trazem são nesse sentido vitais, ou seja, trata-se de informação viva.

As sementes, hortaliças e frutos crus, como encontrados na natureza, são concentrados de informações que cumprem a comunicação com seus remetentes quando a mensagem alcança viva os seus destinatários. Nosso principal remetente é o Sol e os centros de triagem e distribuição da informação solar na Terra são os solos, que vivos, com suas comunidades fotossintetizantes – como microrganismos e planta – organizam (sistemizam, fixam, estruturam) a radiação luminosa (onda-partícula) em um formato de matéria legível, apreciável e comestível aos nossos corpos (matéria orgânica, biomassa).

Ana Branco, professora e mediadora de vivências no projeto *Convivências com o Biochip*, recorre à imagem de um chip como envoltório mínimo de informação (células) para falar das condições de conservação da informação armazenada tanto nos chips de computação como nos conteúdos biológicos celulares. Há, por exemplo, limites máximos e mínimos de temperatura aceitáveis para que ambas as estruturas não se corrompam e a informação viva em cada chip seja preservada (DE SOUZA SOARES, 2012). Por essa razão que a alimentação viva significa uma alimentação crua, fresca, cozida e refrigerada apenas pelo sol (raios solares) nos seus tempos e intensidades (dia e noite, luz e sombra). A medida destes limites está em nossos corpos, na tolerância de nossas mãos e bocas ao calor e ao frio. Essas informações são colhidas, cultivadas e mantidas nas células das comidas que são

entregues pela cozinha da natureza em seu estado íntegro, são e pleno de graça (energia informativa nutricional de graça).

Com isso, fica evidente que os princípios da alimentação natural seguem um caminho distinto dos fundamentos de segurança alimentar e higiene modernos e que rumaram no sentido da esterilização, do armazenamento prolongado e da valorização dos componentes e propriedades nutricionais dos alimentos a nível molecular, que tornou a comida morta, vazia (caloria vazia). Esta visão tecnicista tem perdido sentido, também em termos acadêmicos, e dado lugar a uma visão cada vez mais perceptível quanto ao que faz uma boa autonomia/soberania alimentar que conduz à saúde e bem-estar para nós seres vivos (KATZ, 2014). Na alimentação viva, apesar de existir uma compreensão também molecular-quântica da informação e das condições bioquímicas de nutrição, valoriza-se uma leitura simples, contextual e inteira de que aquilo que verdadeiramente nos alimenta é a **energia vital** e o **frescor** nas formas e nos tempos que a natureza nos oferta (ANDRADE, 2016). Por exemplo, limão é limão, integrado, e não vitamina C. Cenoura é cenoura e não apenas betacaroteno. Comemos limão e cenoura inteiros e não apenas vitamina C e betacaroteno. O corpo não reconhece tais informações de modo particionado.

A partir desta compreensão, interpretamos o arco histórico de valorização da cultura alimentar cozida como um **percurso de experimentação** de nossas capacidades digestivas, mas a um custo alto sobre nossa saúde coletiva. Nesta leitura, à medida que a cultura do alimento morto enfatiza os preparos e processamentos com cozimento (e ultra processamentos industriais) vamos deixando de receber as informações vitais que mencionamos e, como efeito, vamos nos desconectando do céu e da terra, do sol e do solo, dos ventos e das águas, mares e correntezas, dos tempos e dos lugares, do clima e da natureza do qual fazemos parte. Sem o acesso a tal fluxo de informações, ganham terreno em nosso terreno biológico os desequilíbrios, passamos a operar em autorreferência (não-conversa) e como resultado último, vamos nos ausentando de nós mesmos. A saúde está no meio e o meio – meio ambiente, natureza – somos nós mesmos quando equilibrados pela informação que a vida dá.

Esta ideia percebemos, por exemplo, no modelo biogênico proposto por Edmond Szekely (1989) que esquematiza de forma didática os papéis que os tipos de alimentos cumprem em nosso corpo. Szekely organiza os tipos de alimentos segundo uma escala de vitalidade (geração-degeneração da vida) em quatro categorias. Os dois primeiros grupos de alimentos contemplam aqueles referidos por Ana Branco, sendo que, considera-se as sementes germinadas e os brotos como alimentos **biogênicos**, ou seja, capazes de gerar vida. Em

seguida, a escala agrupa frutas, legumes, verduras frescas e cruas entre os alimentos **bioativos**, com capacidade para a ativação da vida. Na sequência, aparecem os alimentos congelados, cozidos e refinados (por exemplo, pães e massas) como **bioestáticos** ou **biomantenedores**, uma vez que apenas mantêm a vida. E, por último, os alimentos irradiados, ultraprocessados, com conservantes químicos, venenos e aromatizantes são tidos como **biocídicos**, pois têm por efeito a destruição da vida e, a rigor, não deveriam sequer ser chamados de alimentos ou comida.

A partir desta descrição, é possível dar-se conta do grau de distanciamento em relação às fontes primordiais de vitalidade que a cultura alimentar hegemonicamente difundida tem tomado ao centrar-se nos alimentos estáticos e, como tendência cada vez maior, naqueles últimos destrutivos. Felizmente, o guia da alimentação brasileira (BRASIL, 2014), documento de referência e igualmente embasado nesta leitura de papéis dos alimentos na promoção da saúde apontava um cenário ainda reticente ao abandono completo dos ativadores e geradores de vida, indicando a persistência de uma cultura alimentar, mesmo que fortemente baseada em bioestáticos, ainda capaz de compor refeições balanceadas com grãos, frutas e verduras diversas. Refeições, portanto, compostas por alimentos frescos *in natura* (não desnaturados/corrompidos).

Infelizmente, os riscos de apagamento e de abandono da cultura de vitalidade se intensificam não como tendência natural, e sim como desejo, intenção e ação calculada de expansão de mercado da indústria de processados (Figura 7). Levando em consideração o rumo de ampliação da cultura desvitalizante, de que formas podemos pensar ações de fortalecimento de mutirões de sementeiras, plantios, colheitas voltadas às refeições vivas? De que forma, em que espaço-tempo e lugar esta semente da permacultura alimentar poderá vigorar?

Figura 7 - Reportagem detalhando as ações de expansão de mercado em periferias brasileiras



Fonte: Jacobs e Richtel (2017).

2.2.2.3 Ecogastronomias e a renaturalização das culturas alimentares

Diante do cenário de expansão e estabelecimento das práticas de alimentação desnaturais, ganha força, enquanto resposta a esta investida, a sustentação e o resgate de um conjunto de elementos enraizados nas diversas culturas alimentares e que enfatizam a Terra, os ecossistemas, os solos e corpos d'água vivos e o seu papel cuidador-provedor quanto a tudo o que necessitamos.

Esta ênfase, que poderia ser tida como evidente, torna-se necessária uma vez que a cultura fragmentária reducionista fez desaparecer das paisagens cultivadas a diversidade, criando os chamados desertos verdes (monoculturas). São muitas as contribuições e os marcos que vieram a reforçar esta escolha de percurso, porém destacamos como determinante para a gastronomia e para os modos de vida policulturais a proposição e a adesão à *teoria do germe* de Louis Pasteur.

Havia no tempo de Pasteur duas outras proposições concorrentes que buscavam entender a relação de nossos corpos com os microrganismos, o *meio interno* de Claude Bernard (considerado pai da Fisiologia Humana), que buscava a compreensão da atividade espontânea do organismo nesta relação; e a de Béchamp, que se referia à existência de um *terreno biológico*, ou seja, uma espécie de solo em nosso corpo. Nesta disputa, a visão de Pasteur prevaleceu e persiste ainda hoje como chave explicativa das respostas imunológicas e, com isso, a compreensão de que nossa relação com o mundo e com os corpos estranhos é, via de regra, desarmoniosa, de que para cada germe – corpo estranho que nos ameaça – produzimos uma resposta de defesa específica (anticorpo).

A pasteurização, como princípio e método de higienização via esterilização de germes, pauta até hoje a relação com os alimentos e dá suporte à produção de conhecimentos e métodos de processamento em tecnologia de alimentos que amparam a criação de novos produtos alimentícios. No entanto, o germen nas sementes e em todos os embriões representa o princípio da vida. A quebra da dormência, no caso das sementes, anuncia o processo de germinação e ampliação da vitalidade nos brotos que, na alimentação viva, conformam as fontes mais importantes de acesso à energia vital de que se vale a saúde nos seres vivos.

Como foi possível então que, por séculos, se estabelecesse esta visão de que a saúde dos alimentos passaria pela eliminação dos germes e do princípio vital? Trata-se, em verdade, de um processo cultural e histórico mais profundo e que vai aos poucos minando as possibilidades humanas tanto de cultivo quanto de acesso ao alimento fresco. De modo tal que o empobrecimento dos processos e das técnicas produtivas e as largas distâncias entre

produção e consumo passam a ofertar via de regra um alimento que chega já sem frescor às bocas, ou seja, já em vias de decomposição e vazios. Para combater esta perecibilidade natural, recorreremos a um repertório vasto de técnicas de preservação de formas, texturas, cores e sabores que ao final nos conduziram ao atual reducionismo dos alimentos à lógica dos valores nutricionais e ao simulacro dos ultraprocessados.

A bem da verdade, como mencionamos ao falar de visão sistêmica, esta empreitada reducionista não surgiu como capítulo isolado à história da medicina ou do sanitarismo, constitui-se sim como uma investida civilizatória de base técnico-científica impulsionada pela rentabilidade de empreendimentos des-econômicos, como a indústria farmacêutica e o agronegócio, que persistem fortes, influentes e atuantes como agentes modeladores de realidades, favorecendo dimensões de meias-verdades oportunas e ocultando e produzindo confusão quanto ao que não for conveniente.

Assim, por mais que tenhamos até aqui cultuado essas meias-verdades, é bom constatar que também os meios mais reducionistas e fragmentários têm alcançado por seus próprios meios e tempos visões e caminhos acerca da vida e da saúde em plenitude como condição para torná-la boa. A respeito dos germes e dos gérmenes, algo que havia sido mal compreendido por Pasteur e que resvala, por exemplo, nas possibilidades e bloqueios de acesso à saúde plena como no contexto atual de Pandemia abre-se à revisão, a um outro olhar por ocasião da falência sucessiva e da dignidade que o repertório de soluções à disposição não nos entrega.

Sem uma visão sistêmica, por exemplo, perde-se de vista que os eventos de epidemias desastrosas são milenarmente produzidos em contextos monoculturais, que remontam à origem dos *domus* (espaço de domesticação da vida selvagem, sítios fixos de sedentarização em baixa diversidade e alta densidade). Esse contexto originário de adoecimento agrava-se com a especialização campo-cidade e com a produção de alimentos em fazendas industriais (WALLACE, 2020). E tanto os lugares, os tecnoecossistemas, quanto os corpos cultivados e alimentados nestas condições de precária natureza resultam em desertificação desde a escala macro para a microbiológica, agravada pelo uso indiscriminado de antibióticos.

Esta má gestão da vida em diversidade (má convivência) que nos reduz a desertos vai aos poucos reabrindo espaço para uma ponderação profunda sobre esta relação mal concebida com a ideia de uma natureza que se localiza fora de nós. E que, assim, poderia ser manipulada, controlada e idealmente neutralizada (esterilizada) como fim de um processo de antropização, higienização das paisagens ordenadas que admiramos e contemplamos. Isto não

só representa um culto à doença, como tem chegado a um certo limite de reprodução, como no caso dos antibióticos, das bactérias ultraresistentes e das variantes viróticas de alta letalidade e transmissibilidade.

A conclusão inescapável é a de que não há equilíbrio ou saúde sem o auxílio e cooperação com as faunas e floras (intestinais e extestinais). Viemos também, gradualmente, cedido espaço a este entendimento quando começamos a falar da importância de probióticos e das artes de fermentação e favorecimento de variedades de microorganismos, para nós, benéficas em resposta à banalização de antibióticos direta e indiretamente administrados. Este caminho de consideração a respeito do inescapável vínculo entre diversidade, parceria entre organismos diversos e cooperação para a saúde é o mesmo princípio que Ana Primavesi encontrou como sustentação dos solos vivos e, dessa forma, anuncia um resgate ao terreno biológico e ao meio interno de Béchamp e Claude Bernard. Aí reside a ligação sensível (sensual) entre as florestas selvagens e as florestas intestinais, mostrando que seus cuidados são equivalentes e têm os mesmos princípios.

Se é preciso haver vida como critério garantidor de saúde desde a terra cultivada/ajardinada até os terrenos biológicos dos corpos, faz sentido que o alimento que realiza esta mediação seja/esteja também vivo ao transitar de um terreno a outro e a informação vital que traga seja a de uma convivência harmoniosa com o berço de diversidade que a despertou e nutriu. Este princípio dá o contexto necessário à fundação do campo das **Ecogastronomias**, que reconhecemos como um espaço de troca mútua e interação entre as diferentes abordagens, visões e contribuições que de alguma forma têm na alimentação natural e nos princípios da natureza as suas referências de saúde, bem viver e gestão harmoniosa da vida comum (ver Figura 8).

Dentre os intérpretes da alimentação da natureza que animam o campo das Ecogastronomias, destacamos aqui contribuições que consideramos essenciais à incorporação de saberes integrativos em vivências práticas de saúde e bem viver. A dieta à base de plantas compõe os tratados de saúde de Hipócrates, considerado o pai da medicina ocidental. Ainda que nossa abordagem se apoie nas culturas originárias e nos saberes de povos não modernos, que antecedem e ultrapassam a historiografia eurocêntrica, este nos parece um bom ponto de partida para buscarmos um caminho integrativo transmoderno e intercultural.

Ao vegetarianismo ligam-se hoje diretamente discursos e práticas naturalistas como o veganismo (modos de vida centrados na superação da exploração animal seletiva, conhecida como especismo), que tanto ampliam como assumem outra perspectiva acerca da alimentação e seus aspectos culturais implicados; o frugivorismo, alimentação baseada em

frutos frescos; o crudivorismo, baseado também no frescor do alimento cru (*raw food*), sobretudo vegetais, porém não restringindo animais. Outras abordagens mais ligadas ao campo da nutrição, que interagem com as anteriores, mas demonstram adesão maior a públicos como de atletas, são a *Dieta Amucosa*, proposta por Arnold Ehret e focada na eliminação de alimentos que ocasionam a produção de muco pelo trato digestivo, como indicativo de uma digestão dificultosa; e a *Dieta 80/10/10*, recomendada por Douglas Graham e também fortemente centrada em frutas e legumes, mas expressa em termos de macronutrientes: 80% de carboidratos e as parcela menores compostas de gorduras e proteínas em quantidades equivalentes (10% cada).

Figura 8 - Diversidade de termos relacionados à Alimentação Natural



Fonte: Elaborado pelo autor.

Em nosso entendimento, a alimentação viva dialoga e acolhe o universo de abordagens praticadas no campo das ecogastronomias e expressa também outras duas tendências relevantes como resposta ao empobrecimento quanto ao que consideramos comida dada a disseminação das paisagens monoculturais. A alimentação selvagem e a difusão dos usos e preparos de PANCS (plantas alimentícias não convencionais), gêneros chamados selvagens porque fogem à lista dos gêneros e cultivos mais comumente domesticados, demarcam a importância da diversidade para a soberania alimentar e da reincorporação à cultura alimentar daquilo que é espontaneamente ofertado pela natureza, seja em espaços

florestais, rurais ou urbanos. E, finalmente, a comida cozida pelo sol (*sunfired food* e *sunfired cuisine* - comida e cozinha solar), promovida mundialmente pelo chef Dr. Aris LaTham, reposiciona, principalmente para o meio gastronômico, este princípio fundamental de que o alimento fresco, vivo, maduro, servido pela natureza trata-se do preparo mais acolhedor, hospitaleiro e cuidadoso que qualquer ser vivo poderia receber.

Este ambiente de práticas e cuidados relacionados à alimentação, como podemos ver, traduzem-se em modos de vida que, quanto mais harmonizados e integrados às formas e aos tempos da natureza, sugerem um princípio de relação com o mundo baseado na amizade com tudo o que existe, ou seja, uma relação biofílica, amiga da natureza e da vida (KATZ, 2014; WILSON, 1984).

2.2.3 A Compostagem e a Reciclagem da Natureza

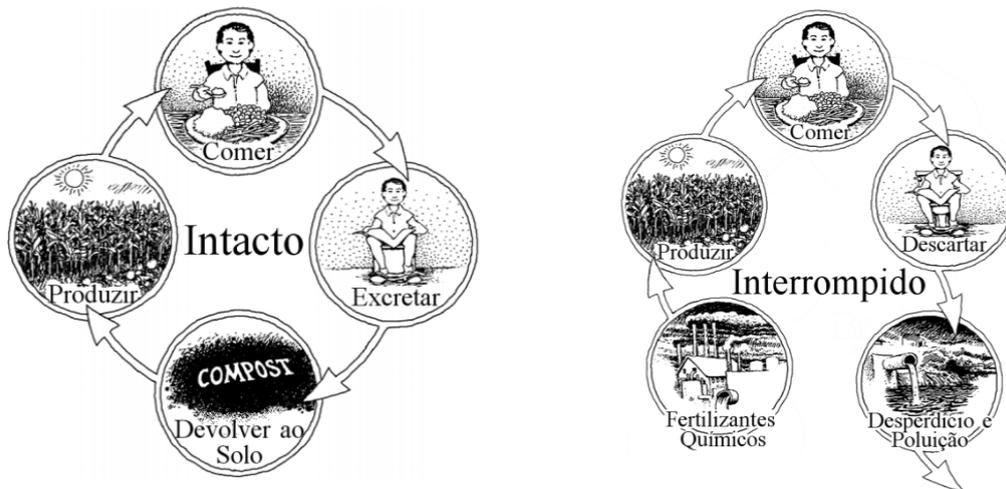
Por fim e que bem poderia ser o começo deste percurso circular-integrativo, arrematamos o ciclo da cultura alimentar na relação com a terra, após desenharmos o que entendemos por agriculturas e cozinhas da natureza, com a compostagem ou reciclagem da natureza. Esta é a fase de encaminhamento adequado e tratamento das sobras, ou seja, de devolução cuidadosa à terra do que foi dela colhido e que já não nos servirá nem de alimento nem para outros usos. E para isso, é preciso compreendermos – tal qual fizemos ao observar como cultiva e como come a natureza – como a natureza recicla e digere o que já cumpriu seu papel no sistema? A disponibilização de compostos orgânicos em formas aproveitáveis por organismos produtores do próprio alimento (autótrofos fotossintetizantes) envolve uma transformação ou uma metamorfose da matéria a que chamamos compostagem.

A compostagem decompõe para compor. É uma desestruturação construtiva, criativa. Uma destruição natural. Diferente dos processos produtivos técnico-industriais (Figura 9), no entanto, esta destruição criativa não resulta em interrupção (disrupção). Ela representa a todo instante uma continuidade transformadora: cíclica e regenerativa. Não existe lixo nem sobras estanques nos ciclos naturais, porque não há nenhum produto, resultante de um processo, que não seja também insumo de um outro. Ou seja, não há linearidade. Tudo é ciclo. Toda ponta liga-se a uma outra ponta (*free-ently*, amistosamente) segundo as leis da natureza.

Embora governada por leis imutáveis, a Natureza também está sujeita a uma transformação eterna. Dentro dessa metamorfose constante está oculto o segredo profundo de toda evolução. Somente o homem se apega a fórmulas e dogmas rígidos e aparentemente incontrovertidos, e estes estão causando sua ruína. Nossa origem e nosso futuro estão envoltos em um segredo quase impenetrável que não podemos

desvendar. Há aquilo que não devemos fazer, mesmo que não acreditemos na eterna transmutação e reencarnação de todas as coisas vivas. Não percebemos que todo o desenvolvimento deve cessar se deixarmos de respeitar a quietude interna e a reclusão da Mãe Terra e continuarmos a explorar os resíduos submersos da vida anterior (carvão, petróleo, etc.) para fins diferentes daqueles que a sábia natureza ordenou. Nada na natureza acontece do nada ou encerra em si. Um processo sempre desencadeia outro (SCHAUBERGER, 1998, p.17).

Figura 9 - Interrupção e linearização do ciclo alimentar



Fonte: Jenkins (2005).

A Permacultura também estrutura um caminho de relação regenerativa com o mundo, para além da sustentabilidade, amparada no princípio de cuidado com a Terra e na busca de soluções de desenho sintrópicas, que primam pelo aproveitamento máximo, de forma equilibrada, da energia nos sistemas (HOLMGREN, 2013). Para tanto, dispomos de um repertório de técnicas de fechamento (renovação) dos ciclos naturais nos próprios locais em que as atividades geradoras de sobras e materiais residuais ocorrem, de modo que estes resíduos sejam transformados em recursos ativos no desenvolvimento e fortalecimento dos sistemas.

Há também aqui, nas formas de pensar e atuar com ciclagem da natureza, uma diversidade de abordagens e atenções que conformam um campo de soluções que podem ser agrupadas entre reciclagens de materiais sólidos orgânicos (compostáveis) e de volumes líquidos (efluentes). Assim como nos tópicos anteriores, entendemos este campo como um processo digestivo e tal qual o corpo humano procede com a excreção de sólidos (cocô) e solutos diluídos (xixi) por rotas separadas, assim entendemos o esforço de separação e tratamento diferenciado na geração para fins de saneamento.

O *saneamento ecológico* ou *focado em recursos* integra os cuidados relativos aos riscos de contaminação por contato com patógenos em uma abordagem holística (biofílica, biótica e não antibiótica). Ao compreender que convivemos simbioticamente com tais microorganismos em nosso microbioma e que o risco de adoecimentos associado a eles decorre de sua potencialização por descuidos sistêmicos, abrimos espaço para refletir e praticar boas digestões (reciclagens de sobras e excreções) cuidadosas com nós mesmos, com os outros e com a Terra. A partir da relação centrada no cuidado e na compreensão de que nada (nem o mais artificial dos artefatos) pode verdadeiramente sair, descolar-se da natureza, temos a chance de perceber os riscos e danos que geramos ao apostar na produção descartável de materiais técnicos – recicláveis ou não – e de novas entidades químicas e sintéticas que persistem, obstruem e poluem os processos de ciclagem da matéria nos sistemas naturais (más digestões).

É por esta razão que pensar sobre as formas como a natureza recicla ilumina um aspecto profundamente contraditório de nosso percurso civilizatório relativo ao trabalho e à atribuição de valor às coisas. A rejeição ao que a natureza oferece de graça gera desgraça, desde o alimento cozido pelo sol até os materiais naturais que nos provém vestes, utensílios e abrigo (materiais construtivos). O esforço em cadeia para a recriação da abundância da natureza fora dela (busca pela impericibilidade artificial) é custoso e ineficiente (energointensivo) em quaisquer aspectos comparativos que considerem o ciclo completo de provimento e realização da função de utilidade pretendida. Por exemplo, pra que tentar fabricar artificialmente uma bucha/esponja monofuncional com petroquímicos (que a natureza escondeu profundamente para não serem mexidos) se temos uma bucha vegetal, que é fabricada de graça e que é multifuncional, servindo para lavar louças, o corpo, pisos, paredes e superfícies em geral?

Esta busca pela realização de uma presença humana imperecível diante da vida revela um gosto pela separação entre cultura e natureza que procura também descontinuar vida e morte, como se a morte não fosse além de fim, começo. A aceitação da morte, da desintegração e da decomposição como eventos naturais que sucedem e antecedem a vida, recriando-a é essencial à afirmação de uma cultura de vida. E é precisamente porque rejeitamos e procuramos enganar a morte, que a antecipamos e, assim, impedimos que no percurso da vida ocorra o seu florescimento, em fluxo e continuidade a tudo o que existe e coexiste em transformação e mistura total. As estações do ano marcam este ciclo de fênix e continuidade convival: outono, inverno, primavera, verão, outono. A queda (*fall*), a morte e a

compostagem antecedem e sucedem o desabrochar, a florada, a polinização e a consumação da mistura que gera novos embriões e seres em crescimento e decaimento contínuo.

Uma vez observado e compreendido as formas como a natureza recicla e digere o que já cumpriu seu papel nos sistemas, podemos voltar à nossa questão central sobre como se recicla comida. A compostagem do alimento em si, em sistemas de abundância, é um processo comum e corrente, pois à exceção de quando a própria reciclagem das estações nos sugere o resguardo digestivo (pausa, jejum), há sempre excedentes, já que sistemas maduros produzem em profusão. Dessa forma, nossas técnicas de compostagem de sobras de alimentos imitam o que sucede em solos naturais por ação conjunta de comensais diversos e decompositores (digestores), que vão decompondo, digerindo materiais úmidos e secos empilhados em certo balanço que nos ambientes florestais formam a camada de solo chamada serrapilheira e, nas composteiras, as leiras, lasanhas ou pilhas que reproduzem aquele ambiente favorável à decomposição natural.

Este princípio tem sido reproduzido com diferentes técnicas em ambientes mínimos e deficitários em natureza, como apartamentos, cozinhas e copas de edifícios situados em zonas de intensa urbanização. A possibilidade de realização deste ciclo (ciclagem) mesmo em condições assim precárias reafirma a centralidade da permacultura alimentar, da comida viva e das cozinhas da natureza como elos inquebrantáveis (ainda que historicamente perdidos) de nossa terracultura, da memória corpórea da digestão natural, da graça que é sermos e permanecermos húmus, humanos, colados, como tudo o que é vivo, à pele da terra/Terra: terráqueos.

2.3 Práticas Integrativas de Saúde e Bem Viver (Permacultura Alimentar)

Em termos de princípios (coração, informação, amor, o núcleo, a essência ou a semente que direciona/conduz/escolhe a ação), a Permacultura estrutura com clareza o horizonte do cuidado – com a Terra e com os outros seres – aliado à necessidade de compartilhamento da abundância que as relações de cuidado mútuo proveem. É diante do estado avançado de degradação da vida e do estabelecimento de culturas de mal viver até aqui descritas que as dificuldades surgem à efetivação dos princípios em práticas capazes de tornar reais, presentes e palpáveis tais benefícios.

Por esse motivo, cabe aqui perguntar que conjunto de ações possuiria esta capacidade de mudança e transformação benéfica, tendo em vista a força atual dos processos de desintegração a que estamos todos submetidos? Este conjunto de práticas integrativas

traduziriam de forma simples como é possível proceder cotidianamente se quisermos também vivenciar saúde e alegria, reafirmar o prazer de partilhar a existência confluindo com as forças e modos de florescimento da vida natural.

Nesse sentido, entendemos que em diferentes graus e medidas temos sido em geral educados, letrados e treinados a expressar valores e comportamentos que inconscientemente e sistemicamente nos põem a serviço deste processo competitivo e desintegrador, que produz e recria cenários de escassez (desertos e desigualdades). Para que possamos confluir com as forças de abundância do mundo natural, é preciso que pensemos formas de realizar a **compostagem cultural** das emoções, traumas e mágoas (más águas/humores/sentimentos) que fomos acumulando e represando ao longo da vida a cada experiência de sofrimento, que podemos aqui chamar de “lixo” (resíduos poluentes e persistentes) justamente porque persistem em nós gerando, além do próprio sofrimento, pouco ou nenhum aprendizado, mudança (SILVA, 2021; SCARANO, 2019).

Como vimos no tópico anterior, o saneamento é um processo que acontece e tem curso quando percebemos e agimos a partir do entendimento de que todo resíduo é recurso, de que é literalmente fazendo merda que se aduba a vida. A sanidade e a saúde, portanto, são "produtos" de ações relacionais, de práticas e processos que não concebem o descarte, que desinventam o lixo e o descartável e procuram integrá-los em ambientes e contextos adequados, capazes de digeri-los.

A adequação que viabiliza a compostagem se dá via de regra no espaço comum, no âmbito do contato e da conversa entre os seres vivos. São corpos vivos que expressam ações de cuidado na forma como aproximam-se ou afastam-se de outros corpos. Por essa razão, há uma escala possível e provável para a prática do cuidado, são as dimensões de proximidade, vizinhança e localidade que a comportam e, por exclusão, os níveis e escalas de descomunalidade (desmedida) não dão conta de viabilizar este necessário encontro sensível, interativo, presencial. Não há uma receita única estruturante deste caminho relacional de mudança mútua benéfica (*mutuação*). É a busca criativa conjunta do zelo com os outros que conformam meu meio (enquanto eu me faço meio deles) que aponta caminhos possíveis para cada ambiente de relações, desde que haja disposição e abertura (MATURANA, 2009).

Novamente, a base deste contato, dança ou brincadeira (metamórfica) criadora de formas são as **relações amigáveis**, as pontas soltas que se tocam (*free-ends*), voluntariamente, sem obrigatoriedade. É na base do **encantamento**, do gosto renovado por interagir e brincar que os espaços comuns se recriam, expandem e fortalecem. Não queremos dizer com isso que a comunalidade não possa ser intencional, pelo contrário, tal como as eleições e as boas

escolhas que fazemos de refazimento nas práticas alimentares diárias, os encontros amigáveis são viabilizados por desejos e intenções de proximidade, vontade de contato e toque (massagem, abraço, bem querer, chamego, carinho), de fertilização, alimentação e sementeira mútua, da gente no outro e do outro na gente. É também assim uma transa, em torno da qual emergem espaço e estruturas consensuais (SIMAS; RUFINO, 2020).

Os sentidos plurais, florestais e diversos de Bem viver expressam-se sim como radicalmente opostos aos empenhos monoculturais seletivos, antibióticos, biofóbicos. A saúde e a alegria são as expressões certas da biofilia, da busca amigável pela reintegração da vida mesma, comum, que manifesta-se nos diferentes corpos. Portanto, os horizontes de revalorização da cultura da vida que temos aqui considerado à luz da Permacultura Alimentar **têm nos outros o alimento**, a fonte de reabastecimento e refazimento primordial da vida. E a compostagem em termos culturais é a prática fundante que, para nós, hoje e sempre, inaugurará os eventos de harmonização e mobilização das disposições para o reencontro saudável, a sinergia de corpos em prática de abundância.

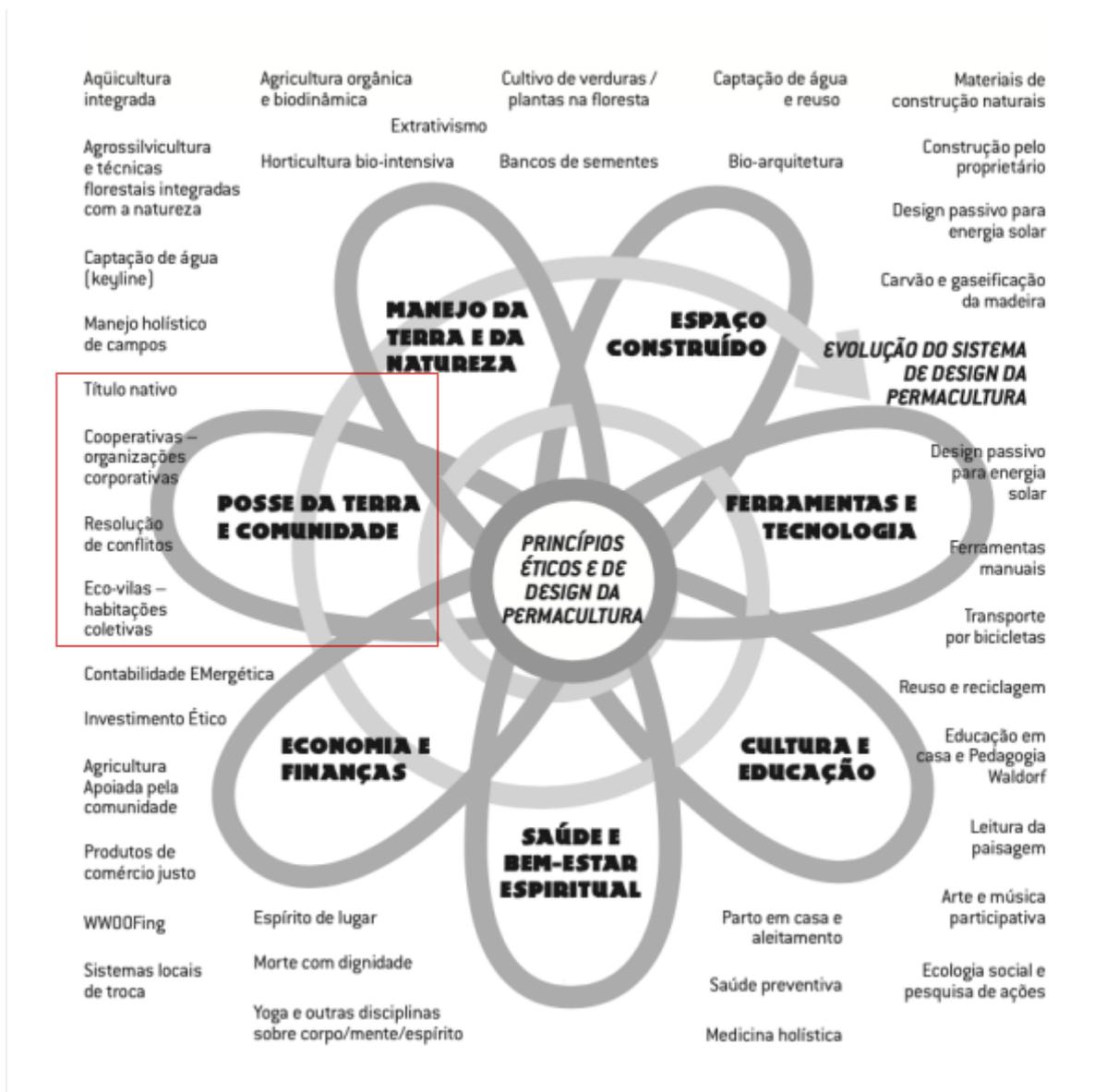
E o que alimenta a vida? O que fazemos para alimentá-la? Para bem fazermos uns dos/nos outros, é preciso compostar. São as ações de adubação (*adubâncias*) – preparo de adubos – que anunciam e convocam as abundâncias. Mas para termos com o quê nos adubar, é preciso praticar compostagem e, pra isso, muito ajuda ter minhoca na cabeça, que areja, umidifica e vitaliza o pensamento (integrando-se ao restante do corpo, organismo e sistemas como um todo). As minhocas e seus ovos estão nos húmus dos solos vivos. E, nesse sentido, a compostagem da cultura chama ajuda, reforço, mutualidade, mas também significa deixar em paz, esquivar/evitar/jejubar das ações que a atrapalham e a atropelam. Desta medida e balanço compassados de ações e silêncios surgem os bons compostos, nos tempos e temperos exatos (feitiço do tempo, tempero da vida).

No entanto, tem faltado minhoca e adubo em nossas composteiras. O momento indica uma obstrução ou baixa generalizada dos bem viveres que atesta o fortalecimento histórico dos mal viveres (mal humores, lixões) e o atual cenário de discordância, desunião e dissenso acerca dos caminhos que integram, alegram e libertam (COSTA; XUCURU-KARIRI, 2020). De que forma poderíamos recordar os nós que unem também as diferentes percepções, leituras e abordagens reativas e relativas acerca do que está mal e de como será possível compostá-lo para nos sanarmos?

Como temos argumentado até aqui, enxergamos no alimento e nas muitas cozinhas que o preparam a dimensão do elo inquebrantável da vida e da vitalidade que convivialmente partilhamos (meditações, remediações, remédios - caminhos de equilíbrio e

homeostase). A seguir, a partir desta percepção de que, imersos neste sistema de mal viveres e desertos, temos todos valores a compor, apresentamos um repertório de caminhos práticos reunidos em torno da **pétala permacultural da governança comunitária** (Figura 10) que sugerem saberes capazes de materializar a prática do cuidado (e da compostagem/minhocagem) nas relações, abrindo então espaço em lugares reais para o florescimento da saúde e a integração intencional em comunidades reais.

Figura 10 - Práticas de governança comunitária contempladas na flor da Permacultura



Fonte: Adaptado de Holmgren (2002).

Considerando que a sobreposição e a abertura das pétalas da permacultura conformam na inteireza da flor um caminho de florescimento, escolhemos a pétala da comunalidade como estratégia integrativa diante da complexidade dos problemas e das

soluções que temos considerado com simplicidade, ainda que acolhendo suas muitas dimensões e desdobramentos. Esta pétala indica um princípio de gestão das relações e dos bens comuns (governança comunitária), entendendo como necessária a garantia de posse da terra – do enraizamento em um CEP – para o exercício das ligações amigáveis e livres que constroem os laços comunitários (comunalidade).

É preciso, portanto, garantir o direito de viver em paz (à vontade) e de usufruto de um lugar na Terra (título nativo, direito tradicional de uso) como base para a compostagem do mero uso (valor de utilidade) em uma afeição e cuidado com os lugares (utilidade invertida: como posso ser útil a esse lugar/sistema?). Desta garantia básica, brotam experiências comunais cooperativas e associativas que são alguns formatos conhecidos de viabilização de ações e intenções conjuntas. Para que haja a possibilidade de uma construção de consensualidade (pensar e agir em alinhamento de sentidos) há nestes arranjos comunais a prática de assembléias e espaços de diálogo, resolução de conflitos e tomada de decisão consensuais, assim como há o cultivo de espaços para a partilha de técnicas e saberes práticos (tecnologias) que podem ser postos à prova em função dos resultados benéficos para a comunidade como um todo a respeito da forma como se escolhe cuidar, intervir e manter o que é comum. Dentre outros formatos, tem sido fomentada e difundida a possibilidade de convivência em comunidade em meio aos hábitos de vida e cultura modernas por meio de soluções de co-habitação, moradias compartilhadas e ecovilas, que já apresentam a relação com a terra/Terra como valor estruturante das relações e dos projetos comuns (MAJEROWICZ, TOGASHI, VALLE, 2017).

Tomando então a comunalidade como acordo base às boas relações, que dão as provas e os gostos que as saúdes e os bem viveres têm, propomos a integração aos detalhamentos práticos das pétalas da permacultura de alguns princípios e práticas de cuidados a partir das dimensões que destacamos da Permacultura Alimentar (Figura 11). Acompanhando o subtítulo da obra de Holmgren que discute, sistematiza e aprofunda os primeiros princípios permaculturais, entendemos a permacultura "para além da sustentabilidade" e seu fim é tocar a vida. O esforço integrativo destes cuidados procura assim conferir centralidade à vitalidade, às práticas vivas: alimentação viva, cozinha viva, jardinagem viva e educação viva para uma cultura de vida.



Fonte: Elaborada pelo autor.

Finalmente, reunimos a seguir um compêndio preliminar de práticas preventivas e remediativas que orientam o fortalecimento e a restauração dos sistemas de saúde comum coletiva, manifestada individualmente em cada ser. A natureza, de onde brota e nasce a saúde, representa um lugar de encontro permanente e também consulta com os **agentes de saúde naturais** toda vez que venham as queixas e mal-estares decorrentes de eventuais congestionamentos (Figura 12). De forma esquemática, mas sempre fluida e integrada, são as forças e fluxos elementais (ar, sol, água, terra e suas metamorfoses em solos, florais, terrais, por exemplo) aqueles que em fim e princípio guardam e agenciam para nós, de nós e em nós nossos muitos estados de equilíbrio, alegria e saúde.

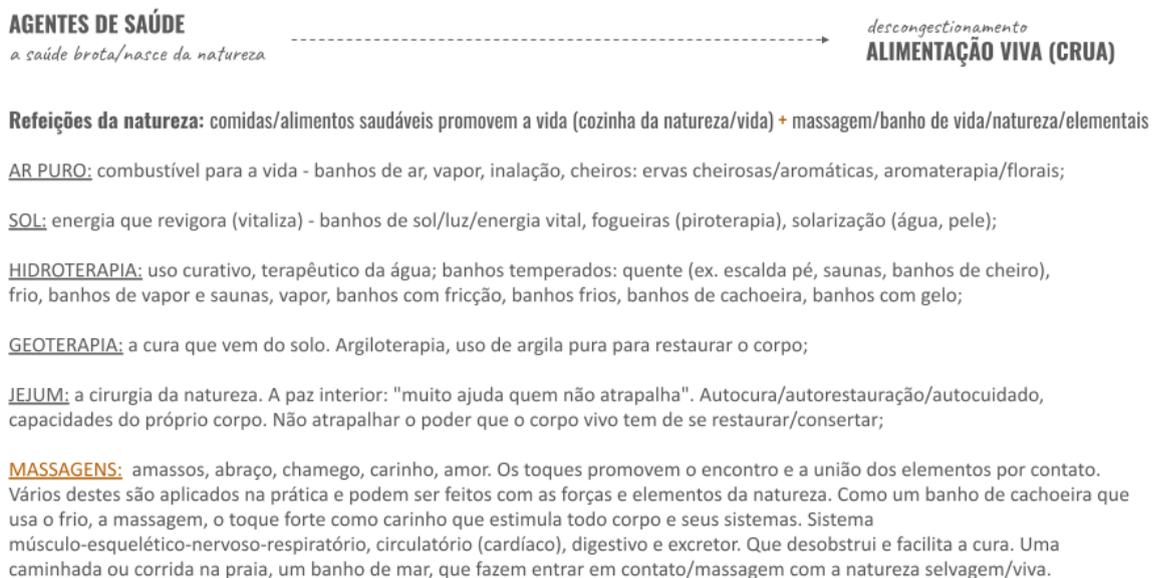
2.3.1 A Saúde e o Bem Viver (refeição como um todo partindo do alimento vivo)

A vida alimentada da vitalidade, ou seja, de mais vida é, como temos desenhado até aqui, uma manifestação da graça, um estado de poesia (criação). Não há continuidade da vida sem reafirmação deste acordo, sem um entendimento comum entre corações. No entanto, ainda que a cada boa refeição esta graça seja renovada e sejamos gratos pelo elo inquebrantável das cozinhas, colheitas e compostagens da natureza que nos provêm

alimentos-remédios e que, em português possamos expressar tal gratidão com um "obrigado", é quando se devolve o "de nada" que a essência deste acordo amigável se firma, em liberdade.

Com isso, queremos dizer que essencialmente nenhum de nós está obrigado a viver, muito menos preso à reafirmação cíclica (infernai) de um mal viver, a um estado de desgraça. A multiplicidade de expressões de bem viveres possíveis partem portanto deste livre acordo, deste consentimento existencial, de que a boa vida desabrocha e floresce daquilo que apetece, anima e faz gosto, de para onde nos levam nossos sentidos em liberdade de ser e sentir e então os acolhemos, escolhemos estes rumos/lugares/vivências.

Figura 12 - Agentes de saúde e práticas integrativas de saúde e Bem viver



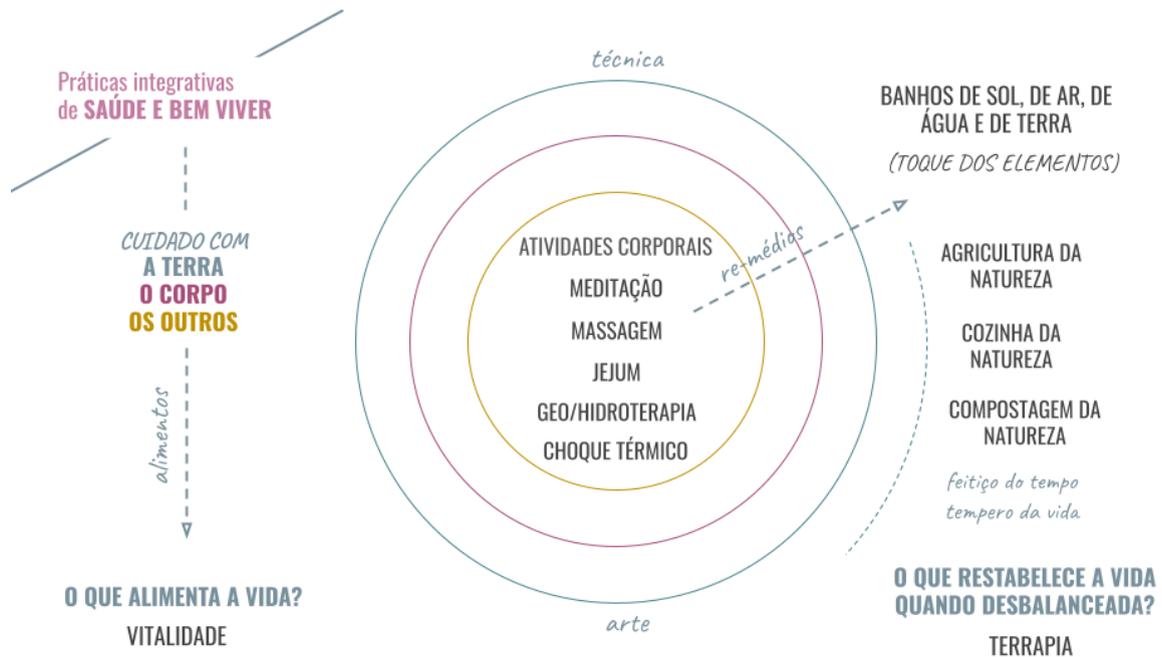
Fonte: Elaborada pelo autor.

A obrigatoriedade do refazimento é uma espécie de morte a que chamamos sobrevivência. A boa refeição é a realização do viver voluntário ou da vontade de viver, do desejo de vida. É preciso **estar à vontade** em ser e existir para desejar assim seguir. Este é o direito de viver em paz e é este aspecto aparentemente contraditório que aqui queremos destacar como valor, essência e semente do que constitui os sentidos todos de expressão das saúdes e dos bem viveres (Figura 13).

Para as situações de adoecimentos e desbalanços generalizados retroalimentados por uma cultura baseada em práticas desintegrativas e desvitalizantes, reafirma-se a condição do alimento vivo como remédio e do remédio como alimento, tal como encontram de acordo os saberes tradicionais e a medicina hipocrática. Todo desbalanço, no entanto, comporta um

risco de desconexão gradual e cumulativa em relação à informação vital que organiza a saúde dos seres vivos.

Figura 13 - Práticas integrativas de saúde e Bem viver



Fonte: Elaborada pelo autor.

Como ter clareza e confiança em nossos sentidos quando afetados pela confusão que a falta de saúde acarreta? Considerando os processos que constroem saúde nas dimensões apontadas da permacultura alimentar, são as **terapias naturais de imersão** (Figura 14) – por contato integral com os fluxos e humores de sistemas naturais saudáveis – que possibilitam resintonização e ajuste de prumo para cada organismo com seus ciclos de refazimento (ciclicidade autopoietica).

Recomenda-se, portanto, um conjunto de práticas (terapias e arteterapias) para a intensificação do contato com as forças naturais, como massagens, toques dos elementos por meio de banhos de sol, de ar, de água e de terra sadias. Este é **princípio amplo**² que orienta o universo de práticas remediativas, entendidas como necessárias ao restabelecimento da vida e do acesso à vitalidade, cuja natureza é fonte e lugar de encontro com estes fluxos, vibrações e pulsações, consideradas não só as emissões de informações entre corpos (suas peles e

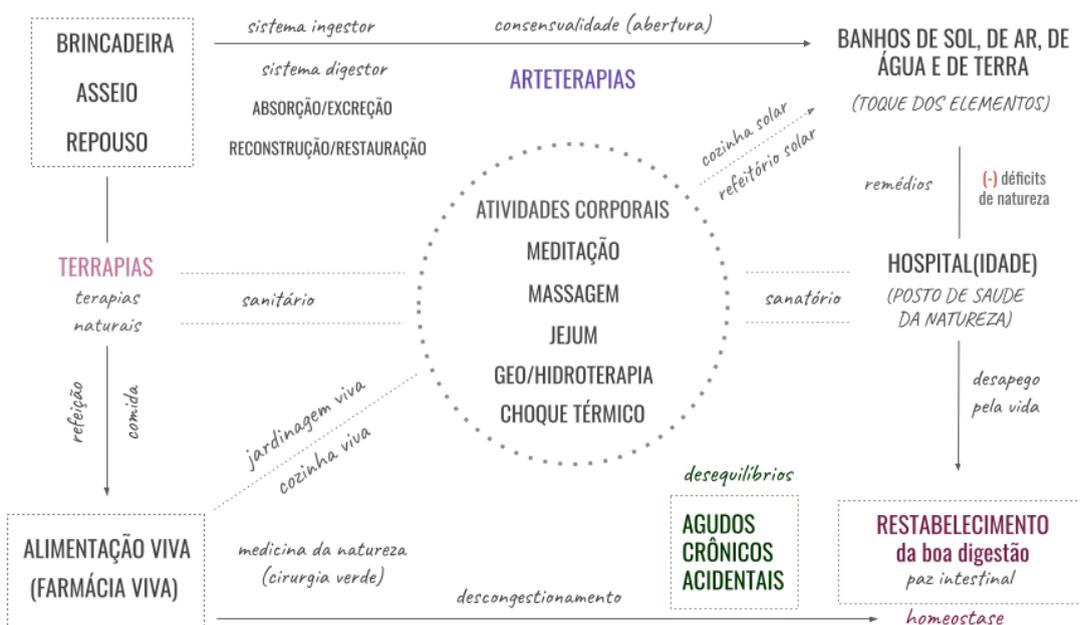
² Princípio de abundância (superávit de natureza) em diálogo direto com as constatações de Richard Louv acerca dos déficits de natureza.

tecidos), mas também as pausas, os silêncios e as levezas que nos descansam ou nos descarregam, contribuindo com o reestabelecido estado de paz.

Deste princípio-ativo, prática primordial, desdobram-se artes e técnicas diversas que buscam tratamentos direcionados a condições específicas de adoecimentos. Práticas de meditação, massagem, jejuns, geo e hidroterapias e choques térmicos alinham-se dentro de um repertório de ações terapêuticas, de cura e medicinas aplicadas a queixas específicas, mas ainda concebidas de forma holística, como intervenções capazes de ativar ou fortalecer as próprias funções de reequilíbrio dos corpos (homeostase).

Equilíbrio supõe movimento e este foi inclusive um aprendizado relativamente recente nas ciências ecológicas, de que não há equilíbrio natural estático, tudo é dinâmico (GIBSON, 1996). Nesse sentido, saúde e Bem viver, como expressões de uma vida boa, equilibrada, significam um movimento, uma existência animada e que assim se revela quando brinca. É a realização do brincar e da brincadeira que falam e expressam os estados de graça, paz e leveza dos seres vivos. Esta é a forma de interação, troca e fluxo que viabiliza a transmissão sutil da vitalidade relacionada aos fazeres em plena presença. Fazer-se presente na existência é brincar com a vida que nos atravessa e este inteiro fazer, em equilíbrio, pressupõe também um inteiro não fazer (repouso) e um fazer por onde fazer de novo, que são as nossas manutenções e asseios.

Figura 14 - Relações entre práticas integrativas de saúde e Bem viver



Fonte: Elaborada pelo autor.

Nessas três dimensões da brincadeira, do repouso e do asseio, fluem os alimentos (comidas), as informações (matérias e energias) de vitalidade por nossos sistemas ingestor e digestor. E é por elas que também compreendemos e procuramos aqui sistematizar as situações de abertura (consensualidade) e fechamento dos corpos (desconexão) em relação ao próprio meio. O equilíbrio das funções vitais nos seres vivos (homeostase) tanto contribui quanto se beneficia da homeostase dos sistemas naturais em/com que convivem. Essa relação entre elemento e sistema aponta um horizonte de ação remediativa, em caso de desequilíbrio por desconexão no sentido da busca de imersão em um contexto de atestado equilíbrio e força, ou seja, um **ambiente equilibrante**, cujas forças e fluxos abraçam os corpos desequilibrados (elemento fechado ou em desconexão) e impõem nova sintonia, ritmo e compasso a partir da harmonia preponderante naquele sistema.

Como temos até aqui sustentado, a Permacultura Alimentar organiza-se pelos princípios de uma alimentação viva no sentido do alimento-remédio e do remédio-alimento. A refeição é a função mais básica e a forma mais simples de fluir (e tornar a fluir) com a vida, porque todo ser vivo reafirma no alimento (vivo) o gosto de viver e seguir vivendo. Este ciclo de refazimento também comporta desequilíbrios eventuais e cumpre este papel igualmente básico de reorganizar e manter o equilíbrio e as funções vitais de cada organismo sujeito a desbalanços.

Desequilíbrios eventuais maiores, no entanto, como acidentes e adoecimentos agudos e crônicos dependem também deste ciclo básico de refazimento amparado no ciclo do alimento e da vitalidade, mas põem em evidência a relação direta entre a saúde dos seres e dos sistemas vivos comunais. A vida, manifestada nos seres vivos e nos fluxos que nos atravessam, se fortalece quando acompanhada de mais vida, em diversidade (florestação, comilança). Este princípio de co-desenvolvimento também aponta um sentido a respeito do que precisa ser feito quando não apenas os seres, mas os sistemas em que convivem se veem desbalanceados e adoecidos. É preciso imergir em mais natureza, seja cultivando as formas de vida presentes ou buscando imersão nos lugares onde segue resguardada sua potência vital e maturidade, a que referimos como sistemas de abundância ou florestais (JACOBS, 2001).

Eis o elo inquebrantável daquilo que viemos apontando como cozinha viva (e comida viva), amparada na prática de uma jardinagem viva (cultivo, colheita e compostagem) que conecta e revela a porosidade imersiva dos terrenos biológicos todos (corpos e solos). É na cozinha solar que acampam e se estruturam os refeitórios solares, que na verdade traduzem o encontro dos elementos vitais nos solos. É, portanto, na imersão neste hospital natural (postos de saúde da natureza) que são compensadas as hostilidades eventuais e os cumulativos

déficits de natureza. E como todo princípio terapêutico, é pela anamnese (recordação) da condição hospitaleira do existir – hospitalidade – anterior ao adoecimento, que se iniciam os processos de cura e remediação, de regresso ao lar (se re-lugar à cultura da vida) (HANSEN, JONES, TOCCHINI, 2017).

As possibilidades de acolhimento das dores e tristezas, conduzidas nesta abordagem holística, remetem a uma paz intestinal que envolve também um **desapego em relação à vida**. Uma vez que a sabemos cíclica e metamórfica, jejuns e ignorâncias tornam-se ferramentas úteis potentes (ainda que também falíveis) às possibilidades de (re)florescimento individual, ainda em vida, mediante desconexão/desatenção intencional aos vetores ativos de desertificação/emurchecimento. Estar em paz e viver em paz acolhem e põem em um mesmo fluxo: nascimento, vida e morte. Nesse sentido, quando focamos as atenções ao falar de saúde e bem viver (ou bem morrer) e de tudo o que para nós representam à luz da Permacultura Alimentar, estamos tratando de valores que dão a maior importância à vida e à cultura que a faz florescer em cada ser vivo, em seu meio (lugar) e com as possibilidades que se lhes apresentam.

Por essa razão, optamos por comunicar esta contribuição e esforço de pesquisa como **uma semente de alegria, emoção e leveza**. Pretendemos, quando muito, neste empreendimento acadêmico, espalhar sementes que ajudem a recordar a simplicidade dos estados de graça que viver e bem viver comportam. Ou melhor, transbordam. Abraçar este fluxo, à medida que vamos nos descongestionando, pode ser assustadoramente fácil, porque, em verdade, é não ter nada ou quase nada a fazer. E esta relação entre pazes (cultivo ativo da paz intestinal e do deixar em paz) aponta o sentido prático de um fazer as pazes com a vida.

Assim, conduzimos este experimento inicial em nosso estudo-pesquisa (revisão, consensuação, brincadeira) como uma compostagem do território do aprender e do aprendizado ao buscar fazer uma educação viva (da natureza), na busca de valores que plantem as sementes rumo à cultura de vida. Como se cada paisagem (terreno, território e lugar) fosse um jardim florestal, destinado à reunião das dimensões essenciais à saúde e ao bem viver, como cozinha, parque de diversão, picadeiro de circo e escola, espalhando sentimento e emoção, informação e brincadeira. Desta forma, paisagens de abundância e exuberância natural, como a floresta, ao contrário do simbolismo comum de representação de lugar perigoso e temeroso, uma vez compostada esta semântica, passam a transmitir sensações de segurança e proteção.

Desta imagem, é possível sentir e perceber o mundo como uma escola – universidade e pluriversidade – de aprendizado fácil, simples, alegre e cheio de graça, que

ensina e implanta o cultivo de valores que compõem sistema de saúde e bem viver integrado/composto. Tratam-se de aprendizados elementares, por exemplo, saber que cada ser vivo e os elementos da natureza compõem o todo de um sistema vivo e inteligente, que anima, com amor e bem-querer, o *coração* e a *coragem* (para *cor-agir* individualmente e, coletivamente, haver *cor-agem*). Aprendemos que, ao entrar nesse feitiço do tempo, que tempera a cozinha viva da natureza, os espaços realizam poções encantadas, que combinam, consensualizam e vitaminam mundos ao integrar e incluir no mesmo lugar seus muitos locais (outros mundos). Então, passamos a ver um tudo e um todo de instituições, funções e papéis sobrepostos em redundância e multiplicidade em cada espaço – lugares que têm (ou voltam a ter) o tempero da vida.

É um exercício interessante imaginar, assim, como responderam na condição de organismo os atuais sistemas (educacionais, políticos, de saúde, empresariais/organizacionais/institucionais) ao comerem, colherem e sentirem a informação das comidas e sementes que intencionalmente têm plantado. Certamente, por um congestionamento ou outro, haveremos de presenciar a rapidez de algumas mudanças. Sem aqui nos atermos a práticas de julgamentos, penas e condenações – como ensinam tradições mediativas no Ubuntu e nos bem viveres ameríndios (TREDINNICK, 2019; FULGÊNCIO, DO NASCIMENTO, 2012) –, fazemos uma espécie de aposta na ignorância quanto às forças desvitalizantes, na brincadeira do jejum e na **compostagem cultural** dos sistemas de falência e adoecimento da cultura e de valores. Tal desinvestimento, na verdade, direciona um investimento na metamorfose, uma investida em estratégias de placenta – típica dos processos florestais –, de colo e zelo aos outros valores e princípios que temos cultivado e cuja força necessária para vingarem e se firmarem neste mundo são, sim ou sim, decorrentes de cuidado, atenção, tempo e alimento prolongados e permanentes.

3. MAPEAMENTO DE INTERAÇÕES, USOS E OCUPAÇÃO DO ESPAÇO

A segunda parte desta pesquisa é dedicada à observação e análise qualitativa dos elementos e valores apresentados no primeiro capítulo – e que compõem o universo da permacultura alimentar – em um caso real: o Sítio Floresta. Situado no município de Eusébio (CE) e integrando a Região Metropolitana de Fortaleza (RMF), este eco-sítio, como veremos, inspirado por valores e princípios permaculturais, representa uma experiência de transformação cultural (permacultural) a partir de um loteamento comercial convencional (com valores comerciais, de lucro, ou relação de poucos ganhando em cima de muitos).

Para o alcance dos objetivos de análise aqui propostos, optamos pela realização de um mapeamento de interações, usos e ocupação do espaço (mapa de conexões) a partir de registros e notas em visitas ao local e com base nos materiais projetuais e de comunicação disponibilizados pelos moradores dos lotes. Buscamos acessar relatos por meio de entrevistas abertas e com roteiro semiestruturado (MARCONI, LAKATOS, 2002), inicialmente com os moradores do Sítio Floresta (que foi o primeiro sítio permacultural a se instalar no loteamento) e, em seguida, com os moradores dos lotes do entorno que acompanharam o exemplo do Sítio Floresta. Tal abordagem parte também das relações de interação baseadas na convivência, onde quem estuda busca fazer parte para conhecer o lugar e seus locais. Compomos assim um esforço de pesquisa em cultivo dos valores descritos na primeira parte do trabalho, buscando a inclusão integrada (sistêmica), de vizinhança (local) e relugado com o free-endly (amistosa), baseada no amor incondicional (viver à vontade e cheio de graça).

Pretendemos, dessa forma, obter uma representação visual capaz de comunicar a história e o processo de enraizamento espacial e seus potenciais transformativos no contexto do loteamento que abriga os núcleos restaurativos da rede em questão. Este tipo de representação histórica relacional entre os seres e os lugares se alinha à vertente da cartografia particularmente interessada nos processos que encontram palco no espaço físico:

Diferente de outras metodologias de pesquisa, a cartografia apresentada pelos autores não possui etapas formuladas ou procedimentos específicos a serem seguidos. Como uma parte do rizoma, não tendo entradas e saídas estabelecidas, a metodologia cartográfica não é como um procedimento tradicional. O rizoma constrói ligações sem início nem fim, sem um centro. Não há uma hierarquia, mas sim subdivisões que podem ser tão importantes quanto qualquer outra. (LEMOS, OLIVEIRA, 2017)

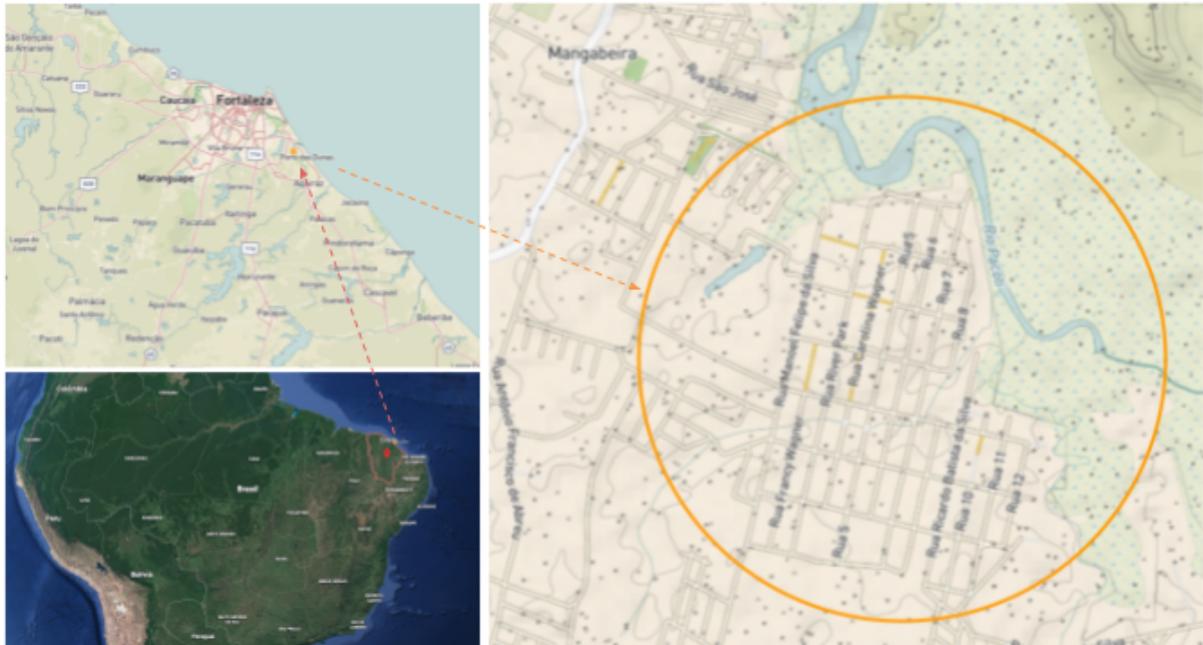
Desta forma, foram conduzidos seis (6) momentos de entrevistas desenhados de forma a possibilitar o acesso às visões e relatos sobre o espaço da perspectiva das seis moradas permaculturais e de seus moradores, totalizando **11 entrevistados** em ciclos de

duração média 1 (uma) hora e meia por morada. O roteiro de entrevista usado de apoio na condução dos ciclos (Quadro 1) foi concebido em três blocos de perguntas organizadas de forma a acessar eventos e temporalidades que (1) antecederam a chegada dos moradores ao loteamento; (2) o período que sucede a chegada até o momento presente de realização das entrevistas; e, por fim, (3) as projeções dos moradores em relação ao futuro. Este último bloco contemplou perguntas acerca do sentido local e territorializado daquelas relações de base permacultural, ou seja, como os entrevistados percebem suas próprias condições e relações de permanência e saúde como indicativos possíveis da força de implantação, enraizamento, enredamento e sucessão rumo à cultura de vida. Os ciclos de entrevista eram finalizados com um momento de reflexão e partilha sobre os aprendizados e as trocas mútuas a partir da experiência de imersão no estudo nos encontros entre entrevistador e entrevistados.

As moradas e os moradores entrevistados (cujos nomes serão preservados e apresentados por siglas) estão localizados em um loteamento comercial chamado River Park, situado no município de Eusébio, no estado do Ceará e a 24 km da capital (Figs. 15-17). O município possui cerca de 79 km² e uma população estimada em 2021 de 55.035 habitantes (densidade demográfica de 582,66 hab/km²) (IBGE, 2021). Apesar de qualificado como 100% de área urbana, situado entre os rios Pacoti e Coaçu, Eusébio conta ainda com importantes atributos naturais e que resultaram na criação da Área de Proteção Ambiental (APA) do Rio Pacoti, unidade de conservação de uso sustentável de 2.914,93 hectares, criada por meio do Decreto N° 25.778, de 15 de fevereiro de 2000 (SEMACE, 2010).

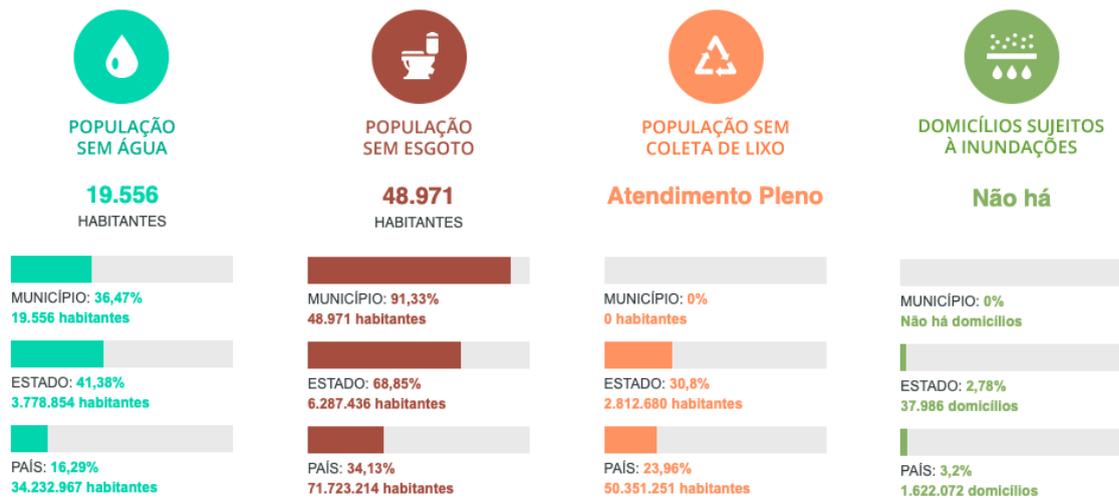
A composição sociodemográfica da vizinhança é descrita como diversa pelos entrevistados, reunindo grupos identificados por aspectos religiosos (evangélicos), ocupacionais (policiais) e pela relação de permanência eventual (visitantes de casas de veraneio) ou histórica (caseiros e outros trabalhadores-moradores tradicionais do local e entorno). No sentido desta classificação própria, a rede de moradores foco das entrevistas compõem uma comunidade com características partilhadas em torno de valores ligados à natureza e à cultura de cuidados (com a terra e com os outros) no âmbito da permacultura e da terracultura que temos até aqui comunicado. Este grupo, que compõe e pertence ao universo diverso de moradores do loteamento River Park, adotou o nome de **comunidade da Pucaba**, nome tradicional da localidade, resgatado a partir de relatos de moradores antigos (da localidade).

Figura 15 - Localização geográfica do Loteamento River Park



Fonte: Elaborado pelo autor.

Figura 16 - Aspectos de desenvolvimento urbano e saneamento de Eusébio (2019)



Fonte: SNIS (2019).

Figura 17 - Indicadores e dados básicos de caracterização do município

 Área Territorial	78,818 km ² [2020]
 População estimada	55.035 pessoas [2021]
 Densidade demográfica	582,66 hab/km ² [2010]
 Escolarização 6 a 14 anos	98,3 % [2010]
 IDHM Índice de desenvolvimento humano municipal	0,701 [2010]
 Mortalidade infantil	15,47 óbitos por mil nascidos vivos [2019]
 Receitas realizadas	281.098,32 R\$ (+1000) [2017]
 Despesas empenhadas	251.597,09 R\$ (+1000) [2017]
 PIB per capita	46.830,08 R\$ [2018]
 Área Territorial	78,818 km ² [2020]
 População estimada	55.035 pessoas [2021]
 Densidade demográfica	582,66 hab/km ² [2010]
 Escolarização 6 a 14 anos	98,3 % [2010]
 IDHM Índice de desenvolvimento humano municipal	0,701 [2010]
 Mortalidade infantil	15,47 óbitos por mil nascidos vivos [2019]
 Receitas realizadas	281.098,32 R\$ (+1000) [2017]
 Despesas empenhadas	251.597,09 R\$ (+1000) [2017]
 PIB per capita	46.830,08 R\$ [2018]

Fonte: IBGE (2021).

Quadro 1 - Roteiro de entrevista

PERMACULTURA ALIMENTAR: UMA SEMENTE RUMO À RESTAURAÇÃO DA CULTURA DE VIDA	
Preparação: explicação da pesquisa, tema e objetivos	
1	Antes da chegada
<p>Qual a sua história que o trouxe até aqui a plantar o sítio?</p> <p>O que o levou/trouxe/motivou para chegar aqui, se instalar e semear o sítio como núcleo permacultural? Qual foi a chama a esse lugar e a essa comunidade intencional?</p>	
2	Da chegada até o presente
<p>Como uma semente plantada vira floresta? Como é que um sítio virou vários?</p> <p>Quem veio primeiro? Quem foi chegando e em que sequência? Como se formou e quem compõe a comunidade da Pucaba? Existem outros sítios, espaços ou comunidades/grupos que se relacionam com o seu sítio e/ou com a comunidade da Pucaba?</p> <p>Qual a relação aqui com a terra, as pessoas e a cultura e quais ações desenvolvem aqui? Qual a relação com a saúde e o bem viver (bem-estar)? Como floresceram e se implantaram os outros sítios e foi se formando essa rede? Após a chegada (plantio) e o estabelecimento (germinação) da semente do sítio Floresta, como foi se quebrando a dormência das sementes vizinhas? De onde elas vieram e como foram também enraizando (cultivando) essa rede/comunidade?</p>	
3	Permanência e saúde
<p>O que se faz para cuidar disso, dessa força e dessas relações? (ações, práticas e atitudes)</p> <p>Que práticas foram transformando um loteamento em um lugar de cultura de vida? Como a gente não some? Como a gente não enfraquece? Como a gente permanece? Como se dão as relações de cuidado: com o corpo, com a terra e com a comunidade?</p> <p>Dentre as práticas existe alguma de atrair novos moradores para melhorar ou fortalecer a comunidade? Como vocês cuidam da força desse florescimento e da saúde das relações entre os que compõem esse núcleo permacultural (sítios, pessoas e terra loteada/cultuada)? Como você percebe a continuidade e a força dessa rede para além da vizinhança da Pucaba?</p> <p>Além dos moradores da rede permacultural, que outras pessoas e famílias (com valores de vida diferentes) estão presentes no loteamento? E qual a relação de convivência com esses habitantes na comunidade?</p>	

3.1 Relatos de ocupação e usos do lugar permacultural

“O elementar se recompõe absolutamente”.

Edouard Glissant

Os relatos colhidos no âmbito das entrevistas desta pesquisa foram abundantes em sentidos que se abrem para múltiplas leituras e reflexões possíveis sobre a realidade dos processos que antecederam, sucederam e seguem em curso no lugar de implantação do Sítio Floresta. Mesmo o esforço prático e objetivo de comunicar os aspectos que interessam diretamente às perguntas aqui levantadas incorrerá em alguma redução daquilo que foi compartilhado. Dito isto, buscaremos tecer uma linha narrativa guiada por tais questões, mas sempre que possível e que pareça pertinente, temperaremos nossa síntese destes relatos com impressões derivadas e derivantes, surgidas durante as entrevistas ou por entendimentos posteriores, quando revisitamos os registros em áudio.

Feito este preâmbulo, podemos iniciar dizendo que os antecedentes do Sítio Floresta se confundem com a história de MS, primeiro morador da região motivado por valores permaculturais e do que depois viria a se constituir como comunidade da Pucaba.

3.1.1 A primeira semente: o Sítio Floresta

Em seu relato, MS de sua perspectiva e vivência desde cedo urbana, em Fortaleza, identifica primeiros contatos com a natureza na infância em viagens ao interior durante as férias escolares e aos sítios de seus avós em Senador Pompeu, Quixeramobim e Limoeiro do Norte. *"Essas experiências eram sempre uma curtição, eram sempre uma curtição caminhar no mato, tomar banho de açude, caçar passarinho (que se arrepende hoje). Então os primeiros vínculos com o mundo natural primeiro foram aí."* (MS).

Ele percebe que sua relação e ligação com o ambientalismo veio a aflorar mais tarde, ao final da adolescência, de maneira mais marcante com a prática do surfe.

Lembro de ficar sentado na prancha, esperando a onda, no fim da tarde, olhando a silhueta da galera, o pôr do sol, os coqueiros, de vez em quando subia uma onda e passava um cardume de peixes ali. Era um sentimento muito profundo e essa coisa incendiou o sentimento ambientalista. (MS)

Ainda em Fortaleza, finalizando o curso técnico em Edificações e iniciando o curso de Arquitetura e Urbanismo, por ocasião de um concurso público, MS com 19 anos

assume um cargo como servidor, que o levou novamente ao contato com as paisagens interioranas do estado do Ceará, morando nas cidades de Canindé, por 9 meses, em Maracanaú, por 6 meses e, posteriormente em Sobral, onde viveu por 3 anos. Ele retorna a Fortaleza por um período, na intenção de finalizar seu curso, mas conta ter tido dificuldade de se readaptar à vida na cidade grande após sua passagem pelo interior. Como não havia o curso de Arquitetura e Urbanismo em Sobral, MS ingressa e se gradua no curso de Ciências Sociais. Ela conta que se apaixonou pela carreira e que sua formação como cientista social o instrumentalizou com um olhar crítico para as questões e injustiças do mundo, mas por uma lente de desnaturalização dos modos de vida humanos.

Em 2005, MS participa do Fórum Social Mundial (FSM), em Porto Alegre, um evento internacional concebido como espaço de reflexão e organização para aqueles que se contrapõem à globalização neoliberal e constroem alternativas à dominação dos mercados. O evento surgiu em 2001 para se contrapor ao Fórum Econômico Mundial de Davos e o lema da edição de 2005 anunciava: "Outro mundo é possível". No entanto, a percepção de MS sobre a insensibilidade da crítica social para com o mundo não humano se aprofunda com a experiência do evento:

Apesar de ter sido uma experiência muito rica, com muitos movimentos sociais da América Latina e do mundo todo e com muitas propostas de oposição ao mundo capitalista, industrial, opressor. Mas a sensação que tive no final do encontro é que era meio difícil um outro mundo possível. Porque na área do acampamento do fórum parecia uma zona de guerra, muito lixo, muita poeira e tal. (MS)

No FSM, no entanto, MS tomou conhecimento por intermédio de um frequentador da comunidade da Sabiaguaba³ de que, paralelo ao fórum, estava acontecendo o ENCA (Encontro Nacional de Comunidades Alternativas) na cidade de Jijoca de Jericoacoara, no Ceará. E retornando de Porto Alegre a Jijoca, participou do encontro em andamento:

(...) foi uma experiência de alteridade muito forte, o encontro com a diferença. Me deparei com histórias de vida, biografias e pessoas que tinham seguido e feito escolhas na vida bastante diferente do roteiro de vida que é colocado pra gente. Ai aquilo mexeu. Claro que, obviamente, como toda experiência humana tem suas contradições. O movimento alternativo brasileiro tem suas contradições, algumas coisas que não me identifiquei. (MS)

Em sua busca por identificação pessoal, MS ressalta uma dimensão "impactante" desta experiência uma vez que, a partir de então, passa a frequentar a comunidade da Sabiaguaba,

³ Comunidade membro da ABRASCA (Associação Brasileira de Comunidades Alternativas), uma organização que existe desde o final da década de 1970 com o objetivo de promover os encontros de pessoas e grupos que estavam tentando construir um outro modo de vida, realmente um outro mundo possível.

organizada em torno da morada e da figura de Zé Albano. Sua ideia sobre morar em Fortaleza também foi mudando nesse processo. Em 2006, torna a participar do ENCA, na Bahia, e foi nesse encontro que MS afirma ter conhecido a Permacultura. Notou ali um cuidado maior e uma busca por um modo de vida mais natural, com tecnologias alternativas de construção com materiais naturais e cultivo de alimentos em sistemas agroecológicos.

Foi o que me chamou muita atenção, pois tinha uma pegada prática, diferente do Fórum Social Mundial, que era muito debate teórico (que é importante também), mas vi que não saía muito daí. Já no ENCA vi coisas mais práticas, vivências mais práticas, que transcendia um pouco só a questão da reflexão teórica. O que me chamou atenção, essa pegada de vivência e fiquei impactado. (MS)

Conta rindo o quanto esta vivência virou sua cabeça: “(...) passei uma semana inteira com uma barraca e um calção e nunca fui tão feliz na vida” (MS). A ideia que tinha de procurar um lugar para morar em Fortaleza perdeu para ele completamente o sentido. "Eu vou fazer o que em um apartamento? Eu vou atrás de um matagal pra eu me esconder." E, daquele momento em diante, passou a buscar terrenos em áreas com mata residual nos arredores da malha urbana de Fortaleza, pela Sabiaguaba e pelo bairro Lagoa Redonda.

Até que achei, dei um zoom do google maps e vi que essa região aqui, que é uma região relativamente próxima de Fortaleza, mas tinha dunas, tinha muito verde ainda, o rio passando por trás do Porto das Dunas ali. Cara, parece ser interessante essa área. Imprimi um roteirinho e vim bater aqui. Cheguei no meio da semana, perto do rio ali [Rio Pacoti]. E aí cara, um loteamento aqui. Lá em baixo ainda é assim, muitas quadras vazias. Vazias que eu digo, assim, sem habitação, só na mata nativa. Aí cheguei lá embaixo perto do rio e umas pegadas de guaxinim, muitas aves cantando e tal, e mangue. E eu nossa, meu irmão, tão perto de Fortaleza e tão natural ainda, tão semi-selvagem aqui! Aí comecei a procurar terreno por aqui. (MS)

Um colega de trabalho de MS havia comentado de um sítio que tinha por trás do Porto das Dunas e que queria vender porque seu pai havia falecido ali e ele estava desgostoso do lugar. Era exatamente o lugar que MS havia avistado no mapa. No entanto sua ideia à época era um terreno mais selvagem, com mata nativa, para abrir uma clareirinha, fazer uma casinha no centro e ficar no meio. E o sítio de seu colega era manejado de forma convencional, com algumas árvores esparsas e o terreno limpo. "Eles limpavam, juntavam as folhas secas e queimavam, a forma convencional de manejo." Conta que não se interessou muito pelo sítio, pois também era grande, maior e mais caro do que podia pagar, embora estivesse barato e bem abaixo do preço de mercado.

O pai de MS, por outro lado, encontrou ali uma boa oportunidade para investir e comprou o terreno com essa única finalidade. Conta que seu pai "jamais pensou em vir morar (...) até porque ele achava muitíssimo esquisito" (MS). Como MS estava procurando terreno

por ali, combinou com seu pai de ficar por lá como caseiro, dormir e morar, enquanto procurava seu lugar e assim teria seu ponto de apoio e o terreno não ficaria só. Seus pais seguiam achando esquisito o lugar e não quiseram consentir a princípio, mas MS assim o fez e passou a habitar o terreno.

*Na época vim sozinho. E aí comecei a vivenciar mais o espaço e tal. Na época comecei a estudar mais a questão da agroecologia. Aí o coroa vinha no final de semana. Aí ele vinha com a mesma mentalidade, né? Pegava tudo que era folha seca, tocava fogo. Eu começava a trocar uma ideia com ele, que poxa, quando ele toca fogo ali prejudica o solo e tal e tudo. Mas o lance cultural muito forte né? É difícil. E aí aos poucos eu fui caindo a ficha de que poxa, ao invés de, comprar um lugar na mata e abrir uma clareira. Eu poderia de repente, pegar esse lugar aqui, que eu já estou aqui nele, é um lugar grandinho, e um lugar que foi degradado, que não tem mais mata nativa. Só tem umas fruteiras esparsas e um solo pobre. **Eu poderia de repente deixar a mata voltar aqui.** (MS, grifo nosso)*

Dessa forma, MS relata que, ocupando ali, foi acumulando reservas para comprar o terreno e certo dia em que seu pai novamente fez uma queimada de folhas no terreno, contrariado, em um impulso, fez um cheque e o comprou de seu pai, que já queria vender.

*No dia que meu pai tocou fogo ali atrás, eu cheguei do trabalho, senti o cheiro de queimado, fui ver. Meu irmão. Fiz o cheque e comprei do meu pai. Não comprei mais tão barato. Comprei dele, mas ainda foi barato. Aí eu baixei o decreto, né? Pronto, como eu assumi o poder agora. Desse dia em diante, quem vai mexer nas folhas aqui é só o vento. Aí pronto, e aí começou. **E o nome vai ser Floresta. Não tem nada de floresta, mas vai ser Floresta que é pra estimular. Jogar pro universo aqui. E aí deixar a mata. Como eu não sei mexer, eu não vou mexer. Deixa que a natureza mexe. A natureza sabe o que faz. Eu não sei e pra eu não fazer cagada, não vou mexer. E aí pronto. Desse dia em diante me mudei pra cá.** (MS, grifo nosso)*

Assim, com este gesto fundador, MS marca a implantação do *Sítio Floresta* (ver Figura 18) que, no quadro compreensivo desta pesquisa, simboliza a maternagem da terracultura em meio ao loteamento comercial River Park e que, ao cuidar do solo – da matéria que o cobre e da vida que o anima –, prepara o terreno para a germinação de uma semente rumo à restauração da cultura de vida. Ele conta que daquele momento em diante começou a dedicar-se ao estudo sistemático da agrofloresta e, em seguida, da Permacultura. Em 2009, viajou para a Austrália com o amigo de trabalho MF para participar do Curso de Desenho em Permacultura (PDC, do inglês, *Permacultural Design Course*) com Bill Mollison. Ao retornar do curso, os dois fundaram o Instituto de Permacultura do Ceará (IPC), integrando a Rede PERMANECE, que já se dedicava à articulação regional de permacultores.

Figura 18 - Sítio Floresta: Portão de entrada (à esquerda) e via de acesso (à direita)



Fonte: Arquivo pessoal do autor.

3.1.2 As companhias do Sítio Floresta

"somos companheiros, cum panis, juntos à mesa. Estamos em risco uns com os outros, somos a carne uns dos outros, comemos e somos comidos - e ficamos com indigestão - estamos, no sentido de Lynn Margulis, na conjuntura simbiogenética de viver e morrer na Terra."

Donna Haraway

Ainda que possamos entender a saga de MS como um percurso individual até sua implantação no Eusébio e, junto dele, a implantação simultânea do Sítio Floresta, como toda rota de dispersão de sementes, seu movimento é acompanhado, promovido ou facilitado por diversos agentes. Desde a pessoa que em Porto Alegre lhe trouxe a informação sobre o ENCA – e o encantamento com a Sabiaguaba, as agroflorestas e a Permacultura – à participação de seu pai, como comprador intermediário do terreno, dos eventos iniciais ao momento em que foram colhidas as entrevistas, se faz marcante e gradativamente mais notável a importância das companhias de MS e do Sítio Floresta para a celebração de realidades concretizadas por planos sonhados. Esta seção dá destaque portanto àqueles que visitam, se avizinham e também se encantam a ponto de fazer morada na ideia de floresta e na Floresta em si, sistema sucessional e modo de relação cooperativa que atrai e chama seus agentes de florestação.

3.1.2.1 Companhia companheira (SF)

Para cinco das seis moradas envolvidas neste estudo, as entrevistas foram direcionadas e conduzidas aos casais de cada morada ouvindo em simultâneo aos dois

moradores. A exceção foi o Sítio Floresta por duas razões: para acessar em detalhe os antecedentes de implantação do sítio a partir do relato de MS e porque o Sítio Floresta se diferencia dos demais casos em que os casais chegaram e fincaram morada juntos. SF relata que sua história com a comunidade em torno do Sítio Floresta tem conexão direta com o fato de ela ter conhecido MS e de terem iniciado um relacionamento.

Natural do município de Sobral, tendo vivido sua infância e adolescência no interior e em contato com o meio rural, SF conta que ao mudar-se para um apartamento em Fortaleza para cursar a faculdade de Direito, apesar de vir animada com a mudança e com as possibilidades de contato com pessoas e ideias novas, sentiu-se tolhida e oprimida pelo modo de vida na cidade.

Esse modelo urbano, muito urbanizado demais, verticalizado e as relações. Como as relações aconteciam, isso sempre foi algo que mexia muito comigo. Inclusive nos primeiros anos eu sofria muito de... me sentia muito só. Ficava muito angustiada, porque eu não conseguia ver o céu. Eu lembro disso, assim que era algo que, meu deus, eu nesse apartamento, o céu é todo recortado. Eu quero ver o céu, né? Então, eu já carregava essa..., como é que eu vou dizer? Esse sentimento, essa experiência mesmo do interior. É, é que eu sentia falta. (SF)

Ela conta que seu encontro com MS em 2008, além da conexão afetiva, foi um encontro de almas, e que sentiu uma conexão ideológica e espiritual muito forte. "Nós temos uma visão de mundo muito parecida e um projeto de vida muito parecido também" (SF). Antes disso, SF já conhecia a Permacultura e conta que pela convivência com amigos que cursavam Biologia e Agronomia também discutia e refletia sobre modelos alternativos de produção de alimentos e de relação com a Terra. Apesar de efetivamente ter fincado morada no Sítio Floresta apenas em 2019, conta que ela e MS partilham o entendimento de que sua história com a Floresta – sua participação nas atividades do sítio e o papel e a participação da Floresta em sua história – teve início já desde o primeiro contato:

Então a gente se conheceu e começou um relacionamento. A partir desse relacionamento, eu já vivi aqui. Tinha minha casa em Fortaleza, tinha meus compromissos lá. Fazia faculdade, estágio e tal. E tava sempre aqui, inclusive nos finais de semana, dividindo e compartilhando aqui as atividades, as que eu tinha mais afinidade. E isso tudo já, de certa forma assim, me provocou. Acho que essas ideias prévias, essas minhas subjetividades prévias, digamos assim. Somada à experiência daqui, né? De me ver num lugar mais afastado, num lugar com contato com a natureza mais forte. (SF)

A contribuição que SF identifica como algo que trouxe de mais notável em sua vivência no Sítio Floresta, após ter feito o PDC, está relacionada ao princípio de cuidado com a terra e com a dimensão de saúde e bem-estar:

Essa parte do cuidado com as plantas, que toca na dimensão da alimentação. Sempre foi a pétala da Permacultura que eu mais gostei assim... Sabe? E eu sinto que, olhando para a Floresta, eu vejo a minha energia nela, sabe? Por exemplo, plantas que eu trouxe no ano tal, que hoje estão bem lindas e maravilhosas produzindo pra gente, entende? E aí é isso. (SF)

A partir do relato de SF, notamos que a percepção de seu papel no sistema e do tempo que se fez necessário até de fato vir a fincar morada no Sítio Floresta indicam o **desenvolvimento de uma relação** não apenas com MS, mas com o lugar permacultural. Ela conta que sua atração e imersão vivencial na Floresta partia de dois referenciais claros e para ela incômodos aos quais buscava se distanciar: a vida no interior, que proporciona conexão com a natureza e com as pessoas, porém limitada por valores conservadores; e a vida na capital, que proporciona certa liberdade de pensamento, porém trazendo distância e frieza nas relações humanas, além de uma desconexão profunda e adoecida com os ciclos e sistemas naturais.

Então, digamos que existia essa dualidade dentro de mim. As duas visões que eu tinha referência, quais eram? A do interior, mas que do ponto de vista ambiental, digamos assim, tava mais conectado comigo, porque, tinha um contato maior, né? Menos impacto. Mas ao mesmo tempo aquelas relações de lá já estavam esgotadas pra mim, porque eu via que era uma sociedade muito conservadora, não tinha abertura pra novas ideias. Nem uma vida comunitária da forma que eu acreditava. E em Fortaleza, o outro oposto. De uma vida individualista, em que as pessoas não se falavam. Na vizinhança, você não conhece, não consegue construir, né? Geralmente, correria - aquele ritmo. Eu estudava no outro lado da cidade. Então, sentia muito as coisas da poluição. Eu adorava plantas, eu não tinha onde plantar. Entende? (SF)

SF percebe que, partindo desses referenciais, encontra em sua relação com Sítio Floresta um ponto de equilíbrio possível entre a dualidade que aponta em cada polo de referência de modos de vida que trazia.

Poxa, será que é possível a gente construir um modelo que consiga reunir esse contato com a Natureza e espaço, que é o que eu sentia muita falta. Ter espaço, né? Ter espaço pra viver, plantar. Ao mesmo tempo, estando perto de pessoas que a gente tem afinidade de valores. E não tão distante da cidade, porque nós ainda precisamos de alguns serviços da cidade. Entende? Então essa experiência aqui pra mim..., porque eu carrego dentro de mim essa vivência do interior e de Fortaleza. Então se mostrou pra mim como uma alternativa. (SF)

Ela, no entanto, não entende esta alternativa ou a própria Permacultura como soluções finais, mas sim tentativas de solução, caminhos de transição, principalmente quando comparados aos modos de vida urbanos atuais e tentativas de suavização de seus impactos:

É, não é sustentável. Não se sustenta mesmo. Entendeu? Agora assim, eu acho importante, que essas tentativas, assim como isso que a gente está fazendo aqui. Isso aqui é uma tentativa, por que nós ainda mantemos aqui mantemos tecnologias que não são de baixo impacto. Por exemplo, nós temos carro com combustível fóssil, né? A gente ainda utiliza várias tecnologias: computadores, celulares, eletrodomésticos. Enfim, que precisam de metais, que precisam de mineração. Esse modo de produção está inserido dentro de um contexto, quando a gente amplia o olhar, insustentável mesmo. Né? Mas, eu acho que o MS deve ter falado um pouco da perspectiva da Permacultura como um movimento de transição. Não é o fim. Isso aqui que a gente está vivendo, pelo menos pra mim, eu acho que não é o fim último, entende? O modelo final de sustentabilidade. Eu nem gosto dessa palavra, mas eu tô usando, por que eu acho que ela comunica... Mas o modelo final de sustentabilidade de organização social, digamos assim, de estar no mundo, sociabilidade que vai gerar o menor impacto possível é esse, não é. Mas é uma transição. Então eu vejo que as cidades também podem buscar alternativas, estratégias de transição. Mas se você, amplia a cidade pra entender todas as conexões dela com a Terra, não é, na minha opinião. (SF)

Tomando, portanto, a experiência e a visão de transição de SF em seu próprio percurso e busca por conexões significativas e que apontam para formas saudáveis de relação com o outro e com o meio, vamos a partir dos presentes relatos delineando os contornos de forma, sentidos e valores que qualificariam as conexões praticadas entre moradores e rede da Pucaba uma representação possível de um caminho regenerativo.

3.1.2.2 Sítios Siricóia, Janaguba e Juazeiro e a sucessão florestal

A partir da implantação de MS e do Sítio Floresta iniciam-se em simultaneidade diferentes processos de encantamento para a fixação de novos sítios e moradores que viriam a constituir e compor o espaço comum que futuramente viria a inscrever a comunidade sob o nome de Pucaba. Assim como o pai de MS cumpre um papel inicial na compra e revenda do primeiro terreno, sua mãe, VS, havia participado das buscas por terrenos na região e com a venda do terreno do Sítio Floresta para o filho, segue buscando outro terreno para sua própria morada.

VS morava em Fortaleza, tinha um emprego em um banco e também mantinha duas lojas de confecção de roupas. Ela relata que vivia uma vida de trabalho intenso com estas atividades e que certo dia, ao dormir no volante por esgotamento, deu-se conta do risco que corria pelo ritmo de vida e trabalho que levava. Este evento representou para ela um marco na

busca que iniciaria, somando-se a MS por uma transição a um modo de vida mais saudável e longe da correria e do estresse diários.

Daquele momento então, conta que decidiu diminuir o ritmo e que aos fins de semana vinha ao loteamento River Park à procura de um terreno próximo do filho. Até que em 2011 compraram o terreno que viria ser o espaço de implantação do Sítio Siricóia. VS relata que a princípio não tinha um pensamento permacultural, mas que foi aos poucos mudando. Conta que queria se entrosar com as pessoas que frequentavam o Sítio Floresta e que daí à medida que foi conhecendo as pessoas, foi se envolvendo mais nas atividades e começou a estudar agrofloresta e permacultura. Por fim, gradualmente, aposentou-se de seu emprego no banco, mudou-se para o sítio e vendeu as duas lojas para criar galinhas.

VS conta que seus outros filhos a princípio também não tinham interesse em vir para o sítio, mas que foram, assim como ela, aos poucos se encantando pelas vivências em permacultura, fizeram também o PDC e hoje acolhem os princípios e buscam trazer as práticas para suas vidas. A filha alugou uma casa próxima e mudou-se também para o loteamento e seu outro filho não mora lá, mas conta que busca um modo de vida sustentável e permacultural.

Em sua transição, VS passou a atuar como corretora no loteamento e conta que atualmente cumpre um papel de facilitação e atração de pessoas com potencial para integrar-se à comunidade da Pucaba. Ela tanto busca mediar a compra e facilitar a negociação de novos terrenos para pessoas da rede de simpatizantes da permacultura (de modo a fortalecer a presença de moradores em alinhamento com o pensamento permacultural), como também busca relacionar-se com proprietários, caseiros e outros moradores do loteamento a fim de difundir conhecimentos, técnicas e práticas e, assim, diminuir as distâncias entre os modos de vida dos membros da Pucaba e das demais pessoas que atualmente compõem o loteamento River Park.

VS conta que participa de um grupo do loteamento e que está sempre chamando as pessoas que não são da Pucaba para mutirões e outras atividades práticas, como a construção da sua BET (Bacia de Evapotranspiração - Tecnologia de saneamento ecológica que resolve no local o problema de saneamento de águas negras: água do vaso sanitário com xixi e cocô, tratando-as e transformando-as em adubo, umidade e comida).

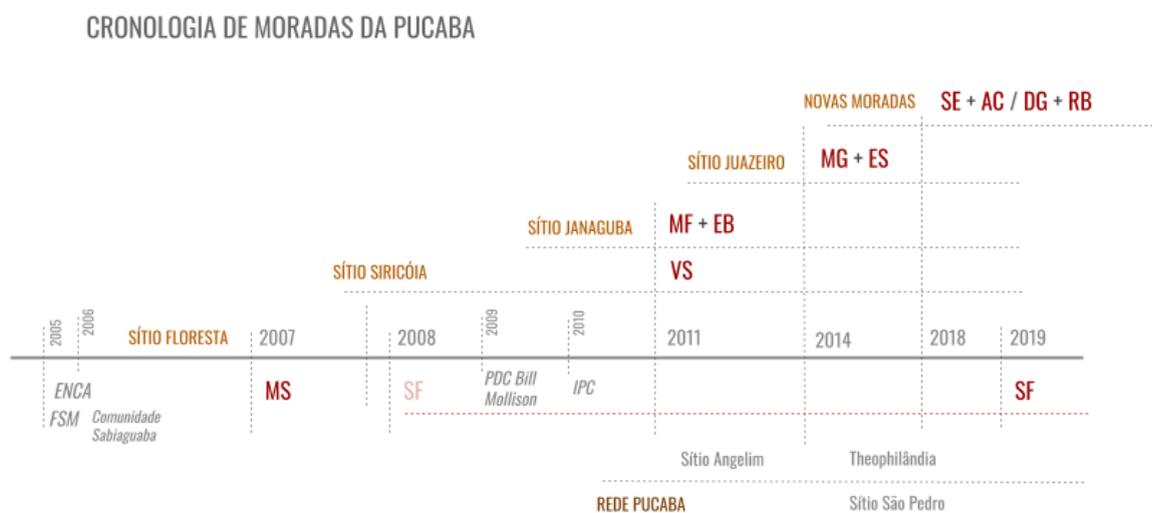
Eu fiz questão de chamar mais gente, o pessoal do River Park! Entendeu? Eu chamei pouca gente da Pucaba, chamei mais pra envolver, pra poder eles verem o quanto é necessário aqui nesse Loteamento uma BET. Porque no inverno o lençol freático sobe, tem terreno que você cava 20 cm e já deu n'água. Então isso vai contaminando o lençol freático, a fossa negra. Com fossa negra aqui deve estar

tudo contaminado. Então a BET, eu já trouxe a alguns e alguns já fizeram. É muito importante pra cá, pra conscientizar. Não é só ficar entre nós. Tentar chamar o povo daqui, convencer e tal. E mostrar, entendeu? Eu até falei isso no dia da BET aqui, que a minha intenção de chamá-los era exatamente pra eles terem essa ideia do que é a BET e o quanto ela é necessária para o nosso loteamento aqui, pra evitar a contaminação. Ai eu acho assim, esse movimento com a Pucaba não acontece. Eu queria que eles se interessassem mais por isso. Entendeu? (VS)

VS percebe a comunidade da Pucaba e todos os membros como bastante ativos e atuantes em relação aos demais moradores do loteamento (que considera mais acomodados) e cita a articulação que os pucabeiros fizeram para a disponibilização de acesso à rede de energia elétrica. Ela percebe, portanto, o seu papel de ponte, mediação e integração entre os mundos e modos de vida diversos que ali coabitam e se avizinham. E, como considera a força e a boa relação interna na Pucaba, sempre que possível, atua no sentido do fortalecimento da comunidade de fora para dentro.

Ao Sítio Siricóia vieram a somar mais duas importantes moradas que juntas demarcam o ciclo de expansão e enraizamento da Floresta ou sua sucessão florestal: os sítios da Janaguba e Juazeiro. Derivados de processos, como antes comentamos, em simultaneidade, em 2011, MF e EB, implantam-se com o sítio da Janaguba e MG e ES, em 2014, com o sítio Juazeiro. De 2018 em diante, segundo nossa compreensão dos relatos coletados, inicia-se uma outra fase de implantação de novas moradas, conforme ilustrado na cronologia de moradas da Pucaba (Figura 19).

Figura 19 - Sequência de chegada de moradores e outros marcos temporais



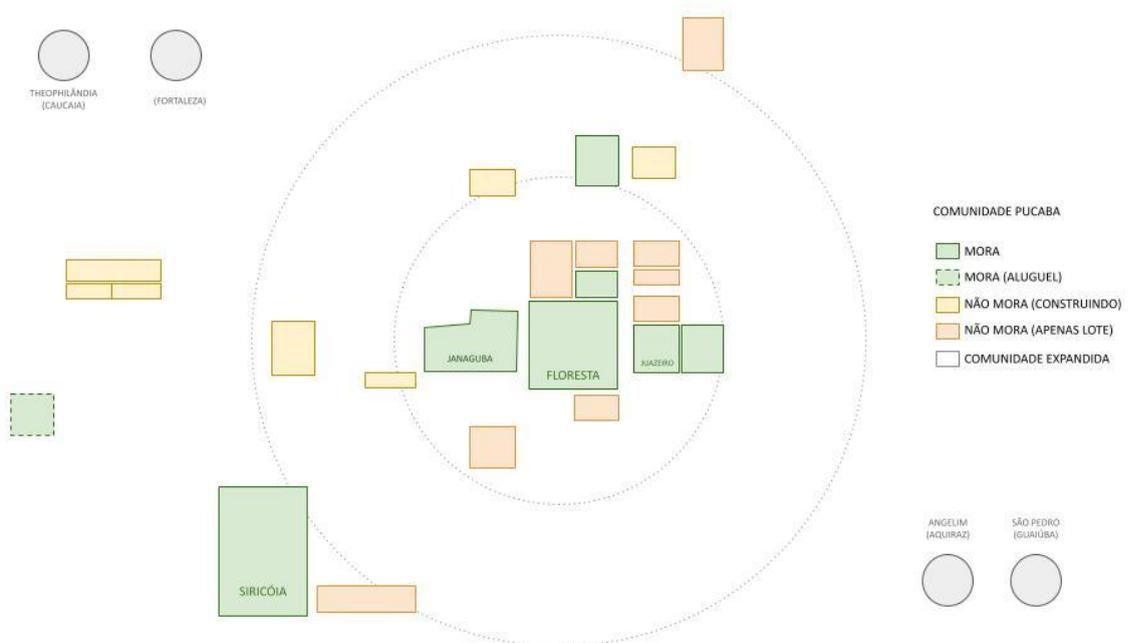
Fonte: Elaborada pelo autor.

A expansão do núcleo Pucaba iniciada com a implantação do Sítio Floresta faz parte de um processo mais amplo de fertilização e fortalecimento mútuo interlugares. Assim

como descrevemos o percurso de dispersão que a sementinha da Floresta traçou, passando pela Austrália e pela própria deriva de MS no Brasil e nos eventos marcantes que relata, é possível também notar processos de nucleação e expansão em rede, incluindo moradores e visitantes conectados a diferentes distâncias e conforme indicado nas figuras a seguir.

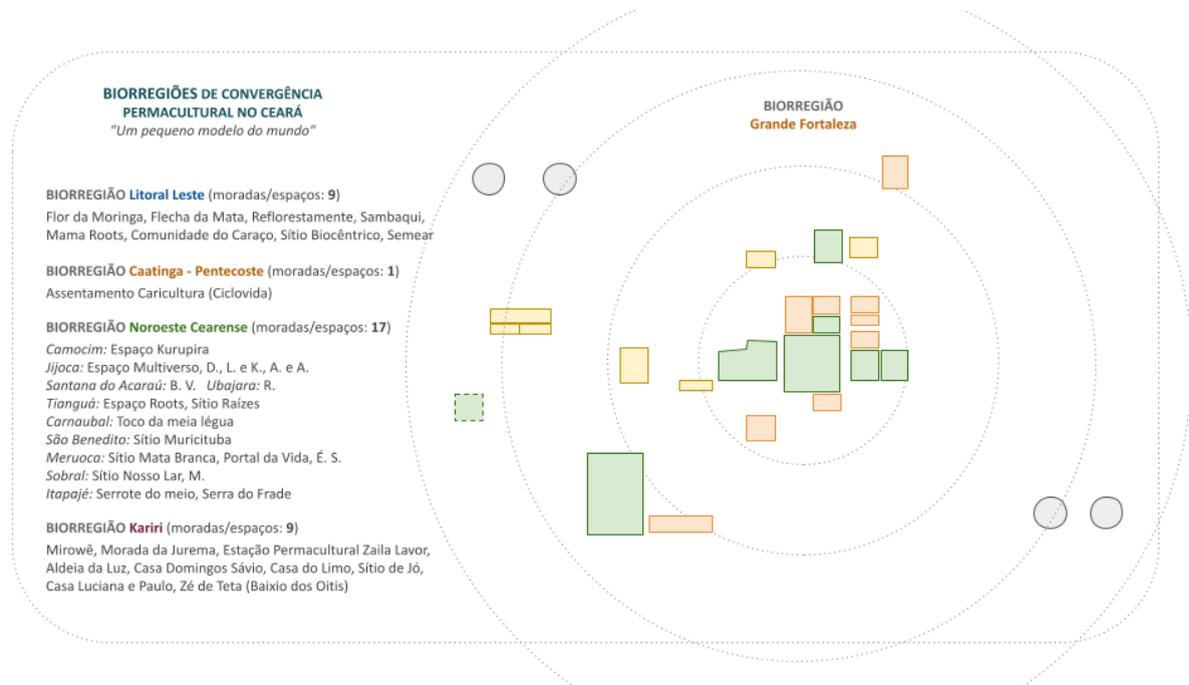
A Pacaba, portanto, conta com um rede proximal (em expansão), que inclui ainda moradores e visitantes frequentes não situados no loteamento River Park ou no Eusébio. Alguns desses locais foram identificados na própria Fortaleza e nos municípios de Caucaia, Aquiraz e Guaiúba, por exemplo, aos quais nomeamos por rede expandida. Estes compõem a Biorregião Grande Fortaleza, dentre outras quatro que conformam as Biorregiões de Convergência Permacultural no estado do Ceará. No levantamento realizado pelo GENIPA, constavam 36 moradas além das já nomeadas para a Biorregião Grande Fortaleza (ver Figura 20 e 21). No Estado, cumprem um papel decisivo para este processo de expansão em rede os encontros e as articulações (convergências) promovidas por entidades como o IPC, NEPPSA/UECE (Núcleo de Estudos e Práticas Permaculturais do semi-árido), GEPPE/UFC (Grupo de Estudos e Práticas em Permacultura), e a própria ação amistosa que cumpre aproximar e fortalecer relações entre as pessoas e suas moradas (unidades permaculturais, ecovilas, ecoaldeias e ecossítios).

Figura 20 - Mapeamento de sítios e moradas que compõem a comunidade da Pacaba



Fonte: Elaborada pelo autor.

Figura 21 - Biorregião Grande Fortaleza e levantamento de moradas que compõem a rede de Biorregiões de convergência Permacultural no Ceará



Fonte: Elaborada pelo autor.

Quadro 2 - Referência de moradas e moradores entrevistados

N	Nome do sítio (ou indicação numérica da Morada)	Sigla dos Moradores
1	Sítio Floresta	MS e SF
2	Sítio Siricóia	VS
3	Sítio Janaguba	MF e EB
4	Sítio Juazeiro	ES e MG
5	Morada 5	SE e AC
6	Morada 6	RB e DG

Fonte: Elaborado pelo autor.

3.2 As práticas desenvolvidas nas moradas da Pucaba

A seguir, estão indicadas as práticas permaculturais de saúde e bem viver colhidas dos relatos (ver Quadro 3). As informações compartilhadas foram organizadas seguindo as seções do roteiro de entrevistas, com foco na identificação de valores, ações e práticas comumente conduzidas em cada morada e também o que se pensa e desenvolve tendo em vista a permanência, a saúde e a força da implantação segundo a visão dos entrevistados.

Quadro 3 - Valores, ações e práticas para cada morada

Sítio Floresta
<i>Valores</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Preocupação de autonomia (soberania alimentar, hídrica e energética) - Preocupação de ‘minimizar’ danos das atividades/ações humanas - Sistemas e manejos de cuidado - Cuidado com a catástrofe (colapso / ‘pandemias’) - Ter espaço (lugar) para estratégias locais, atendendo as necessidades do sistema local. - Modelo baseado em relações sociais que busque resolver localmente, modelo de decisão e autonomia. “<i>Nenhum modo de vida se sustenta sem as relações sociais.</i>” Teia do bem viver. - Conexões afetivas, ideológicas e espirituais - Modos de produção em relação com a Terra - Cuidado com as plantas e seus ciclos: alimentação (produção de alimentos, mudas / sementes) - Conexão com os ciclos naturais, a ciclicidade (ligação/conexão com os ciclos solar, lunar, umidade, barulhos/sons, floradas, clima, etc) - Vizinhança amistosa: sentimento de segurança que vem do viver em contato com pessoas próximas e com a natureza
<i>Ações e práticas</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Mutirões (ex.: de limpeza do rio, de BET; de agrofloresta) - Cuidados mútuos (apoios / vínculos de amizade: animar, dar força, apoiar, compartilhar/dividir) - Compartilhar excedentes (amizade; conhecimento; cuidados / autocuidados; terapias e cosméticos naturais; excedente de alimentos: frutas, ervas, hortaliças, comidinhas; produções próprias; ferramentas/utensílios; insumos diversos: sementes, mudas, minhocas, húmus, composto, esterco, patos, galinhas, pães artesanais, massa de pizza artesanal, sabonetes artesanais, etc.; empréstimo de espaço) - Trocas - Ações de convivência (ex.: Pizzada: farra da pizza no forno à lenha de bioconstrução; Cine guaxinim: exibição de filmes e documentários com conversas e aprendizados; encontros na fogueira e outras atividades na palhoça; tomar banho de rio, surfar, fazer trilha) - Grupo de moradores da Pucaba para comunicação e ações coletivas planejadas e emergenciais

- Tecnologias/ferramentas da terra: tratamento e fornecimento de água (saneamento ecológico: funcionando mais de acordo com a vida) de modo a ter mais autonomia em relação às políticas hegemônicas.
- * *liberdade/segurança maior, pelo acompanhamento da cadeia de tratamento dessas águas.*
- Alimentação quase vegetariana, em relação com a terra e próxima dos processos naturais. Cultivo de ervas para saúde e temperos (ex.: cheiros verdes, temperos de cheiro) e galinhas para ovos.
- Oferta de vaga social do PDC

Permanência

- Ampliação da vizinhança amistosa. Observação da expansão das moradas no mapa indicam a força da permanência da rede de implantação local.
- Examina-se o rumo à permanência pela sensação de saúde e bem viver que rendem os frutos das escolhas (sementes bem germinadas).
- Importância das vivências coletivas para preservar, fortalecer e conseguir construir mais conexões.

Sítio Siricóia

Valores

- Cuidado com as pessoas. Cuidado com a Natureza. Dividir/compartilhar/doar excedentes. Principais: Mudanças de plantas, tempo, sabedorias.

Ações e práticas

- Mutirões
- Sistemas agroflorestais - SAF (Agrofloresta)
- Feitio e distribuição de mudas. Mudanças para doar e trocar com o pessoal que está vindo aí para morar
- Reuniões com a comunidade da Pucaba
- Envolver todos os moradores do local (River Park) com as práticas e ideias da Permacultura

Sítio Janaguba

Valores

- Mudança de valores

Ações e práticas

- Conexões: comprar da vizinhança (pão do Marco)
- Trocas de excedentes (trocar, doar ou vender)
- Ações práticas em saúde e bem viver
- cursos e oficinas; mutirão (de implantação); convivência (socialização)

<ul style="list-style-type: none"> - Conexão com as mulheres. Grupo de reunião - Mulheres em conexão (permacultura). Originou novo grupo. Ocorre troca de receitas, ervas, sementes, “saúde”(cuidados com a saúde e autocuidados). Traz sentido de comunidade. As trocas.
<i>Permanência</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Ocupando o espaço político. Se fazer enxergar pelo serviço público. Para não ser engolido pela pressão (imobiliária). - Organização do espaço social pelas pessoas. Mobilização via rede social (ex. grupo social) sem precisar de associação de moradores (comunitária)

Sítio Juazeiro
<i>Valores</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Valores ecológicos (permaculturais) a vontade de mudar de vida (o modo de vida). A permacultura é só a palavra pra chegar. A linguagem é diversa. - Comunidade produtiva (autossuficiência) x Comunidade consumista (não funciona)
<i>Ações e práticas</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Mutirões (de construção) - o foco (objetivo) é desenvolver habilidades. - Abertura de receber pessoas. Visitas guiadas, voluntários, viajantes (rede woolf e work away) <i>*Outra comunidade que não é tão visível é a de receber pessoas</i> - Indicar e receber voluntários, viajantes também da rede de permacultores próxima para semear comunidade. As pessoas não ficam no lugar, mas carregam a semente para onde forem e/ou para quando estiverem/ou voltarem/ou se fixarem em seu local de morada/residência/comunidade). <i>* Trouxe mudança da abertura de privacidade, a Permacultura ampliou, pois vendo que era um pessoal mais aberto e confiáveis. Vêm para aprender mais e se do-ar</i> - Saúde natural ou medicina natural - foco na solução e não em encontrar a doença. - Encontros de passeio na natureza: Banho de rio, banho de mar, trilha nas matas (banho de floresta); Surfe e bodyboard; Patins e skate; fogueiras (roda de fogueira/ fogo), cine-guaxinim com roda de conversa e aprendizados, pizzada; encontros de auto-cuidados (massagem, banho de som, cosméticos naturais, fitoterapia e aromaterapia).
<i>Permanência</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Pandemia atrasou movimento - Buscar mais autonomia para não depender só do serviço público - Dar encaminhamentos para resolver problemas - Rede (vizinhança) de cuidados mútuos, informação para auto cuidados. <i>* REDE DE APOIO, TROCAS E CUIDADOS - tanto para socorro como no dia-a-dia (preventiva). Se sente apoiado para receber ajuda e também sente força para apoiar/ajudar</i> - Manter/fortalecer/melhorar rede de cuidados para não depender das coisas que vem de fora (cultivar rede local) - OUTRA FORMA DE ECONOMIA: Banco do tempo, da comunidade. tempo é a moeda de troca. modelo de banco ganha-ganha; SISTEMA LETS; Governança de baixo pra cima e não de cima para baixo.

Novas moradas (SE + AC)
<i>Valores</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Lugar mais tranquilo - Amigos (vizinhança) e ideais (ideologia/valores) - é uma sintonia de pensamentos, de preservação, de vida e multiplicação. Diminuir o custo de vida - Se reconhecer como parte da natureza. Ter o prazer de viver os dias como são. Experimentar a natureza. Perto do rio, duna e mar. Ter a possibilidade de gostar a vida todos os dias. (É arrepiante) - Se desligar das coisas que nos atam à cidade como alimentos, emprego <p>*conheciam permacultura antes via amigos (Neppsa - UECE, núcleo de estudos e práticas permaculturais do semiárido) e amigos da capoeira.</p> <p>**Além da vizinhança tem o ambiente agradável, a brisa. Tem o prazer de fazer as coisas. FICA O DILEMA DE GANHAR DINHEIRO E PAGAR ALGUÉM PRA FAZER.</p> <p>“Gostaria de ir a Fortaleza por opção e não por necessidade de trabalho, emprego, hora marcada, e sim para ver família, amigos e lazer.”</p> <p>***VIZINHANÇA/AMIGOS: Ideologia (valores). Encantamento pelo lugar e escolher os vizinhos.</p> <p>RELAÇÃO DE VIZINHANÇA: A visão aqui é de amizade e curiosidade (criança) mútua. Mesmo com visões de relação de vida (modo de vida) com a terra diferentes. Mais leve. Condições de vida diferentes.</p> <p>****TEMPOS DIFERENTES (outro tempo): Ver um tempo de vida ligada à natureza. Entrar no tempo, e não no tempo do relógio (tempo baseado no relógio), tempo baseado na natureza, na vida. Programação da natureza. Hora da maré, da lua, do rio, das muriçocas. Ocorre mudança de tempo naturalmente.</p>
<i>Ações e práticas</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Convivência (fortalecimento das relações de cuidado) - Compartilhar colheitas - Filme (Assistir filmes juntos) Cine-guaxinim. - Fogueira - Olhar - passar a ver os sítios uns dos outros. Cuidar do espaço de quem ainda não chegou. - Surfe - tocar e cantar instrumentos (fazer som)
<i>Permanência</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Necessidade de convivência, interagir. Quando passa a ter espaços em comum, produzido para a comunidade, gera uma cultura de mais sustentabilidade e mais convivência. A gente sente, vê. Quando tem algo em comum que você goste e vai brotando aos poucos, então a gente sente melhor. Igual com as relações, vai gerando melhor convivência. Tem a época da seca e a época da chuva. Aí gera privilégios comuns. (“um homem como eu se tem chuva, não precisa de governo” dizer um sertanejo no Ceará) - Como a gente sabe se está caminhando no rumo certo? Consciência de classe que a gente pode se relacionar com a natureza sem hierarquia. “Facilita a caminhada para a gente se reconhecer como ser humano e se relacionar com o entorno. Seja ele pessoa, seja ele árvore, seja bicho, seja ele rio, seja ele vento... Como iguais todos” SARAH. <p>‘Só tem uma terra, como é que se divide? Como é que a gente pode dividir uma terra que só é uma.’</p>

Fonte: Elaborado pelo autor.

4. CONCLUSÃO

Embora a *cozinha da natureza*, conforme os aspectos com os quais buscamos aqui defini-la, não apareça entre as práticas colhidas dos relatos, as refeições da natureza em sentido amplo se fizeram presentes na Pucaba como práticas refeitorias, que visivelmente alimentam a vitalidade da comunidade a partir de outros tipos de alimento vivo (invisível). Esta observação sobre ausência-presença é coerente com as relações que a permacultura permite estabelecer enquanto possibilidades e com o que efetivamente tem sido praticado e desenvolvido nos territórios permaculturais. O processo de difusão da permacultura no Brasil, como comentado, foi marcado por relativa ênfase nas pátalas e práticas ligadas ao design permacultural eficiente e à bioconstrução, o que explicaria a intensidade de adesão a dimensões para as quais cada permacultor ou simpatizante se vê conectado e convocado a dedicar-se, desenvolver-se.

Sem dúvidas, o percurso desta pesquisa e o que pudemos até aqui compreender e comunicar (desde a construção sensível do campo teórico até a comunhão e as trocas realizadas em contato com os entrevistados) reforçam a percepção de que no alimento e nos espaços de cozinha que o preparam, repousam e respiram os elos de conexão fundamentais entre as naturezas-culturas hoje tão fragmentárias e partidas. À medida que seguem em curso os processos globais sistêmicos de degradação dos sistemas naturais de suporte à vida e suas consequências se expressam de forma mais dramática e perceptível (como visto na motivação de mudança nos relatos dos entrevistados) entendemos que o elo inquebrantável, ora invisível, da permacultura alimentar tende a ganhar importância e materialidade entre as muitas necessidades e faltas percebidas.

Assim como o processo de expansão observado na comunidade da Pucaba em relação com sua rede próxima, expandida e conexões entre as biorregiões de convergência permacultural, podemos assumir um sentido de florestação múltipla nos diferentes lugares mencionados e que ganha força de permanência e saúde quanto mais conscientemente são praticadas as estratégias de persistência e apoio mútuo em cada implantação. Como fica evidente nas falas trazidas (por exemplo, no relato de SF), esse rumo à cultura de vida não parece desconsiderar a força das ameaças que o fragilizam e impõem dificuldade e incertezas cumulativas, haja vista o abalo da pandemia às ações de convivência em comunidade. Resta, no entanto, contraditoriamente reafirmado o valor de que a vida floresce em convivência, na proximidade e no contato amistoso com mais vida.

O que diferencia a maneira de agir das comunidades permaculturais (e de outras formas de organização ecorreferenciadas) que nas circunstâncias atuais as diferenciaria dos modos de se organizar dos governos “falidos” de hoje passa exatamente pelos valores cultivados para a vida comum, os bem viveres comuns: autonomia, saúde, comunalidade, vizinhança, lugar/local, amizade, bem cuidar, bem zelar, bem jardinar, bem cozinhar a vida, a natureza e os recursos naturais, nossos bens comuns e, por fim, compartilhar os excedentes colhidos dessas práticas fiadas em um horizonte de abundância.

Então que semente é essa que planta algo diferente para uma colheita de saúde, harmonia e bem viver? E o que ela guarda que aponta para a mudança, botar a mão na massa (terra) e amassar, modelar a terra (terracultura, terrapia)? Essa semente é o convite para sair do marasmo da mente (mente-ira, teoria) e agir. E será que essa sem-ente (se-mente, sem-mente) é capaz de levar informação compostada o suficiente para a ação de mudança rumo à restauração da cultura de vida? Somente o tempero do tempo e da vida nos mostrarão, mas aqui plantamos, dentre muitas, mais uma sementinha com sonhos de cair em solos (terrenos corporais) férteis e que brote e viva livre (emancipada/emancipatória), irradiando a graça da natureza.

Por meio dos princípios permaculturais, fomos e agora plantamos por aqui, indo atrás de lugares onde nosso coração encontre leveza, graça e saúde. Esperamos ter a força de rumar à cultura do nosso próprio corpo e junto levar sementes de mudoações/mutoações/muteações (mudanças mudas, silenciosas).

Assim, o caminho é de união, ao invés de partido unido. Que inclui a vida e a cultura de vida. De que arte e ciência são uma só: a arte-ciência da vida, que deve caminhar no cuidado, no zelo da refeição que alimenta a vida e enche (satisfaz) a gente. Que nossas ações sejam de unir com a arte que faz a refeição. Que a arte, a beleza (o belo), a ciência sejam uma coisa só. Que a linguagem seja de coração, que essa é a linguagem (comunicação) que todos os seres vivos são capazes de entender. Que a diferença entre todos os seres é o que nos torna iguais e deve nos unir. De que eu sou eu e eu sou você(s): [DEUS = de + eu + s = de + eus = de + nós = DENÓS]. Somos todos um, todos par-entes.

Esperamos ter conseguido escrever essa sementinha com palavras que qualquer pessoa conseguisse entender. Crianças, matutos, adultos-criança, artistas-cientistas de qualquer escola/academia. No entanto, me senti preso a um modelo aprisionante. Mas fica a lição de que consigamos usar mais livremente a linguagem universal leve, simples e acolhedora do bem querer (amor). Que essa semente chegue em cor-pos e cor-ações férteis para brotar a ciência/arte que acolhe a todos nós. Cabe lembrarmos dos R da sustentabilidade

(reduzir, reutilizar ou reusar e reciclar) e acreditamos que comumente esquecemos de incluir um R que é o de Jejum ou da compostagem cultural: o R de RECUSAR um modo de vida degradante.

REFERÊNCIAS

- ACOSTA, Alberto. **O bem viver**: uma oportunidade para imaginar outros mundos. São Paulo: Autonomia Literária, Elefante, 2016.
- ANDRADE, Gabriella Carrilho Lins de. **Quem sabe faz o vivo**: a alimentação viva na prática de profissionais de saúde no SUS. Dissertação (Mestrado) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2016.
- AUGÉ, Marc. **Não-Lugares**: introdução a uma antropologia da supermodernidade. Campinas: Papirus Editora Campinas, 2004.
- BRASIL. Departamento de Atenção Básica, Secretaria de Atenção à Saúde, Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2ª Ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
- BURSZTYN, Marcel; PERSEGONA, Marcelo. **A grande transformação ambiental**: uma cronologia da dialética homem-natureza. Rio de Janeiro: Editora Garamond, 2008.
- CAPRA, Fritjof. **A Teia da Vida**. Uma nova compreensão científica dos sistemas vivos. Traduzido por Newton Roberval Eicheberg. São Paulo: Cultrix, 1996.
- COSTA, Suzane Lima; XUCURU-KARIRI, Rafael (org.). **Cartas para o bem viver**. Salvador: Boto-cor-de-rosa livros arte e café/ParaLeLo13S, 2020.
- CUNHA, Lúcia Helena de Oliveira. **Reservas Extrativistas**: Uma Alternativa de Produção e Conservação da Biodiversidade. Disponível em: <http://nupaub.fflch.usp.br/sites/nupaub.fflch.usp.br/files/color/resex.pdf>. Acesso em: 23 out. 2018.
- DE SOUZA SOARES, Jussara Calmon Reis. Um olhar sobre a prática da alimentação viva. **Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares**, v. 1, n. 1, p. 107-115, 2012.
- FERREIRA, Luiz Felipe. Acepções recentes do conceito de lugar e sua importância para o mundo contemporâneo. **Revista Território**, Rio de Janeiro, ano V, v. 11, n. 9, p. 65-83, 2000.
- FOLEY, Jonathan. (2010). **The Other Inconvenient Truth**. Apresentação TEDxTC, Gravado em outubro de 2010, St. Paul, Minnesota, United States of America, Publicado em abril de 2012. Disponível em: http://www.ted.com/talks/jonathan_foley_the_other_inconvenient_truth.html. Acesso em: 21 abr. 2021.
- FREITAS, Deborah Virgynia Cardoso de. **Impactos do Programa de Aquisição de Alimentos na Reserva Extrativista Chico Mendes**. Manaus, 2017. Mestrado profissionalizante em gestão de áreas protegidas da Amazônia – mpgap do Instituto Nacional De Pesquisas Da Amazônia – INPA. Disponível em: <http://bdttd.inpa.gov.br/handle/tede/2441>. Acesso em: 23 out. 2018.

FULGÊNCIO, Cristiane Alarcão; DO NASCIMENTO, Wanderson Flor. Bioética de intervenção e justiça: olhares desde o sul. **Revista Brasileira de Bioética**, v. 8, p. 1-4, 2012.

GIBSON, David J. Textbook misconceptions: The climax concept of succession. **The American Biology Teacher**, v. 58, n. 3, p. 135-140, 1996.

GÖTSCH, Ernst. Vida em sintropia - Life in Syntropy. Agenda Gotsch, 2015. Disponível em: <https://vimeo.com/146953911>. Acesso em: 22 jun. 2020.

HANSEN, Margaret M.; JONES, Reo; TOCCHINI, Kirsten. Shinrin-yoku (forest bathing) and nature therapy: A state-of-the-art review. **International journal of environmental research and public health**, v. 14, n. 8, p. 851, 2017.

HOLMGREN, David. **Permacultura: princípios e caminhos além da sustentabilidade**. Porto Alegre: Via Sapiens, 2013.

HOLMGREN, David. **Holmgren Design: permaculture vision and innovation**. Disponível em: <https://holmgren.com.au>. Acesso em: 13 nov. 2019.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Eusébio. **IBGE Cidades**, 2021. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/ce/eusebio/>. Acesso em: 8 out. 2021.

JACOBS, Jane. **A natureza das economias**. [s.l.], Via Lettera Editora e Livrar, 2001.

KATZ, Sandor Ellix. **A arte da fermentação**. São Paulo: SESI-SP Editora, 2014.

KRENAK, Ailton. **Ideias para adiar o fim do mundo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

KRENAK, Ailton. Ailton Krenak sobre como adiar o fim do mundo. Entrevista concedida a Gustavo Gitti. **O lugar**, 2020. Disponível em: <https://olugar.org/ailton-krenak-sobre-como-adiar-o-fim-do-mundo/>. Acesso em: 22 dez. 2020.

LEMOS, Cássio Fernandes; OLIVEIRA, Andréia Machado. Mapeamento, Processo, Conexões: a cartografia como metodologia de pesquisa. **Paralelo 31**, v. 1, n. 8, 2017.

LOPES, Norberto Pepporine; FREITAS, Rossimiriam Pereira de; ROCHA FILHO, Romeu Cardozo. How many more brumadinhos and marianas will we be faced with yet?. **Journal of the Brazilian Chemical Society**, v. 30, n. 4, p. 681-682, 2019.

LOUV, Richard. Estamos sofrendo o transtorno de déficit de natureza. Entrevista concedida a Alexandre Mansour. **Blog do Planeta**, Época, 9 jun. de 2016. Disponível em: <http://epoca.globo.com/colunas-e-blogs/blog-do-planeta/noticia/2016/06/estamos-sofrendo-o-t-ranstorno-de-deficit-de-natureza.html>. Acesso em: 1 ago. 2018.

LOUV, Richard. **Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder**. [s.l.], Algonquin books, 2008.

LOVELOCK, James E. **Gaia: um novo olhar sobre a vida na Terra**. [s.l.], Leya, 2020.

MAJEROWICZ, Ilana; TOGASHI, Raphael; VALLE, Isabel (orgs.) **Ecovilas Brasil: caminhando para a sustentabilidade do ser**. Rio de Janeiro: Ed. Bambual, 2017.

MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração e interpretação de dados**. 7.ed. São Paulo: Atlas, 2002.

MASSON-DELMOTTE, Valérie et al. **Global warming of 1.5 C**. An IPCC Special Report on the impacts of global warming. v. 1, 2018.

MATURANA, Humberto R. **Emoções e linguagem na educação e na política**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2009.

MEADOWS, Donella H. *et al.* **The limits to growth**. New York, v. 102, n. 1972, p. 27, 1972.

MOLLISON, Bill; MIA SLAY, Reny. **Introdução à Permacultura**. Ministério da Agricultura e do Abastecimento-MA, Brasília, 1998. Tradução de André Luis Jaeger Soares.

MOLLISON, Bill. **Permaculture: a designer's manual**. Sister Creek: Tagari Publications, 2002.

MOLLISON, Bill; HOLMGREN, David. **Permacultura: uma agricultura permanente nas comunidades em geral**. São Paulo: Editora Ground, 1978.

MOLLISON, Bill, **Permaculture Two: Practical Design for Town and Country in Permanent Agriculture**. [s.l.], Tagari Community Book, 1979.

PETRINI, Carlo. **Slow Food – Princípios da Nova Gastronomia**. Editora Senac SP, 2009.

PORTO-GONÇALVES, Carlos Walter. **A globalização da natureza e a natureza da globalização**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2006.

QUEIROZ, Thiago Augusto Nogueira de. Espaço geográfico, território usado e lugar: ensaio sobre o pensamento de Milton Santos. **Para Onde!?**, v. 8, n. 2, p. 154-161, 2014.

RUIZ, Castor Bartolomé. **Os Paradoxos do Imaginário**. São Leopoldo: Editora Unisinos, 2004.

SANTOS, Alexandre André. Lugar e território. O sistema de saúde brasileiro, a geografia e a promoção da saúde. **Revista Geográfica Venezuelana**, v. 50, n. 1, p. 159-172, 2009.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **Um discurso sobre as ciências**. São Paulo: Editora Cortez, 2010.

SANTOS, Leticia dos. A permacultura como dispositivo de ressignificação do espaço geográfico. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Geografia, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC. 2015.

SANTOS, M. 2005. **Da totalidade ao lugar**. Editora da USP. São Paulo-Brasil.

SCARANO, F. R. **Regenerantes de Gaia**. Rio de Janeiro: Dantes, 2019.

SCHAUBERGER, Viktor. **Nature as Teacher: New Principles in the Working of Nature**. Gateway Books, 1998.

SEMACE - Superintendência de Meio Ambiente do Estado do Ceará. **Área de Proteção Ambiental do Rio Pacoti**. 2010. Disponível em: <https://www.semace.ce.gov.br/2010/12/08/area-de-protacao-ambiental-do-rio-pacoti/>. Acesso em: 8 out. 2021.

SILVA, Simone Batista da. Implicated Literacies: Life Begetting Life in Linguistic Education. **Revista Brasileira de Linguística Aplicada** [online]. 2021, v. 21, n. 2 [Accessed 25 June 2021], pp. 605-626. 19 May 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-6398202117950>. Acesso em 19 maio 2021.

SIMAS, Luiz Antonio; RUFINO, Luiz. **Encantamento: sobre política de vida**. [s.l.], Mórula Editorial, 2020.

STEFFEN, Will *et al.* Planetary boundaries: Guiding human development on a changing planet. **Science**, v. 347, n. 6223, 2015.

SZEKELY, Edmond Bordeaux. **The Essene Way Biogenic Living: New Perspectives-New Horizons-New Frontiers**. International Biogenic Society, 1989.

THEOPHILO, Hugo Lucena. Para um mundo imposto, um mundo oposto. 6 de fevereiro de 2015. Disponível em: <https://hugotheophilo.blogspot.com/2015/02/para-um-mundo-imposto-um-mundo-oposto.htm>. Acesso em: 18 dez. 2020.

TREDINNICK, André Felipe Alves da Costa. **A Justiça que adocece e a que cura: os sistemas de justiça restaurativa e convencional na determinação social do processo saúde-doença**. 2019. 288 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2019.

VASCONCELLOS, Maria José Esteves de. **Pensamento sistêmico: o novo paradigma da ciência**. [s.l.], Papirus Editora, 2003.

WALLACE, Rob. **A pandemia e o agronegócio**. Doenças infecciosas, capitalismo e ciência. São Paulo: Editora Elefante & Igrá Kniga, 2020.

WILSON, Edward O. **Biophilia: the human bond with other species**. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 1984.

WHITAKER, D. C. A. Análise de entrevistas em pesquisas com histórias de vida. **Cadernos CERU**, [S. l.], v. 11, p. 147-158, 2000. DOI: 10.11606/issn.2595-2536.v11i0p147-158. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/ceru/article/view/75078>. Acesso em: 23 ago. 2021.

ZIMMERMANN, Cirlene Luiza. **Monocultura e transgenia: impactos ambientais e insegurança alimentar**. **Veredas de Direito**, Belo Horizonte, v. 6, n. 12, p.79-100, jul. 2009.

Disponível em: <http://www.domhelder.edu.br/revista/index.php/veredas/article/view/21>.
Acesso em: 23 nov. 2018.