
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA MOTRICIDADE HUMANA
(PEDAGOGIA DA MOTRICIDADE HUMANA)**

**A PRÁTICA VEGETARIANA EM RIO CLARO: CORPO,
ESPIRÍTO E NATUREZA**

BEATRIZ BRESIGHELLO BEIG

Dissertação apresentada ao Instituto de Biotecnologia do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Ciências da Motricidade (Área de Pedagogia da Motricidade Humana).

Outubro – 2008

BEATRIZ BRESIGHELLO BEIG

**A PRÁTICA VEGETARIANA EM RIO CLARO: CORPO,
ESPIRÍTO E NATUREZA**

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Ciências da Motricidade (Área de Pedagogia da Motricidade Humana).

Orientadora: LEILA MARRACH BASTO DE ALBUQUERQUE

RIO CLARO
2008

796.1 Beig, Beatriz Bresighello
B422p A prática vegetariana em Rio Claro : corpo, espírito e
natureza / Beatriz Bresighello Beig. – Rio Claro : [s.n.], 2008
109 f.

Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual Paulista,
Instituto de Biociências de Rio Claro
Orientador: Leila Marrach Basto de Albuquerque

1. Expressão corporal. 2. Corporeidade. 3. Vegetarianismo. 4. Religião.
5. Ambientalismo. I. Título.

BEATRIZ BRESIGHELLO BEIG

A PRÁTICA VEGETARIANA EM RIO CLARO: CORPO, ESPIRÍTO E NATUREZA

Dissertação apresentada ao Instituto de Biociências do Câmpus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Ciências da Motricidade (Área de Pedagogia da Motricidade Humana).

Comissão Examinadora

Leila Marrach Basto de Albuquerque

Ronilda Ribeiro

Luiz Augusto Normanha Lima

Rio Claro, 17 de outubro de 2008

A maioria das pessoas pensa no universo como alguma coisa longe, imensa e separada de nós, porém esquecem que somos a vida do universo em constante movimento. Nossa existência participa do universo, não apenas está nele. Dedico este trabalho a todas as formas de vida.

Agradecimentos

Agradeço a todas as pessoas que diretamente ou indiretamente fizeram parte desses anos de pós-graduação, onde trabalhei, amadureci e colhi bons resultados. Em especial:

À Professora Leila pela orientação, pela paciência, pela confiança e pelas conversas amigas. Pelo grande exemplo de caráter e competência.

Aos queridos membros da banca examinadora, os professores Drs. Ronilda e Luiz Augusto por toda sensibilidade e pelas grandiosas contribuições, visando à melhoria deste trabalho.

Aos funcionários da Unesp: bibliotecárias, funcionários do xerox, do restaurante, da Pós-graduação, do Departamento de Educação Física. A todos os meus professores de graduação e pós-graduação, em especial ao professor Afonso Antônio Machado, pelo exemplo de profissional competente que visa a formação do cidadão.

A todos os entrevistados, um a um, pela imprescindível ajuda, pelo tempo dedicado, por depositarem a confiança neste projeto e pelas histórias de vida que ajudaram na construção da pesquisa.

À Thelma pela amizade, sinceridade, palavras duras, fortes e verdadeiras das horas que eu necessitei. Situações, felizes e tristes juntas. Agora distância, falta e saudade. Ela na Bahia e eu em Rio Claro, porém o pensamento continua junto e o carinho IMENSO! Amizade verdadeira daquelas que a gente encontra poucas na vida ou até mesmo passa sem encontrar.

Ao Bef 2002 pelos encontros. Pessoas queridas e amigas que ficaram com o tempo, crescimento, amadurecimento e muitas festas!!! À Tânia pelos encontros esporádicos, porém, divertidos! Companheira e amiga! À Silvinha, pelas risadas gostosas e constantes, pela coragem desta mulher forte, de fibra, competente e feliz! Obrigado pelo abraço forte e gostoso. À Luciana, agora na mesma situação que eu, pelos estudos juntos, pelas angustias e alegrias compartilhadas.

À minha mãe, pelas leituras feitas, pelas correções, pelas discussões que levaram ao amadurecimento e pela compreensão pela falta que eu lhe faço em alguns momentos. Sinto sua falta também.

Ao meu pai, amigo, pela ajuda financeira, pelas conversas à mesa, pelo carinho e por ser essa pessoa tão boa que você é.

Aos meus avôs e avós, presentes ou não, pelas lições da vida que me ajudaram muito nesses anos de pós-graduação.

Ao André, meu irmãozinho querido pela sua existência tão carinhosa, sincera e feliz. Pela confiança depositada em mim, como amiga acima de irmã. Pelos cafés da manhã muito cedo, apesar de não ter nada pra fazer. Pelas piadas sem graça que só eu ri. Ao Fábio, pelas brigas e pelos momentos bons que me ajudaram a crescer mais. Sinto sua falta na rotina do dia a dia.

Ao Renan, meu querido companheiro, pelas risadas, pela paciência, pela existência, pelo amor sincero que carrego em meu coração. Também a sua família, pais e avós, pela acolhida como filha e neta. São parte de minha família, inclusive a Bona, de todo o meu coração.

Ao Qaium, meu anjo protetor, me ajudou pela simples existência e companhia. Ensinou-me a ter amor pelos animais.

Ao CNPq, pela ajuda financeira imprescindível.

No Rio de Janeiro, o que se chama aipim,
em São Paulo é mandioca,
no Recife é macaxeira.
Agora, bergamota, mandarina e mexerica
no Brasil é tudo tangerina.
É cará no Pará, mas inhame em Caatinga.

Isso só nas iguarias, sem falar dos costumes à mesa.
O nordestino quando te oferece um jantar, mata um boi para te servir.
O paulista te mata com fast food.
E o carioca? Bem, o carioca mata o jantar e transfere a data.

No Japão o peixe é cru.
Na China vem com broto de bambu.

O hot dog em New York é como o acarajé em Salvador.
Um tapa em Madri.
Uma baguete em Paris.

O absinto da Belle Époque,
o jerez da Andaluzia.
Ah! E o chá das cinco da rainha da Inglaterra.
Tão chique como uma água de coco ao por do sol no Arpoador!

Arrotar na mesa é sinal de apreço para os árabes, senão o dono da casa se ofende.
O anfitrião tailandês te serve tudo...até a mulher.

Na Alemanha a batata é frita, mas a cerveja é quente.
Na Escócia a cerveja também é quente, mas a batata é assada.

Comer com as mãos, amassando o feijão com a farinha é herança dos índios.
Servir à francesa acontece sempre nas melhores famílias.

Pato com laranja,
pato ao tucupi,
frango xadrez,
arroz de alça,
arroz à grega.
Bife à milanesa, à cavalo, ao tornedor.

Banana água prende o ventre,
mamão verde solta tudo.
Pressão baixa: muito sal!
O risotto que era entrada, virou prato principal.

Camomila para acalmar
Ginseng para levantar
Champanhe para brindar

Arriba
Abajo
Al centro
Adentro!!!

Luís Salem e Estela Miranda

Resumo

Podemos dizer que a alimentação é uma junção entre o natural – sobrevivência – e o cultural – encarregado, este, de ditar todo o resto. Apesar da internacionalização da indústria alimentícia, culturas diferentes, religiões e estilos de vida podem ditar o que se deve comer e o que não se deve. Nesse conjunto de interditos e modos de se alimentar inclui-se o vegetarianismo, que vem atraindo contingentes populacionais significativos na contemporaneidade. Isto tem conseqüências para a questão da corporeidade, se levarmos em consideração que o que se come nos constitui, no sentido biológico e natural, mas que na verdade é ditado pela cultura e pela história. A pesquisa foi realizada na cidade de Rio Claro, com pessoas que possuem como escolha alimentar o vegetarianismo. Os dados foram coletados através de fontes primárias e secundárias. Nesse sentido, este projeto de pesquisa teve como problema compreender, entre pessoas que presentemente adotam a alimentação vegetariana, os objetivos que norteiam esta opção, como representam “os corpos” e como concebem a relação com a posição do homem na natureza. Após a análise dos resultados pudemos perceber que existe uma intermitência na prática do vegetarianismo. Foi possível constatar que argumentos ambientalistas, argumentos científicos relacionados à saúde e argumentos religiosos legitimam a prática vegetariana. Em relação aos cuidados com a saúde, os vegetarianos possuem práticas que denominamos de naturalistas, ou seja, que vão contra a biomedicina. A atividade física é caracterizada pelas práticas alternativas e o vegetariano pode ser caracterizado por uma junção entre o corpo, o espírito e o meio ambiente. Estudos que relacionam alimentação e corporeidades trazem questionamentos interessantes e inovadores para os profissionais de educação física e da motricidade humana.

Palavras-chave: Corporeidades. Vegetarianismos. Religião. Ambientalismo

SUMÁRIO

	Página
Dedicatória.....	i
Agradecimentos.....	ii
Epígrafe.....	iv
Resumo.....	v
INTRODUÇÃO.....	01
Problema.....	02
Hipóteses.....	02
Objetivo.....	03
Justificativa.....	03
Universo da Pesquisa.....	03
Instrumento de coleta de dados.....	05
Constituição dos Dados.....	07
CAPÍTULO 1 – QUADRO TEÓRICO.....	09
1.1 Alimentação e sobrevivência.....	13
1.2 Vegetarianismos	15
1.2.1. Na pré-história.....	16
1.2.2. Nas primeiras civilizações.....	18
1.2.3. Na idade média.....	20
1.2.4. Do século XV ao século XVIII.....	22
1.2.5. Os séculos XIX e XX.....	23
1.2.6. Um pouco de Brasil.....	24
1.3. Ciência, Religião e Ambientaismos: algumas das razões para ser vegetariano.....	26
1.3.1. A ciência e a saúde.....	26
1.3.2. Ambientaismos, ecologia e cultura alternativa.....	30
1.3.3. Religiões e espiritualidades.....	33
1.4. Corporeidades e alimentação.....	42
CAPÍTULO 2 – OS VEGETARIANOS POR ELES MESMOS.....	48

2.1. Literatura vegetariana.....	48
2.2. Os vegetarianos em Rio Claro.....	60
2.2.1. Quadro sócio-cultural.....	60
2.2.2. Entrevistas.....	62
2.2.2.1 Legitimações.....	62
2.2.2.1.1 Argumentos científicos relacionados à saúde.....	63
2.2.2.1.2 Argumentos ambientalistas.....	67
2.2.2.1.3 Argumentos religiosos.....	70
2.2.2.2. Experiência vegetariana.....	74
2.2.2.2.1 O vegetarianismo, a intermitência e o preconceito: ser vegetariano em uma cultura carnívora.....	74
2.2.2.2.2 Os cuidados com o corpo.....	78
CAPÍTULO 3 – CONCEPÇÕES DE CORPO E NATUREZA ENTRE OS VEGETARIANOS.....	81
3.1. Corporeidades dos vegetarianos.....	83
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	87
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	90
FONTES SECUNDÁRIAS.....	90
FONTES PRIMÁRIAS.....	101
ABSTRACT.....	104
APÊNDICES.....	105
APÊNDICE I - Roteiro da entrevista do restaurante vegetariano.....	106
APÊNDICE II - Questionário sócio-cultural aplicado antes da entrevista.....	107
APÊNDICE III - Termo de consentimento livre e esclarecido.....	108
APÊNDICE IV - Roteiro das entrevistas.....	109

INTRODUÇÃO

Quando pensamos sobre o comportamento alimentar humano, temos que levar em consideração que nenhum outro comportamento não automático se liga de modo tão próximo à sobrevivência. Talvez a abundância de alimentos na maioria das regiões do Mundo, hoje, rotinize essa questão de comer para sobreviver e a apresente como algo inconsciente, o que torna o ato de se alimentar algo naturalizado culturalmente. Podemos dizer que a alimentação é uma junção entre o natural – sobrevivência – e o cultural – encarregado, este, de ditar todo o resto.

O prazer no ato alimentar, juntamente com o paladar e o gosto, devem ser levados em consideração. O paladar seria constituído também por essa junção cultural-natural. Culturas possuem percepções próprias em relação aos alimentos, de maneira que o gosto seria, então, uma resposta fisiológica às concepções culturais dadas ao alimento.

Alimentar-se de determinados alimentos e não de outros é uma questão que pode estar além da geografia dos alimentos que cada região dispõe. Apesar da internacionalização da indústria alimentícia, culturas diferentes, religiões e estilos de vida podem ditar o que se deve comer e o que não se deve.

Nesse conjunto de interditos e modos de se alimentar inclui-se o vegetarianismo, que vem atraindo contingentes populacionais significativos na contemporaneidade. A história da prática do vegetarianismo e até mesmo a sua expansão carregam pesos religiosos. Tanto na história, quanto na criação do vegetarianismo, a presença das religiões foi determinante. Essa íntima relação talvez se explique se pensarmos que o que comemos “entra” em nós, é incorporado, o que faz com que a purificação do corpo e conseqüentemente da alma, esteja

relacionada com a alimentação. A presença religiosa se dá mesmo quando os interditos religiosos sejam decorrentes da não-violência com outros seres vivos.

A prática alimentar também traz conseqüências para a questão da corporeidade, se levarmos em consideração, que o que se come estará dentro de nós, no sentido biológico e natural, mas que na verdade carrega concepções ditadas pela cultura e pela história. Entende-se, aqui, corporeidade, derivada da perspectiva de Mauss (1974) quando chama a atenção para o fato de que toda a sociedade, em qualquer tempo e em qualquer lugar, sempre desenvolveu modos eficazes e conseqüentemente tradicionais de trabalhar o corpo do ser humano, em virtude de necessidades emergentes do corpo social.

Podemos dizer que o alimento que se ingere carrega consigo pesos morais e éticos, que quando consumidos estarão presentes na nossa “carne”, e então, dependendo da alimentação adotada, nos tornaremos puros ou impuros; morais ou imorais, tanto no corpo quanto no espírito.

Problema

Estudos que relacionam alimentação e corporeidades oferecem pistas interessantes e inovadoras para os profissionais de educação física e da motricidade humana. Nesse sentido, esta pesquisa tem como problema explicar, entre pessoas que presentemente seguem alimentação vegetariana, os objetivos que norteiam esta opção, como representam “os seus corpos” e como concebem a relação com a posição do homem na natureza.

Hipóteses

Quando começamos a estudar a população vegetariana, realizamos um estudo exploratório (BEIG, 2006) para uma primeira aproximação. Como população foram escolhidos os vegetarianos de um grupo de discussão por e-mail (veg-brasil), e participantes de três comunidades do orkut (chamadas vegetarianos; vegetarianos sim e daí? e vegetarianos x onívoros), que foram selecionados após pesquisa pela Internet. Neste estudo exploratório foi aplicado um questionário a essas comunidades vegetarianas que dizia respeito às legitimações da prática do vegetarianismo, para que assim pudéssemos conhecer um pouco mais sobre a população estudada.

Pudemos perceber que o tema do vegetarianismo possibilita, presentemente, muitos recortes explicativos: à partir de explicações científicas relacionadas a saúde, à partir de motivos religiosos e à partir de preocupações ambientalistas, sendo que todos esses recortes têm suas próprias definições da posição do homem na natureza.

Neste sentido, argumentos científicos, religiosos e ambientalistas definem os objetivos, representações do corpo e a posição do homem na natureza entre os vegetarianos, configurando a hipótese dessa pesquisa.

Objetivo

Este estudo tem por objetivo ampliar o conjunto de variáveis culturais responsáveis pela construção social dos corpos, através da identificação e descrição das relações entre alimentação e corporeidades. Especificamente com o estudo do vegetarianismo, espera explorar as dimensões religiosas e seculares que podem orientar as opções alimentares.

Justificativa

A Ciência da Motricidade Humana é uma área multidisciplinar, onde a Ciência da Nutrição tem importância destacada para o estudo dos corpos em movimento. É, porém, um campo das Ciências Biológicas. A emergência da alimentação como objeto de estudo das Ciências Sociais é recente, mas conta, já, com contribuições significativas que permitem subsidiar pesquisas como esta, inéditas na Motricidade Humana.

Universo da Pesquisa

A pesquisa foi realizada na cidade de Rio Claro, com pessoas que possuem como escolha alimentar o vegetarianismo. A população foi composta então por vegetarianos.

A cidade de Rio Claro foi fundada em 10 de junho de 1827, mas tornou-se município somente em 1845. Situada na região de Campinas, a cidade está distante 173 km da capital e teve como estimativa populacional feita pelo IBGE (2006) o número de 190.373 habitantes.

A área rural de Rio Claro está voltada economicamente para o cultivo e colheita da cana-de-açúcar, cítricos e pastagens. A sede do município conta com

serviços públicos de ordem municipal, estadual e federal. Próximo a área urbana encontra-se o Horto Florestal, com uma área de 2.314,80 alqueires, composto por vegetação nativa e áreas reflorestadas com eucalipto. O município está inserido na Bacia do Rio Corumbataí, que deságua no Rio Piracicaba, o qual estará integrado na construção da Hidrovia Tietê-Paraná, que virá a favorecer a cidade nos relacionamentos com o Mercosul.

A cidade de Rio Claro tem um restaurante vegetariano, entrepostos voltados para o segmento dos vegetarianos, grupos religiosos que fazem restrições à alimentação carnívora, espaços alternativos e cursos universitários voltados para questões ambientais, o que propiciou uma população vegetariana.

Este único restaurante, chamado Opção Natural, está localizado na região central da cidade. Para conhecer mais sobre o restaurante e os seus freqüentadores fizemos uma breve entrevista com a Proprietária. Para essa entrevista elaboramos um roteiro (APÊNDICE I), fomos até o restaurante e marcamos a entrevista. A entrevista foi gravada e posteriormente transcrita.

O restaurante existe na cidade há dezoito anos, mas está com a proprietária atual há 14 anos. Ele permanece do mesmo jeito há 18 anos, sendo que até os funcionários continuam os mesmos. O restaurante serve somente o almoço. Paga-se uma taxa única por refeição, que atualmente é de R\$ 6,00, e come-se se a vontade. O restaurante possui um balcão de saladas e o outro de pratos quentes, além do suco natural e a sobremesa que estão incluídos na taxa única. O cardápio não possui nenhuma carne, porém é utilizado o ovo, o leite e derivados. Para pessoas que desejam comer carne é possível paga-lá à parte, e as únicas opções são o frango grelhado e o ovo frito. A freqüência de pedido dessa carne à parte, segundo a proprietária, não chega a 5%, e tem dias que nem sai o pedido. A dona conta que o pessoal tem pedido muito ovo, e complementa dizendo que os clientes gostam muito de ovo.

Segundo a dona do restaurante, o perfil do cliente é diferenciado, de maneira que a pessoa que come carne para ela muitas vezes é mais agressiva. A dona não segue a alimentação vegetariana atualmente, mas já tentou algumas vezes seguir essa dieta. O perfil da clientela não tem mudado com o tempo, e mesmo com o crescimento da população vegetariana o número de clientes tem mantido uma média geral. Além dos vegetarianos, pessoas preocupadas em fazer uma boa alimentação,

uma boa digestão, e que pretendem ficar bem à tarde após o almoço estão entre os clientes.

Alguns fregueses se preocupam com a procedência do alimento usado para fazer a comida do restaurante, mas a maioria confia no restaurante e frequenta há quatorze anos direto. Ela não usa produtos orgânicos pelo preço alto desses alimentos, e afirma que para utilizar orgânicos teria que dobrar ou até triplicar o valor da refeição.

Além do restaurante vegetariano, Rio Claro possui lojas de produtos naturais voltados para o seguimento vegetariano. Entrevistamos também o dono de uma loja de produtos naturais muito representativa na cidade pelo tempo de existência e pela opção vegetariana do proprietário que já dura 38 anos. Além das perguntas presentes no roteiro de entrevistas comum a todos os entrevistados, fizemos algumas questões acerca do negócio dele.

O proprietário possui a loja há 30 anos, e além dessa primeira loja situada no Mercado Municipal da cidade, chamada Casa Oriente, ele possui uma outra do mesmo ramo situada em frente ao restaurante vegetariano, na região central. Ele me conta que agora também está em outro ramo, que é uma Indústria de produtos naturais na cidade de Santa Gertrudes, que fica próxima a Rio Claro. Nessa indústria ele fabrica os próprios produtos naturais e vende para lojas de todo o Brasil.

Para ele este ramo de produtos naturais e a sua clientela é cada vez maior. Conta que até as multinacionais estão percebendo isso e investindo na área de produção natural, pois estão percebendo que é uma área de futuro. Segundo o proprietário as pessoas estão revendo as suas práticas atuais e se conscientizando para uma mudança que será determinante para o futuro do planeta. Completa dizendo que as multinacionais que são mais espertas, estão investindo nessa área que faz parte até do futuro econômico.

Instrumentos de coleta de dados

A metodologia não consiste somente em um pequeno número de regras a serem seguidas, ela pode ser considerada um amplo conjunto de conhecimentos com o qual o pesquisador procura encontrar subsídios para nortear suas pesquisas, de maneira que as suas escolhas são efetuadas em função dos objetivos de pesquisa (THIOLLENT, 1984). As técnicas de metodologia estão ligadas ao suporte

teórico, aos objetivos propostos e aos problemas empíricos que afligem o pesquisador (CONCONE, 1998).

Além disso, como alerta Concone (1998), a escolha dos procedimentos metodológicos de pesquisas nas Ciências Sociais, sempre se defronta com a polaridade *técnicas quantitativas X técnicas qualitativas*.

Bicudo(2004) faz uma reflexão acerca do termo qualitativo, e mostra que para falar em pesquisa qualitativa seria necessário esclarecer o que se busca ao pesquisar. Atenta para a errônea idéia que o senso comum apresenta quando considera que o qualitativo seria o contrário do quantitativo. Para ela a noção de qualidade é extensa e dificilmente pode ser diminuída a um conceito único, e se volta a filosofia para buscar o que realmente se quer dizer ao usar o termo. O quantitativo tem a ver com o objetivo passível de ser mensurável, e traz embutido em si à idéia de racionalidade, e pela lógica que carrega consigo o rigor. O qualitativo engloba a idéia do subjetivo, que se encontra apto a expor sensações e opiniões.

A pesquisa qualitativa se mostra necessária quando as questões principais da pesquisa dizem respeito ao desvendamento dos valores, das visões de mundo e das representações pessoais (CONCONE, 1998) Assim, as técnicas qualitativas trabalham com a memória dos sujeitos que fazem parte do universo pesquisado. Ou seja, ao utilizar essas técnicas o olhar do cientista se volta para o homem em suas três dimensões: real, simbólica e imaginária (BERNARDO, 1998).

A pesquisa qualitativa tem como sua fonte direta de dados o ambiente natural, e como seu principal instrumento o pesquisador, o que proporciona contato direto entre o pesquisador e o ambiente. Os dados são em sua maioria descritivos, existe uma maior preocupação com o processo em relação ao produto, o significado que as pessoas dão às coisas e as suas vidas são focos de atenção especial dadas à pesquisa, e a análise dos dados tende a seguir um processo indutivo. Por isso a pesquisa denominada qualitativa, também pode ser chamada de “naturalística”, pois não envolve manipulação das variáveis, nem tratamento experimental, ou seja, é o estudo do fenômeno em seu acontecer natural (ANDRÉ, 1995).

Neste estudo foi utilizada a análise de conteúdo, de maneira que esta análise permitiu a construção de um *corpus* para a pesquisa científica. As dimensões do *corpus* são definidas pelo critério de saturação. A saturação acontece quando a inclusão de novos informantes não traz mais nada novo (BAUER; AARTS, 2002).

Poulain e Proença (2003b) trazem como um dos problemas metodológicos dos estudos das práticas alimentares as vias de entrada no espaço social alimentar, que se apresentam em quatro níveis:

As disponibilidades de alimento na escala dos países, as aquisições de alimentos analisadas por categorias sociais, as práticas domésticas de compra, de preparação e de consumo de alimentos e, por fim, as diferentes modalidades de consumo individual. Esses níveis correspondem a focos, quer dizer, a escalas de leituras complementares do fenômeno alimentar. (POULAIN; PROENÇA, 2003b, p.367)

Vale a pena ressaltar que o fenômeno não pertence a alimentação e sim ao homem no momento em que se alimenta, de maneira que para que haja um fenômeno é necessário que se tenha um sujeito situado.

No caso desse estudo, o foco privilegiado circunscreve-se ao vegetarianismo, entendido como uma modalidade alimentar de escolha individual que, porém, encontra seu sentido em práticas e representações sociais.

Constituição dos dados

De início esperava-se escolher os entrevistados pelo método de redes e colônias, onde é eleita uma pessoa para ser o ponto zero das entrevistas, tendo esta grande conhecimento e significado para a população estudada. A partir de então para esta pessoa pede-se a indicação de mais duas ou três, que posteriormente serão entrevistadas, até que as pessoas passem a ser indicadas novamente, ou que as respostas passem a ser as mesmas; fechando assim uma teia de pessoas pertencentes a colônia. Porém, durante a coleta de dados este procedimento se mostrou problemático, pois os entrevistados por diversos motivos, não indicavam outros nomes com facilidade. Desse modo optou-se por escolher os entrevistados a partir de indicações e sugestões de pessoas conhecidas pela prática vegetariana tanto na Universidade como na cidade de Rio Claro.

Os dados foram coletados através de fontes primárias e secundárias. As fontes primárias foram compostas por entrevista, aplicação de questionário acerca de questões sócio-culturais (APÊNDICE II) e a análise da literatura vegetariana.

Foi realizado um contato preliminar com os entrevistados que visou a preparação do encontro; e a entrevista propriamente dita; que aconteceu após o aceite e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE III). A entrevista foi gravada e o seu roteiro (APÊNDICE IV) tratava de questões como os motivos que levaram a opção, história de vida e sensações em relação às pessoas que consomem carne.

O roteiro de entrevista difere do sentido tradicional do questionário, pois enquanto o questionário pressupõe hipóteses e questões bastante fechadas, o roteiro visa compreender o ponto de vista dos atores sociais previstos nos objetivos da pesquisa. O roteiro deve conter poucas questões e o objetivo de orientar um “conversa com finalidade”, atuando como facilitador de abertura, ampliação e aprofundamento da comunicação (MINAYO, 1993).

A entrevista representa um dos instrumentos básicos para a coleta de dados dentro da perspectiva de pesquisa qualitativa, tendo como grande vantagem sobre as outras técnicas a captação imediata e corrente da informação desejada. Ela pode permitir o tratamento de assuntos de natureza íntima e pessoal, assim como temas de natureza complexa e de escolhas nitidamente individuais. A gravação oral tem a vantagem de registrar todas as expressões orais, imediatamente, deixando também o entrevistador livre para prestar toda a sua atenção ao entrevistado (MENGA; ANDRÉ, 1986).

Após as entrevistas realizamos a transcrição que consistiu na passagem da gravação oral para a linguagem escrita.

As fontes secundárias utilizadas neste estudo referem-se às obras históricas, sociológicas e antropológicas acerca da alimentação, das corporeidades e do vegetarianismo.

CAPÍTULO 1: QUADRO TEÓRICO

Este estudo procurou reunir as contribuições teórico-metodológicas das Ciências Sociais, às inquietações de pesquisa da Motricidade Humana. Nesse sentido, o referencial teórico irá tratar da alimentação, corporeidades, religião, ciência e ambientalismos.

O tema da alimentação pode gerar muitas indagações que levam a refletir sobre questões fundamentais das ciências humanas, como a relação da cultura com a natureza, o simbólico e o biológico. O ato de se alimentar é vital, mas ao alimentar-se o homem cria práticas e atribui significados aquilo que está incorporando a si mesmo (MACIEL, 2001).

Podemos considerar que o tema deste estudo se situa entre o biológico e o cultural. Laraia (2003), em seu livro *Cultura: um conceito antropológico* discorre sobre o dilema que consiste na conciliação da unidade biológica e a grande diversidade cultural da espécie humana. Tal dilema permanece ainda como tema central e polêmico, apesar de sua discussão não ser algo recente.

No tratamento desta questão por Kroeber (1946), a cultura ganha supremacia com a idéia de superorgânico. Para ele, o homem passa a se distanciar do mundo animal, através da cultura, e se torna um ser que está acima de suas limitações orgânicas.

Para Berger (1976) o homem ocupa uma posição peculiar no reino animal; ou seja, não possui um ambiente específico da espécie, de maneira que a sua relação com o seu ambiente tem por característica a abertura para o mundo.

Naturalizamos atos e conceitos que foram determinados e ensinados pela própria sociedade. A nossa dualidade, por exemplo, tem explicações históricas e

sociais que se expressam na ciência, de maneira que a posição do homem no mundo, remete às diversas relações que a natureza faz com este. A escolha vegetariana expressa uma visão da posição do homem na natureza.

Na Inglaterra dos períodos Tudor a Stuart¹, a visão tradicional colocava o mundo e as outras espécies à subordinação humana, de maneira que os teólogos e intelectuais que necessitassem justificá-los, se voltariam para a Bíblia e para os filósofos. Afirmavam: "A natureza não fez nada em vão, disse Aristóteles, e tudo teve um propósito. As plantas foram criadas para o bem dos animais e os animais para o bem dos homens" (THOMAS, 1988, p. 21).

Na narrativa bíblica, após o dilúvio, o homem retoma sua autoridade sobre a criação animal. Uma das Leis do Antigo Testamento explicita onde o domínio do homem sobre a natureza se formou:

Temam e tremam em vossa presença todos os animais da terra, todas as aves do céu, e tudo o que tem vida e movimento na terra. Em vossas mãos pus todos os peixes do mar. Sustentai-vos de tudo o que tem vida e movimento. (GÊNESIS, IX, 2-3 apud THOMAS, 1988, p. 22).

No sistema de valores elaborado pelos intelectuais gregos e latinos, a natureza encontrava um espaço de pouca importância, e representava uma antítese de *civilitá*, onde do ponto de vista da produção, aquela cultura tinha delimitado próprio espaço ideal num campo organizado de forma ordenada ao redor da cidade: distintos da natureza virgem, não humana, não civilizada, não produtiva (THOMAS, 1988).

Na concepção ocidental moderna, a natureza expressaria tudo o que é universal no mundo e entre os seres humanos; enquanto à cultura cabe definir o arbitrário, o relativo e o histórico. Explica Albuquerque, (2001a, p. 05): "Daí que, quando se quer atribuir um caráter irrevogável a um traço cultural, se o naturaliza, isto é, se o situa no reino natural, onde ele ganha o peso das coisas inevitáveis. A natureza seria inevitável!".

Para Diegues (2000) se distinguem dois tipos de enfoque na análise da relação homem/natureza. A primeira é chamada de "biocêntrica" ou "ecocêntrica", que pretende ver o mundo natural em sua totalidade, na qual o homem é inserido

¹ Dinastia Tudor (1485-1603) e Dinastia Stuart(1603-1642), marcam o período do Absolutismo inglês.

como qualquer ser vivo; o mundo natural tem valor em si independente da presença humana. A outra corrente é chamada de “antropocêntrica”, pois se coloca na dicotomia entre homem e natureza, onde o primeiro tem direitos de controle e posse sobre a segunda, sobretudo pela ciência moderna. O autor ainda apresenta algumas escolas recentes e os seus detalhamentos: a ecologia profunda (consciência ecológica, seres humanos como iguais); a ecologia social (seres humanos como seres sociais, não como diferenciados) e a eco-Socialismo/ Marxismo (natureza estática existe somente pelo trabalho do homem).

A reordenação das relações entre o homem e a natureza se expressa naquele que é o ponto crucial e de encontro nessa relação: o corpo. Primordialmente compreendido no âmbito das ciências naturais, o corpo passa a expressar as ressignificações mais amplas atribuídas à natureza (ALBUQUERQUE, 2001b).

Quando falamos da alimentação é possível perceber que a natureza aparece em todos os momentos, seja para nos lembrar dos nossos impulsos subdesenvolvidos para a sobrevivência ou para nos dar o alimento. Porém, também, a natureza é culturalizada.

Situa-se também entre o natural e o biológico a questão do paladar e do gosto. Gonçalves (2004), afirma que qualquer sociedade ou cultura humana elabora alguma forma de distinção entre a fome e o paladar. Nos alerta, porém, que é importante focalizar a natureza da relação entre essas categorias. O paladar desempenharia uma função dominante, enquanto a fome, uma função subordinada. Nesse ponto de vista, são as regras culturais e as trocas sociais que definem a natureza humana, e não as necessidades biológicas e fisiológicas, ou seja, um sistema alimentar funciona não exclusivamente para satisfazer o biológico, mas para expressar um paladar cultural e historicamente formado. E explica:

Como uma necessidade natural, a fome vem a ser satisfeita por qualquer tipo de alimento, do mesmo modo que a sede é satisfeita pela água. Mas o paladar está associado a modalidades distintas de comidas e bebidas. Mais que isso, está associado a formas específicas e particulares de preparação, apresentação e consumo. Por intermédio do paladar, os indivíduos e grupos distinguem-se, opõem-se a outros indivíduos e grupos. Por essa razão, o paladar situa-se no centro mesmo das identidades individuais e coletivas. (GONÇALVES, 2004, p.5)

Para Maciel (2001), a escolha do que será considerado comida e do como, quando e porque comer tal alimento têm relação com a cultura, e também existe uma classificação estabelecida culturalmente. Para ele o gosto, como uma percepção, relaciona-se a uma base biológica juntamente com uma cultural. O gosto é estabelecido por critérios e parâmetros alimentares, ou seja, já nascemos em uma dada cultura que já estabeleceu uma hierarquia alimentar. Exemplifica:

A cultura não apenas indica o que é e o que não é comida, estabelecendo prescrições e proibições, como estabelece distinções entre o que é considerado “bom” e o que é considerado “ruim”, “forte”, “fraco”, ying e yang, conforme classificações e hierarquias culturalmente definidas. (MACIEL, 2001, p. 149)

A escolha do alimento revela muitas vezes a que grupo se deseja pertencer, seja este social, étnico ou etário. O ser humano devido ao estatuto de onívoro pode fazer escolhas e modificar seu meio ambiente. A eleição dos alimentos satisfaz às necessidades do corpo, mas também, em grande medida, às necessidades da sociedade, de maneira que a cultura estabelece o que é comestível. Os gostos são construídos de acordo com o que a cultura estabelece como aceitável. Na Idade Média, por exemplo, os mais diferentes tipos de carne vinham à mesa de forma a manter a peça inteira. Hoje, percebe-se uma resistência a tudo que possa lembrar o animal (BLEIL, 1998).

Segundo Kikuchi (1982), o gosto do alimento pode se modificar, de acordo com o seu preparo, e no caso dos legumes e das verduras, isto varia, pela maneira de cortá-las. Recomenda-se na alimentação macrobiótica, o corte longitudinal, onde as partes ying e yang são equilibradas em um mesmo pedaço, independente do tamanho e forma.

As práticas alimentares utilizam muitas sensibilidades, principalmente a gustativa e a olfativa. Além destas duas principais ainda temos a sensibilidade tátil e a visual, que de imediato produz desejos ou nojos. Os nossos sentidos estéticos são produzidos pela cultura que se relacionam também com os elementos biológicos, seja obedecendo a limites ou subvertendo para entrar em uma nova ordem (SANTOS, 2006).

Woortman (2004) relaciona a produção dos hábitos alimentares com o que Elias (1997) e Bourdieu (1983) chama de *habitus*. Sendo que para o primeiro, o hábito consiste em um saber social incorporado, que é introduzido no indivíduo e

nele sedimentado. Os padrões alimentares socialmente incorporados formariam uma espécie de ponte entre a mudança e a continuidade. Já para Bourdieu (1983) o *habitus* consiste em disposições internalizadas e naturalizadas em relação com as práticas. Dessa maneira, o gosto relativo à comida sofre mudanças no tempo e no espaço. Assim, as inovações tecnológicas, as mudanças sociais e demográficas, novas concepções de saúde e de percepção do corpo podem conduzir a transformações nos padrões alimentares.

Essas reflexões expressam a separação entre a natureza e a cultura, que marca os limites entre as ciências naturais e as ciências humanas nos últimos 200 anos. As ciências naturais têm como conceito chave o de natureza e as ciências humanas o de cultura, de maneira que a distinção entre natureza e cultura é aceito por ambos os lados, os conflitos permanecem e dizem respeito às fronteiras entre os domínios destes conceitos (RIBEIRO, 2003).

Diante disto, talvez o corpo seja, hoje, o território onde se inscrevem os impasses epistemológicos mais agudos desta dupla filiação da modernidade.

1.1 Alimentação e Sobrevivência

Cascudo (1983) afirma que nenhuma atividade será tão permanente na história humana como a alimentação e explica:

Toda a existência humana decorre do binômio estomago e sexo... o sexo pode ser adiado, transferido, sublimado noutras atividades absorventes e compensadoras. O estomago não. É dominador, imperioso, inadiável. (CASCUDO, 1983, p.21)

Mintz (2001) destaca que a prosperidade nos leva a esquecer o quanto a fome pode parecer impositiva. Isso acontece, pois nossos hábitos alimentares começam desde cedo, e são aceitos muito facilmente, devido à sua transmissão por pessoas queridas e poderosas afetivamente. Devemos comer todos os dias de nossas vidas, mesmo que cada lugar e cultura tenham seus próprios costumes e particularidades. Segundo ele, a comida é uma atividade humana central não só por sua freqüência e necessidade, mas também porque cedo se torna a esfera onde se permite alguma escolha. E completa:

Para cada individuo representa uma base que liga o mundo das coisas ao mundo das idéias por meio de nossos atos. Assim, é também uma base para nos relacionarmos com a realidade. A comida “entra” em cada ser humano. A intuição de que se é de alguma maneira substanciado - “encarnado” – a partir da comida que se ingere pode, portanto carregar consigo uma espécie de carga moral. (MINTZ, 2001, p.32)

As escolhas alimentares do homem e sua diversidade são únicas entre os primatas, sendo que a variedade dessas escolhas, assim como o caráter socializado do consumo de alimentos, constitui elementos que concorrem para a especificidade do seu ato alimentar. Ainda em nossos dias, a carne tem uma importância simbólica muito forte, que se explica talvez no papel determinante que tem sido atribuído ao surgimento da caça na teoria da hominização da Antiguidade aos nossos dias (PERLÈS, 1998).

Segundo Poulain e Proença (2003a) a alimentação humana é submetida a duas séries de condicionantes. As primeiras são referentes ao estatuto de onívoro (aquele que pode se alimentar de produtos animais, vegetais ou minerais) e impostas aos comedores humanos por mecanismos bioquímicos da nutrição e às capacidades do sistema digestivo, deixando um espaço de liberdade largamente utilizado pelo cultural. As segundas são representadas pelas condicionantes ecológicas do meio ambiente no qual está instalado o grupo de indivíduos, oferecendo também, essas condicionantes, uma zona de liberdade na gestão da dependência do meio natural.

A opção vegetariana se instala nas brechas dessas condicionantes, como escolha pautada por motivos diversos como: consciência ecológica, interditos religiosos, crise ambiental, etc.

Para Montanari (2003), mais do que a quantidade e a frequência o mais importante é o valor que determinadas comidas carregam e complementa:

[...] avaliar o papel específico de cada produto no regime alimentar, a posição e a importância que cabe a cada um no interior de um sistema que se organiza como uma unidade coerente de modos diferentes em cada caso. Saltam então aos olhos especialmente as oposições, que os contemporâneos utilizavam como indicadores da própria identidade cultural e diversidade do outro. (MONTANARI, 2003, p.20)

Podemos dizer então, que a alimentação se apresenta como algo mais do que simplesmente a necessidade fisiológica. Ela se apresenta como um sistema complexo que envolve hábitos, ritos e costumes, não deixando de lado uma inegável relação de poder. As restrições alimentares estão presentes na sociedade através do gosto, na construção dos papéis sociais e até sexuais, e das identidades éticas, nacionais, regionais e também nas restrições religiosas (REZENDE, 2004).

Carneiro (2003) apresenta a alimentação como um fato da cultura material, ou seja, algo que faz parte da infra-estrutura da sociedade, fato da troca e do comércio, da história econômica e social. O autor também apresenta o ato alimentar como um fato ideológico das representações da sociedade, sejam elas religiosas, artísticas e ou morais, e considera a alimentação como objeto histórico complexo, onde a abordagem científica deve ser multifacetada.

A prática alimentar vegetariana, tema deste estudo, também tem as suas representações sociais, suas explicações históricas, suas conseqüências fisiológicas e culturais.

1.2 Vegetarianismos

Segundo a Sociedade Vegetariana Brasileira (SLYWITCH, 2005) ser vegetariano é, do ponto de vista nutricional, apenas não se alimentar de carnes de qualquer tipo e nem de produtos que contenham esses alimentos. O vegetariano não come nada que fuja, esboce reação de fuga ou sofrimento quando está vivo. Se uma pessoa come algum tipo de carne, mesmo que ocasionalmente, ela não é considerada vegetariana, podendo para estas pessoas, se utilizar o conceito de semi-vegetariano ou pseudo-vegetariano.

Além disso, existem muitas maneiras de classificar e nomear a opção vegetariana, como os ovo-lacto-vegetarianos, que aceitam ovos e laticínios; os lacto-vegetarianos que aceitam somente o laticínio e derivados; os vegans, que não consomem nada de origem animal; os frugívoros que se alimentam exclusivamente de frutos, grãos e sementes e os crudivoristas, que também não consomem nada de origem animal, e acreditam que o cozimento dos alimentos dificulta a digestão e desgasta o organismo, daí só aprovam produtos crus.

Mais do que o não consumo de todo ou algum produto de origem animal, o vegetariano muitas vezes possui uma postura política e ética em relação ao uso de

animais em pesquisas, no teste de produtos, e até mesmo no uso de roupas e produtos que contém ou de alguma forma utilizam o animal.

Para falar sobre a história do vegetarianismo é necessário que paradoxalmente também observemos e compreendamos uma história da presença da carne na alimentação.

1.2.1. Na Pré-História

O estudo das práticas alimentares dos tempos pré-históricos ainda é muito geral e hipotético, pois ainda faltam recursos técnicos suficientes. Os vegetais, por exemplo, são normalmente destruídos no solo. É praticamente certo que, exceto em meios peculiares a alimentação vegetal sempre forneceu o aporte calórico essencial para a sobrevivência. Daí então a importância de um método como o da relação estrôncio carbono, combinado com o das variáveis de teor de carbono 13, que indicariam as partes respectivas de vegetais e de carnes na alimentação; porém, ainda a maioria dessas abordagens é experimental (PERLÈS, 1998).

Segundo Flandrin (1998), durante alguns milhões de anos, frutas, folhas ou grãos parecem ter fornecido ao homem pré-histórico o essencial das calorias que ele necessitava. A preponderância da alimentação vegetal é sugerida pelas dimensões relativamente pequenas dos territórios explorados e pelo desgaste característico dos dentes dos fósseis humanóides. E ainda lembra que, se os estudiosos da pré-história escreveram mais sobre os produtos da caça e da pesca do que dos alimentos vegetais, isso se deve em parte ao fato de que estes deixaram menos vestígios no solo.

A pesquisa pré-histórica pode ser considerada transdisciplinar. Ela se pratica com uma postura de naturalista com objetivo no homem, no seu ambiente, no seu modo de vida, reconstruindo então sua interação com o meio. O aparecimento dos homens se dá no momento em que as suas ferramentas se generalizam; isto é; a cerca de 2,5 milhões de anos. O surgimento de utensílios corresponde à origem dos mais antigos *homo habilis*; mais evoluídos que os australoptécicos. Esse *homo hábilis* tinha capacidade craniana que ultrapassava 600 centímetros cúbicos. Na pesquisa dos dentes deste *homo habilis*, na observação dos molares e pré-molares chegou-se a conclusão de que estes eram essencialmente consumidores de carne e prováveis consumidores de carniça. Antes mesmo que o *homo habilis* desaparecesse, há 1,8

milhões de anos, aparecem os primeiros *homo erectus* com capacidade craniana bem maior (MORIN, 2001).

Quando o *homo erectus* começa a se estabelecer nas regiões temperadas; os maiores contrastes sazonais e a diminuição conseqüente dos recursos vegetais deram a carne um papel nutricional mais importante, porém não de total exclusividade. O tipo de caça e o tempo dedicado à mesma também seria determinado para o *homo erectus* levando em consideração a quantidade de alimentos vegetais em cada época do ano. A coleta de vegetais é inerente às estratégias alimentares. Os vestígios de alimentos vegetais que raramente são conservados, difíceis de serem avaliados, tanto qualitativamente quanto quantitativamente possuíam importância tanto no plano nutricional como no econômico, tanto mais que o domínio do fogo oferecerá uma nova gama de possibilidades. Além da vantagem nutricional da cocção dos alimentos, logo ficou patente sua importância no plano social, favorecendo a comunhão durante as refeições fornecendo um nível mais complexo de organização em grupo (PERLÈS, 1998).

Foi preciso esperar o início do Neolítico para ver surgir no Oriente próximo, no Oriente Médio e depois na Europa uma “revolução” econômica que lança as bases de toda a nossa alimentação tradicional que é a cultura de cereais e a criação de carneiro, cabra, bois e porcos. Cauvin (1994, apud PERLÈS, 1998, p. 49) defende a idéia de que essa revolução neolítica não foi uma resposta às dificuldades econômicas, e sim, a expressão de uma mudança social e ideológica que acarretou modificações na relação entre o homem e o meio ambiente. E Digard (1990, apud PERLÈS, 1998, p. 49), defende que a domesticação do animal decorrente dessa revolução neolítica seria fruto do desejo de poder sobre a dominação dos animais selvagens.

A caça e a pesca pressupõem a passagem da alimentação exclusivamente vegetal à alimentação mista, o que significa um passo importante no processo de hominização. A alimentação da carne ofereceu ao organismo os ingredientes mais essenciais para o seu metabolismo. Alguns cientistas afirmam que onde mais se manifestou a influência da dieta à base de carne foi no cérebro que passou a receber em quantidade muito maior do que antes as substâncias necessárias à sua alimentação e desenvolvimento, fazendo com que se o seu aperfeiçoamento fosse mais rápido de geração em geração. O consumo de carne na alimentação significou

dois novos avanços de importância decisiva: o uso do fogo e a domesticação dos animais (ENGELS, 1876).

1.2.2. Nas primeiras civilizações

Ferreira (2003) descreve que as civilizações antigas do Egito de 3200 AC adotaram o vegetarianismo como hábito alimentar justificado por motivos religiosos, crendo que a abstinência de carne criava um poder cármico que seria facilitador da reencarnação.

Porém, segundo Bresciani (1998) para os egípcios a saúde e a longevidade dependiam dos prazeres à mesa. Se os ensinamentos morais dos sábios recomendavam controlar a higiene alimentar, o senso comum, todavia, preconizava que a pessoa que comesse muito não poderia deixar de ter boa saúde. E demonstra tal comportamento na descrição do papiro Westcar:

[...]por exemplo, o mágico Gedi como um homem de cento e dez anos (a idade ideal, um topos biográfico no antigo Egito), que comia todos os dias quinhentos pedaços de pão e meio boi, que engolia cem bilhas de cerveja e que, por isso, tinha grande vigor, nunca sofria de insônia e não tinha tosse. (BRESCIANI, 1998, p. 68)

Bresciani (1998) ainda mostra que as várias fontes escritas e figurativas do Egito Antigo revelam a sua produção alimentar e mostram que em todas as épocas, os habitantes do vale do Nilo tiveram uma alimentação variada e suficientemente equilibrada entre vegetais e proteínas.

Ainda que a criação de carneiros, cabras e bois fosse muito comum na Fenícia, lugar onde as regiões montanhosas oferecem extensas pastagens, o consumo de carne desses animais deveria ser limitado e ocasional, reservado sobretudo à mesa real e as cerimônias de culto. No que diz respeito ao mundo ocidental, as fontes clássicas fornecem uma série de informações sobre a alimentação dos cartagineses, não deixando dúvidas de que essas colônias haviam conservado as tradições alimentares da pátria-mãe. Porém, estas tradições orientais mais para frente foram influenciadas pela geografia das regiões ocidentais, pelos costumes locais e por uma diferente utilização do solo. Os cereais constituíam o principal alimento das colônias fenícias. As fontes clássicas também revelam que os fenícios do ocidente abstinham-se de comer carne de porco, mas apreciavam a

carne de cachorro, não esquecendo de que, como já foi mencionado, só era consumida a carne em algumas ocasiões especiais (GIAMMELLARO, 1998).

Para Montanari (1998), dentre todos os aspectos que definem a cultura do que ele denomina como “mundo clássico”, o mais importante é a vontade de se apresentar como domínio da civilização, como uma zona privilegiada em oposição ao universo desconhecido da barbárie, como ele explica:

O regime alimentar tem um papel essencial nesse processo de definição de um modelo de vida civilizado (modelo já por si profundamente ligado a noção de cidade); e pode-se dizer que ele funda sua própria diferença no que diz respeito ao não-civilizado e ao não-cidadino em três valores: a) a comensalidade; b) os tipos de alimento consumidos; c) a cozinha e a dietética. (MONTANARI, 1998, p. 109)

Os escritores gregos e latinos imaginavam a idade de ouro alegremente vegetariana: a sua cultura via nos frutos da terra o primeiro e mais elevado dos valores alimentares. Existia aí, uma idealização do vegetarianismo. Já os “bárbaros” tinham valores culturais, bem como os modos de produção diferentes, com grande consumo de carne. Os celtas e germânicos tinham desenvolvido certa predileção pela exploração da natureza virgem e dos espaços incultos; de maneira que não mais o pão e a polenta, mais a carne possuía valor alimentar de maior importância sendo a de porco a mais consumida. Os romanos da mesma forma comiam carne de porco (MONTANARI, 1998).

Durante toda a Antiguidade, da época dos homéricos ao Império Romano, a civilização mediterrânea é conhecida como o mundo do pão, ou dos cereais. Assim com exceção à época arcaica e menos conhecida, a alimentação greco-romana era, muito provavelmente a base de cereais e a carne tinha um papel secundário. Como Grotanelli(1998) explicita:

Homero chama os homens de “comedores de pão” e os contrapõe aos deuses, que vivem de néctar e ambrosia, substâncias um tanto misteriosas para nós. O ciclope Polifemo, ser monstruoso e antropófago, alimenta-se de carne e de laticínios e ignora o uso do vinho, a bebida humana por excelência. (GROTANELLI, 1998, p.121)

Para os etruscos, embora uma boa parte das proteínas ingeridas fosse vegetal, a partir de legumes, a sua alimentação compreendia também as proteínas e

gorduras da carne, que lhes era fornecida pela caça. Existia a predominância da carne de porco, pois as condições climáticas e geográficas eram perfeitamente adequadas (SASSATELLI, 1998).

1.2.3. Na Idade Média

Os manuais de dietética posteriores ao século quinto reservam em larga medida grande atenção à carne. Na cultura das classes dominantes a carne tinha um grande valor, surge como símbolo de poder, instrumento de energia física e, portanto qualidade que constitui a primeira e verdadeira legitimação, como Montanari (2003) demonstra:

E vice-versa, abster-se de carne é um sinal de humilhação, de marginalização (mais ou menos voluntária, mais ou menos ocasional) da sociedade dos fortes.[...] é por assim dizer o seu "sustento natural": o homem não é por acaso feito de carne?. (MONTANARI, 2003, p. 28-29)

Na Alta Idade Média a diversidade caracteriza a alimentação da época, que pode ser traduzida pelas diferenças regionais, ligadas a fatores tanto naturais quanto culturais. A criação de porco pode ser considerada uma das características mais marcantes da época, embora nas regiões mediterrâneas da Europa sofra concorrência e às vezes até seja superada pela criação de carneiros, que também tinham serventia como produtores de leite e lã (MONTANARI, 1998).

A alimentação judia na Idade Média possui elementos sociais e culturais que as distinguem das demais, onde a alimentação é um desses elementos mais importantes. Numa Europa essencialmente carnívora, os interditos alimentares colocavam os judeus diante de um grande problema. Uma das proibições religiosas dizia respeito ao consumo de alimentos de origem animal (DOLADER, 1998)

Na Idade Média, entre os séculos X e XI, produziu-se uma grande mudança, onde o equilíbrio alimentar e de produção que se estabeleceu com dificuldade na Alta Idade Média (até o século X) sofre grande perturbação e já se anunciam muitas mudanças características dos tempos modernos. O fato mais marcante foi consolidação da economia agrária que asseguraria, a partir daí, a subsistência da maioria da população (MONTANARI, 1998).

Todas essas mudanças transformaram lentamente as condições de vida das diferentes classes da sociedade ocidental. A transformação agrária da economia rural, às restrições impostas pela aristocracia no que dizia respeito à exploração das florestas, a multiplicação dos mercados rurais tiveram importantes conseqüência nas relações alimentares. Nas camadas sociais mais baixas, predominam os alimentos de origem vegetal, em detrimento aos de origem animal, e seus regimes perdem a variedade que os caracterizavam na Alta Idade Média, que era justamente a diversidade (RIERA-MELIS, 1998).

Para a alimentação da nobreza, depois da carne, do pão e do vinho, essenciais na alimentação vêm os ovos e o queijo, como pode ser explicitado na passagem:

A rainha, assim como a senhora de Montcada, come diariamente pão de trigo e bebe vinho, inclusive durante a Quaresma. [...] As duas damas catalãs revelam a mesma preleição pelos pratos ricos em carne, dos quais só se abstem em dias de penitência. As listas de compra revelam uma preferência por carnes finas (galinha, frango, capão e ganso), seguidas por carnes de carneiro, de porco (fresca e salgada) e de cordeiro. (RIERA-MELIS, 1998, p.395)

Do meio para o fim da Idade Média, em função da retração das áreas arborizadas e da restrição ao uso das florestas, começam a diminuir a alimentação com carne das populações rurais. O consumo de carne na baixa Idade Média (séculos XIV e XV) não pode certamente ser comparado ao dos séculos precedentes, mas não deve ser esquecido e em geral pode ser considerado significativo (CORTONESI, 1998).

No final da Idade Média a estrutura hierárquica da sociedade e da natureza sugeria a existência de um efeito de transposição, que estabelecia certa identidade entre esses dois mundos. Acreditava-se que a sociedade obedecia a uma ordem natural, e a natureza respeitava uma espécie de hierarquia social. Como exemplifica:

Assim, parecia perfeitamente razoável que a ave fosse o prato por excelência dos ricos e dos poderosos: estes tinham necessidade, como pretendia Thierrat, de consumir aves para preservar a vivacidade de sua inteligência e sensibilidade. [...] a carne de quadrúpede, mais pesada e mais rica, era especialmente adequada à classe dos mercadores. [...] A ligação entre legumes e classes sociais inferiores é quase sempre evidente, tanto que há entre eles uma relação às vezes quase simbiótica. (GRIECO, 1998, p. 475-476)

1.2.4. Do século XV ao século XVIII

Segundo Abel (apud MONTANARI, 2003, p.99-100) principalmente na Alemanha, os homens do século XV consumiam cerca de 100kg de carne a cada ano, o que significaria então um “verdadeiro maximum fisiológico” se considerarmos os dias de abstinência que eram impostos pela Igreja. Nas regiões mediterrâneas, porém, o consumo de carne não era tão decisivo do ponto de vista alimentar. Talvez, então, a situação criada depois da crise econômica e demográfica de meados de 1300, não esclareça os altos consumos de carne do século XV.

No século XVI no mundo africano, segundo Cascudo (2003), a carne usual era a dos animais caçados e não pastoreados no campo ou guardados nos currais. A carne não era a do gado e sim a da caça. O gado, por sua vez, existente desde o Senegal, ainda era defendido pelos tabus, considerados assombrados. O cão era comido assado, como se prepara o porco, com o couro chamuscado. Hoje, porém, comem o cão cozido, o bobos, majacos, papéis e os angolanos. A caça no mundo africano era considerada além de divertimento e dignidade ofício. Como descreve: “Elefantes, búfalos, a interminável série de gazelas e antílopes, o nédio hipopótamo, o gordo crocodilo, eram peças dignas de menção e consumo. Sempre assadas.” (CASCUDO, 2003, p. 167)

A conquista dos mares pelos europeus, e a conseqüente integração dos outros continentes a sua rede comercial, trouxe a alguns produtos alimentares exóticos lugar em parte do regime europeu; como o pimentão, o peru, o café, o chá, o chocolate, entre outros. Além disso, o contínuo crescimento das cidades favorece a passagem de uma agricultura de subsistência para uma de mercado. Outras grandes transformações históricas, como por exemplo, a reforma protestante, também tiveram importante conseqüência para o sistema alimentar (FLANDRIN, 1998).

Da Idade Média até o início do século XVII a alimentação das elites seguia muito de perto as prescrições dos médicos, tanto na escolha como na cocção e preparação dos alimentos. Nos séculos XVII e XVIII com a desculpa de um gosto novo, todas as precauções higiênicas tomadas anteriormente tendem a desaparecer. Como evidencia:

O gosto, esse sentido de que a natureza dotou o homem e os animais para discernirem o comestível do não comestível, sofreu, aliás, em meados do século XVII, uma estranha valorização. [...] é ele que permite distinguir o bom do ruim, o belo do feio, é o órgão característico do “homem de gosto” um dos avatares do homem perfeito. (FLANDRIN, 1998b, p. 549)

O consumo de legumes a partir do século XV e durante todo o século XVI, bem como o número de pratos com base nas leguminosas cresceu, e a redução da proporção dos mesmos no século XVIII não impediu que continuasse a crescer as espécies mencionadas nos livros de culinária, Flandrin (1998b, p. 641) demonstra em números: “que passaram de 24 nos séculos XIV e XV para 29 no XVI, 51 no XVII e 57 no XVIII”.

1.2.5.Os séculos XIX e XX

Essa época, designada por época contemporânea, é caracterizada pela revolução industrial, que por sua vez atinge a história da alimentação em vários aspectos. As usinas e indústrias passam a produzir alimentos que antes eram feitos artesanalmente. Além disso, a revolução proporciona diminuição do tempo para serviços domésticos. Sobretudo na segunda metade do século XX, as mulheres compram aparelhos que irão ajudar nos trabalhos de casa, e inclusive na preparação dos alimentos. (FLANDRIN, 1998b)

A carne nessa época, como alimento tradicional, em todos os países teve a sua média de consumo aumentada no decorrer dos séculos XIX e XX tomados em seu conjunto. Em 1938 era possível distinguir um conjunto de países consumidores de carne, cuja cota diária variava de 100-200 g, que era os Estados Unidos e a maioria dos países da Europa não mediterrânea e alguns países da América do Sul. Em dois séculos a cota anual passou na França de 19 kg em 1790 para 79 kg em 1964 (TEUTEBERG; FLANDRIN, 1998).

Somente no fim do século XIX, segundo Burkhard(1987) é que se deu início a preocupação com a alimentação vegetariana, principalmente através do médico suíço Bircher Benner. Inicialmente por experiência própria, pois tinha hepatite, e mais tarde observando os seus pacientes, percebeu o efeito curador de uma alimentação com o uso de frutas e vegetais. Para Burkhard (1987), a alimentação

vegetal oferece maior necessidade de transformação orgânica e fisiológica, o que faz com que o homem, vencendo as resistências dessa transformação, tire mais força para si. Se, para se alimentar o animal já fez esse trabalho, o homem que só se alimenta de carne perde a oportunidade de desenvolver essas forças.

1.2.6. Um pouco de Brasil

A carta de Pero Vaz de Caminha de 1500 é o primeiro depoimento sobre a alimentação indígena. Farinha, milho, batata, carne de caça e peixe eram as raízes da árvore humana. Herdamos também do indígena a base da nutrição popular, os complexos alimentares da mandioca, o feijão, etc. O indígena era essencialmente um caçador, não esfolava a caça, assava-a com o couro, fixando as substâncias orgânicas. As peles passaram a ser valorizadas e aproveitadas quando significaram valor financeiro, ou seja, quando passaram a ser vendidas ou trocadas posteriormente. Caçando o indígena preferia os mamíferos como o queixada, o porco do mato. A maneira com que o animal era caçado modificaria o seu sabor. Como descreve:

O povo como o indígena outrora, distingue a carne do animal que teve morte agoniada, aperreada, daquele que sucumbiu inesperadamente, sem debater-se sob o tiro feliz ou flecha certa.[...] Sob sua ação mais intensa a carne enrijece demasiado, fica dura. (CASCUDO, 2004, p.148)

No Brasil, nos primeiros séculos do período colonial, as terras brasileiras lideraram a mundialização dos alimentos, desde que se considere o intercâmbio da América não só com a Europa, mas também com a Ásia e a África. A alimentação portuguesa, desde o início dos descobrimentos, já se caracteriza por ecletismo. Não desprezam nenhuma carne, destacando-se na matança de porcos e na charcutaria de sarrabulho (guisado de miúdos e sangue de carneiro ou porco) ou chouriços; prezam leitões cordeiros e cabritos, mas raramente comem bezerros e vitelas que são mais utilizados para tração e laticínio. No mar comem do atum até a sardinha. São pioneiros na substituição dos excessos carnívoros pela nova moda piscívora da época moderna (STOLS, 2003).

Adaptando-se aos hábitos e alimentos da terra, os portugueses seguiram no Brasil uma dieta simples, que vigora, em parte, até os dias de hoje. A investigação

das práticas alimentares na América Portuguesa segue os quatro caminhos de colonização e povoamento que define:

[...] colonização costeira, de Pernambuco a Bahia, principalmente, caracterizada pela monocultura de cana-de-açúcar, as frentes de expansão e reconhecimento de território, em direção ao norte, acentuando a comida pelas chamadas “drogas do sertão”; a colonização para dentro, partindo da Vila de Piratininga, São Paulo, chegando a região das Minas, e, finalmente, o surgimento da pecuária no interior do Brasil. (SILVA, 2001, p.21)

Nos tempos do Império em termos gerais e, de acordo com alguns historiadores, nas cidades e no meio rural a carne bovina só era consumida em festas muito especiais, de maneira que a mais consumida usualmente era a carne de porco (BRUIT, 2006).

Como as comunidades negras se espalharam pelo Brasil, a culinária que veio da África se espalhou por todo o país. Hoje em dia, os pratos e os temperos da cozinha negra fazem parte da nossa alimentação. São saboreados no dia-a-dia e também nas festas populares. Os caldos, extraídos dos alimentos assados, misturados com farinha de mandioca (o pirão) ou com farinha de milho (o angu), são uma herança dos africanos. Podemos lembrar que da África também vieram ingredientes tão importantes como o coco e o café (STRECKER, 2006).

Duas Pesquisas de Orçamento Familiar (POFs) realizadas no Brasil, a primeira, entre 1961 e 1963, e a segunda entre 1987 e 1988, trouxeram conclusões a respeito do padrão alimentar da população urbana brasileira nas últimas décadas. Pôde-se concluir que mudanças significativas ocorreram na composição do cardápio do brasileiro. O Brasil apresenta a tendência de redução do consumo de cereais e tubérculos, a substituição de carboidratos por lipídios e de trocar proteínas vegetais por proteínas animais. Quanto às gorduras, observou-se uma substituição daquelas de origem animal pelas de origem vegetal. A banha de porco e o toucinho deram lugar ao óleo de soja, a manteiga foi substituída pela margarina. A ingestão de fibras ficou prejudicada tendo em vista a redução no consumo de feijão e cereais e a permanência do alto consumo de açúcar (BLEIL, 1998).

Na contemporaneidade, os motivos que levam uma pessoa se tornar vegetariana podem ser inúmeros, como os de ordem científica, ambiental e religiosa. O vegetarianismo apresenta muitas faces nas suas justificativas e legitimações.

1.3. Ciência, Religião e Ambientalismo: algumas das razões para ser vegetariano

A cultura em que se vive transmite um conjunto de valores que devem ser seguidos e, além disso, opera uma naturalização dos costumes de maneira que não é possível distinguir a construção histórica e social dos fatos e atos. Naturalizamos atos e conceitos que foram determinados e ensinados pela própria sociedade.

1.3.1. A ciência e a saúde

Ironicamente, a ciência moderna, cujo fundamento é a separação radical entre o homem e a natureza (postura, portanto, oposta aos princípios holistas do movimento ambientalista) também tem oferecido fundamentos para a opção vegetariana. No caso do vegetarianismo, fornecendo argumentos para os cuidados com o corpo e a saúde.

Por volta de 1700 as pessoas concebiam o universo como uma estrutura mecânica, supunha-se que os mistérios da natureza estavam abertos à investigação, por meio de experiências e da análise matemática. Com a Revolução Científica, essa nova atitude em relação ao mundo natural contrasta com a concepção tradicional da natureza, que era entendida como organismo vivo. O século XVII se caracteriza, então, pelo otimismo sem precedentes com relação ao progresso do homem através da tecnologia e do entendimento do mundo natural. Isto torna o homem dominador e manipulador da natureza.

Processos fisiológicos passam a ser estudados cientificamente e o homem resume-se aos seus aspectos biológicos. A ciência, então, o insere e dota-o da capacidade de modificar o fluxo “natural” das coisas, até mesmo de alterar as leis da genética.

A categoria científica, biológico resultado da separação entre corpo e alma, insere o homem na natureza, dota-o ao mesmo tempo da capacidade de manipulação, como explica:

[...] transmutar umas substâncias químicas em outras, de criar substâncias artificiais, de modificar o fluxo natural das coisas, de alterar as leis da genética ou fazê-las opinar ao seu favor. Enfim dota-o da capacidade de mudar o mundo a sua vontade. (RODRIGUES, 1983a, p.156)

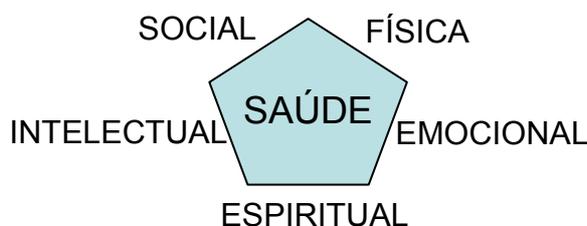
Na ciência moderna, o ponto de referência da idéia de natureza se constitui na ruptura entre o homem e o mundo (dito real), de maneira que a expulsão do homem do reino da natureza nega a sua complexidade, mas procura garantir o controle do homem sobre o reino natural. (ALBUQUERQUE, 2006, p.197): “Nesta

relação de exclusão está expresso, também, o seu projeto civilizador diante do mundo humano e natural”.

Em 1946, talvez buscando uma terapêutica para o efeito depressivo do pós-guerra, a Organização Mundial da Saúde reinventou o Nirvana e chamou-o de ‘saúde’, como ironiza Filho (2000).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde não apenas como a ausência de doença, mas como a situação de perfeito bem-estar físico, mental e social (SEGRE, FERRAZ, 1997).

Filho (2000) discute os vários conceitos de saúde, e diagramas das mais variadas formas e traz exemplos como esse que podemos observar na figura que segue (FIGURA 1), que o autor considera como caso extremo e como uma mandala totalizante das virtudes e valores humanos:



FÍGURA 1- Saúde como mandala totalizante.

Fonte: FILHO, N. A. O conceito de saúde: ponto-cego da epidemiologia? **Revista Brasileira de Epidemiologia**. vol. 3, p.1-3, 2000.

Nota: Figura desenhada e dados trabalhados pelo autor.

A saúde envolve aspectos ligados às dimensões emocionais, sociais, culturais, espirituais e relacionadas ao bem estar físico, e este bem estar não é determinado somente pelos aspectos biológicos, mas também pelo contexto econômico e político (RAINE e PAQUETTE, 2004).

Santos (2006) pontua as relações entre os alimento saudável e o não saudável. E confunde o alimento saudável com o alimento nutritivo, natural, não calórico, não gorduroso e muitas vezes um alimento seguro. A idéia da alimentação saudável ao seu ver existe apenas em um pensamento utópico, e propõe a idéia do *mito do alimento perfeito* criado para um mundo estável, harmônico, equilibrado, sem contradições e sem paradoxos. O alimento perfeito seria:

Um alimento imortalizado pelas técnicas de conservação que lhe garante a eterna juventude, higienizado não havendo doenças que o destruam nem muito menos provoquem doenças ao corpo humano, contendo todos os nutrientes necessários de forma equilibrada e

natural frente ao mito do eterno retorno às origens, no Jardim do Éden, antes da mordida da maçã. O alimento perfeito para uma dieta perfeita que se corporifica na construção da alimentação saudável, necessária para a construção de um corpo não menos perfeito.(SANTOS, 2006, p. 332-333)

Palma (2000) traz a concepção de saúde apresentada no Relatório Final da VIII Conferencia Nacional de Saúde realizada em 1992, que diz assim (PALMA, 2000, p.98):

Saúde é o resultante das condições de alimentação, habitação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso aos serviços de saúde. É, assim, antes de tudo, o resultado das formas de organização social da produção, as quais podem gerar grandes desigualdades nos níveis de vida.

Para Acharam (1984) a saúde não se obtém na consulta do médico, ou se compra na farmácia, ela seria o resultado dos nossos próprios atos de cada dia, de harmonia com as Leis da Natureza, de maneira que a sabedoria estaria na natureza e não no laboratório. A lei natural seria a vontade do Criador que impõe ao homem uma norma para cumprir o seu destino moral e físico. Os preceitos que a Lei Natural impõe ao homem como condição para manter a normalidade orgânica, a saúde, estão compreendidas nos 10 mandamentos seguintes:

Respirar sempre ar puro; Comer exclusivamente produtos naturais; Beber unicamente água natural; Ter suma limpeza em tudo; Não estar jamais ocioso; Descansar e dormir só o necessário; Cultivar todas as virtudes, procurando sempre estar alegre. (ACHARAM, 2001, p. 21)

Para Porto (1994), a doença surge como algo cultural, de maneira que a vida humana não é só biológica, mas também cultura. A prática médica legitima a visão orgânica e retoma a tese de que a medicina não é moderna.

Hoje, poderíamos falar que existe uma abordagem holística em saúde que traz uma aproximação entre o saber científico e o saber popular, de maneira que os estudos culturais serão de enorme importância na elaboração de novas formas de saúde. Como explana o autor a seguir:

Os modelos místicos e diversas culturas tradicionais precisam ser conhecidos, estudados e integrados ao modelo holístico de saúde que se quer. Ao longo do tempo os sistemas de saúde oscilaram entre modelos reducionistas e modelos holísticos. Dois grandes modelos vêm influenciando o pensar, fazer e viver saúde e doença. São os modelos xamanísticos e os modelos seculares. (TEIXEIRA, 1996, p. 288)

Capra (1986) apud Teixeira (1986) sugere novos caminhos para a saúde e fala do paradigma holístico. Ao propor novos caminhos para a saúde, ressalta que devemos pensar sobre os atuais modelos de serviços, de instituições de ensino e de pesquisas em saúde. Deveríamos fazer uma transição para o novo paradigma, que deve ser feita com cautela e lentamente, devido ao grande poder simbólico da terapia biomédica em nossa cultura ocidental.

As práticas naturais como chama Teloken (2005) têm a proposta de integrar a qualidade de vida do homem, abordando as esferas físicas, mentais e emocionais. Sustenta-se, portanto, em um paradigma que compreende o corpo como um sistema complexo e integrado de energia, que levaria a uma busca da consciência humana e da expressão da alma. Pensamentos, emoções e as relações com o mundo interno e externo mobilizam energias no processo de saúde e doença.

O paradigma holístico provoca uma aproximação com abordagens não ortodoxas da saúde. Faz-se necessário encontrar as pontes para unir tais saberes. As diversas terapias reconhecem a interdependência fundamental das manifestações biológicas, físicas, mentais e emocionais do organismo, sendo, portanto, coerentes. O paradigma holístico surge de uma crise da ciência, de uma crise do paradigma cartesiano-newtoniano, que defendem a racionalidade, a objetividade e a quantificação como únicos meios de se chegar ao conhecimento. O novo paradigma busca uma visão, que deverá ser responsável por dissolver toda espécie de reducionismo. Forçando um novo debate no âmbito das diversas ciências e promovendo novas atitudes, como caracteriza: “O planeta terra está doente, seus habitantes enfermos e seu habitat poluído e contaminado. Urge uma nova atitude, novos habitantes e novos modelos de ser/fazer ciência”. (TEIXEIRA, 1996, p. 286)

Para Soares (1994) o estado ideal de cura, saúde e equilíbrio seria o resultado de manifestações confluentes de pureza. Acredita que por esse motivo seria possível compreender porque seriam três as vias curativas principais: o

alimento físico puro, oriundo diretamente da natureza imaculada; o alimento espiritual, fruto do convívio harmonioso com os outros e com a natureza e as terapias que se aplicam sobre a circulação e distribuição de energia.

A contracultura aparece como denunciadora dos custos humanos do processo civilizador. Ela expressa valores como a defesa da espontaneidade, o resgate da rusticidade do *habitat*, a relação entre o corpo e a mente entre outros. Como a contracultura defende outras relações entre o homem e a natureza, ela constitui também outros corpos (ALBUQUERQUE, 2001b).

1.3.2. Ambientalismos, Ecologia e Cultura Alternativa

Qualquer observador da sociedade brasileira dos últimos 30 anos irá confirmar que a consciência ambiental cresceu muito. O fato é que na sociedade brasileira de hoje, esse discurso é muito usado, e se é verdade que encontram adversários aqui e ali devido a interesses específicos, a questão da necessidade da preservação do ambiente não esta mais em discussão (URBAN 2001).

Podemos também relacionar a alimentação vegetariana com o movimento ambientalista. Este último, originário da contracultura dos anos 60, traz em suas lutas uma visão holística do mundo, onde a natureza apareceria então ressignificada, procurando substituir uma visão antropocêntrica do mundo, por uma visão indeterminada de natureza.

Para Woortmann (2004), os vegetarianos se encaixariam em uma categoria esquisita que representa, sem dúvidas nenhuma, a “contracultura” que fala por uma linguagem invertida, onde não só se substitui o animal pelo vegetal, mas também se rejeita o ocidente por um oriente mitológico.

O movimento da contracultura traz como propostas a volta à natureza, a defesa da espontaneidade, a busca de soluções em culturas distantes da modernidade e previsões de catástrofes globais. Nos anos 70 estes temas passaram a ser apropriados pela política e pela ciência, o que promoveu uma intelectualização das questões ambientais (ALBUQUERQUE, 2006).

Os anos 60 e os movimentos de contracultura marcam a aparecimento de um novo ecologismo, que entra em contraposição a antiga proteção à natureza, cujas instituições surgiram no século XIX. As suas lutas se baseavam nas questões

ecológicas, ao lado do antimilitarismo/pacifismo, luta de minorias, etc. Esse novo ecologismo foi marcado pela “futurologia”, pelo profetismo alarmista, que compreendia o incerto futuro do planeta, esgotamento de recursos, superpopulação, tecnologias opressivas, ciência dominada pela tecnocracia, etc. (DIEGUES, 2001).

O meio ambiente começa a aparecer com mais frequência nos noticiários a partir dos anos 70. Antes disso as notícias eram feitas através de especialistas, sobretudo estrangeiros, que vinham visitar universidades. No ano de 1973, registrava-se grande número de denúncias de devastação e destruição dos recursos naturais no Brasil. A partir de 1974, o movimento ambiental vai ganhando força à medida que os problemas ambientais ganham espaço nos meios de comunicação. O início dos anos 80 é marcado pela ação do movimento contra a implementação do programa nuclear, e nesse momento o movimento ganha a adesão do movimento pacifista (ANTUNIASSI; MAGDALENA; GIANANTI, 1989).

O ideário ecologista presente no movimento ambientalista representa um ponto de ruptura na história do pensamento ocidental, constituindo-se em um novo paradigma, sendo que esse ideário ganha expansão a partir da crise do marxismo. Na década de 70 novos grupos ou correntes muito diversificados se desenvolveram no interior das grandes instituições religiosas ou fora delas. Além disso, grupos propriamente ditos desenvolveram numerosas redes místico-esotéricas, onde as mais conhecidas são as New Age (nova Era). Champion (2001) reúne algumas características comuns destes grupos e correntes que ela denomina de “nebulosa mística”. Essas três características são: a centralidade concedida, “experencial”, com a idéia de que cada um deve encontrar o seu caminho, e que todos são verdadeiros quando ultrapassam suas formas exteriores, esclerosadas, sociais; os praticantes são animados por um projeto de transformação pessoal mediante técnicas psico-corporais; e a última característica é a adoção de uma concepção monista de toda a realidade, ou seja, recusam o postulado dualista das religiões, a separação entre o humano e o divino, a separação do mundo natural e sobrenatural.

Para Carozzi (1999), a Nova Era supõe uma transcendentalização da autonomia, de maneira que a ampliação da consciência já não pretende só a superação dos condicionamentos sociais à procura de auto-realização e desenvolvimento de potencialidades individuais, mas o descobrimento de uma centelha divina no interior do homem que o une energeticamente a um tudo divino que o inclui e supera. Ser socialmente autônomo agora é ser divino e estar ligado a

uma totalidade divina, ou seja, transcender. O que diferencia o movimento da Nova Era de outros movimentos pós-sessentistas, é seu caráter religioso: a absolutização da autonomia individual, a negação de toda a influência do entorno, que desta forma leva à elaboração de explicações sobrenaturais, como a postulação de uma nova era, que faz com que aqueles que participam desses movimentos possuam um interior não socializado, sábio, sadio e conectado energeticamente com o universo como motor das transformações individuais.

Segundo Burkhard (1987), os povos antigos possuíam uma relação com a natureza e o ambiente considerada por ele como natural. Sabiam, por exemplo, as plantas venenosas, medicamentais e alimentares. Caçavam os animais somente para a alimentação e apenas quantidade para garantir a sobrevivência. Existia, portanto, harmonia entre o homem e a natureza. Nos dias de hoje considera que o reino animal, foi rebaixado ao vegetal, como descreve:

Se observarmos as granjas de hoje, veremos as galinhas enfileiradas, sem possibilidade de movimentação, recebendo uma ração que as engorda o mais rápido possível para serem abatidas quando atingirem determinado tamanho e derem a rentabilidade máxima. Dessa forma o animal é rebaixado ao vegetal: crescer, engordar e fenecer, destituído de movimento e de instintos. (BURKHARD, G. K. 1987, p. 18)

A década de 60 marca a emergência, no plano político, de uma série de movimentos sociais, onde o ecológico também emerge. A década de 60 assistirá, portanto, o crescimento de movimentos que não irão mais atuar como críticos ao modo de produção, mas fundamentalmente o modo de vida das pessoas, donde o cotidiano aparece como categoria central nesse questionamento. No Brasil esse movimento só emerge na década de 70 em um contexto bem específico, onde três fontes importantes tiveram bastante influência: o Estado interessado em investimentos estrangeiros, que só chegariam mediante a adoção de medidas de caráter preservacionista; o movimento social gaúcho e fluminense contra o uso indiscriminado de agrotóxicos e a criação do receituário agrônomico; e finalmente a contribuição dos exilados políticos que voltavam ao Brasil com a anistia e que acabaram de vivenciar movimentos ambientalistas europeus (GONÇALVES, 2006).

Semelhante a outros movimentos idealistas desde o século XVIII, concentrados numa preocupação moral com os animais na Europa, os defensores

dos direitos dos animais se organizam por uma causa moral comum, que se caracteriza por uma conscientização social pelo tratamento humanitário dos animais. (THOMAS, 1988).

1.3.3. Religiões e Espiritualidades

Uma outra face das legitimações do vegetarianismo é a religiosa. Os interditos alimentares religiosos são uma variável importante neste estudo, por sua proximidade com a alimentação e também com o vegetarianismo e a sua história. A identidade religiosa pode ser considerada, muitas vezes, uma identidade alimentar. A própria origem da explicação judaica cristã para a queda de Adão e Eva é a sua rebeldia em seguir um preceito religioso, não comer do fruto proibido. A alimentação parece ter uma relação muito íntima com a religião, de maneira que falar em uma automaticamente faz brotar relações com a outra.

No ideal religioso ascético o jejum e a abstinência de comida apresentam-se como contexto amplo. A ascese na acepção mais comum é o conjunto dos esforços mediante os quais se deseja progredir na vida moral e religiosa. Podemos distinguir uma tradição dualista da ascese-purificação e uma tradição que é chamada de realista da ascese como volta à natureza. Para a primeira trata-se de libertar a inteligência das sensações corporais confusas, que remete a idéia de corpo como túmulo da alma. A segunda tradição preconiza a pobreza, a dureza física e a frugalidade alimentar para levar a alma a auto suficiência e à felicidade (HIGHET, 2005).

Embora haja sobreposição entre espiritualidade e religiosidade, a última difere-se por pertencer a um sistema de doutrina específica partilhada com um grupo. Os dois termos buscam o sagrado, definindo religiosidade como um sistema organizado de crenças, práticas, rituais e símbolos delineados para facilitar a proximidade com o sagrado e o transcendente, enquanto a espiritualidade como a busca pessoal por respostas compreensíveis para questões existenciais sobre a vida, seu significado e a relação com o sagrado ou transcendente que podem ou não encaminhar ou resultar do desenvolvimento de rituais religiosos e formação de uma comunidade. Como define:

O termo espiritualidade envolve questões quanto ao significado da vida e à razão de viver, não limitado a tipos de crenças ou práticas. A religião é a "crença na existência de um poder sobrenatural, criador e controlador do Universo, que deu ao homem uma natureza espiritual que continua a existir depois da morte de seu corpo".(PANZINI et al, p.01)

Douglas (s/d) acredita que a noção do que é poluído ou puro apenas faz sentido no contexto de uma estrutura total do pensamento, onde as margens, os limites e os movimentos internos estão ligados uns aos outros pelos ritos de separação. Como ilustração desta tese ela refere as abominações do Levítico, em particular as restrições alimentares, como um enigma que ainda desconcerta estudiosos da Bíblia. Cita então duas vertentes: uma que considera tais regras desprovidas de significação e arbitrarias porque são disciplinares e não doutrinárias; e uma segunda que trata das questões das virtudes e dos vícios. Interessante a explicação de um Bispo em nota ao versículo 3 do Levítico:

As patas fendidas e a ruminação simbolizam a distinção entre o bem ao mau e a meditação na lei de Deus; onde uma destas faltar, o homem esta impuro. De maneira semelhante, os peixes sem barbatanas e escamas eram considerados impuros: são as almas que não se elevaram pela oração e que não estão revestidas com as escamas da virtude. (DOUGLAS, s/d, p. 64)

Schwantes (2005) lembra que no Gênesis aparece uma compreensão positiva do sacrifício de aves e animais, que se apresenta após o dilúvio. Porém, a inclusão da carne na alimentação dos homens é colocada como apavorante para os animais (capítulo IX): *"Pavor e medo de vós virão sobre todos os animais da Terra"*. Esta imensa brutalidade que implica o uso de animais para a alimentação é marcada cotidianamente pela violência e pela brutalização, realizada e encenada no seu próprio prato. O alimento com sangue também não deve ser comido. Isso acontece, pois o sangue que condensa a vida seria a expressão da alma.

Compadecer é sofrer "com", ter compaixão é a virtude de compartilhar o sofrimento do outro. Não significa aprovar suas razões, sejam elas boas ou más. Ter compaixão é não ter indiferença frente ao sofrimento do outro (GOLDIM, 2006).

Comte-Sponville(1999) em seu livro *Pequeno Tratado das Grandes Virtudes*, considera a compaixão uma dessas virtudes, e lembra a questão animal. A maioria de nossas virtudes só visa à humanidade, é sua grandeza e seu limite. A compaixão,

ao contrário, simpatiza universalmente com tudo o que sofre: se temos deveres para com os animais, como acredito, é antes de tudo por ela, ou nela, e é por isso que a compaixão talvez seja a mais universal de nossas virtudes.

Para Montanari (2003) a carne substituiria a supremacia do pão como símbolo da civilização se a Europa não tivesse se tornado cristã e adotado como seu credo o pão, a vinho e o óleo, que desempenhavam papel simbólico absolutamente central.

À Europa Carnívora, a norma eclesiástica impunha a abstinência de carne por aproximadamente 140-160 dias ao ano, de maneira que os motivos dessa escolha são bastante complexos:

[...] motivações de ordem estritamente ligadas à penitência (a renúncia a um significativo prazer cotidiano) [...] certa imagem 'pagã' do consumo de carne, [...] seja a convicção, cientificamente corroborada pelos textos de medicina, de que o consumo de carne favorecia o excesso de sensualidade (este grande amigo do perfeito cristão), seja, ainda, a tradição do "pacifismo" vegetariano herdada da filosofia grega e helenística. (MONTANARI, 2003, p.103)

Outro grupo religioso, agora na modernidade e no âmbito do cristianismo, são os Adventistas do Sétimo Dia. Os Adventistas do Sétimo Dia fazem recomendações chamadas de Reforma da Saúde desde de 1863, o que inclui, além das diversas restrições alimentares, cuidados com a higiene e uso de medicamentos. Embora o vegetarianismo seja intensamente recomendado, ele não faz parte da condição mínima para que a pessoa se torne membro da Igreja. Para os Adventistas do sétimo Dia, o pecado original seria a Gula; e sendo assim, o caminho da salvação envolve a negação dos prazeres do apetite, associando isso com o "pecado da Eva" (SCHUNEMANN, 2005).

Segundo Schunemann (2005), Ellen White acredita que um cérebro fraco não é capaz de discernir as coisas espirituais e que a fraqueza cerebral seria decorrente de uma má alimentação, o que pudemos perceber na fala transcrita. Ela afirma também em alguns escritos que o Espírito Santo se comunica através do cérebro, de maneira que um cérebro enfermo seria um obstáculo para a comunicação das verdades religiosas.

A carne estaria entre os principais inimigos do Adventista segundo o discurso da visionária. Ela descreve a carne como portadora de poderes morais. E nessa mesma linha ela faz uma relação entre o abandono da carne e a salvação. Mesmo o

uso seletivo da carne descrita como puras ou impuras no Levítico não constitui um ideal a ser observado. A idéia era que o vegetarianismo era bíblico e que as proibições de animais impuros teria relação com a saúde. Ela reforça, porém, a necessidade de se abster de toda a carne (SCHUNEMANN, 2005).

O budismo adota um princípio ético-religioso que é chamado *ahimsa* e que consiste na rejeição constante da violência e no respeito absoluto de toda forma de vida. No ocidente a sua notoriedade deve-se à prática da *ahimsa* na conduta coerente de Mahatma Gandhi. Para Van (2005), a real não-violência, o Ahimsa, é uma ação amadurecida. Não é possível ser pacífico sem conhecer profundamente as raízes do sofrimento perceptivo, reconhecer e tocar em si mesmo os próprios ódios, medos e frustrações – e efetivamente superá-los, libertando a mente. Acredita, portanto, que a postura pacífica construtiva não deriva de uma visão romântica ou passional do mundo.

Os jainistas talvez sejam mais radicais dentre os grupos religiosos vegetarianos. O jainismo é uma das religiões mais antigas da Índia, vista durante algum tempo pelos investigadores ocidentais como seita do Hinduísmo ou heresia do Budismo. O jainismo, contudo é um fenômeno original que possui em comum com as duas religiões a crença no karma. Wilkinson (2001), afirma que o modo de vida dos jainistas é dominado pela necessidade de atingir uma reencarnação favorável, ou melhor ainda, a libertação completa do ciclo de reencarnações. Eles obedecem a uma série de votos que determinam seu comportamento, sendo um deles a não violência.

O meio de minimizar essa violência segundo Bowker (2004), é finalmente conseguir se libertar dos sentidos do corpo e retirar-lhe o máximo de ação possível através da renúncia ao mundo social e às preocupações materiais. Chegam até a utilizar máscaras para que no contato com o ar não inalem insetos e acabem os machucando. O vegetarianismo aparece desta maneira como indicador importante de toda a história do jainismo.

As religiões afro-brasileiras também possuem os seus interditos alimentares. A utilização do gado bovino era na África destinado às práticas religiosas, sacrifícios, multas e dotes. E como descreve Cascudo (2003), existia o “complexo mágico de Boi”, onde o gado criado era para cerimônias, e eventualmente, quando consumido, era com respeitoso recato, como restos da fome dos deuses repletos.

O candomblé tem uma relação muito especial com a comida. Entendemos mais essa importância da alimentação no candomblé, quando Prandi (2001) descreve que nas festas de candomblé no momento em que os orixás se manifestam por meio do transe ritual, são precedidos de uma série de ritos que envolvem o sacrifício de animais, preparo das carnes para o posterior banquete comunitário. Essas comidas rituais são oferecidas aos orixás que estão sendo celebrados.

A partir do momento em que se dá a fixação do orixá numa pedra ou pedaço de metal o devoto terá obrigação de nutrir periodicamente com o sangue das vítimas sacrificiais esse artefato. O ato supremo e definitivo é a consagração da cabeça do iniciando, por meio de cortes e incisões, do derramamento do seu sangue, que se mistura ao sangue dos animais (MOTTA, 2000).

Para Sampaio (2005) a umbanda, outra religião afro-brasileira, na contemporaneidade passa por uma modificação, apagando algumas práticas consideradas "bárbaras" e nascendo outras, por meio da racionalização e da moralização. Está sendo moldada pelos responsáveis pela mudança de acordo com seus próprios gostos e aboliram alguns rituais mais distantes da cultura vigente, como a matança de animais e a utilização da pólvora e da bebida alcoólica. A prática da caridade cristã se faz presente. Ela descreve um ritual da umbanda que faz o uso do alimento e do sacrifício animal que também tem relação com a prática vegetariana, devido à proteção animal:

No início do ritual, foram abatidos alguns animais, em oferta aos orixás. Em seguida, os pratos de comida tocaram algumas partes do corpo da nova abiã. O pai-de-santo repetiu tal gesto, porém, com frutas. Dois outros animais foram abatidos sobre a cabeça da abiã, e ofertado à ela o sangue ritual. Por cima deste sangue, foram espalhados montes de comidas [...] foi aconselhada a manter resguardo por dois dias, evitando "beber refrigerante, café, ter maus pensamentos, falar palavrão, beijar, abraçar, praticar sexo, ir a festas". Não foi observada restrição em relação à ingestão de carne. (SAMPAIO, 2005, p. 106)

Porém, do ponto de vista religioso, estão nas religiões de origem e influência africana como candomblé e umbanda, a maior incidência quanto ao uso de plantas, tanto nas cerimônias religiosas como nos rituais de cura. A importância das plantas

é tão grande que sem elas Camargo (1998) acredita que essas religiões não existiriam.

Enfim, motivos religiosos podem aparecer também vinculados aos ambientais. A relação homem – natureza se promulga de muitas formas dentro das religiões e algumas dessas formas podem vir expressas através dos novos movimentos religiosos.

O conceito de novos movimentos religiosos surgiu nos EUA, nos anos 70 quando especialistas em estudos religiosos e em sociologia da religião passaram a apontar sua atenção para um grupo de movimentos controversos, que na época eram chamados de “cultos”, tais como Hare Krishna, Meditação transcendental e a Cientologia. É interessante observar que apesar das diferenças dos grupos, foi possível reuni-los, por contraste ao passado e pela simultaneidade de seu aparecimento e a dinâmica comum de seu desenvolvimento, em noções como o despertar e a nova consciência religiosa (TAVARES, 2000).

Há um novo movimento descrito por Soares (1994) chamado de nova consciência religiosa, que surge de uma espécie de angustia moral provocada pelos problemas alarmantes da sociedade que não foram resolvidos, o cinismo da corrupção, e, sobretudo pelo despreço pelos valores mais elementares da vida humana. Acontece uma espécie de *revival* do interesse intelectual, existencial e político pela ética, ou uma procura de investigações e experimentações individuais através de terapias, disciplinas esotéricas ou práticas alternativas.

Campbell (1997) caracteriza uma mudança da teodicéia tradicional, por uma oriental, que estaria provocando alterações nas concepções da relação entre o divino e o mundo, a qual chama de processo de orientalização do Ocidente. As análises deste autor apresentam as relações do homem com a natureza nessas duas perspectivas: no Oriente traz o homem inserido na natureza, o que o impediria de categorizar, manipular e controlar as coisas do mundo; no Ocidente, o homem teria características que o distinguem e o separam da natureza, de maneira que tem como papel prever e controlar as coisas do mundo. Esta concepção é coerente a visão científica.

Cambell (1997) defende o argumento de que esse processo de orientalização pode ser entendido como facilitador pela presença de uma tradição cultural nativa do Ocidente. Neste sentido, resgata as tradições pré-cristãs, e as vê como condutoras de um processo de paganização dos modos de crer no Ocidente. O movimento

Nova Era, as terapias alternativas, o ambientalismo com sua ecologia profunda seriam indicativos deste fenômeno. O autor também considera a idéia de “ecologia interna”, como uma forma do despertar meditativo da consciência, familiar aos que buscam o religioso. Inclui aí o vegetarianismo e o seu crescimento na contemporaneidade ocidental, bem como reconhece a prática vegetariana como uma religião. Nessa perspectiva o seu espírito seria mais Oriental que Ocidental.

Guerreiro (2007) considera como constituinte do movimento Nova Era, desde consultas a artes divinatórias, até a existência de religiões bem estruturadas e institucionalizadas, passando por terapias do corpo e da mente, vivências xamânicas, técnicas de meditação, livros de auto-ajuda, alimentação naturalista, cristais, pirâmides, agências de viagens especializadas em roteiros a lugares sagrados, adorações à Lua, bruxarias (valorizadas nos seus aspectos positivos) etc.

Uma nova atitude alimentar como a eliminação de certos alimentos (sobretudo os industrializados, a carne vermelha e, por vezes, toda proteína de origem animal), a conversão à cozinha vegetariana ou à macrobiótica², o aprendizado da culinária, a freqüência a restaurantes vegetarianos seriam um sinal de modificação do comportamento do movimento Nova Era. (MALUF, 2005)

Ocidente e oriente se convergem em nome do holismo que se quer, que é vivo, dinâmico, interligado e sistêmico. O saber científico se aproxima do saber popular e abre-se espaço também para a sabedoria. Em março de 1986, em Veneza, ocorreu um encontro de grandes cientistas de diversas áreas do saber e todos debateram a ciência face aos confins do conhecimento e os novos rumos para o terceiro milênio, surgindo a Declaração de Veneza, que aponta:

... o momento de crise da ciência e indica a necessidade de reconhecemos a urgência de novos estudos e pesquisas, numa perspectiva transdisciplinar em intercâmbio dinâmico entre as ciências exatas, as ciências humanas, a arte e a tradição. O grande desafio é o compromisso social dos pesquisadores e profissionais. (TEIXEIRA, 1996, p.289)

² A macrobiótica, considerada por Kikuchi (1982), como uma arte culinária, segue as ordens da natureza, se alimenta de acordo com as estações do ano, o clima e a região que vivemos. De produtos naturais, não tratados quimicamente, e com refeições simples.

Dentro desse processo de orientalização do ocidente, onde são relevantes a repaganização e a presença dos movimentos ambientalistas. Campbell fala da origem das reações diante da devastação do planeta:

Entretanto, é claro que não apenas alguns desses impulsos são de natureza espiritual (se não religiosa), mas também que algumas das reações tomam tal forma... está claro não só que existe uma conexão íntima e duradoura entre misticismo e um respeito pela natureza, mas também o movimento Neo-Pagão é virtualmente inseparável de um ambientalismo espiritualmente informado. (CAMPBELL, 1997, p.14)

Velho (1997) nos lembra que esse fenômeno que tem sido relacionado a um declínio dos adeptos das religiões ocidentais históricas. E sobre os novos movimentos religiosos afirma:

Apesar de suas limitações, os novos movimentos religiosos talvez tenham grande importância ao performatizar, por vezes até sacrificial e profeticamente[...] mas talvez devêssemos levá-los mais a sério, sobretudo em tempos de Orientalização. E aí, de periféricos talvez passassem, em nossa própria consciência, a uma posição de centralidade. (VELHO, 1997, p. 25-26)

Steil (2001) reflete sobre as articulações entre a religião e a busca de saúde, de equilíbrio psíquico e de bem estar pessoal. Explica que se nas religiões tradicionais essa relação com a saúde se expressa na expectativa por milagres e curas específicas, nas novas formas de crer, que é como ele chama os novos movimentos religiosos, a demanda se expressa mais em tentativas de eliminar estados doentes ou o preenchimento de um vazio deixado pelo estado de insatisfação presente na sociedade moderna.

Oliveira (2000) caracteriza que ser Nova Era implica comungar uma visão de mundo que guia a prática religiosa para áreas de interesse tais como saúde, bem-estar físico emocional-mental, terapia de auto-ajuda, poderes da mente, prática de tradições esotéricas do Oriente e do Ocidente, preocupação com a humanidade e o meio-ambiente (ecologia, respeito à natureza e ao planeta Terra), valorização das qualidades do “princípio feminino” (receptividade, sensibilidade, emotividade, cooperação, compaixão) em oposição ao “princípio masculino” (racionalidade, competição e individualização). Astrologia, saúde, vidas passadas e futuras, numerologia, angeologia, ufologia, religiões orientais, ocidentais e indígenas (antigas

e atuais), rituais mágicos, xamanismo, ecologia, rituais de cura, terapias e ioga, para citar apenas alguns, constituem-se como assuntos e objeto de exploração dos chamados errantes da Nova Era.

Pela constante experimentação os adeptos dos novos movimentos religiosos se movem em busca de auto-aperfeiçoamento e de uma auto-realização, que incorpora caminhos próprios tanto para a dimensão espiritual, quanto para a psíquica, corporal, intuitiva, tratando de caracterizar-se como uma busca holística (SILVA, 2003).

Soares (1994) observa que existe algo nas grandes cidades brasileiras, especialmente entre jovens de camada média, que ele denomina de “nova consciência religiosa”. Parece haver uma inquietação religiosa, dotada de algumas características como: insatisfação com as experiências religiosas vividas na infância e adolescência. Tudo isso parece ter um impacto moral, uma sensibilização; a angústia moral. Genericamente se identificam então grandes linhas “alternativas” como a competição predatória, o consumismo, a violência a negligência ética e impunidade recorrente. O autor ainda sugere que a sociedade brasileira raramente terá sido tão ética e raramente terá conferido a ética tamanha centralidade, de maneira então que o “alternativo” facilmente aparece colado ao cidadão convencional.

Essa exacerbação da ética vem produzindo políticas que procuram superar as divisões entre o humano e o animal, e desenvolvem concepções organicistas do planeta.

A religião ligada à questão das corporeidades, também esta presente na questão vegetariana, desde o começo de sua história até os dias atuais. Inúmeras religiões condenam o consumo dos mais diversos tipos de carne, seja porque acreditam que podemos reencarnar como animais, ou apenas para purificação corporal.

1.4. Corporeidades e Alimentação

Foi só recentemente que as ciências sociais começaram a olhar para os corpos humanos e a ver corporeidades construídas coletivamente. Apesar de Mauss (1974), Hertz (1980) e outros poucos que souberam dirigir sua atenção para as dimensões culturais e apreendidas do corpo, este esforço não chegou a criar uma tradição de estudos sociológicos e antropológicos. É com os movimentos sociais dos anos de 1960, que atingiram vários setores da cultura e do comportamento no ocidente, que os corpos vêm a ser corporeidades. Este processo trouxe grande contribuição às áreas de conhecimento que lidam com os aspectos biológicos dos seres humanos, especialmente a motricidade humana (BEIG e ALBUQUERQUE, 2006).

Sabe-se que o encontro de áreas e campos de saberes, tradicionalmente apartados, como as humanas e as biológicas, pode ser problemático. Se por um lado, a motricidade humana desenvolveu-se como uma ciência aplicada, na grande área da saúde, preocupada com o aprimoramento do corpo em movimento, por outro, as ciências humanas precisam aproximar-se com cuidados deste novo objeto, a corporeidade, devido à quase ausência deste tema nos seus quadros teóricos.

Esta situação é compreensível: enquanto as ciências da natureza retratam, na “fabricação do mundo”, a ação procurada pela modernidade, as humanidades têm na “práxis” uma outra idéia de ação, que envolve a reciprocidade entre os homens. Trata-se, na verdade, da diferença radical entre ver o mundo como objeto, o que permite produzir tecnologia, e ver o homem como sujeito em comunhão com o mundo. Esta diferença certamente problematiza os fundamentos das ciências ditas “exatas”, pois contesta a onisciência para o estudo dos seres humanos. Nesse sentido, esclarece:

O surgimento das ciências humanas não pode ser entendido como o nascimento de apenas uma, ou umas, a mais entre as ciências [...]. As ciências humanas partem do escândalo que é o ser humano conhecer a si próprio, misturando as posições de sujeito e objeto. (RIBEIRO, 2003, p. 16-17)

As ciências em seus conjuntos dividem-se em empíricas e formais. As ciências empíricas são divididas em Naturais e Humanas. As ciências naturais

estudam os seres inanimados e os animados infra-humanos e as ciências humanas estudam os seres humanos. Nogueira (1979) acredita que esta divisão apesar de usual e bastante cômoda merece alguns reparos. O ser humano seria objeto real de todas as ciências empíricas básicas: da Física a Sociologia. Mesmo considerando que a Sociologia abranja fenômenos extensivos a seres vivos infra-humanos e justifica-se a denominação de ciências humanas, pois os fenômenos que mais a caracteriza são privativos dos seres humanos, quer pela natureza quer pela intensidade. A expressão ciência humana decorre provavelmente da inevitável necessidade de um esforço constante de uma síntese dos vários ramos das ciências humanas, mas não podemos deixar de lembrar que cada uma abrange apenas determinado aspecto de uma realidade global.

Os especialistas do substrato demográfico tendem a assimilar a metodologia das ciências sociais às ciências naturais, já os dois lados do triângulo tendem a defender a necessidade de uma metodologia específica, sem deixar de reconhecer a aplicabilidade da outra metodologia a determinados aspectos da realidade humana. Pode-se perceber então que as ciências humanas possuem duas orientações opostas: as naturalísticas e as humanísticas, como descreve:

... a naturalística, que tende a aproximá-las metodologicamente das ciências naturais, enfatizando a visão objetiva ou exterior dos fenômenos humanos, sua abordagem operacional, a formalização de conceitos e proposições, a análise ou decomposição da realidade mais complexa em elementos ou partes mais simples e a busca de explicações causais; e a humanística, que tende a aproxima-las das disciplinas humanísticas (línguas, Literatura, Filosofia, artes plásticas), enfatizando o lado interior, subjetivo ou intersubjetivo da experiência humana, a apreensão de situações concretas, o uso de conceitos sensibilizadores e de uma linguagem figurativa, a visão globalizante ou sintética da realidade e a busca de explicações teleológicas, particularmente motivacionais. (NOGUEIRA, 1979, p. 10-11).

Segundo Boltanski (1989) se tivéssemos que definir o modelo ao qual estaria hoje filiada a sociologia do corpo, talvez não encontrássemos um paradigma melhor do que o do “colóquio interdisciplinar”. Este definiria o ponto de encontro fictício e abstrato onde se reuniriam especialistas, provenientes das mais diversas disciplinas,

em torno de um mesmo domínio do real ou de um problema social percebido e designado pela consciência comum.

Em um contexto social e histórico particularmente instável e mutante, no qual os meios tradicionais de produção de identidade (a família, a religião, a política, o trabalho) se encontram enfraquecidos, é possível que os grupos e os indivíduos também estejam se apropriando do corpo como um meio de expressão do eu (GOLDENBERG e RAMOS, 2002). Um exemplo deste fenômeno é o crescimento, nas últimas décadas do século passado, do fisiculturismo entre os homens, como modo de enfrentamento da solidão urbana e, afirmam alguns, da crescente emancipação das mulheres (COURTINE, 1995).

Para Le Goff e Truong (2006) a concepção de corpo, seu lugar na sociedade, sua presença na realidade e no imaginário, na vida cotidiana sofreram modificações em todas as sociedades históricas. A escolha da atividade física se constitui em uma das dimensões do estilo de vida dos grupos sociais. Assumem também outras funções como as de recuperação. (CASTRO, 2003 apud SANTOS, 2006)

Détrez (2003, *apud* PAIM e STREY 2004) afirma que o corpo apresenta-se como a conexão entre a individualidade, no que ela tem de mais singular, e o grupo. Além disso, deve-se lembrar, também, da força da socialização na definição de modelos prestigiosos de corpos, pois os hábitos ou técnicas corporais dependem muito, para sua eficácia, dos valores atribuídos às diferentes corporeidades (BERGER, 1976). Esta socialização é responsável pela transmissão de padrões de corpos que são oferecidos, juntamente com sanções e estímulos, por meio das representações culturais e simbólicas próprias de cada sociedade. Neste sentido, tem-se o corpo como o laço da interação entre o indivíduo e o grupo, a natureza e a cultura, a repressão e a liberdade.

Como desdobramento do movimento de contracultura no Brasil e no mundo, uma perspectiva oriental se desenhou nos horizontes do Ocidente. Como consequência novas possibilidades, uma nova consciência ética, uma nova mentalidade, uma nova forma de viver, nas quais a oposição homem/natureza, espiritual/físico, corpo/mente não mais são características. A partir disso surgem novas práticas terapêuticas derivadas de antigos e tradicionais sistemas de cura. O contraste entre as cosmologias oriental e ocidental perpetua-se também no campo da saúde, marcando as diferenças entre a medicina ocidental contemporânea, ou biomedicina, e as práticas holísticas (NOGUEIRA; CAMARGO, 2007).

O ocidente moderno presencia, no âmbito da cultura corporal, o surgimento de saberes e práticas que vêm de tradições distantes da ocidental, como a yoga, o tai-chi-chuan, a medicina chinesa, indiana e japonesa e também a dietética vegetariana e macrobiótica. Essas práticas propõem uma visão unitária que integre corpos e mentes, homem e natureza, denominada também de holismo (ALBUQUERQUE, 1999).

As práticas corporais alternativas possuem uma história própria, devido ao seu rápido crescimento na década de 90 e às mudanças nos estilos. O caráter esotérico na década de 80 predominava em relação ao terapêutico, porém, atualmente ocorre o inverso (NICOLLINO, 2003).

O conjunto das práticas corporais alternativas combina elementos das tradições orientais com conhecimentos próprios do ocidente. Está presente também nas práticas corporais alternativas uma visão global e unitária que procura integrar o corpo e a mente, o homem e a natureza, o material e o espiritual (ALBUQUERQUE, 2001b).

Matthiesen (1999) acredita que as práticas corporais alternativas assumem perante a Educação Física uma visão própria: são fundamentalmente práticas e são sustentadas pela realização de uma atividade que trabalhe com o corpo, sem, contudo, se limitar a isso. Essas práticas revelariam formas diferentes de intervenção no âmbito da educação corporal, capazes algumas vezes de se contrapor à forma existente. A especificidade e a confiança em um discurso dito alternativo fala de um corpo como um todo. Como caracteriza:

O discurso alternativo propõe o trato com o corpo “como um todo” pela execução de movimentos lentos, prazerosos, capazes de levar o indivíduo à interiorização contra uma prática comumente desenvolvida neste meio cuja base assenta-se na realização de exercícios por elas considerados repetitivos, estereotipados e mecânicos. (MATTHIESEN, 1999, p. 131)

Uma redescoberta do corpo pode ser comprovada pela grande importância que tem os esportes, as práticas corporais, a alimentação saudável e todo o conjunto de preocupações que dita o estilo de vida da chamada geração saúde nos dias atuais. Para os participantes do movimento Nova Era, isso vem combinado ou arranjado dentro de um sofisticado esquema intelectual que justifica tais práticas (OLIVEIRA, 2000).

A noção de corporeidade que a cultura alternativa propicia combina múltiplas versões, leigas e religiosas, científicas e vulgares, ocidentais e orientais, com o intuito de construir um universo integrado e um corpo em comunhão com a mente (ALBUQUERQUE, 2001b).

Soares (1994) considera que a energia seja a moeda do mundo alternativo, que tem o papel de preparar o terreno simbólico para o desenvolvimento de uma linguagem comum, que se mostra independente das diversidades. Para ele todas as díades (saúde-doença, equilíbrio-desequilíbrio, respeito-violência, restauração-devastação, reconciliação-ruptura, puro-poluído, mistério-ciência), projetam valor sobre o tríptico cosmológico alternativo (corpo-espírito-natureza) são regidos pela referência à energia. O equilíbrio é medido pela balança da energia. A energia seria responsável por aproximar as versões religiosas e as não religiosas do mundo alternativo.

Champion (2001) fala de um projeto de transformação pessoal que é alcançado mediante técnicas psico-corporais. A autora designa tal comportamento em termos weberianos como caminho de auto aperfeiçoamento místico, que Max Weber distingue ao analisar os caminhos da salvação fundados em um auto aperfeiçoamento, entre caminho ético, no qual essa salvação vincula-se a um comportamento conforme a vontade de Deus, e o caminho místico, no qual a salvação seria decorrente da própria realização de um determinado estado de ser, alcançado graças a um trabalho de transformação da interioridade do sujeito.

Saúde no corpo, paz no coração: espírito e matéria em harmonia e integrados à comunidade e a ecologia. Através deste ideal anunciado, a maior parte dos envolvidos com o movimento alternativo certamente se reconhece. Basta desmembrá-lo para perceber a íntima articulação entre questões chave como é o caso da alimentação pura, medicina natural e terapias capazes de lidar com a teia energética que cuida do corpo e o liga ao cosmos, que seria a comunidade e a natureza. Como explicita:

Pensar e manipular o corpo como conjuntos de condutos energéticos e processos de deslocamentos de energia, correspondem ao reconhecimento da indissociabilidade entre as três pontas do tríptico temático alternativo: corpo, espírito e natureza. Mais uma vez cabe à “energia” a função mediadora e articuladora. (SOARES, 1994, p.198)

Segundo Burke (1992), o autocontrole físico prosseguiu intimamente ligado ao desejo de policiar os corpos alheios, assim como o de assegurar uma melhor ordem social e moral religiosa. Nesse sentido, Goldenberg e Ramos (2002) fazem um alerta: temos que olhar com muito cuidado para esta “redescoberta” do corpo, para que não enxergamos apenas os indícios de um arrefecimento de códigos da obscenidade e da decência, mas antes, os signos de uma nova moralidade que, sob a aparente libertação física e sexual, prega a conformidade a determinado padrão estético, convencionalmente chamado “de boa forma”. A aparente liberação dos corpos e sua presença na mídia e nas relações sociais tem agregada a ela um “processo civilizador”. Norbert Elias (1990), em particular, estudou a emergência e consolidação destas novas configurações do comportamento no ocidente, com conseqüências profundas para o corpo. O processo histórico de criação e consolidação de um Estado absolutista foi acompanhado de um movimento repressivo geral que se impôs sobre os impulsos emocionais e a força física, disseminando o autocontrole de hábitos, gestos e condutas corporais.

Outra maneira de relacionar a alimentação às corporeidades é a que remete ao nojo e aos tabus do corpo tão bem colocados por Rodrigues em sua obra *O Tabu do Corpo* (1983). O não consumo de carne muitas vezes pode apresentar uma relação de nojo com estes alimentos seja pela assimilação com o ser humano, seja pela consciência dos meios de abate dos animais que são consumidos. Para Rodrigues (1983a) o nojo também seria uma construção cultural.

CAPÍTULO 2: OS VEGETARIANOS POR ELES MESMOS

A carne é o alimento de certos animais. Todavia, nem todos, pois os cavalos, os bois e os elefantes se alimentam de ervas. Só os que têm índole bravia e feroz, os tigres, os leões etc. podem saciar-se em sangue. Que horror é engordar um corpo com outro corpo, viver da morte de seres vivos. (PITAGORAS apud Winckler, 2004, p. 44)

O presente capítulo trata dos dados coletados para este estudo. Como já mencionado na descrição dos métodos empregados na pesquisa foram utilizadas informações transmitidas pelas fontes primárias. As fontes primárias foram compostas por livros e artigos que tratam do vegetarianismo, bem como de livros que contém preceitos de algumas religiões, mais os questionários e entrevistas com os vegetarianos em Rio Claro.

2.1 Literatura vegetariana

A opção vegetariana possui os seus seguidores e os seus defensores, que constroem e se utilizam de uma bibliografia que chamaremos de vegetariana. Essa literatura sustenta os discursos e os argumentos legitimadores, como foi possível perceber nas entrevistas.

Winckler(2004) é socióloga e vegetariana desde 1982, criou o site vegetariano <www.vegetarianismo.com.br> e modera as listas de discussão sobre vegetarianismo veg-brasil e veg-latina. Escreveu um livro intitulado: Fundamentos do vegetarianismo, onde traz resumidamente argumentos que apóiam a dieta sem carne. Para ela o vegetariano segue um regime alimentar que não implique sacrifício

de vidas animais, e que essa alimentação não é exclusivamente vegetal, ou seja, não comem carne, mas seus derivados podem ser incluídos na dieta. Salienta que a denominação, vegetariano, ao contrário do que parece, não é derivada do termo alimento vegetal e, sim, do latim *vegetus* que significa forte, vigoroso e saudável.

O Departamento de Medicina e Nutrição da Sociedade Vegetariana Brasileira, que escreve artigos e folhetos para o site <www.svb.org.br>, descreve os tipos de alimentação vegetarianas existentes e as suas definições, o que resume bem as diferenças no quadro 1:

Tipo	Carnes	Ovos	Leite e derivados
Ovo-lacto-vegetariano	Não	Sim	Sim
Lacto-vegetariano	Não	Não	Sim
Ovo-vegetariano	Não	Sim	Não
Vegano	Não	Não	Não
Semivegetariano	Sim	Sim	Sim
Onívoro	Sim	Sim	Sim

QUADRO 1- O que é ser vegetariano.

Fonte: <http://www.svb.org.br/folhetos/Oqueeservevegetariano.htm>

Nota: Dados trabalhados pelo autor.

Dentre as fontes primárias é possível perceber a presença dos argumentos científicos, procurando legitimar uma dieta vegetariana, que traz mais benefícios a saúde do que a alimentação onívora. Entre essas fontes estão estudos que trazem em sua maioria, os benefícios da alimentação sem uso de proteína animal.

Segundo Blix (1992), professor assistente no Departamento de Promoção e Educação para a Saúde na Escola de Saúde Pública da Universidade Adventista de Loma Linda na Califórnia, os nutricionistas dos anos vinte e trinta não tinham muita convicção tanto para condenar quanto para promover o vegetarianismo, sentindo que faltava boas evidências científicas. Com isso, vegetarianos eram mais criticados do que elogiados, de maneira que a comunidade médica e o senso comum

expressavam preocupação com as conseqüências da dieta. A explosão das pesquisas científicas depois da Segunda Guerra ajudou a diminuir o estigma da dieta sem carne. Um estudo recente feito na Califórnia tem mostrado que os homens vegetarianos adventistas vivem mais 8,9 anos do que a média da população. Além disso, 80% dos americanos acreditam, hoje, que uma dieta vegetariana é mais saudável do que a ingestão de carne, e conseqüentemente, cerca de 50 milhões têm diminuído significativamente ou eliminado a carne vermelha de suas dietas, compreendendo 4% da população americana.

Ainda sobre os estudos científicos, Sabaté (2005), Professor do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Adventista de Loma Linda cita em estudo apresentado no 4º Congresso Internacional de Nutrição Vegetariana, realizado na própria Universidade, uma compilação de vários estudos científicos na contemporaneidade que trazem descrições dos benefícios à saúde da prática vegetariana. Durante 20 anos os resultados apresentados pelos estudos nutricionais têm documentado importantes benefícios à saúde de uma alimentação sem carne. Dentre estes resultados estão a diminuição do risco de obtenção de doenças crônicas degenerativas, a menor incidência de casos de obesidade, doenças coronárias, diabetes e câncer entre os que não fazem uso de carne.

A posição da American Dietetic Association (ADA) sobre a dieta vegetariana escrita por Mangels (2003), Médico e participante de um grupo de vegetarianos de Baltimore é a de que dietas vegetarianas apropriadamente planejadas são saudáveis, adequadas em termos nutricionais e apresentam benefícios para a saúde na prevenção e no tratamento de determinadas doenças. As conseqüências do vegetarianismo para a saúde trazidas pelo artigo são: dietas vegetarianas com pouca gordura são usadas para reversão de doenças arterial coronária grave; o nível total de colesterol geral e de colesterol de lipoproteína com baixa densidade costumam ser mais baixos em vegetarianos; os vegetarianos tendem a apresentar incidência mais baixa de hipertensão que os não vegetarianos; é muito menos provável que o diabete melitus do tipo 2 seja causa da morte em vegetarianos do que em não vegetarianos; a incidência de câncer pulmonar e colo-retal é mais baixa em vegetarianos que em não vegetarianos; e uma dieta vegetariana bem planejada pode ser útil na prevenção e no tratamento da doença renal.

A ciência, do ponto de vista negativo segundo os vegetarianos, condena a alimentação sem uso de carne. Pichler (2005), Presidente Executivo da União

Vegetariana Europeia (EVU), lembra que não é de hoje que se tenta desacreditar o modo de vida vegetariano, e que em alguns casos se usam da ciência para provar isso. Conta sobre o discurso de uma professora da Universidade da Califórnia, chamada Lindsay Allen. A docente argumenta na American Association for the Advancement of Science (Sociedade Americana para o Progresso da Ciência), em Washington sobre os malefícios da dieta sem carne, o que para Pichler (2005) seria uma combinação de afirmações cientificamente insustentáveis pelas péssimas condições de vida das crianças estudadas e pelo envolvimento óbvio da indústria da carne na pesquisa. Os argumentos de Lindsay:

Os alimentos de origem animal contêm alguns nutrientes que não são encontrados em nenhuma outra fonte. Quando se trata de alimentar crianças pequenas e mulheres grávidas e em lactação, eu diria que é anti-ético evitar tais alimentos neste período da vida. (Pichler, 2005, p. 01)

Slywitch (2003), médico, pós-graduado em nutrição clínica e especialista em nutrição vegetariana é coordenador do departamento científico da Sociedade Vegetariana Brasileira. Apresenta em seu artigo alguns dados científicos que comprovam as melhoras na saúde ocasionadas pela adoção da dieta vegetariana. Dentre elas estão: redução das mortes por infarto; níveis sanguíneos de colesterol 14% mais baixos em ovo-lacto-vegetarianos e 35% mais baixos em veganos do que nos comedores de carne; redução de até 50% do risco de apresentar diverticulite nos vegetarianos e probabilidade duas vezes menor de apresentar pedras na vesícula nas mulheres vegetarianas.

Os argumentos ambientalistas se mostram presentes na literatura vegetariana e trazem a compaixão que se têm ao animal, e as maneiras de protegê-los, onde se inclui aí, não matá-los para o consumo. Tratam do comportamento antropocêntrico do homem que se representa superior em relação à natureza, manipulando-a e consumindo-a sem pensar nas conseqüências.

A liderança dos movimentos sociais voltados para a defesa dos animais, como em touradas, utilização para estudos científicos também são defensores do vegetarianismo.

Entre eles está Levai (2003), integrante do Ministério Público do Estado de São Paulo desde 1990, promotor de justiça em São José dos Campos. Ajuizou em

1992 a primeira ação civil pública, no Brasil, contra abate cruel de animais, tornando-se vegetariano. A partir daí, propôs ações civis públicas contra rodeios, circos, matadouros e universidades que perfazem experimentação animal. A cada ano apresenta em congressos ambientais do Ministério Público, teses institucionais em defesa dos animais, reconhecendo-os como sujeitos de direito. Ele descreve que desde o *Homo sapiens* a idéia de domínio ultrapassou aquilo que seria apenas a luta pela própria sobrevivência. Usando o racional o homem foi alcançando a hegemonia do planeta. Quando o homem se curvou aos deuses a concepção de mundo foi revertida aos mitos e à imagem e semelhança do Criador, de forma a privilegiar a espécie humana em detrimento às demais criaturas. Os animais serviam para a alimentação humana, postura que ganhou impulso com o advento da doutrina judaico-cristã, onde a Bíblia, prega em seus dogmas que os animais existem para servir ao homem. A relação entre homens e animais - ao longo dos tempos - sempre esteve marcada pelo signo do poder e da exploração. O antropocentrismo reforçado mais tarde pelo método científico de Descartes, que no século XVII considerava os animais meros autômatos incapazes de raciocinar ou de sentir dor, essa corrente de pensamento tem sido a causa principal da crise de valores em que se vê inserida a humanidade. E completa:

A relação homem-animal, caracterizada invariavelmente pelo signo da crueldade, traz em si um sangrento histórico de domínio e de subjugação. Isso decorre, em parte, da dogmática judaico-cristã e do mecanicismo científico que inspirou o modelo antropocêntrico no mundo ocidental, onde os animais são considerados "recursos", "coisas", "semoventes" ou, simplesmente, criaturas destinadas a servir ao homem. (LEVAI, 2003, p. 19)

Martins (2007) autor de artigos do site <www.vegetarianismos.com.br> nos apresenta o argumento de Francione, professor de Direito na Universidade de Rutgers (Nova Jersey), que no texto *Manifesto pela Libertação dos Animais*⁵, dá uma resposta para a postura de descaso em relação ao uso de animais. O autor considera as idéias de Francione originais porque, em um aparente paradoxo, associa defesa dos animais ao humanismo. Como descreve:

⁵ O manifesto pela libertação animal, cujo título original é "Pour l'abolition de l'animal-esclave") integra a edição de setembro do **Le Monde Diplomatique-Brasil**, e é uma síntese das teorias de Francione sobre a abolição da exploração animal.

Ele não nega o direito da espécie humana a lutar, como todas as outras, por seus "interesses vitais". Mas demonstra que, na etapa atual de nosso desenvolvimento, continuar confinando, torturando e massacrando outros seres não tem nenhum laço com nossa sobrevivência ou bem-estar – mas com nossa submissão à lógica da propriedade e da mercantilização. Sim, sustenta o Manifesto: assim como ocorria com os escravos, há três séculos, os animais são considerados mercadorias. (MARTINS, 2007, p.01)

Embora alguns considerem que exista um reino *hominal*, que diferencia o homem pela sua faculdade mental, não se pode dizer, segundo Bontempo (2006), baseados no nosso fraquíssimo discernimento, que isso seja algo aceitável. Bontempo é médico, com formação em homeopatia, medicina ortomolecular, nutrição e saúde pública, é membro de diversas entidades médicas, ambientais, vegetarianas e de proteção animal considera, então, sábia a divisão acadêmica dos reinos da natureza em mineral, vegetal e animal, de modo que a faculdade mental na maioria dos homens segundo o autor é pouco desenvolvida, pois este ainda age a partir dos seus desejos e seus prazeres, como a gula. Acredita que somos animais e praticamos uma espécie de canibalismo por comermos nosso semelhante.

A religião que também está presente nesta literatura traz como peculiaridade o fato de contemplar não só escritos sobre a questão vegetariana, mas também os que contém os ensinamentos e dogmas respectivos de algumas religiões. Aproximar motivos e preceitos religiosos à prática faz com que menos argumentos contrários consigam ser trazidos a tona, o que se dá pelo caráter religioso, que faz explicações por meio de “verdades”.

Bontempo (2006) afirma sobre esta questão, que o consumo de carne é ainda um tema pouco comentado pelos grupos religiosos cristãos apesar da importância de se definir se a carne deve ou não estar presente na alimentação do seguidor. Passagens bíblicas são escolhidas com o propósito de justificar o consumo. Para ele a interpretação bíblica pode ser usada de maneira à alcançar o que se deseja. Acredita que se realizada uma análise mais apurada e honesta das Escrituras chega-se a conclusão de que a alimentação vegetariana seria a dieta própria do cristão verdadeiro. Argumenta que se feito um estudo atento dos manuscritos originais gregos se constata que a maioria das palavras traduzidas como carne, seriam na verdade *trophe*, *bromie* e outros que na verdade querem dizer alimento ou

comida. E traz um exemplo, que está no Evangelho de Lucas (8:55) onde Jesus levanta uma mulher do meio dos mortos e ordena que lhe dêem carne. A palavra trazida do grego para carne neste caso é *phago*, que significa apenas comer. Jesus então teria dito deixe-a comer. A palavra carne em grego é *kreas*, palavra que nunca teria sido usada por Jesus Cristo.

Greif (2005), biólogo e vegetariano desde criança, se dedica a pesquisar e divulgar o vegetarianismo e a antiviviseção e acredita que a Bíblia preconiza o vegetarianismo, e faz uma releitura sobre a presença dos preceitos bíblicos que trazem o consumo de carne e os animais. Argumenta que em Gênesis 1:29 e 1:30 se encontra a primeira lei dietética estabelecida por Deus para o homem e para os outros animais:

/E disse Deus: Eis que vos tenho dado todas as ervas que dão sementes e se acham na superfície de toda a terra, e todas as árvores em que há frutos que dá semente; isso vos será por alimento/.E a todos os animais da terra, e a todas as aves dos céus, e a todos os répteis da terra, em que há fôlego de vida, toda erva verde lhes será para mantimento.(GREIF, 2005, p. 1)

Para Greif, estes versículos demonstram que não seria a intenção original de Deus, pelo menos segundo o livro de Gênesis, que o homem matasse animais para comer. Sendo a dieta vegan consistente com o plano original de Deus.

Sobre isso Blix (1992) afirma que os Judeus chegaram a considerar a abstinência de carne como uma depravação, freqüentemente associada como símbolo de pesar e tristeza. O filósofo judeu do século I, Philo, dizia que Deus havia proibido o uso da carne de porco e mariscos porque essas eram as carnes mais saborosas. Ele disse que esse era o meio pelo qual Deus restringia os desejos e os prazeres do corpo.

A classificação dos animais em autorizados e proibidos originou dois capítulos da Bíblia, o Levítico 1 e o Deuteronômio 14. Moisés é quem apresenta essas distinções como parte da revelação que o Senhor lhe fez no Sinai. Os critérios para classificar os animais em sua maioria dizem respeito as suas formas de locomoção. A relação entre os animais e seu meio é muito importante, pois a Bíblia considera que Deus criou os animais a partir do seu habitat de maneira que eles não devem ser híbridos para ser puros. No Levítico constam os animais que seriam puros ou impuros para o consumo, como apresentado : “7. e o porco, porque tem a unha

fendida, de sorte que se divide em duas, mas não ruma, esse vos será imundo. 8. Da sua carne não comereis, nem tocareis nos seus cadáveres; esses vos serão imundo.” (BÍBLIA, 1959, p. 112)

Segundo White, a visionária dos Adventistas do Sétimo Dia, Deus deu aos nossos primeiros pais o alimento que pretendia que a raça humana comesse. Deus não deu ao homem permissão para comer alimento animal, senão depois do dilúvio, onde fora destruído tudo o que pudesse servir para a subsistência do homem. Diante desta situação o Senhor deu a Noé a permissão para comer animais limpos que levava consigo na arca. O dilúvio foi a terceira e mais terrível maldição que Deus deu a terra, pois os habitantes do Velho Mundo eram intemperantes no comer e beber. Queriam o alimento cárneo mesmo quando Deus não permitia, e então se tornaram violentos e ferozes. Deus, cansado com esse comportamento humano, purificou a terra de sua poluição moral com o dilúvio.

Apesar da condição vegetariana não ser algo exigido pela Igreja Adventista do Sétimo Dia, a exigência para a adesão ao vegetarianismo é grande como podemos observar no escrito de Ellen White: “Muitos que são agora só meio convertidos quanto à questão de comer a carne, sairão do povo de Deus para não mais andar com ele.” (WHITE, p. 383) E também: “Entre os que estão aguardando a vinda do Senhor, o comer carne será abandonado, a carne deixará de ser parte de sua alimentação. (WHITE, p. 380)

Encontram-se, também, nos escritos da visionária da Igreja algumas passagens sobre a compaixão aos animais, o que remete as questões ambientais e religiosas:

Pensai na crueldade que o regime cárneo envolve para com os animais, e seus efeitos sobre os que a afligem e nos que a observam. Como isso destrói a ternura com que devemos considerar as criaturas de Deus. [...] O uso comum de carne de animais mortos tem tido influência deteriorante sobre a moral.(WHITE, p. 383)

Ellen, em suas visões, apontou com clareza a conexão entre o alimento que ingerimos e o nosso bem estar físico e também espiritual. Ela defende uma Reforma da Saúde que envolve além da alimentação outros aspectos. Um dos capítulos do livro trata do Regime e Espiritualidade. Onde destaco:

47. Ninguém que professe piedade considere com indiferença a saúde do corpo, iludindo-se com o pensamento de que a intemperança não é pecado e não afeta a espiritualidade. Existe íntima correspondência entre a natureza física e a natureza moral.[...]
 52. O apóstolo compreendia a importância das condições saudáveis do corpo para a bem sucedida perfeição do caráter cristão. “Os que são de Cristo crucificaram a carne com os seus vícios”. (WHITE, p. 43)

Para ela, cereais, frutas, nozes e verduras constituem o regime dietético escolhido pelo nosso Criador. Estes alimentos preparados de maneira simples e o mais natural possível são os mais saudáveis e nutritivos. Para White, nós estamos em um Mundo que se opõe a justiça ou à pureza de caráter. E questiona:

Quão oposto é tudo isto à obra que deve ser completada em nós justo antes de recebermos o dom da imortalidade! Os eleitos de Deus devem permanecer incontaminados em meio às corrupções que proliferam nestes últimos dias. Seus corpos devem ser santos, puro o seu espírito. [...] Os homens têm poluído o templo da alma, e Deus os chama para que despertem e procurem com todas as suas forças a varonilidade que Deus lhes deu. (WHITE, p. 118-119)

Outra fonte de legitimação encontra-se no Budismo. Segundo Osho (2006), um místico indiano, que viveu entre 1931 e 1990, se iluminando (termo budista que designa aquele que descobriu a verdade absoluta), Buda teria dito aos seus discípulos para não comerem carne, não apenas como uma questão de reverência à vida. Também é uma questão de que, se você não estiver repleto de reverência à vida, seu coração se tornará enrijecido; seu amor se tornará falso, sua compaixão será apenas uma palavra. A preocupação de Mahavira e de Gautama Buda era a de que o ser humano não deveria comer apenas para viver; ele deveria comer para crescer em uma consciência mais pura. Um comedor de carne permanece inconsciente, acorrentado à terra; ele não pode voar pelo céu da consciência. As duas coisas não podem coexistir: você estar se tornando mais e mais consciente e não estar nem mesmo consciente do que está fazendo, e apenas para satisfazer o paladar, o que é impossível sem matar. Você pode se alimentar de comidas vegetarianas deliciosas; então, comer carne é absolutamente desnecessário, um hábito apodrecido do passado. Osho reuniu seguidores pelos lugares onde passava

formando uma nova religião em seu nome, tornando-se então um mestre com profundo conhecimento da filosofia oriental e ocidental.

Um artigo presente no site <www.vegetarianismos.com.br> traz a tradução e adaptação do artigo "Islam and Vegetarianism" da webpage <www.islamveg.com> que conta acerca da relação entre o Islamismo e a prática vegetariana. De acordo com a tradução, os muçulmanos acreditam que o consumo de carne, laticínios e ovos é conflitante com os ensinamentos islâmicos de bondade para com os animais. E não apenas isso, pois as indústrias de exploração animal são responsáveis pela poluição e destruição ambiental, e também contribuem para o aparecimento de diversas doenças fatais nos humanos. No Corão, segundo o artigo, fica claro o respeito pela vida dos animais: "Não existe ser algum que ande sobre a terra, nem ave que voe, que não faça parte de uma nação assim como você. Nada omitimos do Livro, e todos serão congregados ante seu Senhor."(ISLÃ, 2007, p. 01)

Na obra básica sobre a qual se baseiam os princípios doutrinários do Espiritismo, com o título *O livro dos espíritos*, temos o assunto abordado com bastante clareza, nas questões 723 e 724, onde Kardec pergunta e os Espíritos respondem:

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."(KARDEC, 2004, p. 428)

Simonetti (2007), escritor espírita que tem como público alvo o leitor iniciante na Doutrina Espírita, percorre vários estados do Brasil e também outros países com palestras de divulgação doutrinária. Foi por várias gestões presidente do Centro Espírita Amor e Caridade na cidade de Bauru descreve uma entrevista com Chico Xavier, médium brasileiro e grande divulgador do espiritismo no Brasil, onde ele trata do consumo de carne. Era muita gente falando em abstenção de carne, principalmente por parte dos médiuns, quando uma médium incomodava-se porque não dispensava um bife, não tanto pelo prazer, mas por recomendação médica. Ela pergunta: "- Chico, como é que fica esse negócio da carne? Preciso comer, tenho uma deficiência... - Calma, minha filha, eu também saboreio meus bifinhos..." Ainda sobre o assunto Simonetti (2007), comenta as campanhas dentro do movimento

espírita que acreditam que a carne dificulta nossa espiritualização, situando-nos em baixos níveis vibratórios.

André Luiz, um espírito que escrevia através de Chico Xavier, possuía bons conhecimentos científicos e grande capacidade de observação, e relatava suas experiências como desencarnado. Escreveu vários livros espíritas. Entre eles a obra intitulada "Missionários da Luz", onde no Capítulo 4, o personagem Alexandre, instrui sobre o consumo de carne quando diz:

[...] não nos cabe condenar a ninguém. Abandonando as faixas de nosso primitivismo, devemos acordar a própria consciência para a responsabilidade coletiva. A missão do superior é a de amparar o inferior e educá-lo. E os nossos abusos com a Natureza estão cristalizados em todos os países, há muitos séculos. Não podemos renovar os sistemas econômicos dos povos, dum momento para o outro, nem substituir os hábitos arraigados e viciosos de alimentação imprópria, de maneira repentina. Refletem eles, igualmente, nossos erros multimilenários. Mas, na qualidade de filhos endividados para com Deus e a Natureza, devemos prosseguir no trabalho educativo, acordando os companheiros encarnados, mais experientes e esclarecidos, para a nova era em que os homens cultivarão o solo da Terra por amor e utilizar-se-ão dos animais, com espírito de respeito, educação e entendimento. (LUIZ, A. s/d, p. 25)

Na literatura vegetariana também encontramos artigos relacionados a prática de Yoga. Um dos artigos foi escrito por Kupfer (2005), para o periódico trimestral Cadernos de Yoga que segundo ele, o praticante de yoga consciente adota o vegetarianismo como parte do processo de compreensão da realidade da vida e do papel que o homem exerce no planeta. A tradição do yoga hindu ensina que a realização espiritual e a verdadeira felicidade são possíveis somente quando os nossos pensamentos, sentimentos e ações estiverem em harmonia com a ordem universal, chamada dharma. O dharma e a ética ambiental, a saúde e o progresso espiritual são explicitados como algumas razões para o praticante de yoga se tornar vegetariano. Em relação ao primeiro ponto, considera-se comer carne um crime contra a lei universal, pela participação mesmo que indireta em atos de crueldade e violência contra o reino animal e o meio ambiente. A questão da saúde, o segundo ponto, pela clareza de que uma dieta rica em carnes é diretamente responsável por uma interminável série de problemas de saúde. E em relação ao último ponto, o

progresso espiritual, com exceção do budismo, todas as demais tradições ascéticas da Índia são categóricas em relação à dieta vegetariana: hindus, jainistas aderem desde tempos imemoriais ao vegetarianismo como meio para purificarem não apenas seus corpos mas igualmente suas mentes e corações.

Enfim, a pesquisa realizada em 1990 pela Vegetarian Times, sintetiza as principais razões dadas para a adoção do estilo vegetariano: o desejo de eliminar o sofrimento causado aos animais; a busca da saúde, e a preocupação ecológica (BLIX, 1992). De certo modo esta pesquisa, corrobora os dados encontrados na literatura que se acabou de apreciar.

Nessas fontes primárias pudemos perceber, a presença dos argumentos científicos, ambientalistas e religiosos. Essa presença só vem confirmar a hipótese deste estudo de que estes argumentos seriam legitimadores da prática vegetariana.

2.2. Os vegetarianos em Rio Claro

Este sub-capítulo trata da análise dos dados coletados para este estudo. Ele apresenta o perfil sócio-cultural dos participantes obtidos através dos questionários (TABELA I) e posteriormente a articulação do discurso presente nas entrevistas com o quadro teórico.

Foram entrevistadas 16 pessoas de opção alimentar vegetariana, que durante este estudo serão apresentadas por nomes fictícios para não serem identificadas mediante condição presente no termo livre e esclarecido assinado antes da coleta dos dados. Após o décimo sexto participante considerou-se que as entrevistas apresentaram saturação das informações solicitadas com vistas a verificação da hipótese, constituindo-se, portanto, em um *corpus*.

2.2.1 – Quadro sócio-cultural

Com a aplicação do questionário pudemos conhecer de maneira mais ampla os participantes *do corpus* deste estudo, porém esses dados não têm a pretensão de definir quantitativamente o perfil sócio-cultural dos vegetarianos de Rio Claro.

	FAIXA ETÁRIA (anos)	ESTADO CIVIL	ESCOLARIDADE	PROFISSÃO	RENDA FAMILIAR (R\$)	RELIGIÃO*
Helena	30-39	solteira	superior completo	Jornalista	501-1000	filosofia indiana/oriental
Débora	30-39	solteira	pós-graduado	Professor/Consultor Ambiental	2501-3500	Hinduismo/xamanismo
Lúcio	40-49	solteiro	pós-graduado	Professor	3501-5000	sem religião
Célio	50-59	solteiro	2o grau completo	Técnico em biblioteconomia	1501-2501	adventista 7o dia
Maria	40-49	divorciada	2o grau completo	Comerciante	3501-5000	hinduismo
Mônica	acima de 60	viúva	superior completo	Aposentado	1501-2501	-
Selma	40-49	solteira	pós-graduado	Professor universitário	3501-5000	agnóstica
Fabiana	18-29	solteira	superior incompleto	Estudante	3501-5000	não tem
Marco	acima de 60	viúvo	superior incompleto	Comerciante	1501-2500	livre pensador
Iris	18-29	solteira	superior incompleto	Estudante	2501-3500	não tem
Hilda	18-29	solteira	superior incompleto	Estudante	3501-5000	sem ligação com religião específica
João	18-29	solteiro	superior incompleto	Estudante	menos de 500	-
Igor	50-59	solteiro	superior completo	Enfermeiro	2501-3500	espírita-cristão
Erick	acima de 60	casado	pós-graduado	Professor universitário	7001-10000	adventista 7o dia
Diana	18-29	solteira	superior completo	Estudante	501-1000	não tem
Areta	50-59	casada	superior completo	Coordenadora de escola	2501-3500	adventista 7o dia

TABELA 1: Dados sócio-econômicos presentes nos questionários respondidos antes da realização da entrevista
*Foi considerado exatamente o respondido no questionário.

Os entrevistados são estudantes e profissionais diversos que se situam nas camadas médias. A idade da população pesquisada varia dos 18 a mais de 60 anos, de maneira que pôde compreender um amplo espectro, contemplando jovens e adultos com escolaridade entre o nível secundário completo até a pós-graduação. Trata-se, portanto de população instruída.

O dado sócio-cultural mais significativo do questionário foi a religião. Dentre os 16 entrevistados apenas 4 se dizem seguidores de religiões próprias da tradição cultural brasileira, contemplando 3 adventistas do sétimo dia e 1 espírita-cristão. Os demais se consideram sem religião, agnóstico, livre pensador ou não responderam a este item. Pela ausência de compromisso institucional, acreditamos que estes podem se encaixar então, nas várias expressões dos novos movimentos religiosos.

2.2.2 – Entrevistas

A partir das regularidades encontradas nos discursos identificamos duas grandes categorias de análise:

- As legitimações do vegetarianismo (ciência, preocupações ambientalistas e religião)
- A experiência vegetariana (intermitência, preconceito e cuidados com o corpo)

Através dessas duas categorias foi possível identificar a relação homem x natureza presente no discurso vegetariano, que compreende a maneira com ele se posiciona e se relaciona com a fauna, a flora e os outros homens (vegetarianos ou não).

Definida essa relação, pudemos identificar as corporeidades, bem como a noção de pessoa concebida pelo praticante do vegetarianismo.

2.2.2.1 – Legitimações

Os praticantes do vegetarianismo apresentaram três tipos de argumentos como recursos legitimadores à prática vegetariana: científicos relacionados à saúde; religiosos e ambientalistas.

2.2.2.1.1 – Argumentos científicos relacionados à saúde

Durante as entrevistas foram apresentados argumentos científicos legitimadores da prática vegetariana. Estes argumentos podem ser divididos em positivos e negativos, isto é, os que trazem os benefícios da prática para o organismo e os que trazem os malefícios da ingestão de carne.

Nos argumentos que compreendem os pontos positivos, os aspectos fisiológicos são mencionados. Dentre esses são descritos: a melhoria do funcionamento do corpo, do pensamento, do sono, do metabolismo, do trabalho cerebral, da agilidade e do sistema imunológico. A diminuição da incidência de dores de cabeça também esteve presente nos discursos, bem como um outro aspecto positivo que carrega além da saúde um teor estético que é a afirmação de uma entrevistada que acredita que a dieta sem carne a ajudaria a não aparentar a idade.

Outra regularidade foi a menção do processo digestivo mais rápido após a adoção da dieta vegetariana. A explicação dada é a de que tal rapidez existe pois a proteína vegetal é mais fácil de ser digerida e absorvida do que a proteína animal. Essa aceleração traz aos entrevistados alguns benefícios como a disposição e a energia, principalmente logo após as refeições.

Esses dados que compreendem os aspectos fisiológicos confirmam os estudos apresentados por Blix (1992), que demonstram que os vegetarianos possuem mais saúde e até mesmo maior longevidade do que as pessoas que consomem carne, e de Sabaté (2005) e Mangels et al (2003) que verificaram as melhoras fisiológicas provocadas pela dieta vegetariana, como a menor incidência de doenças coronárias, obesidade e câncer. Esta melhora fisiológica é ilustrada por uma das entrevistadas:

Débora: Observei que quando eu tirei os produtos de origem animal, pelo menos assim, peixe, frango e carne de vaca, o meu organismo ficou melhor. Eu durmo melhor, eu penso melhor, a digestão é melhor.

É interessante mencionar que essa melhora é sempre citada através de uma comparação com a época em que comiam carne. Após a mudança na dieta os vegetarianos se sentem mais leves e mais saudáveis. Ela forneceria a proteção para diversas doenças, provocaria a diminuição do uso de remédios e consequentemente

menos complicações para o vegetariano que se sente privilegiado em relação à saúde que desfruta a partir desta condição alimentar.

Marco: Existem alguns vegetarianos que são pelo aspecto religioso, né? Tem uns que são por aspecto mais científico.

Os entrevistados legitimam a prática através do aval científico na contemporaneidade em relação à dieta vegetariana. Afirmam que a ciência da nutrição estaria repensando a pirâmide alimentar, bem como o local onde a carne deveria ser colocada em tal hierarquia, de maneira que esta nova perspectiva em relação ao consumo de proteína animal estaria levando a uma modificação dos conceitos nutricionais e médicos. Os entrevistados alegam então, que não é preciso mais comer carne para ser uma pessoa saudável e que isto seria inquestionável por ter o apoio científico.

Marco: [...] mesmo pelo “trust” científico da teoria científica da nutrição que é, era antigamente baseada no conceito que pra ser saudável você tinha que comer carne, hoje em dia mesmo a teoria científica da nutrição mudou.

Os participantes acreditam que na contemporaneidade a lógica seria inversa, de maneira que quem consome carne ficaria doente ou no mínimo estaria mais propenso a adoecer. Enfim, demonstram uma visão positiva da ciência que é mobilizada para apoiar a prática vegetariana, legitimando o não consumo de carne como um hábito saudável.

Outro dos argumentos científicos apresentados é o de que o homem não possuiria enzimas para metabolizar a carne. A ingestão desse tipo de alimento, então, provocaria a permanência das toxinas e hormônios que, não metabolizados, sobrecarregariam o cérebro, o estômago, o intestino e principalmente o sangue, e como consequência poluiriam o corpo.

Um outro problema levantado são os antibióticos administrados aos animais durante a sua produção. Ingerir a carne contendo essa substância faria com que o organismo do homem fosse prejudicado, de maneira que perderia a eficácia quando da necessidade do seu uso para a cura de determinadas doenças.

Do ponto de vista dos malefícios da ingestão de carne foi mencionada a deficiência que traria ao cérebro e ao pensamento humano, tanto pelas toxinas que apresenta, quanto pela demora na digestão, como já mencionado. A explicação fisiológica seria a de que o sangue que estaria localizado na parte abdominal para auxiliar na digestão demoraria ou cessaria a chegada ao cérebro o que comprometeria o seu uso, e em alguns casos, citados por Adventistas, atrapalharia o contato com Deus.

A carne, devido ao tipo de gordura que possui se apresenta como facilitadora do colesterol e de outras complicações como a pressão alta, a diabetes e a obesidade. Além disso, os participantes afirmam que ela possui nitratos que seriam responsáveis pela incidência de câncer, relação que tratam como provada pela ciência.

Areta: A carne sobrecarrega o cérebro, o estômago, o intestino, a digestão fica mais lenta. O processo intestinal também é mais lento e demorado.

Os entrevistados se preocupam com uma substituição adequada da proteína que não ingerem devido a dieta escolhida. Mencionaram essa adequação na alimentação com o intuito de que não falem as vitaminas necessárias ao organismo saudável. Consideram que essa adequação e em alguns casos específicos o acompanhamento deveria ser feito por um nutricionista qualificado.

Alguns entrevistados trazem relatos de que se consideram saudáveis devido à alimentação que praticam, e que os médicos que freqüentam também atribuem a saúde dos pacientes vegetarianos a este hábito alimentar.

Maria: Primeiro eu tive que ter a compreensão espiritual. Que é a compaixão, a reencarnação, a transmigração de alma, né? [...] Primeiro essa compreensão. Depois eu precisei fazer um estudo com nutricionista, né?

A relação com a ciência, contudo, é contraditória pois, paradoxalmente o próprio conhecimento científico é avaliado negativamente quando não atenderia às expectativas do vegetariano em relação ao consumo de remédios e à consultas médicas. Alegam que a ciência moderna e a biomedicina alicerçam os argumentos dos entrevistados relacionados à saúde para legitimar a prática, mas ao mesmo

tempo não são suficientes para cuidar da saúde do paciente vegetariano que expressa uma noção de saúde mais global, própria da pós modernidade que não envolveria somente a parte física e fisiológica como veremos ao longo deste estudo.

Marco: As pessoas estão partindo para essa opção alternativa, porque elas estão percebendo que as linhas principais de alimentação também mesmo por outros tipos de vida aí de medicina ortodoxa e de medicina alopática não estão satisfazendo mais as necessidades.

Caminhando contra a ciência moderna, citam argumentos relacionados à medicina oriental. Segundo um entrevistado a medicina oriental afirma que não podemos dar toda a proteína para o nosso organismo, sendo ele próprio responsável pela produção de proteínas do corpo, pois acredita que na realidade só teremos vitalidade à medida que o nosso organismo fabrica as proteínas de que ele precisa.

O contraste entre a cosmologia oriental e ocidental se mostra presente também no âmbito da saúde, o que marcaria as diferenças entre a medicina ocidental contemporânea, ou biomedicina, e o holismo e as práticas alternativas vindas em sua maioria do Oriente. Essa nova maneira holística de conceber a saúde conceituada por Nogueira e Camargo (2007) proporcionaria uma consciência ética, mentalidade e forma de viver novas, distantes dos padrões duais, e de oposição homem/natureza, espiritual/físico, corpo/mente. Essa noção global de saúde segundo Teixeira (1996), encorajaria um debate no âmbito das diversas ciências e promoveria atitudes diferentes em relação ao homem, a saúde e a ciência, como se expressa no discurso dos vegetarianos entrevistados.

Na próxima categoria de análise que tratará da experiência vegetariana veremos como eles cuidam da saúde, em relação ao uso de medicamentos e a prática de atividade física, de maneira que ficará mais clara essa concepção global, onde a mente e o corpo estariam em união como mostra os discursos vegetarianos.

2.2.2.1.2 – Argumentos Ambientalistas

Os argumentos ambientalistas presentes nos discursos podem ser divididos em duas vertentes: uma de proteção à natureza e ao planeta e outra que se refere à compaixão que sentem em relação aos animais.

Uma crítica constante que possui relação com o meio ambiente é o desmatamento provocado pela pecuária. Esta devastação pode ser ocasionada tanto pela disponibilização de pastos para a criação do animal, quanto para a produção de soja, que é parte da alimentação destes. Um outro argumento ambiental são os gases (como o metano) emitidos pelo gado que seriam contribuintes para a destruição da camada de ozônio, ou seja, quanto mais gado, maior é o aquecimento global. Consequentemente o consumo de carne, então, segundo os entrevistados, ocasionaria um desequilíbrio ecológico e ambiental como é possível ilustrar com as falas:

Maria: É antiecológico comer carne. Com base agora na ecologia, podemos perceber que o planeta está surtando.

Helena: Olha só que estrago que está fazendo a carne no mundo sabe? Olha o tanto de desmatamento que tem por causa de pastagem, por causa de plantação de soja para alimentar o gado.

Como descrito no quadro teórico a necessidade de preservação da natureza pode ser considerada hoje como algo emergencial e já reconhecido pela sociedade brasileira em geral. Urban (2001) acredita que esse discurso ambiental tem sido bastante usado na contemporaneidade mesmo encontrando interesses contrários próprios de uma sociedade capitalista, como por exemplo a indústria da carne.

A preocupação ambientalista no Brasil ganha na década de 80 a adesão do movimento pacifista como descreve Antuniassi; Magdalena e Giansanti (1989). Esse pacifismo alimenta o sentimento de compaixão, que no caso deste estudo, os vegetarianos sentem em relação aos animais.

Em dois entrevistados a compaixão animal foi provocada pelo contato com o ramo de atividade profissional familiar. Em um dos casos a família do entrevistado possuía um açougue, e devido a esse contato, hoje, ele e todos os irmãos seguem a

opção alimentar vegetariana. No outro caso o avô tinha um matadouro e aos nove anos de idade decidiu parar o consumo após ver a maneira como eram abatidos os animais. Como descreve:

Selma: Eu acabei indo por acaso nas férias na casa do meu avô, na fazenda e vi a forma de matar o boi. Aí eu não consegui mais.

O modo com que os animais são criados, confinados e abatidos para o consumo é considerado cruel pelos entrevistados. Eles acreditam que não se deve e nem existe a necessidade de matar outros seres para a alimentação humana. Para os vegetarianos entrevistados, se alimentar de um animal morto não é considerado algo correto. Acreditam que para terem a consciência tranquila não devem comer nada que venha do sofrimento de animais, de modo que consideramos que essa proteção animal carrega consigo valores morais e éticos. Um entrevistado considera que quando o animal é abatido a energia de medo que o animal retém antes da sua morte ficaria impregnada na carne e passaria para o seu consumidor como descreve:

Igor: Quem já viu como se mata um animal em um matadouro, vai verificar que o processo é bem agressivo. Se você olhar nos olhos do animal, você vai ver os olhos esbugalhados e o olhar de terror. Aquilo tudo demonstra que ele absorveu uma energia de querer se salvar.

Os produtos que para o consumo não dependem da morte do animal como o ovo, o leite e seus derivados são também mencionados. Alguns entrevistados ainda fazem uso deles, mas a maioria o condena e pretende cessá-lo. Esses derivados contribuiriam para o mau trato com o animal e para o crescimento e manutenção da “indústria do sofrimento” no mercado.

É descrito por uma entrevistada, por exemplo, como é produzido o ovo. As galinhas são confinadas de uma maneira que iria contra a própria natureza o que é considerado crueldade. A produção do leite seria muito estressante para as vacas que são ordenhadas várias vezes ao dia. O consumo de mel, que faz um tipo de intervenção no habitat da abelha, foi mencionado também como errado. Enfim,

condenam de maneira geral a interferência do homem no habitat natural dos animais.

Lúcio: Com relação ao uso dos derivados, tipo queijo, coisas que você não precisa matar. Assim como o leite e o ovo, no ponto que a gente está, eu também não comeria, porque ele favorece uma indústria da violência e do mau trato animal. Porque o leite sustenta o mercado da carne.

Os defensores dos animais, que se organizam por uma causa moral, se caracterizam por uma conscientização social pelo tratamento humanitário desses, assim como lembra-nos Thomas (1988). O animal, segundo os entrevistados possui assim como nós, seres humanos, o direito de viver dignamente. Na contemporaneidade estariam sendo tratados de maneira desumana e desrespeitados pelo homem. É interessante destacar que o termo humanitário, que designa especificamente aos homens, é entendido aos animais expressando o respeito que o vegetariano tem para com eles, como um igual.

Além da alimentação, a preocupação com o uso artigos de couro se faz presente. A preocupação com o animal vai além do consumo de alimentos:

Mônica: Do uso do couro, por exemplo. Eu não uso sapato com couro, uso sapato de paninho.

Possuem também uma postura política que inclui por exemplo, não usar produtos testados em animais, e lutar contra qualquer mau trato que venham a sofrer, como as touradas e as práticas educacionais envolvendo a morte e o sofrimento animal, como é o caso da vivissecção.

A defesa aos animais na maioria das entrevistas não diz respeito somente ao consumo de proteínas animais. Os vegetarianos se mostram preocupados com diferentes problemas ambientais, afirmando fazerem o seu papel na conservação do meio ambiente e do planeta. Querem ter a consciência de que estão fazendo a sua parte como caracteriza:

João: Só a questão da consciência, não é? Igual, quando você quer reciclar as coisas, não quer jogar nada no lixo. Quando você joga alguma coisa, um papelzinho,

come um chocolate, bota no lixo, você lembra que poderia levar pra sua casa, pois lá você separa o lixo. Na rua não.

2.2.2.1.3. Argumentos Religiosos

As religiões próprias da tradição cultural brasileira encontradas entre os entrevistados são o Adventismo do Sétimo Dia e o Espiritismo.

Os Adventistas totalizaram 4 participantes que trazem regularidades em suas falas e em vários momentos referem-se aos escritos da visionária Ellen G. White (1946), presentes no livro intitulado: *Conselhos sobre o regime alimentar*, que compila vários escritos da visionária e trata especificamente da questão alimentar. Os adventistas acreditam em uma reforma da saúde que só seria possível com a mudança do hábito alimentício. A saúde e o corpo são muito importantes, de maneira que é preciso estar bem fisicamente para conseguir fazer o bem, e servir a Deus.

A confirmação do preceito de Ellen de que a carne não faz parte do regime que Deus deixou para o homem e seu consumo seria facilitador de doenças, está presente no discurso dos nossos entrevistados adventistas. Retratam o que Schunemann (2005) afirma que, para os adventistas um cérebro enfermo seria um obstáculo para a comunicação das verdades religiosas, sendo a carne possuidora de poderes morais, de maneira que esse regime não foi deixado pelo Criador.

Todos os preceitos de Ellen White se mostram presentes nas declarações dos entrevistados seguidores da religião, como o discurso sobre o regime original já citado anteriormente, a questão da dificuldade de trabalho cerebral quando do consumo de carne e até mesmo a questão da crueldade para com os outros seres e nesse caso para com os animais.

Areta: Então é o que eu já falei para você, olha, quando Deus criou o mundo ele deu as plantas, as ervas, para que o homem se alimentasse dela.

Célio: Então, eu aprendi na minha religião, né? Aprendi na Bíblia que Deus não deixou esse regime pra gente. Que no começo do mundo né, não era assim, então pra gente ter saúde melhor a gente não deve comer carne.

O espiritismo também possui a sua relação com o consumo de carne. O entrevistado espírita afirma que a carne traria consigo energias de matança e de horror, que é passado para o animal na hora de sua morte. Essas energias impregnadas na carne, a tornariam impura e poluiriam o corpo e o sangue. Além disso, o entrevistado espírita considera que o homem já possui um instinto animalesco e violento que seria então facilitado e viria à tona com a presença da energia da carne no organismo.

Na literatura que tratou da questão espírita observou-se duas vertentes, uma que defende a alimentação carnívora (SIMONETTI, 2007), e outra que a condena (LUIZ, s/d). Porém, o nosso entrevistado espírita considera esse consumo como algo negativo, que traria somente malefícios, que não seriam somente espirituais, mas também fisiológicos.

Igor: Nós sabemos que o animal quando ele é massacrado, ele sofre um processo, tipo o ódio do ser humano, é aquela energia que nós já nascemos com ela, assim do medo, ou da defesa, e aquilo fica impregnado na carne e isso provoca realmente situações assim, inusitadas na pessoa.

O dilúvio foi um episódio bíblico que apareceu em várias falas, independente da religião declarada pelo entrevistado. É caracterizado como uma resposta de Deus para limpar os pecados do mundo, uma purificação do mundo. Narram que quando acabou o dilúvio, e as águas baixaram Noé saiu da arca e que não havia mais alimentos vegetais, Deus, nessas condições, teria permitido que o homem comesse carne. A partir de então, como observado nas falas, o homem teria se viciado neste alimento.

Foi possível perceber a utilização de passagens bíblicas pelos entrevistados para alicerçar argumentos religiosos usados na legitimação da prática vegetariana. Dentre as citações estão partes do livro do Levítico e o Gênesis, que tratam das questões alimentares. A interpretação bíblica dos entrevistados se assimila com o que acreditam e descrevem Bontempo (2006) e Greif (2005).

Erick: Isso aí então tá tudo especificado no livro de Levítico, cap. 11. Então a gente segue o que está preconizado na Bíblia. Porque é o seguinte se você ler o livro de

Gênesis, no primeiro capítulo, vai estar especificado qual o melhor alimento do homem e ali não havia nada que envolvesse o alimento carne.

A argumentação religiosa também está presente na compaixão que os vegetarianos sentem pelos animais. Os discursos apresentam essa compaixão que parece provocar uma espécie de elevação espiritual. Como foi tão bem explicitado por Comte-Sponville (1999) a compaixão diz respeito a tudo o que sofre: inclusive com os animais, o que a tornaria a mais universal de nossas virtudes. Através deste ato os entrevistados se consideram evoluídos e com facilidade de transcendência e de evolução.

João: Você quer dormir tranqüilo, sabendo que não ta machucando ninguém, não está fazendo o mal para ninguém.

Como pudemos observar nos discursos a alimentação e a religião se mostram muito próximas, fato que expressaria a mediação da primeira para promover uma condição mais consciente e espiritualizada do vegetariano.

O jejum e a abstinência do alimento, que de qualquer forma tenha relação com o prazer alimentar também apresenta alusão à religiosidade. Com isso remetemos à questão do sacrifício, de maneira que este levaria a algum tipo de salvação ou de santificação. Seria, portanto, consequência da abstinência de carne, uma transcendentalização, ou seja, uma elevação espiritual e moral como descrita:

Mônica: A pessoa fica assim, vamos dizer, até com a compreensão da natureza, a compreensão de Deus, parece que é mais perto do real. Pelo menos os vegetarianos que eu conheço, tem um nível psicológico e espiritual mais elevado do que um carnívoro.

O Budismo foi outra religião citada. Uma entrevistada se utiliza de seus princípios para justificar os motivos de preocupação com os animais, e a não-violência com qualquer ser (A *ahimsa*, descrita por Van, 2005).

A concepção budista explicita as relações entre o consumo de animais e o budismo, onde o animal não deve ser morto para o consumo. Um outro aspecto levantado diz respeito a reencarnação. O budista acredita que poderia ter sido um

animal em outra vida, ou ser um animal numa próxima vida. Esse conceito faz com que tenha respeito pelo animal que pode, por exemplo, ser um ente familiar que reencarnou como animal. (OSHO, 2006)

Helena: Fiz um contato com o Budismo que fez com que eu me decidisse assim, a parar de comer carne. Eu trabalhava com mergulho e comia peixe. E aí pensava assim: mergulho com os bichinhos ali, depois eu saio da água e ponho eles no meu prato.

Como já mencionado na análise dos dados sócio-econômicos a grande maioria dos entrevistados não se incluiu em uma religião. A maioria considera-se sem religião, agnóstico, livre pensador ou não preencheram este item do questionário. Tal indefinição parece indicar que seriam seguidores dos novos movimentos religiosos. As alegações contidas nos discursos parecem confirmar que o vegetariano se encontra dentro do processo conhecido como orientalização do universo religioso do ocidente, tão bem descrito por Campbell (1997); Oliveira (2000) e Carozzi (1999).

As características desses novos movimentos religiosos se encaixam no discurso vegetariano. O *revival* pela ética e as experimentações individuais descritas por Soares (1994); a alimentação naturalista citada por Guerreiro (2007); bem como a alimentação vegetariana como um sinal de modificação do movimento Nova Era (MALUF, 2005) estão presentes nas falas.

Lúcio: Agora se você for pra Índia, até você vai ver que existem filosofias que, todas as filosofias que surgiram na Índia, né? Sustentam o vegetarianismo, como, como filosofia espiritual né? De cuidar de corpo e mente, de uma forma unificada.

Durante uma das entrevistas um dos participantes me indicou uma revista sobre vida natural, que continha uma matéria denominada *5 ótimas razões para aderir ao vegetarianismo*. Essas razões, citadas a seguir, assim como o discurso presente nas entrevistas ilustra de uma só vez os argumentos científicos, religiosos e ambientalistas legitimadores do vegetarianismo. São elas:

1.Nutrientes vegetais são mais saudáveis, 2.A matança de animais é inaceitável, 3.O corpo humano digere melhor os vegetais, 4.O espírito precisa se purificar, 5.A floresta está virando bife.(ESTILO NATURAL, 2004,p. 36-41)

2.2.2.2. Experiência vegetariana

A experiência vegetariana, ou seja, a adesão à prática alimentar vegetariana, traz consigo a intermitência desta prática bem como o preconceito sofrido pelo praticante. A maneira como os vegetarianos cuidam do corpo, em relação ao uso de medicamentos e a prática de atividade física também fazem parte da experiência vivida pelo vegetariano.

2.2.2.2.1. O vegetarianismo, a intermitência e o preconceito: ser vegetariano em uma cultura carnívora

O discurso presente nas entrevistas demonstrou que a prática vegetariana carrega consigo uma intermitência que pôde ser notada em todas as entrevistas. O ser humano devido ao estatuto de onívoro pode fazer escolhas e decidir o que vai comer. Essas escolhas então seriam determinantes de grupos sociais e estariam situadas, como já discutido, entre o natural e o cultural.

Esta intermitência ocorre de dois modos: ser ou não vegetariano ou pela transição entre as diversas maneiras de adoção do vegetarianismo. Muitas vezes o vegetariano tenta se abster de todos os tipos de alimento de origem animal, porém à medida que retiram os alimentos (como o leite, seus derivados e ovos) as barreiras culturais e até mesmo fisiológica vão aumentando.

O vegetariano precisa ceder, seja à cultura, ao paladar, à falta de opção, ao mercado ou à pressão familiar, necessitando fazer negociações, consigo mesmo e com a cultura onde está inserido. A expressão “fases” foi utilizada várias vezes, fazendo crer que o vegetariano não se encontra, na maioria das vezes, em uma condição definitiva de alimentação, e sim em uma fase que tende a se modificar para o radicalismo ou para um afrouxamento da opção alimentar. É interessante compreender que a opção não seria algo definitivo, mas uma situação que poderá

ser modificada, com ressalvas e justificativas para qualquer migração. Essa intermitência se mostra nas falas:

Débora: Mas é uma coisa assim, eu não me forço. Até eu não uso muito o rótulo né? Sou vegetariana, eu digo, estou vegetariana, estou e isso pode mudar a qualquer momento.

João: Eu já fiquei quase um ano sem comer leite nem ovos. Acabo sempre voltando, parando, voltando.

Porém, como foi possível perceber nas entrevistas sempre que existe este “deslize” ele vem acompanhado de negociações e considerações que justificam o consumo de determinados alimentos. São nômades em diferentes regimes alimentares.

Íris: As vezes que eu comi, foram, por exemplo, eventos que eu fiquei com vontade porque não tinha outra opção. E falei, ah não vou me privar, nunca acontece.

Em algumas entrevistas foi possível perceber a questão do paladar e do gosto do alimento. Esse ponto pode ser um dos motivos para que a intermitência aconteça, além disso, seria forte influência para que a prática vegetariana não tenha novos adeptos.

Remetemos a Gonçalves (2004) que afirma que o paladar desempenharia uma função dominante e acredita que a cultura e as relações sociais definem a natureza humana, e não as necessidades biológicas e fisiológicas. O paladar como uma junção entre o natural e o cultural, seria então um determinante para a escolha alimentar.

A carne apareceu também nos discursos como vício e como tentação. O homem teria se viciado na carne após ter sido permitido o seu consumo. Esse vício deveria também a questão do paladar e nesse caso passa a ter um aspecto religioso ligado a contenção do prazer, como descreve:

Célio: Exatamente a falta de informação, e também porque, vamos concordar comigo, é gostosa a carne né? É uma boa mistura, então a pessoa aliada ao fato de não ter conhecimento do mal que ela causa né, a pessoa vicia, né.

A meta principal do vegetariano, na maioria das vezes, é se tornar um vegan. Condição esta que não permite o consumo de nenhum tipo de proteína animal, inclusive de derivados e que, além disso, exige uma postura ética e política em relação ao uso dos animais.

Lúcio: Hoje eu me considero um vegan, né? Pelo que eu tenho conseguido fazer na minha alimentação, não tenho dado nenhuma bola fora.

Ser vegetariano em uma sociedade carnívora parece ser uma das grandes barreiras para que a prática se consolide. Arriscamos chamá-los de “resistentes”. Nas entrevistas percebemos alguns relatos que denunciam o preconceito que sofrem com a prática e os seus adeptos, o que pode influenciar também a intermitência.

No site sobre vegetarianismo < www.vegetarianismos.com.br > deparamo-nos com uma crônica que tinha como título: *A quase vegetariana*. Ela ilustra muito bem a questão da intermitência, quando conta a história de uma moça que decide se tornar vegetariana, bem como os impasses que ela enfrentou para manter essa condição. Tal história fala exatamente da luta contra uma sociedade carnívora, que nesse caso acabou vencendo a condição vegetariana da moça. Ao final da crônica temos o resultado desta “batalha”:

Percebeu que ser vegetariana, num mundo assim, é muito mais difícil do que parece ser.

Finalmente, constatou que, diante da quase impossibilidade que seria boicotar tudo aquilo.

Assim ela decidiu assumir sua triste condição de quase vegetariana. (CELLA, 2005, p. 3)

A escolha do alimento, devido ao estatuto de onívoro do homem satisfaz não só o corpo, mas a sociedade em que se vive. Como caracterizam Poulain e Proença (2003a) e Bleil (1998) quando lembram que a escolha do alimento revela muitas

vezes a que grupo se deseja pertencer, bem como este estatuto seria uma das condicionantes à que a alimentação humana é submetida.

Ao lado da denúncia do preconceito, os vegetarianos relatam também uma mudança positiva na maneira como são vistos hoje pela sociedade, que é atribuída à relação que se faz do vegetariano, atualmente, com a saúde e com o bem que proporcionam para os animais e para o planeta.

João: A minha família criticava demais, falava que eu era louco. E eu não sabia explicar direito né. Eu só tinha uma sensação de que não, não quero comer esse animal morto.

Alguns entrevistados que são vegetarianos há mais de dez anos percebem esta mudança, pois antes eram considerados como exceções radicais, hoje são exceções boas.

Fabiana: Eu acho assim, que o meu convívio mesmo com gente que come carne ficou melhor hoje do que era antes, por causa desse negócio que as pessoas hoje associam com saúde, e antes era, sei lá o que era, era uma coisa meio a parte. Comentam: Ah é, que bom que você é, que ótimo.

A diminuição do preconceito, bem como a legitimação científica e ambiental podem também estar relacionadas à questão de mercado. De maneira que o capitalismo tem sensibilidade para criar determinados produtos não apenas para suprir o mercado mas também para criar e incentivar novas práticas ou práticas emergentes.

Fabiana: Quando eu virei vegetariana não existia nada dessas coisas que existem hoje, que a gente come hoje. Hoje a gente acha hambúrguer congelado, nuggets essas coisas tudo de soja, salsicha. Antes não tinha absolutamente nada. Hoje eu tenho muito mais opção do que eu tinha antes.

Através de um modismo, da mídia, da coerção política ou como já foi dito pela associação com os cuidados do meio-ambiente e pela relação com a saúde as

peças estão aprendendo respeitar a opção alimentar do vegetariano. Porém, em alguns outros depoimentos o preconceito ainda permanece.

O churrasco, tradicional do brasileiro, esteve presente em várias falas. Afirmam que quando vão a esses eventos levam a sua própria comida, porém são alvos de brincadeiras como alface na churrasqueira e vaso de violeta na bandeja, ilustrados na seguinte fala:

Selma: Tem sempre umas brincadeiras tolas né? Dos carnívoros , né? Os trogos⁴, que a gente fala. E eu vou ao churrasco dos trogos numa boa. Mas eu acho que ainda rola um preconceito.

Confessam que são até confundidos com terroristas, talvez pela aproximação que a prática tem com um oriente imaginário e pelo radicalismo com que são vistos por algumas pessoas. Como explica:

Lúcio: E inclusive a última moda tentar ligar o vegetariano aos terroristas, eu acho que deve estar ligado a alguma imagem, né, porque na Índia não se come à carne, a carne é sagrada, talvez aí ligar ao Oriente Médio. Os vegetarianos estão defendendo o animal, fazendo várias manifestações e então ligam isso ao terrorismo. É uma forma de você mais ainda discriminar.

À medida que o vegetariano propõe uma outra relação com a natureza, eles estão na verdade propondo uma outra cultura, o que vai de encontro com os valores que são considerados como corretos e naturais pela tradição ocidental.

2.2.2.2. Os cuidados com o corpo

A maneira com que os vegetarianos cuidam do corpo também faz parte da experiência vegetariana.

A maioria dos entrevistados cuida da saúde de uma maneira que denominaremos *naturalista-holista*, pois se encaixariam em um grupo que caminha contra a biomedicina. A prática de atividade física é feita com objetivo na saúde e na

⁴ Trogo – Gíria para troglodita.

espiritualização, e se apresenta por meio de atividades consideradas alternativas. A noção de pessoa e de corpo parece caminhar para o holístico, concebendo uma inter-relação entre as partes e o todo. O que fica claro nas falas:

Hilda: Eu não tomo remédio alopático.[...] A gente sempre curou com chá, sabe? Mel com própolis pra tudo assim.

Lúcio: Remédio nenhum, nenhum remédio químico, nada, reduzido a artificial, é, eu procuro as ervas. Eu procuro fazer um trabalho primeiro com as plantas , eu faço sessões de acupuntura, massagens, alternativas.

A maioria dos entrevistados prefere recorrer às práticas naturais para cuidar da saúde, como o uso da homeopatia, florais, garrafadas, ervas medicinais, massagem, reiki, chás, entre outros. Essas práticas alternativas, que buscam uma aproximação com o oriente propõem uma visão unitária que integre corpo e mente, homem e natureza, que é denominada de holismo (ALBUQUERQUE, 1999). Assim como Teixeira (1996) explica, o holismo e a saúde provocam uma aproximação com as abordagens não ortodoxas da saúde.

Débora: Cuido da minha saúde com florais. [...] E às vezes fitoterapia, né? Tomo um chá, uma garrafada, algum produto para passar na pele.

Dentre as atividades físicas citadas podemos ressaltar a presença da prática de yoga como uma regularidade. A relação que esta prática tem com a alimentação, além de ser encontrada nas falas foi descrita por Kupfer (2005).

Mônica: Da yoga não só saúde né, é uma prática espiritual também, mental e espiritual também. E também ajuda na compreensão espiritual.

O motivo da prática da atividade física mescla saúde, bem estar e espiritualidade em alguns casos. Só dois entrevistados citam a estética como um complemento dos motivos que levam a prática.

Diana: É diferente né, o yoga não é só para, não é estética né. Assim também auxilia né. Mas não é o foco. Mas a academia eu gosto, assim, pra estética.

O conceito de saúde que possuem, bem como a noção de pessoa, caminham para uma união de todas as coisas, sempre com o objetivo de alcançar o equilíbrio e a harmonia. Podemos encaixar aqui a saúde como uma mandala totalizante tão bem expressa por Filho (2000), e também as concepções de saúde de Raine e Paquette (2004); Palma (2000) e Acharam (2001) onde envolve muito mais do que o físico e não é considerada só como a ausência de doença.

Podemos dizer que o conceito de saúde e as práticas médicas antes alicerçadas pela ciência e pelo conhecimento institucional, na pós-modernidade recebem novos aliados como, as práticas alternativas, religiosas e naturalistas.

O uso da bicicleta como atividade física apareceu, e também foi citada duas vezes como uma maneira de não se usar o carro e, conseqüentemente, não poluir o meio ambiente, o que remete a responsabilidade que o vegetariano apresenta em relação ao planeta. Como conta:

Helena: Então, o lance da bicicleta, eu acho o máximo assim, porque você une tudo assim, você une o útil ao agradável. Você não polui, e você tipo, se exercita.

Porém, dois entrevistados utilizam a medicina tradicional porém se justificam, como percebemos na seguinte fala:

Igor: Eu não me adaptei a homeopatia, porque eu sou imediatista em termos de saúde. [...] eu tenho uma vida muito ativa, e qualquer gripezinha me derruba 15 dias então eu ataco logo na alopatria, resolvo logo e já parto pra briga de novo.

Compreender aspectos tão amplos como o conceito de saúde, utilizando somente os aspectos biológicos e genéticos talvez seja uma maneira redutora e ainda moderna de entendimento. A pós-modernidade trouxe consigo modos de conhecer o ser humano mais totalizantes como já é possível observar nas mudanças das concepções de saúde presentes nos discursos.

CAPÍTULO 3: CONCEPÇÕES DE CORPO E NATUREZA ENTRE OS VEGETARIANOS

As relações dos homens com a natureza são definidas historicamente e se expressam nos modos de conhecer e explicar a realidade. Da relação que o vegetariano tem com a natureza deriva sua concepção de corpo (corporeidades).

O vegetariano se coloca como próximo em relação à flora e a fauna, respeitando-a e também atuando em prol de sua preservação. A abstenção de carne objetiva acabar com o desmatamento que este consumo provoca. Além disso, também acreditam no poder curativo das plantas e recorrem aos chás, garrafadas e florais para cuidarem da saúde. Nas entrevistas demonstram respeito ao meio ambiente como um todo e não só em relação ao animal e a sua morte.

Nessa relação com animais o vegetariano se considera algumas vezes como igual. São seres que merecem respeito e devem ser tratados de maneira *humana*.

Mônica: Os frangos hoje completamente confinados e dentro de jaulas com gradinha que nunca viram o chão.[...] A natureza não fez eles assim, isso é contra a natureza. Se é uma caça, de dizer vai numa selva porque tem necessidade de se alimentar, mata o bichinho pra comer. Isso é próprio da natureza.

Em relação aos outros homens se mostram preocupados com os que passam fome, utilizando o argumento de que o não consumo de carne acabaria com a fome do mundo.

Mônica: Pra você poder conseguir um bife destes de pouca gramas de bichinho você alimentaria 40 famílias. Você entendeu a proporção absurda? Com isso acabaria a fome do mundo! Isso me dá até revolta de pensar.

Outro argumento é que o não consumo de carne melhorou suas relações interpessoais. Ao adotarem a alimentação vegetariana se tornaram mais pacíficos, não praticando violência com os animais e com as outras pessoas, ou seja, respeitam o outro a partir do respeito que possuem ao meio ambiente. O desrespeito atribuído a carne pode ser observado na fala:

Maria: E depois o homem viciou na carne isso foi um grande atraso espiritual pra humanidade, né? Tornou-se voraz, agressivo e voltou a ser mais animalesco né? Agressividade com o próprio e com a natureza né? Acabou o respeito.

A relação com os carnívoros aparece de duas maneiras, em uma o vegetariano respeita o carnívoro e até entende os motivos que o fazem comer carne. Em outra, o consideram como uma pessoa sem força de vontade, egocêntrico, terreno e agressivo, como compara:

Helena: Porque eu acho que continuar a comer carne é só uma fraqueza entendeu? De vontade, porque eu fumava cigarro, e aí é aquela mesma coisa, a sensação que eu tenho, sabe, ah... eu não consigo, porque é uma fraqueza que você tem, de tipo, não conseguir parar. Mas se você tiver força de vontade você consegue.

Uma entrevistada apresenta uma postura diferente em relação ao vegetarianismo e considera que a alimentação escolhida não possui relação com ética e moral e sim com o que cada escolha faz bem para cada um, individualmente e relacionada a saúde, como ela menciona:

Selma: Posso ser vegetariano e ser um péssimo indivíduo né? Só ligar pra qualidade da minha vida e não ligar pra qualidade de vida do outro. Eu posso ser um carnívoro e ser uma pessoa super ligada, né, que olhe o outro, que respeita o outro.

Os vegetarianos confessam que preferem ter amigos vegetarianos ao invés de amigos carnívoros, pois se entendem, fazem programas parecidos, e possuem uma concepção igual do mundo. O que passa também pela questão do preconceito comentada anteriormente e como explica:

Lúcio: O vegetariano ele acaba procurando outro vegetariano porque ele não consegue mais conviver, entendeu? Ele passa a fazer grupos de vegetarianos.

O praticante do vegetarianismo concebe o planeta dentro de uma perspectiva global, onde todas as coisas estariam interligadas, fauna, flora, seres humanos, todos juntos em equilíbrio: energético e ecológico, onde todos os seres são interdependentes. O vegetariano respeita a flora, a fauna, os outros seres humanos a partir do respeito que tem com o seu próprio corpo.

3.1 Corporeidades dos vegetarianos

O corpo do vegetariano é objeto de respeito, cuidando para que seja saudável - um corpo forte, livre de doenças, purificado - é o seu melhor amigo. O corpo é considerado como o templo do Espírito Santo, o que expressa também um compromisso religioso. Como caracterizam:

Débora: Ta,[usar] alopáticos é muito difícil, muito difícil,[pois] meu corpo é muito forte, muito forte.

Sérgio: Sempre trabalhei bastante, e nunca mais fiquei doente, né, então tem uma influência, né.

A doença, quando aparece nas falas, é sempre relacionada aos aspectos fisiológicos, já a saúde e a qualidade de vida não. A saúde tem o seu conceito mais amplo onde o fisiológico, o intelectual, o espiritual e a relação com a natureza são determinantes. A doença é a ausência de saúde, mas o inverso não é recíproco, sendo a saúde muito mais do que a ausência de doença.

Ao mesmo tempo em que esse corpo é fisiologicamente saudável, ele é transcendente, ele é mais leve, mais puro e mais energético.

Maria: Então você cuida mais da água, da terra, das plantas, dos animais. Você entende a escala evolutiva. Então, você vai, fica mais fácil de você, transcender.

Tanto na alimentação quanto na atividade física os cuidados com o corpo repercutem na alma e no espírito. O comentário de corpo e mente ou espírito unificados foi um argumento que apareceu com bastante regularidade:

Diana: Ah, tem muitas vantagens, se sente mais leve, mais leve seria a palavra. De corpo e alma mesmo né.

A definição da noção de pessoa, apresentada pelos vegetarianos envolve a sua noção de corporeidade somada à sua posição na natureza. Os vegetarianos se concebem como uma unidade, integrada ao planeta. Ele cuida do corpo, da alma e do ambiente:

Lúcio: De cuidar de corpo e mente, de uma forma unificada, como as filosofias ocidentais também no final, depois de toda a razão humana chegaram, né, de que é preciso cuidar não só do corpo, ou da mente, e sim dessa unificação, do corpo, mente e espírito, porque nós somos ordens separadas e juntas ao mesmo tempo. Então, não adianta você tentar cuidar de uma ou de outra, então os alimentos estão ligados a uma consciência do que você come, né, e de qual o mal que você vai fazer para a outra espécie, né, eu acho que isso é muito importante você vê que é, não é todas as pessoas.

O corpo do vegetariano muitas vezes também aparece como purificado. Concebem-se dessa maneira pela não ingestão do animal, que seria um alimento impuro e carregado de energias ruins. Não ter esse alimento dentro de si, ou seja, não incorporando a carne, o vegetariano estaria isento de impurezas, como explicam:

Helena: E, e o que eu acredito assim, é que quando você faz uma dieta vegetariana, assim, você tá como que purificando o seu corpo, assim sabe? Tanto de toxina e tal,

de hormônio, essas coisas que tem na carne né? Quanto das energias que estão associadas a todo esse processo industrial de matança.

Mônica: Passei muito mal o dia que eu tive consciência. Passei mal eu vomitava sem parar, intestino, tudo. Parece que eu tava pondo pra fora tudo aquilo que eu tinha comido o resto da minha vida, até aquele tempo. Como se estivesse limpando.

A corporeidade que a cultura alternativa propicia e que os vegetarianos concebem combina múltiplas versões. Como descreve Albuquerque (2001b), elas são laicas e religiosas, científicas e prosaicas, ocidentais e orientais, e procuram construir uma integração do corpo em comunhão com a mente e com o meio ambiente.

Enfim, a noção de pessoa que o vegetariano possui pode ser resumida na tríade corpo, espírito e natureza. Corpo saudável, coração em paz, espírito em harmonia e integrado ao meio ambiente. Segundo Soares (1994) através deste ideal a maior parte dos envolvidos com o movimento alternativo certamente se reconhece. Além da tríade chama atenção para as díades (saúde-doença, equilíbrio-desequilíbrio, respeito-violência, restauração-devastação, reconciliação-ruptura, puro-poluído, mistério-ciência) que puderam ser percebidas também nas falas analisadas:

Lúcio: Então se você simplesmente virar vegetariano por causa da sua saúde, você esta isolado também [...] você tem que pensar antes também no mundo todo, no equilíbrio ambiental. É esse equilíbrio que a gente não consegue. É, eu acho que esse equilíbrio, é que o ser humano esta tão necessitado e ausente no ser humano, e ai, advém todas as enfermidades da sociedade seja elas, físicas ou de violência.

Marco: Eu gostaria que as pessoas partissem como uma linha de mudança mesmo. Porque tem muitas filosofias ai, umas religiosas, outras não que acham que a humanidade esta mudando para uma linha de mundo novo de uma outra era né? Então somente através da conscientização das pessoas é que você vai entrar nessa era nova, senão a humanidade pode também ir para um outro lado, que é um lado de destruição né? Lado doença, da guerra nuclear, o lado da... Então a humanidade ta indo numa direção ai que ela pode mudar. Isso é uma escolha de mudança. Nós

estamos mudando para era de Aquário né? Saímos de uma era mais escura para uma era mais clara. Então é importante essas pessoas se conscientizar dessa mudança para ver esse mundo novo né? Dizem que vai surgir né? Depende da consciência de cada um né?

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os argumentos científicos, religiosos e ambientalistas encontrados nas fontes primárias confirmam a hipótese deste estudo, pois definem os objetivos, representações do corpo e a posição do homem na natureza entre os vegetarianos. Utilizando-se dos argumentos para legitimação da prática vegetariana, os entrevistados demonstram suas corporeidades e a noção de pessoa que possuem através da relação que produzem com a natureza.

Com os movimentos sociais dos anos 60, do século XX, que atingiram vários setores da cultura e do comportamento no ocidente os corpos passam a ser corporeidades (ALBUQUERQUE, 2001b). Esse processo trouxe grande contribuição às áreas de conhecimento que lidam com os aspectos biológicos dos seres humanos, como é o caso da Educação Física. O corpo como objeto das Ciências Sociais agora no início do século XXI se mostra presente em suas diferentes leituras, como na comparação entre gênero, classes sociais, etc.

Dentre as várias maneiras de estudar o corpo as relações entre ele e as práticas alimentares é um campo emergente. Quando os estudos sobre o corpo trazem a questão alimentar, estes dizem respeito à questão estética e de culto ao corpo, como a obesidade e a anorexia. Estes temas são abordados do ponto de vista biológico e cultural.

Estudos como este, sobre a relação entre as práticas alimentares e as corporeidades, podem servir de incentivo para muitos outros que tratem desta relação no campo da Educação Física. Embora esta pesquisa tenha a pretensão de trilhar novos espaços dentro da Educação Física e da construção das corporeidades, ela é apenas um estudo introdutório. Essas corporeidades

comportam os regimes alimentares, como uma escolha cultural que nesta dissertação tratou da prática vegetariana em Rio Claro.

A experiência vegetariana envolve viver com saúde, com consciência, respeitando aos outros seres, se aproximando de Deus (seja lá qual for a sua leitura) e ainda lidando com o preconceito em uma sociedade carnívora. Consideramos que ser vegetariano é uma condição diferente de vida e não só de alimentação.

Quando a prática do vegetarianismo não diz respeito a obrigações religiosas como foi o caso dos Adventistas do Sétimo Dia e do Espírita-cristão, ela parece caracterizar, como já foi mencionado, a emergência de participantes dos novos movimentos religiosos. Isto pode ser percebido em diversos tópicos da pesquisa. A concepção de saúde que o vegetariano tem é global, é integradora, como já foi explicitado na análise dos dados, pois as práticas de saúde vão contra a perspectiva da medicina tradicional, pois buscam conhecimentos vindos do oriente, ou práticas que remetem a aproximação com a natureza. A atividade física dos vegetarianos também pode ser caracterizada como alternativa, como o yoga e o tai-chi, que são práticas orientais.

A aproximação que têm com a natureza, com os animais e a maneira com que se vêem em relação à responsabilidade de preservação ambiental também seria uma característica desses novos movimentos religiosos. O pacifismo, a compaixão e a questão ética e de consciência tranqüila estão presentes no discurso vegetariano.

Todas essas práticas alternativas e sensações em relação à natureza parecem indicar características dos novos movimentos religiosos, qualquer que seja o nome que possuam: Orientalização do Ocidente, Nova Era, Nova Consciência Religiosa. Talvez pela miscelânea de idéias que o vegetarianismo possui, característica também do holismo e da pós-modernidade, usarei o termo tão bem colocado por Champion (2001) de *nebulosa mística esotérica*, caracterizada como a experiência onde todos são verdadeiros quando ultrapassam suas formas exteriores, esclerosadas, sociais; os praticantes são animados por um projeto de transformação pessoal mediante técnicas psico-corporais (no caso a interdição alimentar e as práticas médicas e de atividade física alternativas); e a última característica é a adoção de uma concepção monista de toda a realidade, ou seja, recusam o postulado dualista das religiões, a separação entre o humano e o divino, a separação do mundo natural e sobrenatural. Essas características parecem resumir o estilo de vida vegetariano.

Quando comecei a estudar o vegetarianismo me deparei com algo novo, nunca fui vegetariana e não conhecia muito sobre a prática. A primeira aproximação que tive foi por meio da internet. Até hoje faço parte de dois grupos de e-mail de discussão vegetariano. A partir das conversas, dos artigos recebidos, de matérias jornalísticas comentadas e de alguns vídeos, que confesso não ter conseguido assistir pela crueldade explícita, fui me aproximando desse universo tão bonito e cheio de ideais que é o vegetariano.

A minha experiência de coleta foi muito agradável, fui sempre bem recebida e sentia também por parte deles muito interesse e respeito pelo meu trabalho. Tomei suco natural durante algumas entrevistas, levei para casa algumas das fontes primárias escritas, aprendi até a fazer uma espiral de ervas durante um encontro.

A alimentação em minha vida passou de natural a cultural, passei a prestar atenção em cada gesto à mesa, aos tipos de alimentos que existem no supermercado, aos animais que existiam para consumo. Mas com certeza a mudança maior ocorreu no meu prato.

Quando comecei a coleta dos dados e a participação no grupo de e-mail, a minha sensibilidade em relação aos animais e ao alimento originado destes mudou. Na hora de cozinhar, sentia nojo da carne. Quando ia a restaurantes, por exemplo, fazia opções por alimentos de origem vegetal. A minha consciência passou a pesar quando comia os animais.

Mas, uma hora isso mudou, e foi exatamente quando comecei a analisar os dados e me aprofundar, cada vez mais, no referencial teórico. O que aconteceu realmente foi que eu relativizei. Comecei a olhar o vegetarianismo e essa compaixão como algo cultural. Talvez me falte o religioso como argumento fortalecedor. Enfim, as fontes primárias me conduziram para a prática vegetariana, enquanto que as fontes secundárias provocaram a relativização da minha sensibilidade.

Mais estudos sobre as práticas alimentares, não só relacionadas ao corpo, devem ser estimuladas. Espero nesta dissertação ter conseguido passar um pouco desse universo tão peculiar que é o vegetariano.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Fontes Secundárias

ACHARAM, M, Y. A ciência da saúde. In: **Naturalismo ao alcance de todos: dieta e cura pela natureza**. São Paulo: Li-bra, 1984. 2 v.

ALBUQUERQUE, L.M.B. Corpo civilizado, corpo reencantado: o moderno e o alternativo nas representações do corpo. **Motriz**, Rio Claro, v. 5, n. 7, p. 7-8, 1999.

_____. A resignificação da natureza: coisas da história e da cultura. **I EPEA - I Encontro em pesquisa em Educação Ambiental: tendências e perspectivas**. UNESP, USP, UFScar, Rio Claro, 29 a 31 julho de 2001a.

_____. As invenções do corpo: modernidade e contramodernidade. **Motriz**, Rio Claro, v. 7, n. 1, p. 33-39, 2001b.

_____. As vias religiosas do ambientalismo. **III EPEA - III Encontro de Pesquisa em Educação Ambiental**. USP, UFScar, UNESP. Ribeirão Preto, 10 a 13 de julho de 2005.

_____. A idéia de natureza na Ciência Pós Moderna. In: JACOBI, P. e FERREIRA, L. C. (Org). **Diálogos em Ambiente e sociedade no Brasil**. São Paulo: ANPPAS, Annablume, 2006.

ANDRÉ, M. E. D. A. A abordagem qualitativa de pesquisa. In: _____ **A Etnografia da prática escolar**. Campinas: Papirus, 1995.

ANTUNIASSI, M. H. R., MAGDALENA, C. , GIANANTI, R. **O movimento ambientalista em São Paulo** : análise sociológica de um movimento social urbano. São Paulo: Textos - CERU, 1989.

BAUER, M. W.; AARTS, B. A construção do corpus: um princípio para a coleta de dados qualitativos. In: BAUER, M. GASKELL, G. (Org.). **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som**. Petrópolis: Vozes; 2002.

BEIG, B. B. Religião e Ciência entre vegetarianos. In: CONGRESSO LATINOAMERICANO SOBRE RELIGIÓN E ETNICIDAD, 11, São Bernardo do Campo. **Mundos religiosos: identidades y convergências. Anais...** São Bernardo do Campo: Asociación latinoamericana para el estudio de las religiones. As impressões, v. 2., 2006. 1 CD-ROM.

BEIG, B. B.; ALBUQUERQUE, L. M. B. A. Condicionantes sociais de corporeidades femininas. In: LUCENA, C. T.; GUSMÃO, N. M. M. (Org) **Discutindo identidades**. São Paulo: Humanitas/CERU, 2006. 278 p.

BERGER, P. **Perspectivas sociológicas**. São Paulo: Círculo do Livro, 1976.

BERNARDO, T. Técnicas qualitativas na pesquisa da religião. In: SOUZA, B. M.; GOUVEIA, E. H.; JARDILINO, J. R. L. (Org). **Sociologia da religião no Brasil: revisitando metodologias, classificações e técnicas de pesquisa**. São Paulo: PUC/SP, p. 137-142, 1998.

BICUDO, M. A. V. Pesquisa Qualitativa e Pesquisa Qualitativa Segundo a Abordagem Fenomenológica. In: BORBA, M. C.; ARAÚJO, J. L. (Org.) **Pesquisa Qualitativa em Educação Matemática**. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.

BLEIL, S. I. O Padrão Alimentar Ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Cadernos de Debate**: UNICAMP, v.6, 1998.

BOLTANSKI, L. **As classes sociais e o corpo**. Rio de Janeiro: Graal, 1989.

BOURDIEU, P. Como é possível ser esportivo? In: **Questões de Sociologia**. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1983.

BOWKER, J. **O livro de ouro das religiões**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2004.

BRUIT, H. H. Sabor impresso. **Revista Nossa História**. Ano 3, n. 29, p. 28-32, mar. 2006.

BRESCIANI, E. Alimentos e bebidas do Antigo Egito. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

BURKHARD, G. K. **Novos caminhos de Alimentação**: Conceitos básicos para uma alimentação sadia. 2. ed. São Paulo: CRL Balieiro, 1987. 1 v.

BURKE, P. **A escrita da história: novas perspectivas**. São Paulo: UNESP, 1992.

CAMARGO, M. T. L. A. As plantas na medicina popular e nos rituais afro-brasileiros. **Investigações Folclóricas** vol 13, Buenos Aires, Argentina, 1998. Disponível em: < <http://www.aquaforte.com/herbarium/plantas.html>> Acesso em 17. nov. 2007.

CARNEIRO, H. **Comida e sociedade: uma história da alimentação**. Rio de Janeiro: Campus, 2003.

CAROZZI, M. J. Nova Era: a autonomia como religião. In: CAROZZI, M. J. (org.). **A Nova Era no Mercosul**. Petrópolis: Vozes, 1999.

CASCUDO, L. C. **História da Alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: Universidade de São Paulo, v.1, 1983.

CASCUDO, L. C. **História da Alimentação no Brasil**. São Paulo: Global, 2004

CHAMPION, F. Constituição e transformação da aliança ciência e religião na nebulosa místico-esotérica. **Religião e Sociedade**: v. 18, n. 01, Rio de Janeiro, agosto, p. 25-43, 1997.

CONCONE, M. H. V. B. Pesquisa qualitativa nos estudos de religião no Brasil. In: SOUZA, B. M.; GOUVEIA, E. H.; JARDILINO, J. R. L. (Org). **Sociologia da religião no Brasil: revisitando metodologias, classificações e técnicas de pesquisa**. São Paulo: PUC/SP, 1998.

COMTE-SPONVILLE, A. Compaixão. In: **Pequeno tratado das grande virtudes**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

CORTONESI, A. Cultura de subsistência e mercado: a alimentação rural e urbana na baixa Idade Média. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

COURTINE, J. J., Os Stakhanovistas do narcisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana. In: SANT'ANNA, D.B.(org.). **Políticas do Corpo**. São Paulo: Estação Liberdade. 1995.

DIEGUES, A. C. **O mito moderno da natureza intocada**. 3. ed. São Paulo: Hucitec, 2001.

DOLADER, M. A. M. A alimentação judia na Idade Média. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

DOUGLAS, M. **Pureza e perigo**: ensaio sobre as noções de poluição e tabu /Mary Douglas ; tradução de Sonia Pereira da Silva. Rio de Janeiro : 70, 1991.

ELIAS, N. **O processo civilizador**. Uma história dos costumes. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1990.

ENGELS, F. **O papel do trabalho na transformação do macaco em homem**. 1. ed, Neue Zeit, 1896. Disponível em: <
<http://www.culturabrasil.pro.br/trabalhoengels.htm> > Acesso em 25 dez. 2005.

ALMEIDA FILHO, N. O conceito de saúde: ponto-cego da epidemiologia? **Revista Brasileira de Epidemiologia**. vol. 3, p.1-3, 2000.

FLANDRIN, J-L. A humanização das condutas alimentares. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998a.

_____. Os tempos modernos. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998b.

GIAMMELLARO, A. S. Os fenícios e os cartagineses. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. S. A civilização das formas. In: GOLDENBERG, M. (org.). **Nu & vestido**. Rio de Janeiro: Record, 2002.

GOLDIM, J. R. **Compaixão, Simpatia e Empatia**. 2006. Disponível em: <
<http://www.ufrgs.br/bioetica/compaix.htm>> Acesso em : 24. jan. 2008.

GONÇALVES, J. R. S. A fome e o paladar: a antropologia nativa de Luis da Câmara Cascudo. **Estudos Históricos**, Rio de Janeiro, nº 33, 2004.

GRIECO, A. F. Alimentação e classes sociais no fim da Idade Média e na Renascença. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

GROTANELLI, C. A carne e seus ritos. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

GUERREIRO, S. A Diversidade Religiosa no Brasil: A Nebulosa do Esoterismo e da Nova Era. **Revista Eletrônica Correlatio**, Universidade Metodista de São Paulo, São Paulo, n. 03, 2007.

HIGHET, E. A. Não comer e não beber como opção da espiritualidade religiosa: jejum e abstinência nas religiões. **Revista Semestral de Estudos e Pesquisas em Religião**, São Bernardo do Campo - S. P., ano XIX, n. 28, p.106-127, 28 jun. 2005.

KIKUCHI, B. **Arte fundamental da vida**: culinária macrobiótica. 3. ed. São Paulo: Musso Publicações, 1982.

KROEBER, A. L. O “superorgânico”. In: Pierson, D. (Org.). **Estudos de organização social**. V. 2, São Paulo: Livraria Martins, 1946.

LARAIA, R. B. **Cultura: um conceito antropológico**. 16. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2003.

LE GOFF, J.; TRUONG, N. **Uma história do corpo na Idade Média**. Tradução de M. F. Peres. Rio De Janeiro: Civilização brasileira, 2006.

MACIEL, M. E. Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de koshima com brillat-savarin? **Horizontes Antropológicos**, Porto Alegre, ano 7, n. 16, p. 145-156, dez. 2001.

MALUF, S. W. Mitos coletivos, narrativas pessoais: cura ritual, trabalho terapêutico e emergência do sujeito nas culturas da "Nova Era". **Mana**, Rio de Janeiro, v.11, n.2, out. 2005.

MATTHIESEN, S. Q. A educação física e as práticas corporais alternativas: a produção científica do curso de graduação em educação física da unesp - rio claro de 1987 a 1997. **Revista Motriz**, Rio Claro, v. 5, n. 2, p. 131-137, 2002.

MAUSS, M. As Técnicas Corporais. In: Marcel Mauss. **Sociologia e Antropologia**, vol. 2. São Paulo: EPU/EDUSP, 1974.

MENGA, L.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação abordagens qualitativas**. São Paulo: EPV, 1986.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 2. ed. São Paulo: Hucitec-Abrasco, 1993.

MINTZ, S. W. **Comida e Antropologia: uma breve revisão**. Revista Brasileira de Ciências Sociais. v. 16, n.47, out 2001.

MONTANARI, M. **A fome e a abundância: história da alimentação na Europa**. 3.ed. Bauru, S.P: EDUSC, 2003.

MORIN, E. **A religião dos saberes**. Rio de Janeiro: Bertrand, 2001.

MOTTA, R. **Tempo e milênio nas religiões afro-brasileiras**. In: XXIV Encontro Anual da ANPOCS. Petrópolis. 2000.

NICOLINO, A. S. **A formação do profissional das práticas corporais alternativas**. 2003. 123 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2003.

NOGUEIRA, O. O objeto das ciências sociais. In: HIRANO, Sedi (org) **Pesquisa Social: projeto e planejamento**. São Paulo: T. A. Queiroz, 1979, p.1-20.

NOGUEIRA, M. I.; CAMARGO, K. R. A orientalização do Ocidente como superfície de emergência de novos paradigmas em saúde. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, Rio de Janeiro, v.14, n.3, set. 2007.

OLIVEIRA, L. **Nódulos de dádiva: religião, individualismo e comunicação nas sociedades contemporâneas – as redes da Nova Era**. 2000. 161 f. Dissertação (Mestrado em Sociologia) - Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2000.

PAIM, M. C. C.; STREY, M. N. Corpos em metamorfose: um breve olhar sobre os corpos na história e novas configurações de corpos na atualidade. **Revista Digital**. Buenos Aires, v.10, n.79, 2004. Disponível em:<<http://www.efdeportes.com/>> Acesso em 23 out. 2005.

PAQUETTE, M. C.; RAINE, K. D. The sociocultural context of adult women's body image. **Social Science and Medicine**, v.59, n.5. 1047-1058, 2004.

PALMA, A. Atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-econômicas: uma revisão da literatura. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.14, n.1:97-106, 2000.

PANZINI, R. G. et al. Espiritualidade e qualidade de vida. **Revista de psiquiatria clínica**. v.34 supl.1 São Paulo 2007

PERLÈS, C. As estratégias alimentares nos tempos pré-históricos. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

PORTO, M. A. O método esta nú! – Lupicínio, Latour e a medicina moderna. **Revista da SHBC**, n. 12, p.99-106, 1994.

POULAIN, J-L; PROENÇA, R, P, C. Espaço Social Alimentar: Auxiliando na Compreensão dos Modelos Alimentares. **Revista de Nutrição**. v.16, n.3, jul./set. 2003a.

POULAIN, J-L; PROENÇA, R, P, C. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. **Revista de Nutrição**, v.16, n. 4 out-dez 2003b.

PRANDI, R. Os orixás e a natureza. In: **Segredos guardados: orixás na alma brasileira**. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

REZENDE, M. T. A alimentação como objeto histórico complexo: relações entre comidas e sociedades. **Estudos Históricos**, Rio de Janeiro: CPDOC/FGV, nº 33, 2004.

RIBEIRO, R. J. Novas fronteiras entre natureza e cultura. In: Novaes, A (org). **O homem-máquina: a ciência manipula o corpo**. São Paulo: Cia das Letras, 2003.

RIERA-MELIS, A. Sociedade feudal e alimentação (séculos XII-XIII). In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

RODRIGUES, J.C. **Tabu da morte**. Rio de Janeiro: Ed. Achiamé, 1983a.

RODRIGUES, J.C. **Tabu do corpo**. Rio de Janeiro: Ed. Achiamé, 1983b.

SAMPAIO, A. P. M. 2005. 187 f. **Rituais de Purificação**: corporeidades e religiões afro-brasileiras. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2005.

SANTOS, L. A. S. **O corpo, o comer e a comida**: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares cotidianas a partir da cidade de Salvador – Bahia. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) – Programa de Estudos Pós-graduados em Ciências Sociais, Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 2006.

SASSATELLI, G. A alimentação dos etruscos. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

SCHWANTES, M. No banquete das origens:: comida e bebida em narrações bíblicas. **Revista Semestral de Estudos e Pesquisas em Religião**, São Bernardo do Campo - S. P., ano XIX, n. 28, p.29-45, 28 jun. 2005.

SEGRE, M.; FERRAZ, C. F. O conceito de saúde. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, vol. 31, n. 5, 1997.

SILVA, P. P. Fartura contestada. **Revista Nossa História**. Ano 3, n. 29, p. 20-24, mar. 2006.

SHUNEMANN, H. E. S. Alimentação e salvação: o papel dos interditos alimentares na Igreja Adventista do Sétimo Dia. **Revista Religião e Cultura**. Vol, IV, n. 7, jan-jun 2005.

STOLS, E. A mestiçagem dos alimentos. **Revista Nossa História**. Ano 3, n. 29, p. 14-20, mar. 2006.

STEIL, C. A. Pluralismo, modernidade e tradição: transformações do campo religioso. **Revista Ciências Sociais e Religião**. Porto Alegre, n. 3, p. 115-129, 2001.

STRECKER, H. Culinária afro-brasileira: os africanos enriqueceram a cozinha brasileira. In: **Pedagogia e Alimentação**. Disponível em : < <http://educacao.uol.com.br/cultura-brasileira/ult1687u21.jhtm>> Acesso em: 10 dez. 2007.

SOARES, L. E. Religioso por natureza: cultura alternativa e misticismo ecológico no Brasil. In SOARES, L. E. **O rigor da indisciplina**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1994.

TAVARES, F. R. G. O circuito “nova era”: heterogeneidade, fronteiras e resignificações locais. **Religião e Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 60-72, 2003.

TEIXEIRA, R. C. M. A. et al. Estado nutricional e estilo de vida em vegetarianos e onívoros: Grande Vitória. E.S. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v . 9, n. 1, p. 131-143, 2006.

TEIXEIRA, E. Reflexões sobre o paradigma holístico e holismo e saúde. **Rev. Esc. Enf. USP**, v.30, n.2, p. 286-90, ago. 1996.

TELOKEN, N. T. **Olhar de Caleidoscópio**: ampliando a linguagem simbólica da doença como processo de individuação. Disponível em: < http://www.portalnaturologia.com.br/material_colaboradores/artigo_narjara.pdf> Acesso em 10 dez. 2007.

TEUTEBERG, H. J.; FLANDRIN, J-L. Transformações do consumo alimentar. In: FLANDRIN, J-L; MONTANARI, M. (Org.) **História da Alimentação**. 4.ed.. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

THIOLLENT, M. J-A. Aspectos Qualitativos da metodologia de pesquisa com objetivos de descrição, avaliação e reconstrução. **Caderno de Pesquisa**, v. 49, p. 45-50, maio. 1984.

THOMAS, K. **O Homem e o mundo natural**: mudanças de atitude em relação às plantas e os animais. São Paulo: Cia das Letras, 1988.

URBAN, T. **Missão (quase) impossível : aventuras e desventuras do movimento ambientalista no Brasil**. 1. ed. São Paulo: Petrópolis, 2001.

VAN, T. H. **Ahimsa**: Desconstruindo a Violência. Disponível em : < <http://www.nossacasa.net/shunya/default.asp?menu=1210>> Acesso em 12. dez. 2007.

VELHO, O A. A orientalização do Ocidente: comentários a um texto de Collin Campbell. In: **Religião e Sociedade**: v. 18, n. 01, Rio de Janeiro, agosto, 1997, p. 23-30.

WILKINSON, P. **O livro ilustrado das religiões**: o fascinante universo das crenças e doutrinas que acompanham o homem através dos tempos. 1. ed. São Paulo: Publifolha, 2001.

WOORTMANN, A. W. O sentido simbólico das práticas alimentares. In: **Coletânea de Palestras do 1º Congresso Brasileiro de Gastronomia e Segurança Alimentar**. UnB: Brasília, 2004. Disponível em : < www.unb.br/cet >. Acesso em 10 out. 2006.

Fontes Primárias

BÍBLIA. **Antigo e Novo testamento**. Rio de Janeiro: Sociedade Bíblia do Brasil, 1956. 309 p.

BLIX, G. História do vegetarianismo. **Revista Vibrant Life**, v.8, n.3. maio 1992. Disponível em : <
<http://www.vegetarianismo.com.br/artigos/HistoriaDovegetarianismo.html>>. Acesso em 11 jun. 2006.

BONTEMPO, M. **Alimentação para um novo mundo: a consciencia ao s alimentar como garantia para a saúde e o futuro**. 2. ed. Rio de Janeiro - São Paulo: Record, 2006. 309 p.

CELLA, H. **A quase vegetariana**. Disponível em <
http://www.vegetarianismo.com.br/sitio/index.php?option=com_content&task=view&id=294&Itemid=34 >. Acesso em: 07 nov. 2007

FERREIRA, S. **Vegetarianismo ao longo da história**. 2003. Disponível em : <
www.centrovegetariano.org > Acesso em 11 jun. 2006.

GREIF, S. **A Bíblia preconiza o vegetarianismo**. 2005. Disponível em <
http://www.vegetarianismo.com.br/sitio/index.php?option=com_content&task=view&id=1123&Itemid=40> Acesso em: 15 dez. 2007

ISLÃ e vegetarianismo. Disponível em: <
http://www.vegetarianismo.com.br/sitio/index.php?option=com_content&task=view&id=361&Itemid=40> Acesso em: 29. mai. 2007

KARDEC, A. **Livro dos espíritos**: princípios da doutrina espírita. Rio de Janeiro: Federação espírita brasileira, 2004. 604 p. Disponível em: <http://www.sociedadedigital.com.br/downloads/espirt/livro_espirtos_br.pdf>. Acesso em: 07 mar. 2007.

KUPFER, P. Vegetarianismo e yoga. **Cadernos de Yoga**. Ed. 6, out. 2005. Disponível em <http://www.suryalivraria.com/Cadernos_outono2005.html> Acesso em: 25 jan. 2008.

LEVAI, L. F. **Ministério público e proteção jurídica dos animais**. Disponível em: <http://www.forumnacional.com.br/ministerio_publico_e_protecao_juridica_dos_animais.pdf> Acesso em: 25 jan. 2008.

LUIZ, A. psicografia de Xavier, F. C. **Missionários da luz**. Psicografia: Rio de Janeiro: Federação Espírita Brasileira, s/d.

MANGELS, A. R. et al. Position of the american dietetic association and dietitians of canada that appropriately planned vegetarian diets. **Journal American Dietetic Association**. v. 103, p. 748-765, 2003. Disponível em : <<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0002822397003143> > Acesso em: 5. fev. 2008.

MARTINS, A. **Libertar os animais, reumanizar a vida**. 2007. Disponível em : <www.vegetarianismos.com.br>. Acesso em: 12. fev. 2008.

OSHO, A. **Sobre o vegetarianismo**. 2006. Disponível em: <http://www.vegetarianismo.com.br/sitio/index.php?option=com_content&task=view&id=1760&Itemid=40>. Acesso em: 16 ago. 2007.

PICHLER, R. **Preconceito com a nutrição vegetariana**. 2005. Disponível em: <<http://www.euroveg.eu/lang/pt/news/press/20050224.php>> Acesso em 27 jan. 2008.

SABATÉ, J. **The contribution of vegetarian diets to health and disease: a paradigm shift?** In: International Congress on **Vegetarian** Nutrition, 4, 2002, Loma Linda University, Loma Linda, CA, 2002. Disponível em : <http://www.ajcn.org/cgi/content/full/78/3/502S> Acesso em 18 jul. 2007.

SIMONETTI, R. **A carne**. Disponível em: <<http://espiritismoonline.blogspot.com/2008/01/carne-richard-simonetti.html>> Acesso em : 12 fev. 2008.

SLYWITCH, E. **O que é ser vegetariano**. 2005. Disponível em: 15 mar<www.svb.org.br>. Acesso em 15 mar. 2006.

SOCIEDADE VEGETARIANA BRASILEIRA (Brasil) (Org.). **O que é ser vegetariano**: departamento de medicina e nutrição. Disponível em: <www.svb.org.br>. Acesso em: 10 dez. 2006.

WINCKLER, M. **Fundamentos do vegetarianismo**. Rio de Janeiro: Expressão e Cultura, 2004. 188 p.

WHITE, E. G. **Conselhos sobre o regime alimentar**. 2. ed. Santo André: Casa Publicadora Brasileira, 1946. 508 p.

Abstract

We can say that the feeding is a junction between natural - survival - and cultural - in charge one, this, to dictate the remaining portion all. Although the different internationalization of the nourishing industry, cultures, religions and styles of life can dictate what if it must eat and what not if must. In this set of interdicts and ways of if feeding the vegetarianism is included, that comes attracting contingent population significant currently. This has consequences for question of body image, if to lead in consideration that what it is eaten constitutes in them, in the biological and natural direction, but that in the truth is dictated by the culture and history. The research was carried through in the city of Rio Claro, with people whom they possess as alimentary choice the vegetarianism. The data had been collected through primary and secondary sources. In this direction, this project of research had as problem to understand, between people who presently adopt the vegetarian feeding, the objectives that guide this option, as they represent “the bodies” and as they conceive the relation with the position of the man in the nature. After the analysis of the results we could perceive that a phases in the practical one of the vegetarianism exists. It was possible to evidence those ambient arguments, scientific arguments related to the health and religious arguments legitimize the practical vegetarian. In relation to the cares with the health, the vegetarians possess practical that we call of naturalists, that is, that they go against the traditional medicine. The physical activity is characterized by the practical alternatives and a junction between the body, the spirit and the environment can characterize the vegetarian. Studies that relate feeding and body image bring interesting and innovative questionings for the professionals of physical education.

Word keys: Body image. Vegetarianism. Religion. Ambient.

APÊNDICES

APÊNDICE I

ROTEIRO DA ENTREVISTA DO RESTAURANTE VEGETARIANO

Roteiro para entrevista – RESTAURANTE VEGETARIANO

1. Desde quando existe o restaurante?
2. Como surgiu a idéia de se criar um restaurante vegetariano na cidade?
3. Os donos possuem a opção alimentar vegetariana?

Se sim,

1. Desde quando você é vegetariano (a)?
 2. O que o (a) levou ao vegetarianismo?
 3. Que tipo de vegetariano você é? (vegan, ovo-lacto-vegetariano, etc...)
 4. Alguém da sua família também é vegetariano?
 5. O que é ser vegetariano?
 6. Como você cuida da sua saúde?
 7. Quais são as vantagens do vegetarianismo?
 8. Quais são as virtudes do vegetarianismo?
 9. Como você avalia as pessoas que comem carne?
-
10. Como você caracteriza os freqüentadores do restaurante? Como vocês percebem esta freqüência? Aumentou com o tempo, mudou a clientela.
 11. O cardápio oferece opções de pratos com carne?

APÊNDICE II
QUESTIONÁRIO SÓCIO-CULTURAL APLICADO ANTES DA ENTREVISTA

1. Idade:

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> de 18 a 29 anos | <input type="checkbox"/> de 40 a 49 anos | <input type="checkbox"/> mais de 60 anos |
| <input type="checkbox"/> de 30 a 39 anos | <input type="checkbox"/> de 50 a 59 anos | |

2. Estado Civil

- | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> solteiro | <input type="checkbox"/> casado | <input type="checkbox"/> outros |
| <input type="checkbox"/> viúvo | <input type="checkbox"/> divorciado | |

4. Escolaridade:

- | | | |
|---|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1º grau incompleto | <input type="checkbox"/> 2º grau completo | <input type="checkbox"/> Pós-graduado |
| <input type="checkbox"/> 1º grau completo | <input type="checkbox"/> Superior incompleto | |
| <input type="checkbox"/> 2º grau incompleto | <input type="checkbox"/> Superior completo | |

5. Profissão: _____

6. Renda familiar mensal bruta:

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> menos de 500 | <input type="checkbox"/> de 1501 a 2500 | <input type="checkbox"/> de 5001 a 7000 |
| <input type="checkbox"/> de 501 a 1000 | <input type="checkbox"/> de 2501 a 3500 | <input type="checkbox"/> de 7001 a 10000 |
| <input type="checkbox"/> de 1001 a 1500 | <input type="checkbox"/> de 3501 a 5000 | <input type="checkbox"/> acima de 10000 |

7. Religião: _____

APÊNDICE III

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado participante,

Venho por meio deste convidá-lo a participar de uma pesquisa intitulada “Vegetarianismos e Corporeidades” sob orientação da professora doutora Leila Marrach Basto de Albuquerque, que tem como objetivo conhecer um pouco sobre a opção alimentar vegetariana. Você participa da entrevista se estiver de acordo e, não há necessidade de se identificar. Todos os aspectos que você abordar contribuirão para a compreensão do tema referido acima. Não haverá riscos, desconfortos ou gastos de qualquer natureza. Você poderá solicitar esclarecimento quando sentir necessidade e, poderá interromper sua participação quando quiser, sem penalização alguma ou prejuízo. Os resultados obtidos serão utilizados em publicações e eventos científicos. O telefone para contato com a pesquisadora (19-35333329) estará à sua disposição para quaisquer esclarecimentos referentes a pesquisa.

1. Dados sobre a Pesquisa Científica:

Título do Projeto: Vegetarianismos e Corporeidades

Pesquisador Responsável: Beatriz Bresighello Beig

Cargo / Função: Estudante/ Mestranda

Instituição UNESP Deptº: Educação Física Endereço: Av. 24-A, 1515 Bairro: Bela Vista

Fone: (19) 3526-4341

2. Dados de identificação do sujeito da pesquisa:

Nome: _____

Documento de Identidade: _____ Sexo: _____

Data de Nascimento: _____

Endereço: _____

Telefone para contato: _____

De acordo

Data: ___/___/___

Assinatura: _____

Agradeço sua colaboração neste trabalho.

Beatriz Bresighello Beig
(pesquisadora responsável)

APÊNDICE IV
ROTEIRO DA ENTREVISTA

1. Desde quando você é vegetariano (a)?
2. O que o (a) levou ao vegetarianismo?
3. Alguém da sua família também é vegetariano?
4. Que tipo de vegetariano você é? (vegan, ovo-lacto-vegetariano, etc...)
5. Defina para mim: o que é ser vegetariano?
6. Quais são as vantagens do vegetarianismo?
7. Quais são as virtudes do vegetarianismo?
8. Como você avalia as pessoas que comem carne?
9. Como você cuida da sua saúde?
10. Você pratica algum tipo de atividade física?
11. Porque você pratica?
12. O que mais você gostaria de me contar sobre a sua experiência vegetariana?
13. Por favor, indique pessoas que sejam vegetarianas para serem por mim entrevistadas para este estudo.