

# Consumo de Carne versus Vegetarianismo

Swami Yogananda

A questão do consumo da carne e do vegetarianismo é assunto muito complicado e controverso, por isto vou apresentar os vários argumentos oferecidos pelos seguidores dos “cultos” dos açougueiros e dos vegetarianos, e acrescentar no fim, se possível, minhas próprias opiniões a respeito de ambos. O que direi será governado pelas necessidades atuais do mundo, e acredito que nunca poderá ser dada uma visão absoluta, que seja boa para todos os tempos e para todas as pessoas.

## A origem do consumo de carne

Ao ver o peixe grande comer o peixe pequeno, a lagartixa recém-nascida pular sobre o pequeno inseto e engoli-lo, e o tigre e o leão, mais fortes, caçarem animais menores, o homem viu nisto o dedo indicador da Natureza, e começou a comer a carne de animais que satisfaziam o seu paladar.

O elefante e o rinoceronte são tão fortes quanto o leão e o tigre, e apesar disto são vegetarianos. O homem aprendeu a comer vegetais e desenvolveu o instinto de alimentar-se de vegetais ao ver as criaturas da Natureza que também consomem vegetais.

Como encontramos, no seio da Natureza, mais animais carnívoros do que vegetarianos, também vemos pessoas sobrevivendo mais de carne do que apenas de vegetais. Muitas pessoas dizem que comer carne produz câncer e diminui o tempo de vida. Eu acredito que o consumo *excessivo* de carne tende a produzir mais doenças do que o consumo excessivo de vegetais.

O elefante e a tartaruga, que consomem vegetais, vivem por muito tempo. As vacas comem vegetais, porém morrem cedo; cães comem vegetais, mas também comem uma quantidade maior de carne, e vivem pouco tempo também. Os crocodilos comem frugalmente carne e jejuam por longos períodos de tempo, e vivem até 600 anos ou mais. Sabe-se que alguns iogues que comiam vegetais e que conheciam a super-arte de viver, viveram mais de 600 anos.

Longevidade não depende somente de alimentar-se corretamente, mas também de se respirar menos, de não sobrecarregar o coração, da eliminação apropriada, do controle da força sexual e do correto recarregamento do corpo a partir da Fonte Divina.

## A interdependência da vida

No seio da Natureza, vemos que os vegetais consomem os elementos químicos do solo, e as aves, os animais e os seres humanos comem vegetais e animais. Os vegetais gostam de fertilizantes de origem animal, como o sangue seco e os ossos de corpos animais em estado de putrefação, enquanto os animais comem a carne humana. Seres humanos comem animais, vegetais e elementos químicos do solo através da comida e dos remédios; a grande e velha Terra está sempre faminta e é canibal, uma vez que de seu útero vêm todos os elementos químicos que compõem os seres vivos, e em seu grande estômago devorador todos vegetais, animais e humanos devem retornar. Isto mostra que a Terra voraz, os vegetais, os animais e os seres humanos são ao mesmo tempo vegetarianos e carnívoros.

### As diferenças entre vegetais e a carne

Vegetais e animais são diferentes apenas no *grau* de manifestação da vida. O Prof. J. C. Bose, da Índia, provou que os vegetais têm um sistema nervoso que responde a um estímulo favorável através do prazer, e a uma influência desfavorável através da dor. Eles têm batimento cardíaco, sistema circulatório, pressão da seiva e uma vida central, em certas células das raízes – o cérebro dos vegetais. Ampute um dedo seu e você não morrerá, corte um galho e a planta não morrerá, mas remova o cérebro humano e o corpo que o continha morrerá, exatamente como ocorre quando se corta a raiz de uma planta: ela morre.

Assim como os animais respondem a certos tratadores, os vegetais crescem em abundância sob certas vibrações humanas benignas, e definham ou crescem pouco quando cultivados por pessoas com vibrações erradas. Pode-se anestésiar uma planta, fazer com que sintam prazer ou dor, ou até envenená-la e matá-la. Cortar a cabeça de uma couve-flor é o mesmo que cortar a cabeça de um carneiro. Instrumentos de precisão desenvolvidos pelo Prof. Bose nos mostram a dor e a agonia da morte em plantas torturadas ou moribundas. Um pedaço de estanho pode sentir prazer ou dor, e pode expressar suas emoções através de instrumentos sensíveis feitos pelo homem. A couve-flor abatida só pode expressar sua agonia pré-morte através dos instrumentos do Prof. Bose. Os metais e as plantas torturados não podem falar. Alguns peixes expressam sua agonia através de um grito agudo e curto. Aves e animais manifestam seus problemas através de diferentes sons específicos. O homem se aproveita do fato de que ele não entende a linguagem dos animais e os mata contra a vontade deles.

O homem civilizado não tem direito de matar os animais ou os silvícolas, somente porque não entende a linguagem deles. Mas, do ponto de vista de resposta a dor, o homem é a manifestação mais sensível da vida. Depois do homem, segundo a sensibilidade, vêm os diferentes graus de animais, peixes, plantas e minerais. O carneiro e o frango, quando estão sendo mortos, sofrem menos do que os animais que resistem e se ressentem, como o boi e o porco. A maior parte dos peixes desistem rapidamente quando estão sendo mortos.

Não há dúvida de que o ser humano possui o sistema nervoso mais sensível, através do qual ele recebe e responde a estímulos na forma de prazer ou dor. Os animais são bem menos sensíveis e sentem menos dor e prazer. O animal, sendo menos sensível do que o homem, sente menos dor do que os seres humanos durante a morte. O sistema nervoso das plantas é bem menos desenvolvido do que o sistema nervoso dos animais. Os minerais são menos sensíveis a estímulos do que as plantas. Uma martelada pode matar uma planta, um animal ou um homem, mas não consegue facilmente extrair a Força Vital de um tenaz e menos sensível metal. No entanto, por meio de repetidas batidas, até mesmo os metais perdem sua tenacidade ou atributos da vida. Portanto, do ponto de vista da expressão através de sons e da sensibilidade do sistema nervoso, pode-se dizer racionalmente que o homem sofre mais quando é morto; que o boi sob o machado sofre mais do que o carneiro ou o frango, que o peixe sob a faca sofre menos do que o carneiro, e que os vegetais, quando comparados, sofrem muito menos do que o peixe, os animais e o homem.

O canibalismo não existe apenas entre os homens, mas também entre as plantas, as aves e os animais. Lobos comem lobos. Os indígenas Jivaro comem seus prisioneiros de guerra e poupam o custo de manutenção e de despesas com a compra de carne. Eles encolhem as cabeças de seus inimigos prisioneiros até o tamanho de uma bola de tênis e as guardam como troféus de guerra, assim como caçadores penduram a cabeça dos animais que eles mataram.

O consumo de carne obviamente não pode ser condenado sob o ponto de vista de ser um ato de matar, porque o consumo de vegetais e frutas também envolve a retirada da vida; o que é palpável é que a matança de animais desperta muito mais a nossa consciência e sensibilidade humanas do que a matança de vegetais e o descascamento e a mastigação das frutas. A maior parte dos consumidores de carne bovina desistiriam de comer carne se tivessem que matar os animais para obtê-la; mas nenhum vegetariano se importaria em descascar os vegetais e cortar as cabeças das cenouras ou de qualquer outro vegetal. O fato de que a matança de animais implica derramar sangue e produzir dor demonstra claramente que os animais são parentes próximos do homem e estão se aproximando dele na escala evolutiva.

Os vegetais não gritam de dor nem derramam sangue quando são mortos. Do ponto de vista da sensibilidade humana, podemos dizer que é menos dolorido matar um vegetal do que um animal. As almas adiantadas hesitam até em remover as cabeças das rosas de seus corpos vegetais que florescem em jardins domésticos, da mesma maneira como as outras almas odeiam matar seus animais de estimação para obtenção da carne.

Carne é alimento concentrado e é fortalecedora, mas é também altamente constipante e age como retentora dos venenos corporais, sendo assim precursora de doenças. Os vegetais têm de ser ingeridos com mais paciência e não são tão concentrados quanto a carne; por isto a ingestão inapropriada de vegetais não é boa fonte de energia. Frutas e vegetais, tendo um efeito laxativo natural, favorecem a saúde e a eliminação das doenças.

Os iogues da Índia opõem-se à ingestão de carne, enquanto os seguidores do Tantra advogam seu uso. As nações que comem carne são, em geral, politicamente livres. A Índia é vegetariana e não tem sido forte o suficiente para dispersar invasões estrangeiras. Os americanos estão sofrendo de obesidade devido ao consumo exagerado de todos os tipos de proteínas, como por exemplo carne, leite e nozes. Os americanos deveriam se tornar vegetarianos. Hindus quase não têm proteína para comer e, por causa do fanatismo, abusam das dietas em que predomina o amido e, assim, morrem cedo e magros. Na Índia, os animais vivem mais do que os seres humanos.

Apenas como um meio para um fim, ou como medida temporária, a Índia atual precisa comer carneiro, bodes e aves até que possa conseguir leite e substitutos da carne em quantidades suficientes. A vida espiritual hindu, mesmo que sustentada pelo consumo de carne, faria mais benefício ao mundo do que a dos animais mudos, aos quais se permitem viver sem fazer nada. A vida humana é mais valiosa e útil a todas as criaturas do que a vida de qualquer animal. Se uma escolha tem de ser feita entre um ser humano comer carne para sobreviver ou morrer sem comer carne, e os animais sobreviverem e não serem comidos pelos homens, eu diria que os homens deveriam sobreviver às custas dos animais.

Ninguém pode escapar. Os animais são sacrificados contra suas vontades para alimentar o homem; este, então, contra sua vontade, tem de morrer para que sua carne recomponha os elementos químicos da Mãe Terra. Um bilhão e meio de pessoas multiplicado por 44,6 quilos de elementos químicos, que são retirados da terra em forma de vegetais a cada sessenta anos para alimentar as pessoas, devem, a um intervalo de cerca de sessenta anos, ser devolvidos ao solo para sustentar a saúde da Mãe Terra. Se os corpos de um bilhão e meio de pessoas, ao invés de se misturarem com o solo, evaporassem no éter a cada sessenta anos, então ao final de alguns milhares de anos, a Terra ficaria fraca e infértil, seria apenas um torrão desértico, habitado por seres humanos sempre-crescentes e devoradores como formigas.

Testes químicos que introduziram sangue de certos animais em seres humanos, mostram que algumas pessoas podem comer apenas a carne de certos animais. Esse é um meio científico moderno para demonstrar quais carnes específicas se harmonizam com cada indivíduo. Igualmente, nem todas as frutas e vegetais são apropriados para todas as pessoas. Algumas frutas causam alergias em certos indivíduos. Algumas pessoas ficam doentes quando comem cebola. Batata às vezes causa constipação. Algumas pessoas ficam muito doentes quando comem carne bovina, e outras sofrem de azia ao comerem frango. A maioria responde favoravelmente à ingestão da carne de carneiro. Descobriu-se que carne de carneiro é mais compatível com os elementos químicos dos seres humanos, do que qualquer outra forma de carne.

Em locais frios, como o Alasca, as pessoas bebem óleo e sangue de foca para se manterem aquecidas. Elas vivem de carne de peixe, foca, caribu e morsa. Assim como algumas pessoas comem vegetais e frutas secas, os esquimós comem carne seca quando um suprimento de fresca é difícil de se encontrar. Dizem que muitos esquimós morrem de tuberculose devido ao frio intenso. Algumas pessoas dizem que eles morrem devido à sua dieta de carne, enquanto outras acham que suas mortes prematuras devem-se ao fato de quererem viver a vida não-natural do homem branco.

Descobrimos através de estudos que ambos, vegetarianos e consumidores de carne, podem viver vidas saudáveis e longas. Jesus, Buda e São Francisco comiam carne, enquanto Shankara, Chaitanya e muitos santos cristicos da Índia não comiam carne. Em uma visão, São Pedro viu alguns animais e uma voz pediu que ele os matasse e comesse.<sup>1</sup> O mandamento “Não matarás” destinava-se aos homens, não aos animais. Moisés e Jesus, ambos comiam carne,<sup>2</sup> e foi Moisés quem transmitiu os dez mandamentos.

A vida se desenvolve de maneiras diferentes, nos seus diferentes estágios. Manifesta-se nos minerais, mas seus tecidos são duros e têm de ser reduzidos a pó e condicionados antes que possam ser absorvidos pelo organismo humano. Os minerais são emulsificados e transformados em forma orgânica na vida de vegetais para que possam ser consumidos pelos organismos menos duros de outros vegetais, animais e seres humanos. Os tecidos vegetais são macios, mas raramente mostram a presença de um forte sistema central, e quando os vegetais são abatidos com facas, eles nunca gritam de dor ou derramam sangue. Seu sangue é um fluido branco viscoso chamado seiva.

A vida desenvolve os tecidos de um peixe em tecidos mais complexos do que dos vegetais. A carne de peixe é em geral branca. Peixes têm sangue e um sistema nervoso, mas poucos peixes fazem qualquer som ou protestos quando são mortos. A vida evolui ainda para formas mais complexas de animais, portanto seus tecidos são diferentes do peixe. Animais protestam em voz alta durante o processo de matança. O boi e o porco, tendo sistema nervoso bem desenvolvido, sentem muita dor durante o processo a que são submetidos e protestam em alto e bom tom a qualquer tentativa que se faça de matá-los. Eles protestam mais violentamente do que o carneiro. Isto mostra que embora os animais não possam conversar inteligentemente como os humanos; ainda assim são evoluídos o suficiente para protestarem através de sons, que estão sentindo dor e não querem ser mortos.

---

<sup>1</sup> Atos 10:10-15.

<sup>2</sup> Lucas 24:42-43.

O homem não é morto e consumido por outros homens, com exceção em tribos primitivas de canibais, porque ele pode protestar contra seu assassinato através de sons inteligíveis. Os homens não pensariam em matar animais se estes pudessem protestar contra a matança através da linguagem inteligível ou escrita perante um tribunal. Embora cães sejam consumidos em algumas partes do mundo, ainda assim ninguém pensa em matar um cão de estimação inteligente, quase humano, para servi-lo como repasto na mesa dos homens glutões. Assim, fica evidente, do ponto de vista do protesto sonoro, que o homem é a primeira criatura a recusar a matança e, portanto, não deve ser morto.

Em seguida vêm os touros, bois, vacas, porcos, entre outros, que protestam alto o bastante que não querem ser mortos – que têm a mente e a consciência evoluídas o suficiente para perceberem o amor pela autopreservação e a injustiça no ato de se infringir dor, e portanto não devem ser mortos. Parece que os mudos vegetais, peixes e animais mansos foram intencionalmente dotados pela Natureza de um sistema nervoso menos desenvolvido, que não registra tanto a dor nem provoca protestos na forma de sons durante a dor. Essa talvez possa ser uma das razões pelas quais essas formas menos desenvolvidas foram criadas para serem sacrificadas em prol da manutenção das formas de vida mais evoluídas.

(Título original: “Meat Eating versus Vegetarianism, by Swami Yogananda”, publicado na revista *East-West*, abril-maio de 1935.)