

HOMENAGEM À LEITURA E AO “CÉREBRO LEITOR”

Atahualpa Fernandez[©]

Marly Fernandez[®]

“Lee y conducirás, no leas y serás conducido”.

SANTA TERESA DE JESÚS

É provável que a leitura já não faça muita falta para mover-se neste mundo em que o prosaísmo e a fé cega em qualquer coisa vão substituindo a razão. Já não se reflexiona nem se critica, se professam credos, credos sociais, credos virtuais, credos religiosos, credos morais, credos políticos, credos jurídicos. As consignas, os fundamentalismos (religioso e consumista), a compulsão quase enfermiza pela felicidade a qualquer preço, a sobredose e o predomínio de imagens difusas sobre a palavra e as informações aceleradas e superficiais eliminam o pensamento crítico, criam pessoas que se sentem completamente dependentes dos demais e fazem com que esteja demais a contemplação, a “autonomia do espírito” a que se referia Kant e a “eudaimonia” como “el trabajado dominio de uno mismo y la superación de las

[©] Membro do Ministério Público da União/MPU/MPT/Brasil (Fiscal/Public Prosecutor); Doutor (Ph.D.) Filosofía Jurídica, Moral y Política/ Universidad de Barcelona/España; Postdoctorado (Postdoctoral research) Teoría Social, Ética y Economía/ Universitat Pompeu Fabra/Barcelona/España; Mestre (LL.M.) Ciências Jurídico-civilísticas/Universidade de Coimbra/Portugal; Postdoctorado (Postdoctoral research)/Center for Evolutionary Psychology da University of California/Santa Barbara/USA; Postdoctorado (Postdoctoral research)/ Faculty of Law/CAU- Christian-Albrechts-Universität zu Kiel/Schleswig-Holstein/Deutschland; Postdoctorado (Postdoctoral research) Neurociencia Cognitiva/Universitat de les Illes Balears-UIB/España; Especialista Direito Público/UFPa./Brasil; Professor Colaborador Honorífico (Associate Professor) e Investigador da Universitat de les Illes Balears, Cognición y Evolución Humana / Laboratório de Sistemática Humana/ Evocog. Grupo de Cognición y Evolución humana/Unidad Asociada al IFISC (CSIC-UIB)/Instituto de Física Interdisciplinar y Sistemas Complejos/UIB/España; Independent Researcher.

[®] Doutora (Ph.D.) Humanidades y Ciencias Sociales/ Universitat de les Illes Balears-UIB/España; Pós-doutorado (*Filogènesi de la moral y Evolució ontogènica*)/ Laboratório de Sistemática Humana- UIB/España; Mestre (M. Sc.) Cognición y Evolución Humana/ Universitat de les Illes Balears- UIB/España; Mestre (LL.M.) Teoría del Derecho/ Universidad de Barcelona- UB/ España; Investigadora da Universitat de les Illes Balears- UIB / Laboratório de Sistemática Humana/ Evocog. Grupo de Cognición y Evolución humana/Unidad Asociada al IFISC (CSIC-UIB)/Instituto de Física Interdisciplinar y Sistemas Complejos/UIB/España.

pasioness” (P. Bruckner). Como assinalou em certa ocasião Ralph Waldo Emerson, parece que "todas as coisas são corretas ou incorretas ao mesmo tempo. A onda do mal banha todas nossas instituições por igual".

Hoje, mais que em qualquer outra época, estamos sacrificando nossa capacidade para ler e pensar com profundidade graças a um entorno hedonista que desdenha o *otium studiosum* (de que falavam os clássicos) e fomenta a leitura ligeira, um pensamento apressurado e disperso, um pensamento insípido e superficial. Nos sentimos livres da responsabilidade de pensar, razão, julgar e atuar em consequência, nos negamos o valor e a virtude permanente de ter que construir-se a si mesmo, nos sentimos cómodos com o propósito autoimposto de permanecer em um vazio intelectual, já não nos preocupamos por preparar-nos para o caminho, senão que nos obcecamos em buscar e encontrar o caminho preparado em quaisquer dos tentadores meios digitais, essas finas brisas da abstração moderna que provocam a desapareição do sentido percebido fisicamente e uma diminuição da conexão entre o indivíduo e o mundo.

Agora que temos direito a tudo (menos a conformar-nos com qualquer coisa), em lugar de dedicarmos tempo e energia à “arte da leitura”, da leitura deliberada, atenta, ativa, relacional e compreensiva, nos limitamos a ler a vida e o mundo de forma fugaz, nugativa e em formato digital carregado de hiperenlaces, um panorama em que nunca tivemos tanta oportunidade de aprender e nunca aprendemos tão pouco. Uma paisagem desoladora da trivialidade contemporânea em que aprendemos à desatender deliberadamente a advertência de Paul Valéry de que o conteúdo e a forma devem estar unidos como o corpo e a alma, não como o corpo e a roupa (ou o aspecto físico). *Vanitas vanitatum et omnia vanitas*.

Pois bem, que as pessoas já não sintam interesse pela leitura não tem nada de particular. O problema está em olvidar que de todas as atividades intelectuais potenciadoras de capacidades mentais, a mais acessível e a que proporciona um melhor balanço custo/benefício é, sem dúvida, a leitura. Ler é um dos melhores exercícios possíveis para manter em forma o cérebro e o único instrumento que tem o cérebro para progressar (I. Morgado, 2014). É assim porque a atividade de ler enreda uma mescla de domínios cerebrais distintos, requer pôr em jogo um

importante número de processos mentais, entre os que se destacam a percepção, a memória e o raciocínio.

Neste preciso instante, enquanto o leitor (a) lê este texto, o hemisfério esquerdo de seu cérebro está trabalhando a alta velocidade para ativar diferentes áreas¹. E o cérebro permanecerá ativado para essa tarefa, transmitindo e trocando informações entre suas redes neuronais, sincronizando neurônios e regiões cerebrais, combinando ativamente percepções e recordos, e repetindo constantemente este dinâmico e complexo processo enquanto o leitor (a) siga lendo o texto. O que implica que a atividade de ler, que o cérebro leva a cabo com tanta naturalidade, centra nossa atenção seletiva, alimenta a imaginação, fomenta o pensamento profundo e favorece a criatividade, ativando numerosas vibrações intelectuais ao exigir “a concentração deliberada para combinar o desciframento do texto e a interpretação de seu significado” (N. Carr, 2011).

Por outro lado, porque idealmente não se lê para outro, senão para si mesmo - uma atividade silenciosa e em primeira pessoa ao interior da alma - a leitura também tem profundas e radicais repercussões no desenvolvimento e aperfeiçoamento pessoal. “A capacidade leitora modifica o cérebro”, afirma Stanislas Dehaene em seu livro *“Les neurones de la lecture”* (2007), nos faz progredir e nos prepara para a vida: o ato de ler forma parte do ato de viver.

Tudo isso sem mencionar a satisfação e o bem estar que proporciona o conhecimento adquirido e como esse conhecimento se transforma em memória cristalizada, que é a que temos como resultado da experiência. E uma vez que somos o resultado de nossas experiências e memórias, sua consumação, sua consequência,

¹ Quando lemos, não somente ativamos preferentemente o hemisfério esquerdo do cérebro, que é o mais dotado de capacidades analíticas na maioria das pessoas, senão também muitas outras áreas cerebrais de ambos os hemisférios que se ativam e intervêm no processo: “[...] decodificar las letras, las palabras, las frases y convertirlas en sonidos mentales requiere activar amplias áreas de la neocorteza cerebral. Las cortezas occipital y temporal se activan para ver y reconocer el valor semántico de las palabras. La corteza frontal motora se activa cuando evocamos mentalmente los sonidos de las palabras que leemos. Los recuerdos que evoca la interpretación de lo leído activan poderosamente el hipocampo y el lóbulo temporal medial. Las narraciones y los contenidos emocionales del escrito, sean o no de ficción, activan la amígdala y demás áreas emocionales del cerebro. El razonamiento sobre el contenido y la semántica de lo leído activa la corteza prefrontal, es decir, la memoria de trabajo y el sistema de cognición ejecutiva. [...] La lectura refuerza también las habilidades sociales e la empatía, además de reducir el nivel de estrés del lector”. (I. Morgado, 2014).

seu corolário, quando lemos, não somente interiorizamos os novos conhecimentos, fazemos nosso e convertemos em familiares o que aprendemos, senão que também alcançamos, ao final do processo, a excelência que transmite uma profunda satisfação pessoal de domínio e a confiança necessária em nossas próprias capacidades e possibilidades intelectuais: “Isso eu já sei!”.

Daí que entre nossos melhores amigos devem estar os livros, esses companheiros sempre disponíveis, pelo simples fato de que são inúmeras as vantagens da linguagem escrita: o exercício das faculdades reflexivas sobre as mnemônicas, miméticas e repetitivas; a ganância em objetividade e estabilidade, graças à firmeza do texto e à possibilidade de ser repassado; a clareza e sistematização das ideias, graças à forma de raciocínio e ao estilo de argumentar que os bons livros trazem consigo...; e por aí poderíamos seguir. A leitura também nos permite dialogar com o texto de maneira pausada, reflexiva e reler o que não compreendemos de imediato: uma prática bastante normal, um hábito prudente mais que um signo de uma capacidade cerebral limitada.

Além disso, como aprendemos por associação, isto é, utilizando o que já sabemos para compreender o que desconhecemos, a leitura atenta e deliberada é o meio mais efetivo para meditar de maneira ponderada e repetida sobre temas mais complexos, para reconhecer nossos próprios limites e capacidades, para lograr ocupar nossa percepção consciente em um pensamento, razoamento ou experiência e para estabelecer continuamente relações entre os conteúdos que estão diretamente vinculados.

De fato, o modo de acercar-nos mais diretamente ao conhecimento é através da leitura, o cenário mental donde se percebe com maior claridade os diferentes estilos de pensamento, assim como as ideias fundamentais geradas a partir deles. Imprescindível para uma formação sólida e duradoura, o hábito da leitura permite-nos não somente ter acesso ao próprio autor, senão que também constitui uma forma de viver dentro das palavras de outra pessoa. “La lectura nos permite hablar con los muertos”, dizia Francisco de Quevedo no século XVI.

Assim as coisas, o mais aconselhável parece ser dedicar um pouco mais de nosso valioso e limitado tempo (esforço e energia) à pura e simples prática ou arte da leitura. Devemos habituar-nos a conviver com os livros, a fazer um uso desmedido

desses instrumentos do juízo com os que realizamos em solitário a parte substancial de nosso aprendizado e peculiar preparação. “Os livros são companheiros, mestres, magos e banqueiros dos tesouros da mente” (B. W. Tuckman) e sem eles estamos perdidos.

Com isso não queremos dizer, evidentemente, que há que ler por ler. Também com os livros há que ser seletivo. E algo desconfiado, pois nos encontramos em uma época em que “quase tudo” já faz parte dos objetos de cultura. Não é tão infrequente ouvir falar de um livro medíocre de um autor medíocre como se se tratasse de um clássico vivente. Como há um lado escuro em todas as grandes coisas sobre os humanos, o outro lado da proverbial moeda, é um fato que na atual “sociedade do espetáculo” em que vivemos há que ser muito cauteloso com alguns livros para não deixar-se enredar nas amarras das modas atuais... e com as aparências.

Mas não somente isso. Se nos dedicamos a ler de forma fluída, com apaixonado entusiasmo e com disposição autotélica (isto é, dedicada a uma atividade que vale a pena fazê-la por si mesma), com o tempo encontraremos o prazer de ler. E experimentá-lo é condição *sine qua non* de outra faculdade importante: a autoconfiança e a autossuficiência para reflexionar, para inquirir, para duvidar, para criar, para inovar e para aprender, que não é o mesmo que fomentar o beliscar rápido e distraído de pequenos fragmentos de informação de muitas fontes geradas por um interminável carrossel de links.

Somente a leitura cria, recria e transforma; implica processos cognitivos que aumentam nossa capacidade para imaginar soluções e para refinar o pensamento, constituindo um dos modos mais efetivos para reforçar os conteúdos significativos, para associar, comparar, reorganizar, integrar e unificar temas novos ou desconhecidos com as informações que já estamos habituados. Sem a leitura viveríamos em um mundo meramente imediato, em um presente contínuo como o fazem o resto dos animais; ou pior: não teríamos a capacidade de abstração e imaginação que a leitura incentiva.

Assim que não há que retardar indefinidamente a tarefa de pôr-se a ler: com a ação de ler precisamos as ideias, advertimos que temos ideias confusas ou equivocadas e, o que é mais importante, também descobrimos em ocasiões que sabemos ou pensamos coisas que ignorávamos saber ou pensar. De resto, sendo o

cérebro um órgão plástico, o aprendizado pela leitura, por favorecer e exigir uma atividade mais ativa e comprometida da mente/cérebro, modifica com mais eficácia a estrutura e o funcionamento cerebral. A leitura “nos dá o alimento que faz viver ao cérebro” (E. Teixidor, 2012) e, cada vez que lemos, nosso cérebro cambia. Todo um festim para o cérebro.

É verdade que sempre há algo de bem no pior mal e certa porção de mal no bem mais apreciado. Mas, em questão de aprendizagem, somos os únicos responsáveis de ser como somos e fazer o que fazemos. E se o cérebro é uma “obra” em que somos seu sujeito, autor e resultado ao mesmo tempo, deveríamos começar por tentar reescrever nossas conexões neuronais, porque mínimas e valiosas variações em nossas condições vitais podem amplificar-se ao largo do processo e provocar câmbios enormes e potencialmente gigantescos em cada etapa posterior de nossa existência. Nas palavras de Rick Hanson (2009): “Quando cambias teu cérebro, cambias tua vida.”

Ademais, há outros três bons motivos para que nos interessemos pela leitura: o primeiro, que é muito provável que a falta de leitura seja próprio das pessoas que ainda não receberam o corretivo que a experiência administra àqueles que se empenham em negá-la; o segundo, é a plausível crença de que não somos verdadeiramente velhos até que não começamos a sentir que já não temos nada mais que aprender; o terceiro, é que enquanto afiançamos a liberdade do espírito e a autonomia do conhecimento praticando e conservando o desfrute prazenteiro pela leitura, quaisquer que sejam as circunstâncias que nos rodeiam, preservaremos o melhor de nossas capacidades e de nossa condição humana².

Nulla dies sine linea.

² E se, depois de tudo, do que se trata é de alargar a vida, esse desejo que tantos acariciam, mais além de todos os esforços científico-técnicos invertidos nele, nada melhor que a simples leitura de um livro: ler significa alargar a vida, já que nos faz mais inteligentes, e os seres humanos inteligentes vivem mais tempo, tal e como revelou um estudo inglês realizado entre 1932 e 2002 com mais de dois mil participantes... (W. Schmid, 2007)

REFERÊNCIAS

- Blakemore, Sarah-Jayne & Frith, Uta (2005). *The learning brain*, Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
- Capella, J. R. (2009). *El aprendizaje del aprendizaje*, Madrid: Editorial Trotta.
- Carr, N. (2011). *Superficiales*, Barcelona: Taurus.
- Dehaene, S. (2007). *Les Neurones de la lecture*, Paris: Éditions Odile Jacob.
- DiSalvo, D. (2011). *What Makes your Brain Happy and why you Should do the Opposite*, NY: Prometheus Books Publishers.
- Fernandez, A. e Fernandez, M. (2013). “*Concurso público e o inimigo interior. Fracasso, vontade e resistência*”, São Paulo: Editora Biblioteca24horas.
- Hanson, R. & Mendius, R. (2009). *Buddha’s Brain. The practical neuroscience of happiness*, Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.
- Jensen, E. (1996) "Brain-Compatible Learning" International Alliance for Learning, Summer 1996, Vol. 3 #2. IAL, Encinitas, CA.
- Malabou, C. (2007) *¿ Qué hacer con nuestro cerebro?*, Madrid: Tiempo al Tiempo.
- Morgado, I. (2014). *Aprender, recordar y olvidar. Claves cerebrales de la memoria y la educación*, Barcelona: Ariel.
- Restak, R. (2012). *The Big Questions: Mind*, Simon Blackburn (Editor), London: Quercus Publishing Plc.
- Schmid, W. (2007). *Glück*, Insel Verlag Frankfurt am Main.
- Teixidor, E. (2012). *La lectura y la vida*, Barcelona: Ariel.
- Trivers, R. (2013). *La insensatez de los necios*, Madrid: Katz Editores.