Entre corpo e floresta: percursos de uma educação ambiental sensível no ensino superior

Lui Henrique Ortelhado Valverde[1]*, Caio Augusto Borges Garcia[2], Adler Santos Garcia Costa[3], Suzete Rosana de Castro Wiziack[4]

[1]Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), CampoGrande-MS, Brasil
[2]Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), CampoGrande-MS, Brasil
[3]Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), CampoGrande-MS, Brasil
[4]Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), CampoGrande-MS, Brasil
*Autor para correspondência: valverde.ufms@gmail.com

Vivemos um tempo marcado por profundas crises socioambientais, pelo agravamento das mudanças climáticas e por um crescente sentimento de insegurança diante do futuro. Entre jovens universitários, tornam-se cada vez mais comuns sensações de ansiedade, impotência e desconexão em relação ao mundo natural. Nesse cenário, pensar a educação apenas a partir de modelos técnicos e racionalistas mostra-se insuficiente para responder aos desafios contemporâneos. A universidade, enquanto espaço de formação humana, ética e política, precisa ampliar suas formas de ensinar e aprender, reconhecendo também o corpo, os afetos, a sensibilidade e a experiência como dimensões legítimas da construção do conhecimento.

É nesse contexto que se insere a disciplina optativa de Ecologia Profunda, desenvolvida no curso de Ciências Biológicas da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), no âmbito de uma pesquisa de doutorado em Educação Ambiental. Inspirada nos princípios da Ecologia Profunda de Arne Naess, nas contribuições de Joanna Macy e nos pensamentos de autores indígenas como Ailton Krenak e Davi Kopenawa, a disciplina buscou provocar deslocamentos nas formas tradicionais de compreender a relação entre ser humano e natureza. Mais do que transmitir conteúdos teóricos, a proposta foi construir experiências capazes de despertar pertencimento, escuta sensível e reconexão com a vida.

O objetivo deste trabalho é apresentar e refletir sobre práticas pedagógicas experienciais realizadas ao longo da disciplina, analisando como os/as estudantes ressignificaram suas relações consigo mesmos, com os outros e com o planeta a partir das vivências propostas. Busca-se compreender de que maneira experiências formativas fundamentadas na corporeidade, na sensibilidade e na escuta ecológica podem contribuir para uma formação universitária mais integral, ética e comprometida com a vida.

A pesquisa possui abordagem qualitativa e experiencial, na qual valorizam-se as narrativas produzidas pelos/as estudantes como expressão legítima de conhecimento. A metodologia da disciplina foi organizada a partir de três pilares da Ecologia Profunda descritos por Stephan Harding: experiência profunda, questionamento profundo e comprometimento profundo. O primeiro refere-se às experiências sensíveis capazes de despertar a percepção da interdependência entre todos os seres; o segundo envolve o questionamento crítico dos modos de vida e das estruturas que sustentam a separação

entre humanidade e natureza; e o terceiro diz respeito ao compromisso ético construído a partir dessas experiências.

Ao longo da disciplina, diferentes práticas pedagógicas foram desenvolvidas com o intuito de estimular processos de percepção, presença e reconexão ecológica. Uma das primeiras atividades realizadas foi o “Diário de Reconhecimento”, uma pequena caderneta entregue aos/às estudantes para o registro cotidiano de experiências, encontros, paisagens, sentimentos e acontecimentos pelos quais se sentiam gratos. A prática buscou ampliar a atenção ao cotidiano e cultivar a percepção da beleza e da presença da vida, mesmo diante das crises ambientais discutidas nas aulas. Semanalmente, os/as estudantes eram convidados a compartilhar partes dessas experiências, criando momentos coletivos de escuta, acolhimento e construção de vínculos.

Outra prática importante foi a atividade de sensopercepção, realizada em uma área verde da universidade. Após um momento inicial de meditação e atenção plena, os/as estudantes participaram de uma caminhada em duplas, na qual um integrante permanecia vendado enquanto o outro guiava o percurso. A experiência tinha como objetivo intensificar a percepção corporal e estimular sentidos frequentemente silenciados pelo excesso de estímulos visuais da vida contemporânea. Sons, texturas, cheiros, temperaturas e vibrações passaram a ocupar centralidade na experiência de interação com o ambiente natural.

A atividade possibilitou aos/às participantes desacelerar o ritmo cotidiano e perceber a natureza para além do olhar utilitário. O corpo deixou de ser apenas suporte biológico e passou a ser compreendido como meio de relação e pertencimento ao mundo. Muitos/as estudantes relataram que a experiência favoreceu estados de presença, escuta e atenção que raramente experimentavam em seus cotidianos.

Entre todas as práticas desenvolvidas, o banho de floresta destacou-se como uma das experiências mais significativas da disciplina. Realizado no Parque Estadual Matas do Segredo, em Campo Grande-MS, o encontro foi concebido como uma aula de campo imersiva voltada à reconexão sensível com a natureza. A atividade foi organizada em quatro momentos: saber-estar, saber-sentir, saber-viver e saber-envolver.

Durante a vivência, os/as estudantes participaram de caminhadas silenciosas, exercícios de respiração consciente e práticas de contemplação da paisagem. Também realizaram atividades de sensopercepção ambiental, como observar formas de folhas, sentir aromas da mata, tocar elementos naturais de olhos fechados, escrever histórias imaginárias sobre árvores e abraçar troncos como exercício simbólico de enraizamento e presença.

Uma das práticas que mais despertou encantamento foi a “ausculta das árvores”, realizada com o uso de estetoscópios posicionados nos troncos para ouvir os movimentos internos da seiva. A experiência provocou forte impacto emocional entre os/as estudantes, que passaram a relacionar os fluxos vitais das árvores aos próprios movimentos do corpo humano. A atividade favoreceu a percepção da natureza como organismo vivo, pulsante e interdependente.

Após as vivências, os/as estudantes construíram mapas ecosóficos, compreendidos como cartografias subjetivas elaboradas a partir das experiências vividas. Esses mapas foram organizados em três dimensões interligadas: EU, COMUNIDADE e PLANETA. A dimensão do EU buscava provocar reflexões sobre autoconhecimento, identidade e modos de existir. A dimensão COMUNIDADE estimulava questionamentos sobre vínculos humanos, convivência e pertencimento coletivo. Já a dimensão PLANETA ampliava a reflexão sobre a relação com a Terra, os ecossistemas e as demais formas de vida.

As narrativas produzidas nos mapas ecosóficos revelaram importantes deslocamentos subjetivos, éticos e perceptivos. Na dimensão do EU, muitos/as estudantes expressaram a sensação de estarem desconectados de si mesmos e presos a rotinas automatizadas. As experiências favoreceram processos de autoconhecimento, escuta interior e reconhecimento dos próprios limites, desejos e necessidades. Também foi recorrente a percepção da natureza como espaço de reencontro consigo e de recuperação de uma sensibilidade muitas vezes silenciada pela vida acadêmica.

Na dimensão da COMUNIDADE, destacaram-se reflexões sobre empatia, escuta e interdependência nas relações humanas. Os/as estudantes passaram a perceber o outro não como indivíduo isolado, mas como parte fundamental da construção coletiva da existência. As experiências fortaleceram sentimentos de cuidado, acolhimento e responsabilidade compartilhada, além de provocarem críticas às formas individualistas e competitivas que marcam a sociedade contemporânea.

Já na dimensão PLANETA, as narrativas evidenciaram um profundo sentimento de pertencimento à Terra. Muitos/as estudantes relataram que passaram a perceber a natureza não apenas como recurso ou cenário externo, mas como parte viva de si mesmos. Emergiram sentimentos de responsabilidade ecológica, compaixão diante do sofrimento ambiental e desejo de transformação dos próprios hábitos cotidianos. A Terra passou a ser compreendida como organismo vivo, fonte de sabedoria e espaço de conexão espiritual.

Os resultados demonstram que práticas pedagógicas fundamentadas na experiência sensível possuem grande potência formativa no contexto universitário. Ao integrar corpo, emoção, espiritualidade, pensamento crítico e experiência estética, a disciplina de Ecologia Profunda favoreceu processos de reconexão subjetiva e ecológica, contribuindo para a formação de sujeitos mais atentos, presentes e comprometidos com a vida.

As vivências permitiram aos/às estudantes questionar modelos de existência baseados no automatismo, no individualismo e na separação entre humanidade e natureza. Além disso, fortaleceram formas mais amplas de perceber o mundo, em que se valorizam a escuta, a presença, o cuidado e a interdependência como princípios fundamentais da experiência humana.

Conclui-se que inserir práticas experienciais e sensíveis na universidade não representa apenas uma inovação metodológica, mas uma necessidade ética e política diante das crises contemporâneas. Formar sujeitos críticos exige ultrapassar modelos educativos centrados exclusivamente na racionalidade técnica e criar espaços onde pensamento, emoção, corpo e sensibilidade possam coexistir.

Nesse sentido, a Ecologia Profunda mostrou-se um caminho potente para a construção de uma Educação Ambiental integral, capaz de promover, além da

aprendizagem conceitual, experiências de transformação subjetiva e ecológica. Além de compartilhar conteúdos, é fundamental promover encontros que incentivem o sentimento de pertencimento, cuidado, responsabilidade e compromisso com a preservação da vida em todas as suas manifestações.

Palavras-chave: Educação Ambiental, Ecologia Profunda, Experiência Sensível.