



maarten-scheer

Leituras a propósito de nutrição e liderança



Pedro Graça

Dean Faculty of Nutrition and Food Sciences - University of Porto
27 de julho de 2024

A leitura de poesia, a biografia ou o romance interessam a um nutricionista? De que maneira? E como contribuem para um interior mais organizado ou mais bem preparado para crescer na nossa profissão? Acredito, tal como o teórico da cultura Even-Zohar, na leitura como uma caixa de ferramentas. Como um conjunto de recursos que regulam e facilitam a nossa relação com o mundo, para dar sentido à nossa experiência individual e coletiva e para lidar com o inesperado. E como precisamos de lidar com o inesperado nos outros, particularmente dos outros que veem a relação dos alimentos com a vida de forma totalmente diferente da nossa.

Perguntas que me faço às vezes, mas em particular quando nos meses de julho e agosto nos preparamos para o próximo ano letivo e tentamos identificar caminhos pedagógicos para criar uma Casa da Nutrição mais útil aos futuros nutricionistas que a habitam.

Mas talvez não existam livros a recomendar ou idades certas para ler. Por vezes, tenho vontade de reler certos livros que não me apanharam na idade certa. E depois, por circunstâncias da vida perdemos aquela centelha de os encontrar de novo, certamente perdidos no meio de tanta correria inútil que nos vai soterrando. Hoje, talvez fizesse mais sentido ler Marguerite Yourcenar e as suas Memórias do Imperador Adriano e não aos vinte e poucos como me aconteceu. Apetece-me citar uma das vozes interiores do magnífico Imperador romano já em idade avançada. *"Alguns aspetos da minha vida já se assemelham às salas desguarnecidas de um vasto palácio que o proprietário empobrecido desiste de ocupar por inteiro (...)* De facto, já não conseguimos abarcar tudo.

Se o tivesse lido hoje, teria valorizado e compreendido melhor as suas longas críticas ao consumo alimentar excessivo, descrito em várias partes do livro, ao mesmo tempo que criticava os falsos moralistas da vida impoluta que hoje nos rodeiam, como aqui: *"Os cínicos e os moralistas concordam em colocar a volúpia do amor entre os prazeres ditos grosseiros, como o prazer de comer e de beber, declarando-a, contudo, menos indispensável do que aqueles, visto que eles podem perfeitamente prescindir dela. Do moralista tudo se espera, mas espanto-me que o*

cínico se tenha enganado. Admitamos que uns e outros recebem seus próprios demônios, seja porque lhes resistam, seja porque se lhes entreguem, esforçando-se por aviltar o prazer a fim de lhe tirar o poder quase terrível sob o qual sucumbem, e diminuir o estranho mistério no qual se sentem perdidos."

As vozes interiores de Adriano e da própria Marguerite Yourcenar, ecoam muitas vezes nos leitores e inclusive creio que chegam a dialogar com as minhas em certos dias. A propósito da necessidade de reler e refletir sobre a angústia de quem toma decisões e da necessidade de perceber o percurso mental dos que, em determinado momento da sua vida, tiveram que decidir pelos outros. E que nos ajudam a fugir dos clichés dos cursos de liderança das modernas Escolas de Negócios.

A propósito de clichés, talvez só existam mesmo três tipos de líderes. Pelos menos, conheci alguns destes que me ajudaram a formar esta minha opinião (mas é muito curta a minha experiência).

Os Demissionários – Que se questionam frequentemente sobre o que estão a fazer neste papel. Que identificam o caos à sua volta e a falta de honestidade e a falta de qualidade dos que o rodeiam. São os que tomam diariamente a decisão de abandonar o cargo muito, muito em breve (o que nem sempre acontece).

Os Psicopatas – Para os quais tudo está perfeito neste cargo maravilhoso. Que mostram uma face frequentemente confiante e sorridente, mesmo quando a casa arde e que dizem estar a fazer o que tem de ser feito (muitas vezes com sofrimento dos outros) e ainda se vangloriam da sua tranquilidade.

Os Missionários – Que estão em missão. Numa missão espinhosa, mas com orgulho em fazer algo, que provavelmente poucos seriam capazes de fazer. Com "orgulho enorme no percurso", para não dizer presunção e um certo ego, disfarçadamente um pouco acima da média.

Mas as leituras das cartas de Adriano ao jovem Marco Aurélio, que deve suceder-lhe no trono de Roma (século II d. C), vai para além da liderança. Visita também as coisas simples como a comida e o sono.

"O que nos tranquiliza no sono é a certeza de que dele retornamos, e retornamos os mesmos, já que uma estranha interdição nos impede de trazer connosco o resíduo exato dos nossos sonhos. Outra coisa nos tranquiliza ainda: é que ele nos cura temporariamente da fadiga pelo mais radical dos processos, isto é, arranjando para que deixemos de existir durante algumas horas. Nisso, como em outras coisas, o prazer e a arte consistem em nos abandonarmos conscientemente a essa bem-aventurada inconsciência, consentindo em sermos subtilmente mais fracos, mais leves, mais pesados e mais confusos do que nós mesmos."

Talvez seja mesmo esse o interesse da leitura e da arte. A limpeza da alma para que o racional do pensamento científico possa fazer o seu caminho da forma mais

límpida possível. Já não seria pouca coisa para a saúde mental e intelectual dos nossos mais jovens estudantes