

Espiritismo E Vegetarianismo

Bernardino da Silva Moreira

Segundo diversos estudiosos do assunto, os seres humanos evoluíram como carnívoros, daí considerarem que temos o direito de viver, segundo nossas predisposições dietéticas naturais. Não há como negar, a humanidade está adaptada a uma dieta que tem como principal elemento a carne e não a uma dieta predominantemente vegetal. As provas são gritantes e como exemplo podemos citar, as populações de camponeses carentes que não dispõem de carne em abundância. Ora, sabemos que as populações forçadas a se alimentarem com uma dieta pobre em proteínas, mas com alto teor de carboidratos por muito tempo, acabam lamentavelmente sofrendo de problemas vários, tais: cirrose hepática, pelagra, beribéri, kwashiorkor (doença tropical que atinge crianças, causada por insuficiência de proteínas na alimentação. Esta é a denominação nativa em Gana) e outras mais causadas pela deficiência de proteínas.

Um dos casos mais famosos na história do vegetarianismo, foi o de George Bernard Shaw que é citado como exemplo, devido sua vida ativa até aos noventa anos com sua dieta especial. Mas isso é apenas um lado da história, o que muitos não sabem é que uma anemia grave causada por seu vegetarianismo quase o matou em certo período, e ele só foi salvo por aceitar receber uma medicação à base de extrato de fígado. Isso na época causou um alvoroço, devido aos líderes do movimento vegetariano que irados, não pouparam o dramaturgo idoso dos ataques virulentos por ter desrespeitado os princípios do vegetarianismo, esquecidos ou pouco se importando com a sobrevivência de Shaw.

Consultando os Espíritos superiores sobre o tema em pauta, Kardec pergunta na questão 723:

“A alimentação animal é, com relação ao homem, contrária à lei da Natureza?

- Dada a vossa constituição física, a carne alimenta a carne, do contrário o homem perece. A lei de conservação lhe prescreve, como um dever, que mantenha suas forças e sua saúde, para cumprir a lei do trabalho. Ele, pois, tem que se alimentar conforme o reclame a sua organização.”

Se a lei natural é lei de Deus e a lei de conservação também, tentar mudar o código divino, seria o mesmo que caminhar para o abismo por vontade própria, o que seria, sem dúvida nenhuma, suicídio. Outro ponto importante, para cumprirmos com a lei de trabalho, não podemos fugir da responsabilidade de mantermos o vigor físico, que dependerá da alimentação em conformidade com a nossa organização.

“Para aqueles que não estudaram o problema isso pode ser difícil de entender. Legumes são mais baratos do que carne, mas o problema é equilibrar o consumo de legumes a fim de produzir, através da habilidade humana, o equilíbrio de aminoácidos tão simplesmente oferecidos por qualquer pedaço de carne. Diferentes vegetais possuem diferentes aminoácidos essenciais, mas não na combinação certa: sem a combinação perfeita de todos os oito, nenhum deles produz o efeito necessário no aparelho digestivo humano. Isso significa que, a fim de produzir uma refeição vegetariana saudável, é necessário atingir um equilíbrio sutil baseado em conhecimentos bioquímicos, empregando a mistura certa de elementos botânicos. Isso demanda paciência e habilidade e explica porque, nas comunidades camponesas ignorantes, uma dieta, a inevitável dieta vegetal causa tantas doenças sérias. No estado atual das coisas, uma dieta vegetariana equilibrada é essencialmente um fenômeno de classe média alta. Em contrapartida, uma dieta vegetariana adotada de maneira imperfeita pelo povo continua sendo mortífera”.

Essas são as palavras do zoologista e especialista em comportamento humano, Desmond Morris, registradas no livro "O Contrato Animal".

Vamos agora analisar o outro lado da questão, fazendo coro com Kardec, na pergunta 724 e ouvirmos o que têm a dizer os Espíritos superiores:

"Será meritório abster-se o homem da alimentação animal, ou de outra qualquer, por expiação?

- Sim, se praticar essa privação em benefício dos outros. Aos olhos de Deus, porém, só há mortificação, havendo privação séria e útil. Por isso é que qualificamos de hipócritas os que apenas aparentemente se privam de alguma coisa."

São raríssimas as pessoas que se privam de alguma coisa em benefício do próximo. As razões de certas pessoas não comerem carne, não são realmente convincentes; as justificativas de muitos têm base em filosofias espiritualistas e também na opinião de alguns Espíritos afobados, que respondem a tudo sem se importarem com a verdade. A carne não é fraca; a Ciência já provou isso. Por não comer carne, não iremos ficar mais espiritualizados. A materialidade do Espírito é conseqüente com o seu grau de evolução.

Conheci algumas pessoas que ao lerem sobre a vida de Francisco de Assis, deixaram de comer carne como se isso fosse deixá-las mais espiritualizadas. O interessante é que a moralidade, o amor ao próximo que era praticado pelo grande missionário de Assis é colocado em plano secundário ou, o que é pior, imediatamente esquecido.

Os fariseus também não comiam a carne de porco e outros animais, que segundo eles eram impuras; também vestiam-se de branco e lavavam as mãos, mas não lavavam a alma. Eram sepulcros caiados por fora e por dentro eram cheios de podridão.

Voltando ao mestre Kardec, iremos à questão 722:

“Será racional a abstenção de certos alimentos, prescrita a diversos povos?

- Permitido é ao homem alimentar-se de tudo o que não lhe prejudique a saúde. Alguns legisladores, porém, com um fim útil, entenderam de interdizer o uso de certos alimentos e, para maior autoridade às suas leis, apresentaram-nas como emanadas de Deus.”

A Doutrina Espírita não proíbe; orienta com o apelo que faz a razão. é uma questão de bom-senso! Se a carne não me faz mal a saúde, por que devo parar de comê-la?

E para encerrar, vamos à questão 710:

“Nos mundos de mais apurada organização, têm os seres vivos necessidade de alimentar-se?

- Têm, mas seus alimentos estão em relação com a sua natureza. Tais alimentos não seriam bastante substanciosos para os vossos estômagos grosseiros; assim como os deles não poderiam digerir os vossos alimentos.”

Como diria o saudoso professor José Herculano Pires, espírita não faz “vestibular pra santo” ou, como diria a vovó desconfiada: esse é santo de pau oco!”

Não é só modificar a dieta, é necessário reformar a alma, o homem hedonista, pragmático e utilitarista, faz do corpo a finalidade da vida e se afoga na materialidade da vida, esquecido que a vida continua além da morte, porque o Espírito é eterno.

O importante não é só o que entra na boca do homem, mas principalmente o que sai!

A advertência de Desmond Morris deve ser analisada por todos nós:

“Claramente, o movimento vegetariano, a despeito de suas boas intenções, está lutando contra a natureza, e sua luta desigual continuará até o dia distante em que os

bioquímicos conseguirem finalmente criar uma dieta sintética completa a partir de elementos químicos básicos, própria para ser consumida por todos nós.”

Non in solo pane vivit homo!

Fim.