Tudo Sobre Tudo

O Manual do Conhecimento Geral

João Favareto

Tudo Sobre Tudo

O Manual do Conhecimento Geral

(Manual de instruções da vida e do ser humano)

Resumo de todos os assuntos, informações e orientações que todas as pessoas devem conhecer e praticar diariamente

CURSO_RÁPIDO_DO_CONHECIMENTO_ESSENCIAL_PARA_VIDA

Roteiros dos assuntos mais importantes da vida para a prática diária
Para formação educacional, social e profissional
Formação de uma sociedade mais justa
Para obter qualidade de vida e
Preservar a natureza

João Favareto

História do mundo, a vida, o homem, a natureza, a sociedade e o comportamento humano.
Ciências, biologia, sociologia, psicologia, comunicação, neurolingüística, marketing e motivação
Alimentação, saúde, educação sexual, adolescência, filosofia, religião, política e economia.
Dados, história, hino e constituições do Brasil. Direitos humanos e deveres do cidadão.
Textos, pensamentos e roteiros de todos os assuntos para a conscientização e prática diária.
Ecologia e sugestões de programas educacionais, sociais, comunitários e ambientais.

Manual do Conhecimento Geral

Síntese do conhecimento geral, orientações básicas e conceitos de mundo, da vida, do homem, da sociedade e nossa realidade

Resumo e roteiros de todos os assuntos que toda a pessoa obrigatoriamente deve conhecer e praticar diariamente

Conhecimentos básicos essenciais para que todo cidadão possa viver bem e em harmonia com seus semelhantes e com a natureza

Sem educação não há cidadão, nação e sociedade civilizada.

Favareto, João
Manual do Conhecimento Geral (Tudo Sobre Tudo)
Resumo de todos os assuntos, informações e orientações
que toda a pessoa deve conhecer e praticar diariamente:
João José Favareto
Osasco - São Paulo - Brasil - 2001

ISBN: 85-902055-1-7

1. Conhecimento geral 2. Cidadânia 3. Ciências humanas CDD 001

Delta Publicações
Rua Itápolis 97a - Bela Vista - Osasco - SP
CEP: 06083-080
Fone: (11) 3683-5150
site www.tudosobretudo.net --- e-mail: jjfavareto@uol.com.br

Idealização, redação, organização e produção: **João Favareto**
Jornalista responsável: **Delma Andrade - MTB 24.995**

Diagramação, arte e impressão: **Gráfica e Editora Peres**
R. Jackson de Figueredo, 01 - Jd Veloso - Osasco - SP
www.graficaperes.hpg.com.br - PABX: (11) 3609-1387
Editoração: Raquel M. Peres Venturini e Robson L. Pedroza
Capa: Robson L. Pedroza

Papel: off-set 75 g (miolo)
Capa: cartão supremo
128 páginas 21x28

Obra registrada na Fundação da Biblioteca Nacional do Ministério da Educação e Cultura conforme Lei dos Direitos Autorais N° 9610/98 e Decreto 75699/75 da Convenção de Berna. A reprodução total ou parcial desta obra constitui em violação do artigo 184 do Código Penal.

Resumo dos principais assuntos e informações essenciais
que todo cidadão deve conhecer para poder viver dignamente,
construir uma sociedade justa, menos violenta e preservar o planeta.

O homem ainda é tão primitivo quanto qualquer animal. Platão, muito antes de Cristo, já pregava um governo de filósofos, pois o homem comum é um predador, que não conhece a razão e o bem geral, porque tem de atender suas necessidades materiais. Mas, no poder ao longo dos tempos, os homens cultos também têm agido como predadores, demonstrando que a intelectualidade humana não tem sido sinônimo de inteligência. Darwin dizia: “Sobrevivem os mais aptos e padecem os fracos, pois a evolução é muito lenta”. E conforme Maslow, “o homem somente se torna racional e social após ter satisfeitas as suas necessidades básicas”. O homem, há muito tempo, possui o conhecimento necessário para proporcionar boa qualidade de vida a todos e preservar o planeta, mas insiste na irracionalidade, no egoísmo, na escravidão do semelhante e na destruição da natureza. Vamos usar um pouco a divina inteligência que recebemos e divulgar esse conhecimento em benefício de todos. Enquanto é tempo.

Conhecimento disperso em livros, em bibliotecas, nas mãos de poucos, não divulgado e não praticado, não ajuda a viver melhor e nem nos leva à evolução.

**Este trabalho é uma proposta que está aberta a todos para ser melhorada.
Esta obra visa transmitir as informações básicas e uma visão da
realidade para alimentar as mentes, fazê-las pensar, divergir e agir.
Padronizar e aplicar a educação social, ambiental e um ensino
básico sério é a partida para a verdadeira civilização humana.**

Apresentação

Quem somos? O que estamos fazendo aqui? De onde viemos? Que lugar é este? O que devemos fazer? Para onde vamos? Qual o sentido disto tudo? O que é certo? O que é errado? Qual é a verdade? Qual o caminho certo? Por que o mundo é assim? Por que tudo parece errado? Por que a natureza, tão maravilhosa, é tão irônica, preferindo trilhar pelos caminhos mais complexos e doloridos na busca da evolução? Por que o aprendizado tem que ser tão selvagem? Pois é, até o momento, pouco sabemos e nada podemos afirmar definitivamente. Ninguém descobriu qualquer informação inquestionável que responda a essas dúvidas. As desventuras e absurdos de nossa história e de nossa realidade evidenciam que a humanidade está totalmente equivocada, desorientada e sem referências consistentes do que fazer, pensar e que caminho seguir. Vivemos próximo ao caos social e ambiental porque o homem veio ao mundo sem um manual de instruções, sem as orientações básicas, sem compreender as coisas e sem saber como viver. O homem está aprendendo a viver, mas muito lentamente e de maneira muito selvagem. Ao longo de sua história, o homem adquiriu muitos conhecimentos e desenvolveu muitas habilidades, mas nunca reuniu e resumiu todo o conhecimento básico necessário para a vida e ofereceu uma educação séria e completa para todas as pessoas. O ser humano, sem as mínimas condições e orientações de vida, vive mal e forma uma sociedade selvagem. O conhecimento hoje existente é mais do que suficiente para proporcionar boa qualidade de vida a todos e preservar a natureza. Mas, este "saber" fica disperso e nas mãos de uma minoria privilegiada, enquanto a maioria vive na ignorância e na miséria, gerando uma sociedade injusta, violenta e destrutiva. A única opção para melhorar a atual situação e haver esperança de um futuro melhor é levar a todas as pessoas o conhecimento geral básico e todas as orientações essenciais para que tenham consciência e condições de buscarem qualidade de vida, gerando uma sociedade mais justa, menos violenta e preservar o planeta, antes que seja tarde.

" Minhas idéias são fantásticas e poderosas.
Não porque são minhas.
Mas, porque são óbvias e simples.
São apenas o bom senso organizado, atendendo ao natural."

João Favareto/Stephen Covey

Dedico este trabalho aos meus pais, Diógenes e Rita (in memórium), aos meus irmãos, Plínio, Junior e Benilde, ao meu filho Daniel, e à minha esposa Célia, pela paciência, carinho e dedicação. Também dedico aos amigos pelos incentivos recebidos, às amigas Lídia Keiko Shimizu, Cristine Onofre e Delma Andrade pela colaboração, em especial aos amigos Luiz Antônio da Silva e ao professor doutor Daniel Barbosa de Andrade pelo apoio, pelos ensinamentos e por ter me orientado a colocar minhas idéias no papel e divulgá-las e aos leitores que darão continuidade à proposta de melhorar o mundo, humanizar o homem, a sociedade e preservar a natureza.

O conhecimento é a luz que alimenta, tira a dor e dá a vida.

Índice

Apresentação e dedicatória 7
Prefácio 11
Apresentação II 13
Introdução 15
História – A origem do mundo, da Terra, da vida e de nossa história 16
Cronologia dos principais fatos da história 17
Período do Big Bang, Pré-história, Antigüidade, Idade Média, Moderna e Contemporânea
Elementos que integram o universo 21
O mundo, a natureza, o indivíduo e a sociedade humana e política
A sociedade, a sobrevivência e a realidade 23
Ciências humanas 25
Conceitos de Charles Darwin, a natureza humana, cadeia alimentar, hierarquia das necessidades e divisão da personalidade.
O comportamento e as relações humanas 27
Princípios do comportamento, o homem e sua formação. Por que ainda somos selvagens? Por que nos comportamos mal? Por que fazemos coisas erradas? Casamento, filhos, Onde estão os pais? conhecendo os filhos. Vamos fazer alguma coisa, viver bem em casa, com os amigos, no trabalho, ambiente sadio. Princípios sociais. Conceitos do bom relacionamento humano. Os dez mandamentos do casal e mandamentos básicos dos pais.
Adolescência – Comportamento dos adolescentes 35
Alimentação 37
O alimento é o melhor remédio, que é proteína, carboidrato, gordura e sais minerais Alimentação básica, pela manhã e lanches, almoço e jantar. Alimentos que devemos evitar. Alimentos bons e baratos. Tabela das propriedades dos alimentos - calorias, proteínas, gorduras, carboidratos, cálcio, fósforo, ferro, vitaminas A, B^1, B^2, C Preparo de alimentos e higiene na cozinha.
Saúde 42
Dicas básicas de saúde. Exames de controle e dicas de higiene. Saiba o mínimo que o médico deve examinar em uma consulta. Principais exames preventivos. Como medir a pressão arterial de forma correta. Saúde do idoso, osteoporose. Mexa-se, relaxe, sono, sol, terapia. Respirar é muito importante. A água é remédio vital.
Primeiros socorros 49
Educação sexual 54
Reprodução, órgão masculino e feminino, período fértil, menstruação, fecundação, gravidez e parto.
Sexo. Para que serve? Como ocorre a ejaculação? Ejaculação precoce 56
Primeira menstruação. Masturbação. Homossexualidade. Virgindade.
Quando ter a primeira relação sexual? Como é a relação sexual.
Métodos anticoncepcionais
DST - Doenças Sexualmente Transmissíveis
AIDS 60
O que é AIDS. Como se pega, como evitar, como saber se está com AIDS. Sintomas.
Drogas 62
O que são drogas e seus efeitos? O que se busca nas drogas? O que leva às drogas? Os males que causam as drogas. Como identificar um usuário de drogas? Prevenção, tratamento, orientação e informações.

Educação Social – A educação poderia ser para a vida 63
Neurolingüística 65
O que é PNL - Programação Neurolingüística, sua importância e utilidade.
O corpo fala, linguagem do corpo (expressão corporal). A PNL e a comunicação.
Tipos humanos, como identificá-los. Sintonia e como utilizar melhor o cérebro.
Canais de comunicação e características dos indivíduos.
Marketing 69
Filosofia 70
Religião 71
Religião, Ciência e Deus, resumo das doutrinas das religiões e crenças mais conhecidas.
Número de adeptos das principais religiões, seus calendários e contagem do tempo.
Ecologia e Meio Ambiente 75
Ecologia é tudo que envolve a vida dos seres vivos e seu ambiente, cadeia alimentar.
Como praticar ecologia no dia-a-dia, como fazer uma campanha ecológica.
Cidadania 79
O que é cidadania, como praticar cidadania e analfabeto político.
Os mandamentos do eleitor, do político e da vida coletiva.
Mandamentos da vida coletiva.
Brasil – dados, organização, armas, história, hino 84
Constituições brasileiras 88
Histórico das Constituições e Código Civil.
Principais artigos dos princípios fundamentais do país, dos direitos, deveres e da família.
Declaração Universal dos Direitos do Homem 95
ECA - Estatuto da Criança e do Adolescente 98
Direitos do Consumidor 100
Política e economia 101
Assuntos gerais.... 104
As informações, a verdade, a esperança, o universo, a vida obedece às leis naturais,
crônicas da vida, o destino, como é a vida de cada um, controle da natalidade,
Brasil 500 anos, a raça do brasileiro, as raças, racismo, drogas, violência,
corrupto é o povo, futebol, televisão, população mundial, a riqueza e a pobreza.
Roteiros para entender a vida e viver melhor 113
Princípios universais.
Atitudes para viver melhor.
Os dez mandamentos da amizade.
Dez ensinamentos para viver bem.
Mandamentos para ser feliz.
Dicas de relaxamento.
Comunicação e equilíbrio mental.
Motivação.
Pérolas do pensamento para a reflexão.
Pensamentos para a reflexão.
Os dez mandamentos do Cristianismo. O que fazer para melhorar a sua vida e o mundo.
O poder do pensamento, da palavra e do poder.
Propostas de projetos sociais, educacionais, comunitários, assistenciais e ambientais 125
História deste trabalho, biografia do autor e bibliografia 128

Prefácio

Assusta-nos a vertiginosidade dos acontecimentos nos dias atuais, como as descobertas científicas, o avanço da tecnologia, a informática e a Internet, em um mundo de globalização, aumentando a desigualdade entre os países desenvolvidos e os subdesenvolvidos, ou seja, países ricos e pobres; pois, os primeiros investem muito na formação e capacitação dos seus cidadãos e os segundos, poucos recursos destinam a tal fim, aumentando portanto o fosso na qualidade de vida da população desses dois grupos de países. Está comprovado que só é possível melhorar as condições sócio-econômicas de um povo através da educação, da escolaridade e do preparo profissional. Quando conheci João Favareto, autor do presente trabalho e já faz algum tempo, iniciamos um diálogo voltado para o tema do conhecimento humano e do aculturamento de nossa juventude, sentindo a sua preocupação e por que não dizer até um desespero pelo baixo nível de conhecimento de nossos estudantes, bem como a falta de acesso a bons livros didáticos como fonte de pesquisa. O Favareto falou-me de suas pesquisas para a elaboração de um Manual de Conhecimento Geral, com abordagem de vários temas, atendendo a uma diversificação de assuntos direcionados não somente a professores e estudantes, mas também a pessoas que tenham interesse em ampliar os seus conhecimentos. Mãos à obra e finalmente aqui temos um volume eclético e diversificado, quase completo, que será de grande valia para os seus leitores e consulentes, pois pela gama de assuntos tratados constitui uma enciclopédia simplificada com temas atuais e muito importantes para o aprimoramento do conhecimento humano. A mim foi dado o encargo de prefaciar esta obra, que será editada em dois formatos, sendo um especificamente para estudantes, com preço subsidiado, como um manual de pesquisa em suas dúvidas e trabalhos escolares. Parabenizo o autor pelo seu discernimento, sua dedicação e seu empenho, pois oferece uma visão elástica das coisas do dia-a-dia e uma visão do universo. E que seja o presente um instrumento do saber e uma bússola do rumo do conhecimento humano.

Daniel Barbosa de Andrade
Educador e advogado

Apresentação II – Homem Teimoso

O homem, até a atualidade, desenvolveu muito pouco sua racionalidade. Sua mentalidade ainda é primitiva e escrava de crenças insensatas. O homem caminha na contramão da coerência, dando muito crédito às crenças e fugindo da razão. Desde os primórdios, o homem vive fantasiando a realidade. Temos que viver a realidade sobriamente para existir futuro. O homem cria a sua realidade a partir do pensamento. Se o pensamento não é consciente, vive-se a irrealidade. O homem ainda não aprendeu a viver coletivamente e a preservar a natureza. O homem evoluiu pouco socialmente e está mantendo sua civilização selvagem, pois continua escravizando o semelhante e destruindo o planeta. Está passando da hora do homem aprender a viver, abrir o olho para a razão, para as causas e para o bom senso, socializando os conhecimentos e os recursos. O homem desenvolveu muito mais o poder de destruição do que o de construção e, se não houver uma reversão rápida da atual situação, poderá não haver futuro para a humanidade. O sistema selvagem reinante na sociedade humana nunca permitiu equilíbrio, justiça social e o respeito ambiental. Somente poderemos construir uma verdadeira civilização humana e preservar a natureza socializando uma educação básica de qualidade e a cidadania. A natureza é a nossa casa, nossa vida e deveríamos compreendê-la e respeitá-la. A natureza e a realidade são as nossas únicas referências concretas e reais. Os seres e as matérias interagem e dependem uns dos outros. O homem, como todo ser, está inserido nas leis da natureza. A natureza é sábia e busca a evolução e a harmonia universal. O homem com experiência e a possibilidade que a natureza oferece, também deve buscar a sabedoria e a harmonia com tudo e com todos. O homem ainda não resolveu nenhum de seus problemas básicos de sobrevivência e convivência com o semelhante e o meio ambiente. Só evoluiu na elaboração de utensílios. Continua primitivo, pouco social e predador. Sua única preocupação ainda é muito básica: sobreviver e reproduzir a qualquer custo. Se o homem utilizasse um pouquinho de sua enorme capacidade mental, perceberia que as respostas estão claras e evidentes na própria natureza e na razão. Basta observá-las para aprender a viver em harmonia com o universo. Mas, ironicamente, o homem, desde o início, insiste em não enxergar o óbvio, a realidade, os fatos, as evidências e contraria a natureza buscando justificativas no desconhecido e em fantasias, vivendo de forma estúpida, se destruindo e destruindo as maravilhas da natureza. O sentido da vida é viver e evoluir de forma inteligente em equilíbrio com a natureza e em harmonia com nossos semelhantes. Esse processo é muito lento e pouco podemos fazer para acelerá-lo. Mas, devemos fazer este pouco que nos cabe. Todos podem e devem fazer alguma coisa. A vida é para ser construída coletivamente e não somente desfrutada individualmente. Já existe há milhares de anos conhecimento suficiente para vivermos muito bem. Mas é lamentável que os poucos que possuem esse conhecimento insistam em seu egoísmo, na inocência e inconseqüência, aumentando a selvageria em direção ao caos, em vez de coletar, resumir, padronizar e divulgar esses conhecimentos básicos tão fundamentais que proporcionariam um mundo melhor para todos. A minha proposta e obrigação, agora também sua, é divulgá-los, conscientizar os menos e os não conscientes de que podemos viver melhor e preservar a natureza. Antes de criticar ou só fazer assistencialismo (que abre mais maus precedentes e não garante lugar no céu), devemos combater as causas na raiz e não só explorar os efeitos. Não observamos ações estruturais, fundamentais e essenciais por parte de nenhum segmento organizado da sociedade ou cidadão atuando nas causas dos problemas. Observamos somente demagogia e mercantilismo com os efeitos e medidas paliativas de resultados irrisórios. O único remédio é a educação. Somente a educação traz consciência, distribuição das riquezas e equilíbrio. Aqui, você terá os principais conceitos básicos do conhecimento humano e roteiros para seu uso diário e divulgação para termos uma vida e um mundo melhores. Agora, você não tem mais desculpas. Saberá o que deve fazer para ajudar a melhorar o lugar em que vive. Como pode o mundo melhorar se cada um não fizer a sua parte, só subtrair? Não temos uma educação completa para a vida, somente adestração e alienação. Antes de educar as crianças temos de educar e reeducar todos os adultos. Precisamos de educação social, educação para a vida e educação ambiental. Reciclar os professores e reeducar os pais para que possam educar melhor seus filhos e alunos. Precisamos criar uma escola de vida, um curso básico, fundamental, sério, objetivo, atrativo, prático e completo para construirmos uma sociedade verdadeiramente civilizada.

Introdução

O processo de transformação do mundo e a evolução do homem são tão lentos para nós que parece estar regredindo. Mesmo passados 20 bilhões de anos do universo e 10 mil anos de civilização humana, o homem parece estar comportando-se pior do que os animais mais selvagens. Na natureza, tudo se relaciona, seres e matérias, uns dependem dos outros formando um círculo vicioso de transformação. Das melhores combinações surge a evolução. Em nosso planeta, na base do sistema vivo, estão os produtores de alimentos, as plantas; depois, vêm os consumidores primários, os herbívoros; e os secundários, os carnívoros; por fim, os decompositores, que desintegram os corpos mortos devolvendo a matéria à natureza para o reinício de novos ciclos de vida. Na civilização humana, o sistema é semelhante. Existem os seres pouco desenvolvidos intelectualmente que formam a base, são os produtores de riqueza (o povo gerador de mão-de-obra barata), seres completamente condicionados pelos meios externos; depois, vêm os consumidores primários (classe média) seres mais desenvolvidos socialmente, mas ainda condicionados; em seguida, os consumidores secundários (a elite), seres mais inteligentes e dominantes. Como na natureza, na sociedade humana parece impossível alterar o sistema da pirâmide, pois poderia gerar desequilíbrio na função e na proporção de cada segmento que mantém muitos desafortunados na produção e poucos privilegiados no consumo e no comando. A voracidade das classes dominantes, que agem como predadores, é tanta que não permite as mínimas condições de vida aos produtores, que vivem como presas, comprometendo toda a vida no planeta, inclusive a vida do planeta. O homem criou leis para obter equilíbrio e justiça, mas devido ao primitivismo humano, a lei do homem acabou institucionalizando a lei da selva que privilegia os fortes (ricos). O homem não respeita as leis da natureza nem suas próprias leis, gerando um enorme desequilíbrio social e ecológico. Neste trabalho, vamos expor os principais assuntos que envolvem a vida do homem e a natureza, buscando oferecer orientações e condições de vida mais satisfatórias aos produtores das riquezas, consciência e menos voracidade aos consumidores. Quando temos equilíbrio, temos preservação da vida e evolução; quando não temos equilíbrio, temos desordem, degeneração humana e ambiental. O objetivo desta obra é divulgar as informações básicas que toda pessoa deveria conhecer para ter condições de desenvolver a consciência, para buscar qualidade de vida para sua família, colaborar com a sociedade em que vive e preservar a natureza. Temos que divulgar, de todas as formas, o básico do conhecimento existente para situarmo-nos melhor no tempo e no espaço, sofrer menos, viver melhor, com simplicidade e harmonia com o próximo e o mundo. Enfim, gerarmos cidadãos com consciência dos plenos direitos e deveres, que são a base de uma nação justa e de uma sociedade civilizada.