

The Project Gutenberg eBook of O Vegetarismo e a  
Moralidade das raças

This ebook is for the use of anyone anywhere in the United States and most other parts of the world at no cost and with almost no restrictions whatsoever. You may copy it, give it away or re-use it under the terms of the Project Gutenberg License included with this ebook or online at [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org). If you are not located in the United States, you'll have to check the laws of the country where you are located before using this eBook.

Title: O Vegetarismo e a Moralidade das raças

Author: Jaime de Magalhães Lima

Release date: January 17, 2008 [eBook #24338]

Language: Portuguese

Original publication: Porto: Sociedade Vegetariana--editora 393,  
Avenida Rodrigues de Freitas, 1912

Credits: Produced by Pedro Saborano (produced from scanned  
images from BibRia)

\*\*\* START OF THE PROJECT GUTENBERG EBOOK O  
VEGETARISMO E A MORALIDADE DAS RAÇAS \*\*\*

# O Vegetarismo e a Moralidade das raças

Composição e impressão  
--Empresa Gráfica «A UNIVERSAL»--  
DE FIGUEIRINHAS & MOTA RIBEIRO, L.<sup>DA</sup>  
--Rua Duque de Loulé, 111--Pôrto--

9.º volume da  
Biblioteca Vegetariana

Dr. Jaime de Magalhães Lima

## O Vegetarismo e a Moralidade das raças

--Notavel Conferencia realizada no  
ATENEU COMERCIAL DO PORTO  
em 14 de Junho de 1912-----

1912  
SOCIEDADE VEGETARIANA--Editôra  
393, AVENIDA RODRIGUES DE FREITAS  
PÔRTO

# O vegetarianismo e a moralidade das raças

## I

Tem os seus pergaminhos o vegetarianismo. Não é uma doutrina nascida de ontem. Tem títulos autênticos de nobreza prolongada durante gerações sem número, respeitada nas mais altas civilizações em cujas superiores aspirações colaborou, definindo-as eloquentemente pela voz das suas mais belas e autorizadas individualidades e corroborando-as ardentemente pelo exemplo dos seus mais devotados apóstolos.

Sem nos afastarmos da nossa própria civilização, sem sairmos d'este fóco de cultura chamado o ocidente da Europa onde nos criamos e onde os nossos mais remotos avós se criaram e educaram, legando-nos um espólio de sentimentos e ideias que constituem toda a nossa alma e que nos cumpre cultivar e aperfeiçoar para o transmitirmos aos nossos filhos acrescentado em formosura e benefícios, emendado, corrigido e depurado em seus vícios e insuficiências; dentro dêste círculo devéras estreito relativamente aos largos espaços em que fóra dele outras raças e outras condições naturais formaram sociedades que igualmente engrandeceram e honram a humanidade pelas concepções da vida que realizaram e de que foram veiculo e sublime instrumento no mundo; limitando-nos à exígua mancha do globo que é o nosso berço e o nosso lar e fazendo-o, não porque além dele não conheçamos corações iguais aos nossos, vivendo do mesmo alento, crentes na mesma fé e enamorados da mesma elevação mas sómente porque para o fim muito restrito que neste instante temos em vista convêm não distrair a atenção do que de mais nos toca e por isso será mais claramente demonstrativo: neste cantinho que acendeu seus fachos de luz em volta do Mediterraneo e de lá a fez irradiar através das montanhas até aos mares do norte, o vegetarianismo foi e é uma das características do zenit moral das civilizações, e como tal o aceitaram, proclamaram e praticaram os gênios que mais fundamente as compreenderam e mais brilhantemente as serviram.

[6]

O reconhecimento deste facto é hoje uma verdade corrente. O mais rudimentar estudo do vegetarianismo não deixará de o apontar. Por certo somarão milhões as folhas impressas em que se encontram os nomes de vegetarianos que foram na história dos povos da Europa como sinais da sua grandeza e juizes e faróis do seu tempo e dos tempos futuros. Mas nem é justo que se invoque o seu valor moral sem lembrar os que por uma sublimada inspiração no-lo mostraram, nem tão pouco seria prudente que, sómente porque uma verdade se tornou indiscutível e porventura banal entre homens cultos, deixássemos de a repetir tão inumeráveis vezes quantas necessárias fossem para que ela se propague e produza todos os bens que só pela sua larga disseminação poderá produzir. E o vegetarianismo, tendo já os seus altares e o seu heróico punhado de fieis em todos os países que atingiram a sensibilidade moral e religiosa, está infelizmente longe de ter penetrado na concepção vulgar das obrigações humanas, como é mister para a redenção de tantos e tão dolorosos males que nos afligem e perseguem por culpa da nossa cegueira e obscuridade.

Recordemos pois muito de passagem as lições dos profetas e mestres. É dever e é utilidade. E pena é que não possamos agora fazê-lo com a pausa que o encanto das suas palavras nos pede e que o proveito da própria educação imperiosamente nos aconselha.

De Pitágoras a Shelley ou a Wagner ou a E. Réclus ou a Tolstoi que arautos não teve o vegetarianismo, que divinos clamores não fez ouvir às multidões ignorantes da própria fortuna, escravas da primitiva animalidade ou ensandecidas e aviltadas em sórdidos prazeres!... Desde que a nossa civilização pôde gravar seu rasto na história, a tradição do vegetarianismo jámais se interrompe completamente. Em mais de vinte e cinco séculos a sua taça passa de mão em mão, e ora se expõe à luz de sol erguida por austeros e hercúleos sacerdotes cuja rectidão e fôrça nos subjugam, ora é guardada devota e humildemente em solitárias ermidas, mas jámais

[7]

se partiu ou sequer arrefeceu desamparada do alento de lábios que nela busquem beber a essência do vigor do corpo e do espírito.

A escola de Pitágoras cujas tradições de superioridade moral são memoráveis e cuja profunda e duradoura influência na filosofia, na ciência e na teologia antiga, se alargaram desde os tempos pré-socráticos até aos tempos do império romano, na Itália, na Grécia e na Alexandria, seis séculos antes de Cristo, já reivindicava para a vida de pureza moral a abstinência de alimentação carnívora, assim como de todo o derramamento de sangue, ainda que pretendesse justificar-se pelo sacrifício aos deuses. Outros eram os seus altares e, seja qual fôr a estreiteza de informação escrita que do profeta de Samos e seus discípulos nos houvesse ficado, o vigor da tradição por tal modo se acentua neste ponto de regime dietético que não nos pôde restar a menor dúvida de que nas origens da nossa civilização se encontra imposta, como preceito fundamental, a abstinência de carne aos que pretenderem seguir na vida o caminho da dignidade.

Cinco séculos mais tarde, essa tradição vive por tal forma na memória e nas paixões íntimas dos grandes espíritos da época que Ovídio, o poeta, no-la repetirá nestes termos:

«Havia em Crotona um homem da ilha de Samos que se exilara da pátria pelo ódio que tinha aos tiranos... Tinha com os deuses aturado comércio... O que sabia comunicava-o a uma multidão de discípulos que em um grande silêncio o admiravam...

«Foi o primeiro que condenou o uso de comer a carne dos animais: doutrina sublime, e tão pouco apreciada, cuja paternidade se lhe atribuía.

«Deixai, mortais», dizia, «deixai de vos servir de manjares abomináveis: dão-vos os campos searas abundantes; para vós vergam de frutos as árvores com os mais belos pomos e produzem uvas as vinhas. Tendes legumes dum suave gosto, excelentes alguns quando cozidos. O mel e o leite não vos são defesos. Enfim para vós, a terra é pródiga de suas riquezas e oferece-vos toda a espécie de alimento sem que necessiteis para sustentar-vos de recorrer à morte e à carnagem.

[8]

«Só aos animais convêm o comer carne, e ainda nem todos se sustentam dela. Os cavalos, os bois e as ovelhas vivem só de ervas; apenas as feras, os tigres, os leões, ursos e lobos fazem da carne seu sustento habitual.

«Que crime horrível lançar em nossas entranhas as entranhas de seres animados, nutrir na sua substância e no seu sangue o nosso corpo! Para conservar a vida a um animal, porventura é mister que morra um outro? Porventura é mister que em meio de tantos bens que a melhor das mães, a terra, dá aos homens com tamanha profusão, pródigamente, se tenha ainda de recorrer à morte para o sustento, como fizeram ciclopes, e que só degolando animais seja possível cevar a nossa fome?

«Procedia diferentemente a idade de ouro, ditosos tempos que nós assim chamamos. Contentes com as plantas e os frutos que a terra produz, o homem não manchava a sua bôca com o sangue dos animais. As aves voavam sem temor no meio dos ares... O universo tranqüilo desconhecia laços e ciladas. Tudo era paz.

«Aquele, seja quem fôr, que para desgostar os homens dos alimentos inocentes com que se alimentavam, criou o costume de comer a carne dos animais, abriu na mesma hora a porta a crimes de todo o gênero; porque foi sem dúvida pela carnificina dêsses animais que o ferro começou a ser ensanguentado. Na verdade, é permitido tirar a vida aos animais que nos atacam, mas não nutrir-nos com a sua carne. Todavia, fomos mais longe ainda; quizemos sacrificar-los aos deuses...

«Que crime tinheis cometido, ovelhas inocentes, rebanhos tranqüilos, que dais aos homens um nectar delicioso, que para os cobrir vos deixais despojar do vosso manto e que enfim lhes sois mais úteis quando vos deixam viver do que quando vos matam? Que mal faz o boi, doce animal, incapaz de vos prejudicar e que não é senão para o trabalho?

«É necessário ser ingrato, desnaturado, de todo indigno dos bens que nos dá a terra, quando vamos tirar da charrua esse animal tranqüilo, o melhor dos nossos obreiros, para o conduzir ao altar a receber o golpe fatal nessa cabeça que tantas vezes gemeu sob o jugo e, por um trabalho duro e penoso, tantas vezes nos renovou as searas.

[9]

«Não bastava aos homens cometerem tão grandes crimes, precisavam ainda da cumplicidade dos deuses, crendo que lhes podia ser agradável o sacrificio d'um animal tão útil... Levam assim a vitima ao altar; lá, recitam sôbre ela orações que ela não ouve; põe-lhe entre as pontas, que foram doiradas, um bolo feito d'aquele mesmo grão que ele cultivou, e afunda-se-lhe no seio a lâmina sagrada...

«Logo lhe tiram as entranhas ainda palpitantes, para as consultarem e lerem n'elas os segredos dos deuses. Dizei-me, homens insaciáveis, d'onde vem esta avidez que só póde fartar-se em carnes proibidas. Deixai tão criminoso uso. Segui os conselhos que vos dou. Sabei que, quando comeis a carne do boi que acabais de degolar, comeis aquele que vos lavrou o campo. Pois que é um deus que me inspira, só falo segundo a sua vontade...

«As nossas almas são sempre as mesmas, embora tomem formas diferentes conforme os corpos que animam. Que a piedade não seja sacrificada à vossa gula, que para vos saciar não expulsem dos seus corpos as almas dos vossos pais nem vos alimenteis do seu sangue...

«É acostumar-nos a derramar o sangue humano degolar animais inocentes e ouvirmos sem piedade seus tristes gemidos. É desumanidade não nos comovermos com a morte do cabrito, cujos gritos tanto se assemelham aos das crianças, e comermos as aves a que tantas vezes démos de comer. Ah! quão pouco dista d'um enorme crime!

«Funesta aprendizagem! Deixai tranqüilamente o boi lavar a terra e seja a sua morte o termo natural da sua velhice. Contentem-nos o velo do rebanho que nos livra da atmosfera agreste, e o leite que as cabras dão para nos nutrir: parti os vossos laços e as redes, não mais o visco engane a ave crédula. Não mais se leve ao cêrco o tímido veado, perturbado com as penas que o espantam, e que não mais se oculte o anzol em traiçoeiro engôdo. Matai os animais que podem fazer mal; mas contentai-vos em só lhes dar a morte e não os comer, e que só vos sirvam alimentos legítimos.»

Assim se compreendia a doutrina de Pitágoras cinco séculos depois de haver deixado a terra o seu fundador e assim a compreendia e traduzia o talento d'um dos espíritos mais cultos duma grande época.

[10]

A vitalidade da doutrina e a superioridade do interprete são garantia de que não se tratava de qualquer coisa passageira, d'uma tendencia que só as circunstâncias de determinado momento haviam originado e desenvolvido, mas antes nos encontravamos em presença de problemas morais e soluções que se mostravam capazes de afrontar diversíssimas situações históricas e de lhes sobreviverem, representando por conseguinte elementos essenciais à existência das comunidades cultas.

De resto, a doutrina dietética de Pitágoras atravessava êsse longo e acidentado período dos primeiros séculos da nossa civilização refazendo-se, alargando-se e confirmando-se na meditação dos homens cujas lições de sabedoria ficariam nos evangelhos eternos da nossa raça. Não foi estranha à prodigiosa obra de Platão. E Sêneca, o filósofo, lembra-a nestes termos de simpatia:

«Desde que comecei a contar-vos com que vivo ardor entrei a estudar a filosofia na minha mocidade, não devo envergonhar-me de confessar a afeição que Focion me inspirou pelo ensino de Pitágoras. Instruiu-me dos motivos por que ele mesmo, e depois dele Séxtio, resolveu abster-se da carne dos animais. Cada um tinha a sua razão, mas em ambos os casos era magnífica. Focion sustentava que o homem póde encontrar alimento bastante sem o derramamento do sangue e que a crueldade se torna habitual quando uma vez a pratica da carnificina se applicou ao prazer do

apetite. Acrescentava ele que é nosso dever limitar os materiais da luxúria. Que, todavia, a variedade de alimentos é nociva à saúde e não é natural ao nosso corpo. Se estas máximas (da escola de Pitágoras) são verdadeiras, então abster-nos da carne dos animais é animar e promover a inocência; se mal fundadas, ensinam-nos ao menos a frugalidade e a simplicidade de vida. E que perdeis vós perdendo a nossa crueldade? Apenas vos privo do alimento dos liões e dos abutres.

«Levado por êstes e semelhantes argumentos, resolvi abster-me de carne, e ao fim dum ano o hábito da abstinência não só me era fácil mas delicioso. Creio firmemente que as faculdades do meu espírito eram mais activas... Perguntais-me porque é que eu voltei atrás e abandonei esse sistema de vida? Ao que eu respondo que a sorte dos meus primeiros dias foi lançada no reino do imperador Tibério. Certas religiões estranhas tornaram-se objecto das suspeitas imperiais, e entre as formas de adesão aos cultos ou superstições estranhas, estava o de abstinência de carne dos animais. Daí por instancias de meu pai, que na realidade não tinha medo de que essa pratica se tornasse motivo de acusação, mas que odiava a filosofia, fui induzido a voltar aos meus antigos hábitos dietéticos, e não teve ele maior dificuldade em me persuadir a voltar a refeições mais suntuosas»...

[11]

«Isto digo com a intenção de vos provar como são poderosos os primeiros impulsos da mocidade para o que é mais verdadeiro e melhor, sob a exortação e incentivo de virtuosos mestres. Erramos, em parte por culpa dos nossos guias, que ensinam como se disputa e não como se vive: e em parte por nossa culpa, aguardando que os mestres cultivem não tanto a disposição do espírito como as faculdades da inteligência. D'esta forma, o que foi filosofia, tornou-se em filologia». (*Epistola CVIII*.)

Em outras passagens, condenando o luxo e os desmandos sensuais da sua época, se refere Seneca aos escravos do ventre que, como Salústio, quer que «sejam contados entre os animais inferiores e não entre os homens» e lembra que «em tempos mais simples não havia necessidade em tão larga escala de tantos médicos supranumerários, nem de tantos instrumentos cirúrgicos, nem de tantas caixas de drogas. A saúde era simples por uma razão simples. Muitos pratos trouxeram muitas doenças. Note-se que vasta quantidade de vidas um estômago absorve--devastador da terra e do mar. Não é de espantar que em tão discordante dieta a doença varie incessantemente... contem os cozinheiros e não mais se espantarão do número incontável das doenças humanas.»

Por êsse mesmo tempo Musónio Rufo, outro filósofo eminente, sectário também do melhor estoicismo, declarava «brutal» o uso da carne, «sómente próprio de animais selvagens, pesado e empecendo o pensamento e a inteligência. Os vapores que dele vem são túrbidos e escurecem a alma, de modo que os que dele partilham abundantemente mostram-se os mais lentos em apreender.»

Mas para que alongar-nos em citações de nomes e rememoração [12] de doutrinas dos filósofos e moralistas do classicismo greco-romano, que condenou por nocivo à justiça e ao entendimento o carnivorismo? Para que, se um só homem nessas horas remotas de extrema actividade mental e da mais exaltada sensibilidade moral, pôde por honra da espécie e glória da humanidade resumir todo o problema dietético com uma profundidade exaustiva e uma lucidez inexcelsível que os apóstolos da sua doutrina até hoje tem invocado como um evangelho a que a experiencia de muitos seculos pouco ou nada acrescentou?

Leiam-se as obras morais de Plutarco, que viveu do primeiro ao segundo século da era cristã. São um monumento, até hoje e por certo para sempre inabalável, da dignidade humana. Lá encontraremos a causa do vegetarianismo posta em termos de tal evidencia que constituem como a razão ultima da sua legitimidade e do seu valor moral, religioso e fisiológico.

Perguntas-me, diz Plutarco, «por que motivos Pitágoras se absteve de se alimentar com a carne dos animais. Pela minha parte, pasmo de que espécie de sentimento, espirito ou razão estava possuido aquele que primeiro poluiu a sua boca com sangue e consentiu que os seus lábios tocassem a carne dum ser assassinado,

que espalhou sôbre a sua mesa os membros despedaçados de corpos mortos e pediu como alimento quotidiano e prato delicado o que ha pouco era um ser dotado de movimento, de percepção e de voz?...

«Que luta pela existência ou que excitada loucura incitou a enospar em sangue as tuas mãos, a ti que tens sempre abundancia de todas as coisas necessárias para viveres? Porque desmentes a terra como se ela fosse incapaz de te alimentar e nutrir? Porque atormentas Ceres que humaniza, e desonras as doces e suaves dádivas de Baco, como se não tivesses nelas o bastante? Não te envergonhas de misturar o assassinio e o sangue aos seus frutos benéficos? Chamas selvagens e ferozes outros carnivoros, os tigres, os liões e as serpentes, enquanto manchas no sangue as tuas mãos e em espécie alguma de barberie lhes ficas inferior. E para eles, todavia, o assassinio é apenas o meio de se sustentarem; para ti, é uma lascivia supérflua. De facto, não são liões e lobos que nós matamos para comer como em defeza própria o poderíamos faser--pelo contrário deixamo-los incólumes; e entretanto, aos inocentes, aos mansos, aos que não tem auxilio nem defesa,--a esses perseguimo-los e matamo-los, àqueles que a natureza parecia ter dado vida para sua beleza e graça...

[13]

«Nada nos perturba, nem a beleza encantadora das suas formas, nem a dorida doçura da sua voz e do seu grito nem a sua inteligencia, nem a pureza da sua dieta nem a superioridade do entendimento. Só para ter um pedaço da sua carne, privamo-los da luz do sol, da vida para que nasceram. Tomamos por inarticulados e inexpressivos os gritos de queixume que eles soltam e voam em todas as direcções; quando na realidade são instâncias e suplicas e rogos que cada um deles nos dirige dizendo:--Não é da verdadeira satisfação das vossas reais necessidades que queremos livrar-nos mas da complacente luxuria dos nossos apetites.»

Depois de mostrar com uma nitidez que é uma antecipação da sciencia contemporânea como o carnivorismo não pode justificar-se pela anatomia do homem, sem dentes nem garras nem boca nem intestinos que tal processo de nutrição suponham ou autorizem, Plutarco aponta os subterfugios de que nos servimos para consumir o nosso crime contra a natureza. Porque não fazes como o lião e o tigre, pergunto, e não arrancas o coração á tua vitima? «Nem mesmo depois que foi morta a comerás como veio do açougue. Has-de fervê-la, assá-la e inteiramente a transformarás pelo fogo e pelos condimentos. Completamente alteras e disfarças o animal morto, usando dez mil ervas doces e especiarias, para que o vosso paladar seja enganado e se prepare para receber o alimento que não é natural. Foi uma admoestação própria e sagaz a do espartano que comprou um peixe e o deu ao cozinheiro para o preparar. Quando este lhe pediu manteiga e azeite e vinagre, respondeu-lhe:--Se eu tivesse tudo isso não tinha comprado o peixe...

«A tal ponto fazemos do sangue uma luxuria que chamamos à carne *delicadeza* e logo reclamamos delicados condimentos para essa mesma carne e misturamos azeite e vinho e mel e molhos e vinagre e todas as especiarias da Síria e da Arábia, de todo o mundo, como se estivéssemos a embalsamar um cadáver humano. Depois que todas estas substâncias heterogêneas se misturaram e dissolveram e até certo ponto se corromperam,<sup>[A]</sup> cabe sem dúvida ao estômago assimilá-las, se poder. E posto que isso possa no momento fazer-se, a sua consequencia natural é a variedade de doenças produzidas pelas digestões imperfeitas e pela repleição...

[14]

«Não é só contra a natureza da nossa constituição física o uso da carne. O espírito e a inteligência tornam-se pesados pela supreabundância e pela repleição; é possível que a carne e o vinho tendam a dar robustez ao corpo, mas para o espirito trazem sómente fraqueza.

«Além e acima de todas estas razões, não parecerá admirável criar hábitos de filantropia? Quem é tão bondoso e gentil para os seres duma outra espécie inclinar-se-á algum dia a injuriar o seu próprio gênero? Lembro-me de ter ouvido em uma conversação, como dito por Xenócrates, que os atenienses impunham penas a quem esfolasse viva uma ovelha. Aquele que tortura um ser vivo é um pouco pior, parece-me, do que aquele que sem necessidade priva da vida e mata rapidamente. Temos, ao que parece, mais clara

percepção do que é contrário à propriedade e ao costume do que daquilo que é contrario à natureza...»

Com Plutarco, o vegetarianismo, ou melhor, a condenação do carnivorismo passou a ser nas preocupações morais do homem culto um caso julgado, eloquentemente e inabavelmente julgado. Os que se lhe seguiram, e são legião de gênios e de santos, nada acrescentaram às razões basilares dos seus princípios dietéticos, embora brilhantemente os interpretassem e devotadamente os praticassem em um apostolado verdadeiramente religioso, através de todas as contrariedades e adversidades. Os padres da igreja cristã primitiva, quando ela ainda se encontrava em toda a pureza, não se esqueceram, como não podiam esquecer-se, de verberar rigidamente as crueldades e a insânia do carnivorismo. E os filósofos estranhos ao cristianismo e até mesmo os que o combatiam mas que vinham repassados do platonismo helênico não foram menos ardentes na flagelação d'aquêle vicio a todos os respeitos mortal.

[15]

Dêstes é notável pela solidez e desenvolvimento da argumentação que emparelha a de Plutarco na repulsão do carnivorismo, Porfirio da Alexandria, homem extraordinário, discípulo de Plotino. Santo Agostinho coloca-o acima de Platão.

Para êsse tambem o vegetarianismo era salvação de muita angústia e tormento, desde que nem o médico nem o filósofo nem o atleta se atreviam a afirmar que a dieta carnívora era melhor para a saúde e para o vigor.

Sendo assim, «porque», dizia, «não nos revoltamos e libertamos duma supreabundância de inquietações? Para aquêle que se habitua a contentar-se com o menor luxo, será isso a redenção não de uma mas de mil inquietações--dos serviços de criados em excesso, duma multidão de variados estorvos, dum estado físico de letargia e depressão, dum número infinito de doenças severas, da necessidade dos médicos, do incentivo à devassidão, de pesadas imaginações, de desordens infinitas e superfluas, dos ferros de grosseiros hábitos do corpo, dos excesso de fôrça física excitando a actos de violência--em suma, duma Iliada de males. De tudo o que o alimento inocente que não rouba a vida e que a todos é fácilmente acessível nos liberta, dando paz à alma enquanto oferece ao corpo meios de saúde. «Não é dos que comem o grão», diz Diógenes, «que vem as guerras e a pirataria; mas é dos que comem carne que vem os tiranos e os opressores».

E diz também: «Deixo de insistir no facto de que, se nos pozermos na dependencia do argumento da necessidade ou da utilidade (do carnivorismo), não podemos deixar de admitir por implicação que nós mesmos fomos criados só por causa de certos animais destruidores, como os crocodilos, as serpentes e outros monstros, porque não recebemos dêles o menor benefício. Pelo contrário, são eles que apanham, destroem e devoram os homens que encontram--fazendo o que não procedem de modo algum menos cruelmente do que nós. De resto, eles são assim selvagens por necessidade e fome; e nós por insolente lascivia e luxuriosos prazeres, divertindo-nos, como usamos no circo e nos morticínios da caça. Em tais acções fortificamos em nós uma natureza bárbara e brutal que torna os homens insensíveis ao sentimento da piedade e compaixão. Aquêles que primeiro perpetraram essas iniquidades fatalmente entorpeceram a parte mais importante da alma. Por isso é que os discípulos de Pitágoras consideram a bondade e a graça com os animais inferiores um exercicio de filantropia e graça».

[16]

Com Porfirio fecham-se as lições magnificas de vegetarianismo que a antiguidade nos legou.

Seguem-se-lhe na ordem cronológica as desordens e violências da idade média, o desabar dum mundo em grande parte caduco e a anciedade duma renovação que sabe mal os seus trâmites e anciosamente os procura. Mas nem assim, nem em meio dessas ruínas e tumulto, o vegetarianismo será uma doutrina morta. Aqui e além sentimos-lhe as palpitações; nas homílias dum João Crisóstomo cujos ascetas não conheciam entre si, segundo a expressão do Santo, «nem os rios de sangue, nem a matança e nem o cortar da carne no açougue, nem cozinhas delicadas, nem o peso da cabeça, nem as exalações horríveis dos manjares carnívoros e os fumos

desagradáveis das cozinhas»; nas comunidades dos cataros perseguidos pela igreja católica, que nem mesmo perante o cadafalso se sujeitaram a matar um frangão, quando em 1052, em Goslar, eram enforcados; e Deus sabe em quantas ermidas, nas quais os revoltados contra a ortodoxia eclesiástica que na solidão procuravam refugio das torturas que os ameaçavam, guardavam as melhores tradições dos paulicianos e dos albigenses, esperando no futuro melhor religião e mais pura moralidade. Pelo que toca à superioridade moral dos seus preceitos anti-carnívoros, êsses herejes, que assim se chamavam e como tais eram martirizados, até entre os seus cruéis inimigos encontraram quem lhes fizesse justiça. S. Bernardo foi um dos que condenando os crimes e as imoralidades da ortodoxia do seu tempo reconheceu virtude em uma dieta anti-carnívora.

No século XVI entramos na renascença e com ela, reatado o fio da cultura antiga, dá sinais de vida o senso moral que em tal agudeza sentimos nos primeiros tempos do império romano. <sup>[17]</sup>

Vem o *Compêndio da Vida Sóbria* do celebre Cornaro que, fraco e arruinado aos trinta anos por excessos de gula, consegue prolongar a vida além dos cem por uma dieta rigorosa. Vem a *Utopia* de Tomás Moore, a cujo povo modelo não era permitido acostumar-se a matar os animais «pelo uso dos quais julgavam que a clemência, a mais graciosa afeição da nossa natureza decaía e morria». E vem finalmente a ressurreição plena da filosofia humanitária em Miguel de Montaigne.

Grande leitor de Plutarco, seu legitimo discípulo, Montaigne renova brilhantemente as exortações do mestre contra as intoleráveis crueldades do carnivorismo.

«Pela sua parte», disse, «nunca foi capaz de vêr sem desgosto perseguir e matar um animal inocente e sem defesa, do qual não havíamos recebido mal ou ofensa. Quando um gamo, como vulgarmente acontecia, esfalfado e sem fôrças, sem outro recurso, se prostrava e rendia, como se pelas lágrimas pedisse misericórdia aos seus algozes, sempre lhe pareceu um desagradável espectáculo. Raro ou nunca apanhou vivo um animal que não o restituisse à liberdade. Pitágoras tinha o costume de comprar para o mesmo fim aos passarinheiros e aos pescadores as suas vítimas. As disposições sanguinárias relativamente aos outros animais demonstram uma crueldade natural com a nossa própria espécie. Desde que em Roma se habituaram ao espectáculo da chacina dos outros animais, passaram à dos homens e dos gladiadores. Temia que a natureza tivesse dado certo instinto de desumanidade às inclinações humanas. Ninguém tira prazer de vêr os outros animais alegres e afagando-se; e ninguém deixa de se alegrar vendo-os desmembrados e feitos em pedaços.»

Repetindo o exemplo de Plutarco, Montaigne considera um caso de consciência mandar para o matadouro a vaca que tantos anos nos serviu. Com Plutarco e Porfírio aponta os prejuizos sobre as faculdades mentais das raças não humanas, insistindo em que a diferença é de grau e não de espécie. «Platão» diz, «no seu quadro da Idade d'Oiro conta entre as principais vantagens dos homens d'aquê tempo o comércio que êles tinham com os outros animais, investigando, instruindo-se e aprendendo as suas verdadeiras qualidades e as diferenças entre nós e êles, pelo que adquiriam um perfeitíssimo conhecimento e inteligência e dêste modo fizeram as suas vidas mais felizes do que a nossa. Isto digo com o fim de nos fazer retroceder e juntar-nos á multidão. Não estamos nem acima nem abaixo do resto. «Quantos estão sob o céu» diz o sábio judeu, «sofrem igual lei e destino.» Ha certa diferença, ha ordens e gráus, mas acham-se sob o aspecto duma única e igual natureza.» <sup>[18]</sup>

Depois de Montaigne, é Pedro Gassendi que repete as lições de Plutarco, enquanto medita a *Vida e Moral de Epicuro* que sabiamente traçou, encontrando, como este, «o bem supremo, *summum bonum*» no seu pequeno jardim. E logo após a sua morte, dentro de poucos anos, nasce Hecquet que por sua vez, no seculo XVII vinha acrescentar à Bíblia Vegetariana páginas definitivas.

A êsse notável reformador da arte médica parecia «incrível a soma de prejuizos que se deixaram trabalhar em favor da carne, quando tantos factos se opõem à pretensa necessidade do seu uso».

Renova todo o argumento fisiológico contra a dieta carnívora e, citando numerosos exemplos de homens eminentes e de nações que em todos os tempos a condenavam, observa com muito particular e inatacável sagacidade que «está provado que não é difícil sustentar sem carne os animais que vivem de carne, enquanto é quási impossível alimentar com carne aquêles que vivem ordinariamente de substâncias vegetais».

Grande época de moralistas, o século XVII não deixaria escapar sem reflexão os problemas morais da dieta, e de facto os julgou com a severidade que uma sã moral reclama. Onde se insinuarem sentimentos de simples justiça, à parte mesmo toda a exaltação religiosa ou qualquer frouxa inspiração de poesia, logo a baixeza do carnivorismo será apontada e castigada como infração de princípios supremos.

Bernardo de Mandeville, que nasceu em 1670, comenta nestes belos termos os hábitos carnívoros que ao tempo deveriam estar em plena expansão entre nobres e gente abastada:

«Muitas vezes pensei que, se não fosse pela tirania que o costume exerce em nós, os homens duma natureza medianamente boa nunca se reconciliariam com a acção de matarem tantos animais para seu sustento quotidiano, enquanto a liberalidade da terra tão abundantemente lhes faculta as delicadas variedades de vegetais. Sei que a razão nos provoca a compaixão mas frouxamente, e por isso não me admira que os homens sejam tão desapiedados com criaturas imperfeitas como o caranguejo, a ostra, a ameijoia e, em geral, todo o peixe, porque são mudas e o seu intimo e a sua configuração externa largamente diferem de nós. Para nós, exprimem-se ininteligivelmente, e por conseguinte não é de estranhar que a sua dôr não afecte o nosso entendimento que ela não alcança; pois coisa alguma nos move mais seguramente à piedade do que os sintomas de miséria que ferem imediatamente os nossos sentidos. Encontrei comovendo-se com o rumor que uma lagosta faz quando a espetam gente que com prazer mataria meia dúzia de aves.

[19]

«Animais perfeitos como as ovelhas e os bois, nos quais o coração, o cérebro, e os nervos diferem tão pouco dos nossos, e a separação do sangue e do espírito, os órgãos dos sentidos, e por consequência o próprio sentimento, são os mesmos que são em criaturas humanas, não posso imaginar como um homem que não esteja endurecido no massacre e no sangue pôde vêr indiferente a sua morte e as agonias em que ela se consuma.

«Em resposta a isso, a maior parte das pessoas julgarão suficiente dizer que, tendo sido feitas as *coisas* para utilidade do homem, não pôde haver crueldade em dar às criaturas o uso para que foram designadas. Mas tenho ouvido esta réplica, enquanto a natureza íntima de quem a deduz lhe acusa a falsidade da asserção.

«Se não foi criado num açougue, não haverá numa multidão um homem entre dez que por sua vontade escolhesse entre todas as profissões a de magarefe; e pergunto se sequer alguém matou pela primeira vez sem relutância uma galinha.

«Alguns não podem resolver-se a provar de quaisquer criaturas que tenham visto todos os dias e que conhecessem quando estavam vivas. Outros não levam os escrúpulos além daquelas criaturas que viram todos os dias e conheceram enquanto vivas e lhes pertenciam. Outros limitam esses escrúpulos ás suas próprias aves, e recusam-se a comer daquelas que sustentaram e cuidaram. Todavia, todos se alimentam, sem remorsos e de coração leve, de carne de caça, de carneiro e de aves quando foi comprada no mercado. Neste procedimento, imagino, transparece qualquer coisa como a *consciência da culpa*; parece que se esforçam por se salvarem da imputação dum crime (cujas ligações percebem) afastando de si quanto possível a respectiva causa. E nisso descubro vivos sinais da primitiva piedade e inocência, que o poder arbitrário do costume e a violência da luxúria ainda não foram capazes de conquistar.»

[20]

Por êste mesmo tempo de Bernardo de Mandeville, no período tão fecundo de renovação religiosa e filosófica que vai do meiado do século XVII ao meiado do século XVIII, o respeito da vida dos animais inferiores encontrou invariavelmente defensores convictos

nos melhores espíritos da época. Wesley foi um dêsses e Pope, o célebre poeta inglez, recordando lições do «excelente Plutarco» que, dizia, «tinha mais impulsos de boa natureza nos seus escritos do que qualquer outro autor de que se lembrasse», repete-lhe os conselhos analisando e condenando os costumes sanguinários de então que, como hoje, passavam para o maior número por admirável destreza física e modos sãos e legítimos de existência moral e fisiológica.

«Não posso imaginar extravagante», escreveu Pope, «que o género humano seja, relativamente, menos responsável pelo mau uso do seu domínio sôbre as camadas inferiores dos seres do que o é pelo exercício da tirania sôbre a sua própria espécie. Quanto mais completamente a criação inferior se encontra submetida à nossa força mais responsáveis deveremos ficar pelo seu mau govêrno; por maioria de razão se deve considerar esta responsabilidade, visto que a própria natureza dos animais inferiores os torna incapazes de receberem em outro mundo qualquer recompensa dos máus tratos que sofrerem nêste. É de notar que os animais nocivos, com mais poderosas qualidades para nos fazerem mal, evitam naturalmente os homens e nunca nos ofendem senão provocados ou coagidos pela fome... Não parece fácil defender meramente por *sport* a destruição de qualquer coisa que tenha vida. Todavia as crianças são educadas nesta ideia e um dos primeiros prazeres é a licença de infligir penas a animais sem defeza. Mal nos tornamos sensíveis ao que a vida é para nós, fazemos um passatempo de a roubarmos aos outros... Quando crescemos e nos fazemos homens, temos outra série de passatempos sanguinários, particularmente a caça. Não ousou atacar um divertimento que tem a sustentá-lo tal autoridade e costume; mas consintam-me que tenha a opinião de que a agitação daquêlê exercício, com o exemplo e o número dos caçadores, contribue não pouco para resistir áqueles impulsos que a compaixão naturalmente sugere a favor dos animais perseguidos.»

[21]

«Mas se os nossos *sports* são destruidores, muito mais o é a nossa gula e duma fôrma muito mais desumana. As lagostas assadas vivas, os porcos fustigados até à morte, as aves amanhadas, são testemunho da nossa luxúria. Aquêles que, na frase de Sêneca, repartem a vida entre uma consciência ambiciosa e um estômago enauseado, teem a justa recompensa da sua gula nas doenças que ela acarreta. Porque os selvagens humanos, como os outros animais bravios, encontram ratoeiras e venenos nas provisões da vida e enganados pelo apetite correm à propria destruição. Não conheço nada mais repelente do que o aspecto duma das suas cozinhas coberta de sangue onde se ouvem os gritos dos seres que expiram em torturas. Dá-nos a imagem da caverna dum gigante nos romances, juncada de cabeças dispersas e membros lacerados daquêles que a sua crueldade chacinou.»

Com tão bons guias, chegaremos ao humanismo do século XVIII que Rousseau e Voltaire consubstanciaram maravilhosamente.

Voltaire, no *Dicionário filosófico*, discorrendo sôbre a palavra carne, escreveu:

«Sabe-se que Pitágoras, que estudou com os brahmanes a geometria e a moral, adoptou a sua doutrina humana e trouxe-a para a Itália. Muito tempo a seguiram os seus discipulos: os célebres filósophos Plotino, Jâmblico e Porfírio, recomendaram-na e até mesmo a praticaram, posto que seja muito raro fazer aquilo que prérgamos. A obra de Porfírio sôbre a abstinência de carnes animais, escrita pelo meiado do nosso terceiro século, é muito estimada dos eruditos mas não fez mais discipulos entre nós que o livro do médico Hecquet. É em vão que Profírio propõe para modelos os brahmanes e os magos persas de primeira classe que tinham horror ao costume de engolfar nas suas entranhas as entranhas das suas criaturas. Não é seguido hoje senão pelos padres da Trapa. O escrito de Porfírio é dirigido a um dos seus discipulos, Firmus, que, diz-se, se fez cristão para ter a liberdade de comer carne e de beber vinho. Adverte a Firmus que abstendo-nos da carne e dos licores fortes conservamos a saúde da alma e do corpo, vivemos mais tempo e com mais inocência. Todas estas reflexões são dum teólogo escrupuloso, dum filósofo rígido e duma alma doce e sensível. Julgariamos ao lê-lo que êste grande inimigo da Igreja é um padre da Igreja. Considera os animais como nossos irmãos porque são animados como nós, porque

[22]

teem os mesmos princípios de vida, porque teem, assim como nós, ideias, sentimento, memória, engenho. Só lhes falta a palavra. Se a tivessem, ousaríamos matá-los e comê-los? Ousaríamos cometer fratricídios? Qual é o bárbaro que poderia assar um cordeiro, se êsse cordeiro nos conjurasse por um discurso comovedor a que não fôssemos ao mesmo tempo assassinos e antropófagos? Este livro prova pelo menos que entre os gentílicos houve filósofos da mais austera virtude; mas não conseguiram prevalecer contra os magarefes e os glutões. A gula, o jôgo e a preguiça baniram do mundo toda a virtude.»

Ao mesmo tempo que Voltaire, Rousseau fazia suas ideias de Plutarco sôbre o regime alimentar; e proclamando-as com a violência habitual do seu carácter, com aquela mesma impetuosidade que incansavelmente empregou em fustigar a depravação do seu tempo e em incitar a uma regressão salutar ao contacto e à simplicidade da natureza, inscreveu o vegetarianismo entre os artigos da nova fé. Sobretudo na educação da criança quer que rigorosamente o vegetarianismo prevaleça porque uma das provas de que o sabor da carne não é natural ao homem é a indiferença das crianças por este gênero de alimento e a preferência que elas dão aos alimentos vegetais como as sopas, as massas, os frutos, etc.<sup>[B]</sup> É de suprema importância que não se lhes desnature o gôsto primitivo e não se tornem carnívoras, senão por motivos de saúde, pelo menos por causa do carácter. Porque, seja qual fôr a explicação da experiência, é certo que os grandes comedores de carne são, em geral mais cruéis e ferozes do que os outros homens. Esta observação é verdadeira em todos os lugares e em todos os tempos. É bem conhecida a grosseria inglesa. Os gauros, pelo contrário, são os mais gentis dos homens. Todos os selvagens são crueis, e não é a sua moral que os leva a isso; a sua crueldade provém do seu alimento. Vão para a guerra como para a caça e tratam os homens como tratam os ursos. Mesmo na Inglaterra os magarefes não são admitidos como testemunhas legais, assim como os cirurgiões. Os grandes criminosos endurecem-se para o assassinio bebendo sangue. Homero representa os ciclopes, que eram carnívoros, como homens terríveis, e os lotófagos como um povo tão doce que mal alguém tinha comércio com êle, logo esquecia tudo e a sua pátria para viver com êle... Já se viu alguém aborrecer o pão e a água? Veja-se o cunho da Natureza! Veja-se aí pois uma regra de vida. Conservemos na criança pelo mais largo tempo possível o seu gôsto primitivo; deixemos que o seu alimento seja simples e vulgar; façamos que o seu paladar sómente se familiarize com os aromas naturais e que não se forme gôsto algum exclusivo... Algumas vezes observei a gente que dá importância a *viver bem*, que pensa, mal acorda, no que ha-de comer durante o dia e descreve um jantar com mais exactidão do que Políbio usa na descrição duma batalha. Pensei que todos esses chamados homens eram apenas crianças de quarenta anos, sem vigor e sem consistência. A gula é o vício das almas que não teem fundo. A alma do glutão está no seu paladar. Veio ao mundo para devorar. Na sua estúpida incapacidade, só à mesa está à vontade. A sua capacidade de julgar limita-se às suas iguarias.»

[23]

Um Shelley, um Lamartine, um Michelet ou um Gleizès tiveram na verdade bem desbravado o terreno para deixarem voar livres os seus sonhos duma nova existência toda de pureza que aborrecesse a carnificina e o sangue onde quer que os encontrasse, na floresta, no lar ou no campo da batalha, e sómente alimentasse o corpo e a alma nos inocentes e perfumados frutos da terra. O desenvolvimento do vegetarianismo no século XIX, a discussão e consolidação da sua doutrina e o derramamento da sua prática, não serão já a aspiração de gênios privilegiados mas o patrimônio comum de milhares e milhares de espíritos esclarecidos e de corações exaltados em amor. Convinha que assim acontecesse, desde que uma vaga de libertação da humanidade, sem precedentes na história, nos punha deante de Deus, da natureza e do dever desprendidos de todo o estôrvo da opressão do costume e das tiranias sectárias. Mas não será em vão que os mais bem inspirados combatem pelo advento do novo reino. A liberdade de proceder não significa o domínio e a supressão da ruindade. O que nesse campo havia e ha a conquistar e é o legado funesto de gerações sôbre gerações de crueldade, é infinito. O que se conquistou é minimo relativamente ao que importa conquistar.

[24]

Por isso um homem como Wagner descerá do altíssimo pedestal

a que o próprio talento e a fama o ergueram e virá com os mais humildes exortar os infieis e os ignorantes a iniciarem a sua redenção no vegetarianismo.

Lichtenberger, no seu excelente estudo de Ricardo Wagner como poeta e pensador, expõe-nos nestes termos as ideias daquêlê soberbo gênio sôbre o vegetarianismo, particularmente sôbre a importância que ele lhe atribuía na regeneração física e moral das sociedades humanas.

A citação será longa mas convém que se faça, é indispensável, aponta dados primaciais do problema:

«Se consideramos primeiro a evolução humana como fenômeno fisiológico, verificamos, segundo Wagner, que duas causas trouxeram a degeneração da raça branca: a má alimentação, que do homem primitivamente frugívoro fez um carnívoro, e a mistura das raças que profundamente alterou o temperamento primitivo e as virtudes hereditárias dos antigos arias. Estas duas causas tem por efeito uma alteração do próprio sangue entre os povos modernos e em particular no povo alemão, alteração que deve ser considerada como a razão fisiológica, como o princípio inicial da corrupção profunda que hoje aparece no seio das nações europeias.

[25]

«O homem natural, inocente e feliz, de que Wagner traçara outrora a imagem ideal no seu moço Siegfredo, não mais se concebe agora (nesta época da sua vida) sob as linhas do germânico belo e vigoroso, sempre pronto para a guerra e para as aventuras, belicoso pelo prazer de medir suas fôrças com os rivais, e inacessível ao temor. É agora o índio dos tempos primitivos, o índio morigerado e reflectido por uma religião de suavidade: «Uma natureza generosa lhe oferecia o que era necessário para satisfazer as necessidades da vida; a vida contemplativa, a meditação séria podia levar estes homens, livres de todo o cuidado da sua sustentação, a reflectirem profundamente sobre a natureza deste mundo onde, como a experiência passada lhes havia mostrado, reinava a indigência, o cuidado, a dura necessidade do trabalho e mesmo da luta e do combate para a posse dos bens materiais. Ao brahmane, possuído do sentimento de ter em certo modo entrado em uma vida nova, o guerreiro parecia-lhe necessário como guarda da segurança exterior e por esta razão também digno de piedade; o caçador, pelo contrário inspirava-lhe um horror profundo e o carrasco dos animais domésticos parecia-lhe inconcebível». Estes homens de costumes tão doces sabiam todavia dar provas duma fôrça dalma sem igual, quando disso era ensejo próprio: nenhuma tortura, nenhuma promessa pôde jámais obriga-los a renunciarem á sua fé religiosa; e Wagner cita com admiração a história comovente de tres milhões de índios que, por ocasião duma fome causada pelos especuladores ingleses, preferiram morrer de fome a tocar nos seus animais domésticos. Mas o homem primitivo, vegetariano e manso, que recusa derramar o sangue dos seus semelhantes e o dos seus irmãos inferiores, os animais, degenera pouco a pouco sob a pressão das circunstâncias exteriores. Transportado, no correr das emigrações, para climas menos clementes, torna-se caçador e carnívoro, para escapar á fome; aprende a alimentar-se com a carne dos animais domésticos. Desde os primeiros tempos da história, vemo-lo transformar-se assim em um animal de prêsa ávido de sangue e por fim deleitando-se em matar, não só para satisfazer a fome mas pelo prazer de matar. Este animal de prêsa conquista vastas províncias, subjuga raças frugívoras, funda por guerras sucessivas grandes impérios, dita leis e cria civilizações para gozar em paz da sua rapina. Hoje é mais perigoso e mais sanguinário do que nunca; aperfeiçoou dum modo terrível os engenhos de destruição, exgota-se em armamentos estéreis e vive num estado de *paz armada* periodicamente interrompida por carnificinas medonhas. Depois, ao lado do homem de prêsa militar desenvolveu-se no correr dos séculos o homem de prêsa especulador, tão de temer e tão mortífero posto que menos bravo do que o primeiro, e cuja acção devastadora se exerce sem interrupção sobre a massa do povo que êle votou á miséria e à ruína. Mas se o homem de prêsa domina o mundo como a fera reina na floresta, é como ela degenerado: «Do mesmo modo que o animal de prêsa não prospera, diz Wagner, do mesmo modo vemos o homem de prêsa vitorioso finir-se lentamente. Por causa do alimento contra a natureza que êle usa, é vítima das doenças que só nêle aparecem, e nunca alcança nem o termo normal dos seus dias

[26]

nem uma morte doce: sob o agulhão de sofrimentos e de torturas que só êle conhece e que lhe ferem o corpo como a alma, apressa-se através duma vida de agitações vãs, para um fim sempre terrível».

«Mas do mesmo modo que o homem primitivo, colocado em circunstâncias desfavoráveis, teve de trocar a alimentação vegetal pela alimentação animal, do mesmo modo poderá, quando tiver consciência da sua miseria e souber reconhecer como seus todos os sofrimentos dos homens e dos animais, voltar por um esforço de vontade a uma alimentação exclusivamente vegetal. Só por tal preço pôde esperar a regeneração. Assim não se deixará desanimar nesta empresa por nenhuma dificuldade de ordem prática. Wagner considera como uma verdade experimental demonstrada que o homem pode amoldar-se a um regime vegetariano em todas as latitudes. Mas não hesita em declarar que no caso em que se reconhecesse a necessidade duma alimentação animal nos climas do norte, as raças superiores deveriam emigrar sistematicamente para regiões mais favorecidas do sol. Desde já considera como instituições de salvação as ligas de vegetarianos, as associações para a protecção dos animais e as associações de temperança que procuram libertar o homem da tirania medonha do álcool. Quando estas associações fracas, desprezadas e hoje um pouco ridículas, tiverem mais inteira consciência do fim sublime que teem em vista e se apresentarem ao público não como modestos apóstolos dum mediocre pensamento utilitário mas como os missionarios da doutrina da regeneração, poderão tornar-se os instrumentos eficazes da redempção do mundo moderno.»

[27]

Eis aí o que Wagner pensava do vegetarianismo, da alta missão social que lhe está guardada e da influência fundamental que tem na moralidade das raças. E pronunciando o seu nome desnecessário se torne lembrar em que assombrosas faculdades esta doutrina encontrou protecção e impenetrável escudo.

Acrescentemos ainda a essa voz de excepcional poder mais um depoimento. É o de E. Réclus.

O seu talento, o seu saber, os seus infinitos conhecimentos da terra e dos homens as suas virtudes morais, a sua sinceridade, a sua inteireza e a sua coragem que ele sujeitou às mais crueis provações e que de todas saíram vitoriosas, a sua própria experiência do vegetarianismo que praticou durante mais de sessenta anos consecutivos e que não o impediu de morrer com mais de oitenta duma vida de trabalho infatigável e de ardente apostolado, todas estas e muitas outras circunstâncias congêneres lhe dão um lugar privilegiado que convém respeitar, não por sua glória que do nosso humilde respeito não carece, mas por nosso interesse que do seu conselho não pôde prescindir.

«Não era químico nem doutor», confessa, «não mencionará nem o azote nem a albumina, nem reproduzirá as fórmulas dos analistas mas contentar-se-á simplesmente dizendo as suas impressões pessoais que de resto coincidem com as de muitos vegetarianos.» Foi virtualmente um vegetariano desde criança. Uma pessoa de familia mandou-o um dia ao açougue buscar um pedaço de carne, e perante os horrores que lá viu, desmaiou. Ouvia que o dono do talho o trouxera a casa sem sentidos. Foi esse o seu baptismo vegetariano. Não o aprendeu nas academias, nos hospitais ou nos laboratórios. Nasceu-lhe no coração.

«Cada um de nós», diz Réclus, «especialmente aquêles que viveram em um canto da província, muito longe das cidades vulgares ordinárias, onde todas as coisas estão metodicamente classificadas e disfarçadas,--cada um de nós tem visto alguma coisa dessas barbaridades cometidas pelos que comem carne contra os animais que êles comem. Não ha necessidade de ir a nenhuma Porcopolis da América do Norte ou a uma *saladera* de La Plata, para contemplar os horrores dos massacres que constituem a condição primária do nosso alimento quotidiano. Mas estas impressões gastam-se com o tempo; cedem perante a pernicioso influência da nossa educação de todos os dias, que tende a arrastar o indivíduo para a mediocridade, e o despoja de quanto concorra para o tornar uma personalidade original. Pais, mestres, por officio ou por amizade, doutôres, para não falar desta poderosa individualidade que chamamos *toda a gente*, todos trabalham juntos para endurecerem o carácter da criança com respeito a êste «alimento de

[28]

quatro pés» que, todavia, ama como nós amamos, sente como nós sentimos, e sob a nossa influência progride ou retrocede como nós... Não é uma digressão mencionar os horrores da guerra em conjunção com o massacre dos gados e os banquetes carnívoros. A dieta dos indivíduos corresponde exactamente aos seus modos. O sangue pede sangue. Neste ponto, quem rememorar as suas lembranças daquêles que tem conhecido, encontrará que não póde haver dúvida possível quanto ao contraste que existe entre os vegetarianos e os grosseiros comedores de carne--ávidos bebedores de sangue--na amenidade dos seus modos, na gentileza de disposição e regularidade de vida. É certo que estas qualidades não são muito apreciadas daquelas *peessoas superiores* que, não sendo de fôrma alguma melhores que os outros mortais, são sempre mais arrogantes e imaginam que acrescentam a sua importância depreciando os humildes e exaltando os fortes. Para elas, doçura significa fraqueza: os doentes são um tropêço, e seria caridade varrêl-os do caminho. Se não forem mortos, deve-se pelo menos deixar que morram. Mas é justamente esta gente delicada que resiste á doença melhor do que os robustos...

«Seja porém como fôr, apenas digo que para a grande maioria dos vegetarianos a questão não é se os seus biceps e triceps são mais sólidos do que os daquêles que comem carne, nem se o seu organismo está mais apto a resistir aos riscos da vida e às contingências da morte, não é isso o mais importante; para eles o ponto importante é o reconhecimento dos laços de afeição e bôa vontade que unem o homem aos chamados animais inferiores e a ampliação até êsses nossos irmãos do sentimento que já pôz termo ao canibalismo êntre os homens... O cavalo e a vaca, o coelho e o gato, o gamo e a lebre, o feisão e a cotovia, são-nos mais agradáveis como amigos do que como comida. Queremos conservá-los ou como respeitadas companheiros de trabalho ou simplesmente como companheiros na alegria da vida e na amizade.»

[29]

E, chegado a êste ponto, seja-me permitido prescindir das restantes testemunhas que são ainda dezenas e dezenas dos que deixaram o rasto marcado na história da civilização. Prescindo de depoimentos preciosos, prescindo, por agora, da sanção do vegetarianismo pela autoridade de individualidades tão altas como, por exemplo, Leão Tolstoi, para o qual o vegetarianismo é o *primeiro passo*, ou como êsse outro proféta de além-mar, Henrique David Thoreau que julgava «um benfeitor da sua raça» aquêle que ensinasse os homens a limitarem-se a uma dieta mais inocente e salutar do que aquela miserável de degolar cordeiros». Não ignoro que riquezas de elucidação e de exemplo deixo de usar, nem o faço sem mágoa. O meu desejo e o interesse da causa a que tão sinceramente consagro os meus pobres esforços, seria repetir linha a linha e gravar na memória dos que me escutam esse admirável breviário de Howard Williams que tem por titulo *A Etica da Dieta* e ao qual fui beber a maior parte de aquilo que aqui reuni e coligi. Mas o que deixo apontado será por ventura o bastante para a demonstração da tése que me propus defender; e a necessidade de concluir este primeiro ponto das minhas considerações não permite que mais me alongue na apresentação dos documentos em que se fundam.

## II

Disse que o vegetarianismo tem os seus pergaminhos, que possui títulos autênticos de nobreza. Provam-no os documentos que apresentei. A história da civilização registou-lhe a antiguidade; e as virtudes e os merecimentos dos homens eminentes que o serviram pela palavra e pelo exemplo são garantia da sua excelência.

*Quid inde?* Com que direitos e por que trâmites se criou essa nobreza e por que razões ha-de persistir em nossos dias?

[30]

Consideremos por um instante os momentos em que a defesa e a prática do vegetarianismo se mostraram mais calorosas, mais acentuadas nas afirmações e mais disseminadas na acção. Imediatamente se nos revelará o seu carácter e a sua influência na moralidade das raças.

Aparece-nos primeiro o vegetarianismo, claramente definido e apregoado como mandamento essencial de bem viver, na escola de

Pitágoras, na aurora do helenismo, quando ele começou a ter consciência dos seus destinos e a meditar lucidamente nas responsabilidades do homem perante a vida universal.

Renova-se seis séculos mais tarde com Plutarco, quando uma pausa nas disputas do mundo sucedendo à amálgama de diferentes raças e diversíssimas aspirações religiosas em uma só e nova civilização permitiu aos homens que interrogassem o seu íntimo e conhecessem o que queriam da terra e o que lhe deviam, que fins e obrigações os encaminhavam e prendiam.

Pouco depois encontramos-lo em Alexandria onde Porfírio e a pléiade de filósofos que naquelas terras meditava a experiência de quase dez séculos de vida social intensa investigavam as consequências que de aí derivavam para a compreensão d'este pequenino ser que é o homem.

Escurece-se na pulverização do império romano, enquanto o tumulto das guerras e a poeira do desabar de ruínas não consentiam parança em que os problemas morais da nossa vida se traçassem e solvessem. Mas logo a breve trecho eis renascido com Montaigne o vegetarianismo em toda a sua pureza e formosura porque se reatava o fio perdido e quebrado da cultura antiga. Acaricia-o em seguida o humanismo do século XVIII, até que no século XIX lhe abrem de par a par as portas da cidade e porventura lhe dão ingresso no templo os mais venerandos levitas da redenção humana.

Isto é--sempre que as sociedades europeias puderam pelo grau de cultura que atingiam ouvir a voz da consciência moral e prestar obediência aos seus ditames, o vegetarianismo surge e impõe-se como uma lei a que não é permitido esquivar-nos, sob pena de ignominiosa traição do dever e de crueis remorsos. Não é outra a lição da história sobre esta doutrina, nem outra póde ser a interpretação das vicissitudes por que tem do passado, dos entusiasmos que despertou, e dos ódios que o perseguem e da irrepressível expansão que em nossos dias o propaga. É um fenómeno da consciência moral, invariavelmente presente onde quer que a consciência moral assista, seu filho e servo. Não é um devaneio filosófico, questão de sistema ou de lógica, é um acto de religião.

[31]

Por isso teve e tem inimigos, porque não póde dominar sem offender crenças arreigadas e potestades criadas, sem sobretudo escandalizar esse «poder arbitrário do costume e a violência da luxúria» de que falou Bernardo do Mandeville e que encontram na fé vegetariana como uma acusação dos seus crimes e uma ameaça de abolição contra as quais se revoltam.

Singular coincidência! Os apóstolos do vegetarianismo não mereceram em regra as boas graças dos poderes políticos constituídos. São aborrecidos de todos os despotismos. Sendo o vegetarianismo uma doutrina de amor, porventura é odiada de toda a opressão e egoísmo. O certo é que os discípulos de Pitágoras foram perseguidos; Ovídio foi desterrado e Sêneca foi condenado à morte e os cataros sofreram da igreja católica as mais bárbaras crueldades.

Na verdade, significa uma profunda revolução moral com todas as consequências sociais que necessariamente importa. Como tal o devem considerar os que o seguirem, armando-se com a coragem indispensável para afrontarem todas as penas e riscos d'uma revolução. Se os nossos tempos não toleram martírios, nem por isso podem prescindir de tenacidade e firmeza d'animo onde uma grande aspiração se proposer conquistar o seu lugar no mundo.

A tarefa será tanto mais árdua quanto é certo que o vegetarianismo se vê enleiado e combatido por tradições terríveis.

Toda a nossa civilização é filha da civilização romana. Dela viemos e na realidade nela nos mantemos; quanto julgamos progresso não é mais do que o natural desenvolvimento das bases em que ela se fundou. A nossa estrutura mental como a nossa estrutura económica, como, sobretudo os nossos problemas sociais, tudo é a repetição e a ampliação em volume e complexidade do que o romano sentiu, criou e nos legou.

Ora, não nos iludâmos; não há talvez pior inimigo do [32] vegetarianismo do que a cultura latina. Compare-se a civilização latina com as civilizações orientais e a superioridade moral destas últimas imediatamente se nos mostra com evidência. A intemperança, a gula e a crueldade foram vícios caraterísticos do mundo romano, que na escala dos valores morais o deixaram inferior, não já à pureza do budismo, que com êsse o confronto é inadmissível sôb êste aspecto, mas até mesmo à sobriedade e frugalidade do grego, de cuja civilização descendia em linha recta. Aos banquetes de Luculo correspondiam as atrocidades do circo, tal qual como agora a uma hecatombe de vitelas e aves corresponde a embriaguez das touradas. Por todos os lados corre igualmente a jorros o sangue inocente dos mansos animais e nêles se deleitam o nosso ventre, o paladar e os olhos. Parece que há mais de vinte e cinco séculos a nossa raça vive sôb um anátoma irrevogável de crueldade, tanto mais pungente quanto é clara a consciência da maldição que nos atormenta.

Catão, o Censor, diz-nos como orgulhoso do feito que, quando foi cônsul, deixou na Espanha o seu cavalo de guerra para aliviar o tesouro público dêsse encargo. E Plutarco, referindo o facto, acrescenta:--«Se tais coisas são exemplos de grandeza ou de mesquinhez de alma, o leitor que o julgue.»

São exemplos de mesquinhez; sentia-o o historiador tão bem como nós o sentíamos. Mas a enfermidade persiste e até hoje não podemos vencê-la e sob o seu deprimente influxo nos arrastamos. O catonismo tornou-se senão um título pejorativo, pelo menos um estigma de desumanidade. Mas nem por isso condenando-o em palavras, banimos o catonismo dos nossos corações e deixamos de sacrificar á sua desapiiedade soberba tanto os homens nossos irmãos como os animais a que as demências da nossa vaidade passaram diploma de inferioridade.

Dobramos o cabo das Tormentas, escravizámos o índio, e ameaçando a terra, o mar e o mundo, tudo calcámos victoriosos e em nossos triunfos nos glorificámos. Se porém me fosse dado escolher entre a sorte do vencedor e a do vencido, diria, com pena de incorrêr em acusação de traição ao amor da pátria, que a todas as nossas glórias, que são muitas, sem embargo, e brilhantes, eu preferiria que como na Índia do seculo XVIII, trez milhões de portugueses tivessem a coragem, que o índio teve, de preferirem morrer de fome a matar os animais seus companheiros e seus servos e amigos. [33]

Não sei de maior grandeza na história. Não sei de exemplo de mais sublimada moralidade duma raça, de mais grandiosa, perfeita e absoluta imolação ao amor, a este amor que é a essência da vida, a razão de ser da nossa existência, o padrão único por que se póde aferir a grandeza humana, «o comêço de todo o pensamento digno d'este nome» na feliz expressão de Carlyle.

Heroísmo por heroísmo, o d'esses vencidos que maltratámos, foi infinitamente superior às façanhas militares de que tanto nos orgulhamos.

### III

Se porém o vegetarianismo fôsse incapaz de captivar os homens de inteligência lúcida e coração recto só pelo seu valor moral absoluto, pelo que representa como signal da mais alta concepção moral das relações do homem com o universo e particularmente com os seres vivos que nos cercam, não poderia deixar de persuadir os mais rebeldes pela sua influência directa, imediata, como mecânica, na dissipação de flagêlo que presentemente é o maior e mais terrível dissolvente da moralidade das raças--o alcoolismo.

Não é êste o ensejo de nos ocuparmos de semelhante calamidade para afastar a qual todo o esforço será pouco. Mas ninguém d'olhos abertos e medianamente preocupado com a vida das sociedades e a sua fortuna poderá deixar de reconhecer com J. Reinach que, «se a questão do alcoolismo não é toda a questão social, é a mais terrível e a mais grave das questões sociais.»

O que a êsse respeito se passa em o nosso país, não o sei eu. Suponho que será tremendo, a julgar por aquilo que casualmente encontro a cada passo na vida quotidiana, pelo que vejo nas ruas e em todos os ajuntamentos dos dias de descanso, pelo que se ouve nos tribunais onde quási não há crime de violência contra as pessôas que não seja cometido sob a acção próxima ou remota do álcool, pelo movimento dos hospitais onde sob inumeráveis fórmulas essa desgraça vai pedir socorro e o mais das vezes acabar.

[34]

Não o sei. As estatísticas do nosso país são menos do que incompletas ou deficientes a tal respeito; são nada. Parece que tememos saber toda a verdade e preferimos afundar-nos em cegueira total e em criminosa indiferença, embora o exemplo dos demais países nos assegure que não é assim que cada um cumpre o que deve à pátria, à humanidade e à consciência.

Mas conheço um pouco e de verdade certa o que se passa imediatamente em volta de mim, no lugar que habito, e isso basta para me aterrar infundindo-me no espírito as mais lugubres preocupações sobre o futuro da nossa raça.

Pelas estatísticas municipais corrigidas por quem por longa experiência conhece o movimento dos impostos, Aveiro com os seus 10:000 habitantes deverá ter consumido em 1911 (numeros redondos):

1.041:000 litros de vinho comum.

7:500 litros de vinhos licorosos.

11:000 litros de agua-ardente.

Isto equivaleria na mais benigna hipótese a uma despeza de 50 contos de reis e a um consumo de álcool puro de 7,5 litros por habitante, pelo menos. Se nos lembrarmos da soma de mulheres e crianças que se acha incluída nos 10:000 habitantes do total da população da cidade, poderemos fazer uma vaga ideia das percentagens extremas que deve atingir o consumo para os consumidores efectivos e também da precipitação de decadência física, moral e económica que está minando a raça.

Ora eu não posso crêr que Aveiro seja um lugar de maldição no país. Pelo contrário, inclino-me antes a pensar que será uma das terras do país menos desmoralizadas não só neste ponto mas em absoluto. E sendo assim, como tudo leva a crer, poderemos bem imaginar por este minúsculo exemplo em que inferno estamos vivendo, a que penas estamos sujeitando os nossos filhos e o futuro da nossa pátria, que tremendas responsabilidades de ignomínia e de traição não estamos tomando perante a história, porque outra traição mais infame eu não conheço do que aquela que resulta no aviltamento físico e moral dos nossos filhos.

Salvação, se a póde haver, e sem dúvida a haverá porque assim o teem demonstrado os países mais adeantados do que o nosso que conscientes do mal não descansam em lhe acudir com todos os preservativos e remédios que a experiência lhes vai aconselhando, a salvação terá de começar pela propagação do regime vegetariano que em semelhante missão, sem se degradar e antes crescendo as virtudes, passará d'um dever moral imprescindível a uma utilidade social de primeira grandeza.

[35]

«Basta a questão do álcool para que o problema da dieta seja digno da atenção de todos os homens que amem a pátria», escreveu Russel no seu belo livro *Strength and Diet*, hoje um clássico. Se o vegetarianismo é o *primeiro passo*, na opinião de Tolstoi, para a disciplina da nossa vontade na obediência religiosa, é simultaneamente a primeira regra para nos salvar da decadência do corpo e do espírito nêsse *embrutecimento* do álcool como Tardieu lhe chamou, resumindo em uma só palavra as consequências de tal processo de envenenamento dos homens e das raças. Porque *qualis enim esus, talis est potus*; tal comida, tal bebida. Assim o disse ha longos séculos Tertuliano meditando nos trâmites da vida religiosa, buscando os caminhos por que a santidade se alcança; e a sciência dos nossos dias não desmentiu as lucubrações do teólogo. Pelo contrário, absolutamente as confirmou.

Hoje, como então, a carne e o vinho são companheiros e cúmplices nessa embriaguez do nosso sangue e da nossa alma que nos conduz aos infernos de todas as demências e abjecções.

O seu processo na desmoralização das raças é sabido. A atrofia de consciência que é o invariável resultado de todas as intemperanças da gula começará por ser acidental e transitória na sua victima, para em seguida se tornar permanente, constante, ininterrompida por virtude de repetição, e para finalmente se transmitir por hereditariedade a toda a descendência, por isso mesmo que se tornou verdadeiramente constitucional e orgânica.

É n'esta operação de aviltamento da nossa raça que o carnivorismo está colaborando activamente. Combater pelo vegetarianismo é combater o alcoolismo na sua maior fortaleza.

Dos resultados que os nossos esforços, poderão ter em uma tal calamidade dizem as lições que os países estrangeiros nos facultam. Um só exemplo invocarei. Há cerca de cincoenta anos a Suécia tinha uma taberna por 100 habitantes e a Noruega uma por 200. Hoje a Suécia tem uma taberna por 5:000 habitantes e a Noruega uma por 9:000. E isto que é gigantesco como capacidade de redenção dum pôvo, não foi a obra do acaso; foi o produto do método, sistema e energia de vontade que todas as terapêuticas aproveitou. Não se é uma nação civilizada e digna por menor preço.

[36]

[A] Na verdade, os processos de cosinha carnívora não são outra coisa senão processos de corrupção; o alimento será tanto mais saboroso quanto mais perfeitamente se lhe houver dissipado a exalação fetida primitiva. Qualquer dama de mãos mimosas que trinca com delicia uma costeleta coberta de pão e embalsamada em loiro, em cravo, em salsa, em cebola, pimenta e limão, empalidece de nausea sentindo o cheiro do açougue, considera imundicie um pedaço de carne crúa nos seus vestidos e foge mais depressa da praça do peixe do que da montureira que aduba a horta.

[37]

Pelo contrario, na cosinha vegetariana o esmero e a perfeição consistem em conservar inalteravel o sabor proprio de cada alimento. Ninguem jámais teve o capricho de querer cosinhar maçãs para saberem a loiro ou feijões para cheirarem a salsa.

[B] Não acontece isso sómente com as creanças. Na gente do povo, creança tambem pela vitalidade dos instintos primitivos, mostra-se claramente a mesma tendencia. Muitos e muitos que seriam incapazes de roubar de qualquer salgadeira uma grama de toucinho, não resistem á tentação de se aproveitarem do primeiro cacho de uvas que lhes esteja á mão. Os assaltos ás hortas e pomares são frequentes, e de tal forma isso parece estar na ordem natural que grande numero dos homens rudes não lhes associa nem de longe a noção do crime. Longos seculos de corrupção da dieta não conseguiram atrofiar essas tentações d'uma atiguidade biblica, as mesmas que desgraçaram Adão e Eva.

## Livros indispensáveis aos Naturistas

e a todos que desejem cultivar a saúde e a longevidade, praticando racionalmente o frugivorismo (dieta crua), vegetarianismo, higiene natural pelos exercícos normais combinados com os banhos de ar, sol e água, restrição alimentar, etc., em perfeita concordância com a fisiologia animal da humanidade.

### Edições da Sociedade Vegetariana de Portugal:

"O Vegetariano" 1.<sup>a</sup> série, brochado. Muitas informações de vegetarianismo, e receitas de culinária natural, tabelas do valor dos alimentos, leis de saúde e indicações aos principiantes.

Para sócios da S. V. de Portugal	500
Preço geral	700
Encadernação de luxo, respectivamente	800 e 1\$000

"O Vegetariano" 2.<sup>a</sup> série, brochado. 500 páginas de texto. Gravuras em *couché*. Tratado completo de frugivorismo, vegetarianismo, cura natural pela dieta, ar, sol, água, exercíco, etc., fabrico do vinho sem alcool e adubo natural para as terras. O perigo da vacina, do alcoolismo, do tabagismo, do albuminismo ou carnivorismo, etc.

Para sócios da S. V. de Portugal	1\$000
Preço geral	1\$200 1\$400
Encadernação de luxo, respectivamente	e 1\$600

"O Vegetariano" 3.<sup>a</sup> série. Mensário Ilustrado de Naturismo (em publicação). Maior formato, melhor papel e novas secções de propaganda, informando de todo o movimento frugivoro-vegetariano-naturista em Portugal, Brasil e outras nações. Consultório naturista gratuito. Relato pessoal das curas naturais de doenças rebeldes ou crónicas, etc., etc., órgão da S. V. de P. (continente e colónias), assinatura anual (12 números) 1\$000 reis--Brasil (moeda fraca) 3\$500 reis--Outros países 7 frs.

## BIBLIOTECA VEGETARIANA

(Ilustrada com fotografuras)

I-- <b>Vivamos de Frutos</b> , por V. Bruant, trad. do Dr. Amilcar de Souza. Regime frugivoro e estudo sobre frutarismo.	
Para sócios da S. V. de Portugal	200
Preço geral	300
II-- <b>Vinho sem álcool e Pão integral</b> , 12 gravuras. Apreciação pelo Dr. Amilcar de Souza. Indústria e fabrico domestico.	
Para sócios da S. V. de Portugal	200
Preço geral	300
III-- <b>O Vegetarismo e a Fisiologia Alimentar</b> , pelo Dr. H. Collière, de Paris. Trad. de Angelo Jorge. Análise, ao regime misto (carnivorismo) e aos regimes naturais; vegetariano, vegetalino e frugivoro com demonstrações, tabelas, etc., baseando-se nos melhores autores.	
Para sócios da S. V. de Portugal	500
Preço geral	700
IV-- <b>A Questão Social e a Nova Ciência de Curar</b> , por Angelo Jorge. Apreciações aos problemas médico, alimentar e social.	
Para sócios da S. V. de Portugal	
Preço geral	
V-- <b>Dieta Frugívora e Renovamento Físico</b> , pelo Dr. O. L. M. Abramowski, médico do Hospital de <i>Mildura</i> , Austrália. Trad. do Dr. João Volmer. Demonstração prática e racional do frutarismo científico.	
Para sócios da S. V. de Portugal	100
Preço geral	150
VI-- <b>O Naturismo</b> , pelo Dr. Amilcar de Souza. O livro mais notável do século XX, versando todos os assuntos relacionados com a vida humana. Análise racional e soluções naturistas às questões alimentares, higiénicas, médicas, educativas, sociais e humanitárias.	
Para sócio da S. V. de Portugal	400
Preço geral	600
VII-- <b>A base de todas as reformas na alimentação</b> , regeneração física e mental do homem pelo «frugivorismo: notável livro americano de Otto Carqué, esmerada trad. de J. Vitorino Pinto, estudante de medicina.	
Para sócios da S. V. de Portugal	150
Preço geral	200
VIII-- <b>A Saúde e a longevidade</b> . (Um grito de alarme), por J. Bastos. Análise racional aos erros da vida humana <i>civilizada</i> . A saúde, a alimentação, a escola, os remédios e algumas curas relatadas são os capítulos nele desenvolvidos com superior criterio e verdade.	
Para sócios da S. V. de Portugal	300
Preço geral	400
IX-- <b>O Vegetarismo e a moralidade das raças</b> , pelo Dr. Jaime de Magalhães Lima. Notavel conferencia realisada no Ateneu Comercial do Porto em 14 de junho de 1912. Com o retrato do autor em <i>couché</i> .	
Para sócios da S. V. de Portugal	100
Preço geral	150
« <b>A Cura da Tuberculose pelo Vegetarismo</b> », pelo Dr. Paul Carton; «Irmania», novela naturista por Angelo Jorge, «Os Agentes Físicos em Medicina.», pelo Dr. J. Bentes Castel-Branco, etc. (A imprimir).	
« <b>La Hacienda</b> »--Búfalo, América--Revista ilustrada sôbre agricultura, arboricultura e industrias rurais, e consultório técnico gratuito para assinantes. O melhor mensário agricola do mundo editado em português, assina-se na redacção de <i>O Vegetariano</i> .--Pôrto--(12 numeros).--Assinatura anual.	
Para sócios da S. V. de Portugal	3\$600
Preço geral	4\$000

Todos os pedidos devem ser acompanhados das respectivas importâncias em dinheiro, cheques, vales ou estampilhas do continente, endereçadas à Sociedade Vegetariana de Portugal, redacção de *O Vegetariano*--Avenida

A remessa pelo correio acresce 75 réis de porte e registo sendo para Portugal, e para o Brasil e outros países 100 réis.

\*\*\* END OF THE PROJECT GUTENBERG EBOOK O VEGETARISMO  
E A MORALIDADE DAS RAÇAS \*\*\*

Updated editions will replace the previous one—the old editions will be renamed.

Creating the works from print editions not protected by U.S. copyright law means that no one owns a United States copyright in these works, so the Foundation (and you!) can copy and distribute it in the United States without permission and without paying copyright royalties. Special rules, set forth in the General Terms of Use part of this license, apply to copying and distributing Project Gutenberg™ electronic works to protect the PROJECT GUTENBERG™ concept and trademark. Project Gutenberg is a registered trademark, and may not be used if you charge for an eBook, except by following the terms of the trademark license, including paying royalties for use of the Project Gutenberg trademark. If you do not charge anything for copies of this eBook, complying with the trademark license is very easy. You may use this eBook for nearly any purpose such as creation of derivative works, reports, performances and research. Project Gutenberg eBooks may be modified and printed and given away—you may do practically ANYTHING in the United States with eBooks not protected by U.S. copyright law. Redistribution is subject to the trademark license, especially commercial redistribution.

START: FULL LICENSE  
THE FULL PROJECT GUTENBERG LICENSE  
PLEASE READ THIS BEFORE YOU DISTRIBUTE OR USE THIS WORK

To protect the Project Gutenberg™ mission of promoting the free distribution of electronic works, by using or distributing this work (or any other work associated in any way with the phrase “Project Gutenberg”), you agree to comply with all the terms of the Full Project Gutenberg™ License available with this file or online at [www.gutenberg.org/license](http://www.gutenberg.org/license).

**Section 1. General Terms of Use and Redistributing Project Gutenberg™ electronic works**

1.A. By reading or using any part of this Project Gutenberg™ electronic work, you indicate that you have read, understand, agree to and accept all the terms of this license and intellectual property (trademark/copyright) agreement. If you do not agree to abide by all the terms of this agreement, you must cease using and return or destroy all copies of Project Gutenberg™ electronic works in your possession. If you paid a fee for obtaining a copy of or access to a Project Gutenberg™ electronic work and you do not agree to be bound by the terms of this agreement, you may obtain a refund from the person or entity to whom you paid the fee as set forth in paragraph 1.E.8.

1.B. “Project Gutenberg” is a registered trademark. It may only be used on or associated in any way with an electronic work by people who agree to be bound by the terms of this agreement. There are a few things that you can do with most Project Gutenberg™ electronic works even without complying with the full terms of this agreement. See paragraph 1.C below. There are a lot of things you can do with Project Gutenberg™ electronic works if you follow the terms of this agreement and help preserve free future access to Project Gutenberg™ electronic works. See paragraph 1.E below.

1.C. The Project Gutenberg Literary Archive Foundation (“the Foundation” or PGLAF), owns a compilation copyright in the collection of Project Gutenberg™ electronic works. Nearly all the individual works in the collection are in the public domain in

the United States. If an individual work is unprotected by copyright law in the United States and you are located in the United States, we do not claim a right to prevent you from copying, distributing, performing, displaying or creating derivative works based on the work as long as all references to Project Gutenberg are removed. Of course, we hope that you will support the Project Gutenberg™ mission of promoting free access to electronic works by freely sharing Project Gutenberg™ works in compliance with the terms of this agreement for keeping the Project Gutenberg™ name associated with the work. You can easily comply with the terms of this agreement by keeping this work in the same format with its attached full Project Gutenberg™ License when you share it without charge with others.

1.D. The copyright laws of the place where you are located also govern what you can do with this work. Copyright laws in most countries are in a constant state of change. If you are outside the United States, check the laws of your country in addition to the terms of this agreement before downloading, copying, displaying, performing, distributing or creating derivative works based on this work or any other Project Gutenberg™ work. The Foundation makes no representations concerning the copyright status of any work in any country other than the United States.

1.E. Unless you have removed all references to Project Gutenberg:

1.E.1. The following sentence, with active links to, or other immediate access to, the full Project Gutenberg™ License must appear prominently whenever any copy of a Project Gutenberg™ work (any work on which the phrase “Project Gutenberg” appears, or with which the phrase “Project Gutenberg” is associated) is accessed, displayed, performed, viewed, copied or distributed:

This eBook is for the use of anyone anywhere in the United States and most other parts of the world at no cost and with almost no restrictions whatsoever. You may copy it, give it away or re-use it under the terms of the Project Gutenberg License included with this eBook or online at [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org). If you are not located in the United States, you will have to check the laws of the country where you are located before using this eBook.

1.E.2. If an individual Project Gutenberg™ electronic work is derived from texts not protected by U.S. copyright law (does not contain a notice indicating that it is posted with permission of the copyright holder), the work can be copied and distributed to anyone in the United States without paying any fees or charges. If you are redistributing or providing access to a work with the phrase “Project Gutenberg” associated with or appearing on the work, you must comply either with the requirements of paragraphs 1.E.1 through 1.E.7 or obtain permission for the use of the work and the Project Gutenberg™ trademark as set forth in paragraphs 1.E.8 or 1.E.9.

1.E.3. If an individual Project Gutenberg™ electronic work is posted with the permission of the copyright holder, your use and distribution must comply with both paragraphs 1.E.1 through 1.E.7 and any additional terms imposed by the copyright holder. Additional terms will be linked to the Project Gutenberg™ License for all works posted with the permission of the copyright holder found at the beginning of this work.

1.E.4. Do not unlink or detach or remove the full Project Gutenberg™ License terms from this work, or any files containing a part of this work or any other work associated with Project Gutenberg™.

1.E.5. Do not copy, display, perform, distribute or redistribute this electronic work, or any part of this electronic work, without prominently displaying the sentence set forth in paragraph 1.E.1 with active links or immediate access to the full terms of the Project Gutenberg™ License.

1.E.6. You may convert to and distribute this work in any binary, compressed, marked up, nonproprietary or proprietary form, including any word processing or hypertext form. However, if you provide access to or distribute copies of a Project Gutenberg™ work in a format other than “Plain Vanilla ASCII” or other format used in the official version posted on the official Project Gutenberg™ website (www.gutenberg.org), you must, at no additional cost, fee or expense to the user, provide a copy, a means of exporting a copy, or a means of obtaining a copy upon request, of the work in its original “Plain Vanilla ASCII” or other form. Any alternate format must include the full Project Gutenberg™ License as specified in paragraph 1.E.1.

1.E.7. Do not charge a fee for access to, viewing, displaying, performing, copying or distributing any Project Gutenberg™ works unless you comply with paragraph 1.E.8 or 1.E.9.

1.E.8. You may charge a reasonable fee for copies of or providing access to or distributing Project Gutenberg™ electronic works provided that:

- You pay a royalty fee of 20% of the gross profits you derive from the use of Project Gutenberg™ works calculated using the method you already use to calculate your applicable taxes. The fee is owed to the owner of the Project Gutenberg™ trademark, but he has agreed to donate royalties under this paragraph to the Project Gutenberg Literary Archive Foundation. Royalty payments must be paid within 60 days following each date on which you prepare (or are legally required to prepare) your periodic tax returns. Royalty payments should be clearly marked as such and sent to the Project Gutenberg Literary Archive Foundation at the address specified in Section 4, “Information about donations to the Project Gutenberg Literary Archive Foundation.”
- You provide a full refund of any money paid by a user who notifies you in writing (or by e-mail) within 30 days of receipt that s/he does not agree to the terms of the full Project Gutenberg™ License. You must require such a user to return or destroy all copies of the works possessed in a physical medium and discontinue all use of and all access to other copies of Project Gutenberg™ works.
- You provide, in accordance with paragraph 1.F.3, a full refund of any money paid for a work or a replacement copy, if a defect in the electronic work is discovered and reported to you within 90 days of receipt of the work.
- You comply with all other terms of this agreement for free distribution of Project Gutenberg™ works.

1.E.9. If you wish to charge a fee or distribute a Project Gutenberg™ electronic work or group of works on different terms than are set forth in this agreement, you must obtain permission in writing from the Project Gutenberg Literary Archive Foundation, the manager of the Project Gutenberg™ trademark. Contact the Foundation as set forth in Section 3 below.

1.F.

1.F.1. Project Gutenberg volunteers and employees expend considerable effort to identify, do copyright research on, transcribe and proofread works not protected by U.S. copyright law in creating the Project Gutenberg™ collection. Despite these efforts, Project Gutenberg™ electronic works, and the medium on which they may be stored, may contain “Defects,” such as, but not limited to, incomplete, inaccurate or corrupt data, transcription errors, a copyright or other intellectual property infringement, a defective or damaged disk or other medium, a computer virus, or computer codes that damage or cannot be read by your equipment.

1.F.2. LIMITED WARRANTY, DISCLAIMER OF DAMAGES - Except for the “Right of Replacement or Refund” described in paragraph 1.F.3, the Project Gutenberg Literary Archive

Foundation, the owner of the Project Gutenberg™ trademark, and any other party distributing a Project Gutenberg™ electronic work under this agreement, disclaim all liability to you for damages, costs and expenses, including legal fees. YOU AGREE THAT YOU HAVE NO REMEDIES FOR NEGLIGENCE, STRICT LIABILITY, BREACH OF WARRANTY OR BREACH OF CONTRACT EXCEPT THOSE PROVIDED IN PARAGRAPH 1.F.3. YOU AGREE THAT THE FOUNDATION, THE TRADEMARK OWNER, AND ANY DISTRIBUTOR UNDER THIS AGREEMENT WILL NOT BE LIABLE TO YOU FOR ACTUAL, DIRECT, INDIRECT, CONSEQUENTIAL, PUNITIVE OR INCIDENTAL DAMAGES EVEN IF YOU GIVE NOTICE OF THE POSSIBILITY OF SUCH DAMAGE.

1.F.3. LIMITED RIGHT OF REPLACEMENT OR REFUND - If you discover a defect in this electronic work within 90 days of receiving it, you can receive a refund of the money (if any) you paid for it by sending a written explanation to the person you received the work from. If you received the work on a physical medium, you must return the medium with your written explanation. The person or entity that provided you with the defective work may elect to provide a replacement copy in lieu of a refund. If you received the work electronically, the person or entity providing it to you may choose to give you a second opportunity to receive the work electronically in lieu of a refund. If the second copy is also defective, you may demand a refund in writing without further opportunities to fix the problem.

1.F.4. Except for the limited right of replacement or refund set forth in paragraph 1.F.3, this work is provided to you 'AS-IS', WITH NO OTHER WARRANTIES OF ANY KIND, EXPRESS OR IMPLIED, INCLUDING BUT NOT LIMITED TO WARRANTIES OF MERCHANTABILITY OR FITNESS FOR ANY PURPOSE.

1.F.5. Some states do not allow disclaimers of certain implied warranties or the exclusion or limitation of certain types of damages. If any disclaimer or limitation set forth in this agreement violates the law of the state applicable to this agreement, the agreement shall be interpreted to make the maximum disclaimer or limitation permitted by the applicable state law. The invalidity or unenforceability of any provision of this agreement shall not void the remaining provisions.

1.F.6. INDEMNITY - You agree to indemnify and hold the Foundation, the trademark owner, any agent or employee of the Foundation, anyone providing copies of Project Gutenberg™ electronic works in accordance with this agreement, and any volunteers associated with the production, promotion and distribution of Project Gutenberg™ electronic works, harmless from all liability, costs and expenses, including legal fees, that arise directly or indirectly from any of the following which you do or cause to occur: (a) distribution of this or any Project Gutenberg™ work, (b) alteration, modification, or additions or deletions to any Project Gutenberg™ work, and (c) any Defect you cause.

## **Section 2. Information about the Mission of Project Gutenberg™**

Project Gutenberg™ is synonymous with the free distribution of electronic works in formats readable by the widest variety of computers including obsolete, old, middle-aged and new computers. It exists because of the efforts of hundreds of volunteers and donations from people in all walks of life.

Volunteers and financial support to provide volunteers with the assistance they need are critical to reaching Project Gutenberg™'s goals and ensuring that the Project Gutenberg™ collection will remain freely available for generations to come. In 2001, the Project Gutenberg Literary Archive Foundation was created to provide a secure and permanent future for Project Gutenberg™ and future generations. To learn more about the Project Gutenberg Literary Archive Foundation and how your efforts and donations can help, see Sections 3 and 4 and the Foundation information page at [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org).

### **Section 3. Information about the Project Gutenberg Literary Archive Foundation**

The Project Gutenberg Literary Archive Foundation is a non-profit 501(c)(3) educational corporation organized under the laws of the state of Mississippi and granted tax exempt status by the Internal Revenue Service. The Foundation's EIN or federal tax identification number is 64-6221541. Contributions to the Project Gutenberg Literary Archive Foundation are tax deductible to the full extent permitted by U.S. federal laws and your state's laws.

The Foundation's business office is located at 809 North 1500 West, Salt Lake City, UT 84116, (801) 596-1887. Email contact links and up to date contact information can be found at the Foundation's website and official page at [www.gutenberg.org/contact](http://www.gutenberg.org/contact)

### **Section 4. Information about Donations to the Project Gutenberg Literary Archive Foundation**

Project Gutenberg™ depends upon and cannot survive without widespread public support and donations to carry out its mission of increasing the number of public domain and licensed works that can be freely distributed in machine-readable form accessible by the widest array of equipment including outdated equipment. Many small donations (\$1 to \$5,000) are particularly important to maintaining tax exempt status with the IRS.

The Foundation is committed to complying with the laws regulating charities and charitable donations in all 50 states of the United States. Compliance requirements are not uniform and it takes a considerable effort, much paperwork and many fees to meet and keep up with these requirements. We do not solicit donations in locations where we have not received written confirmation of compliance. To SEND DONATIONS or determine the status of compliance for any particular state visit [www.gutenberg.org/donate](http://www.gutenberg.org/donate).

While we cannot and do not solicit contributions from states where we have not met the solicitation requirements, we know of no prohibition against accepting unsolicited donations from donors in such states who approach us with offers to donate.

International donations are gratefully accepted, but we cannot make any statements concerning tax treatment of donations received from outside the United States. U.S. laws alone swamp our small staff.

Please check the Project Gutenberg web pages for current donation methods and addresses. Donations are accepted in a number of other ways including checks, online payments and credit card donations. To donate, please visit: [www.gutenberg.org/donate](http://www.gutenberg.org/donate)

### **Section 5. General Information About Project Gutenberg™ electronic works**

Professor Michael S. Hart was the originator of the Project Gutenberg™ concept of a library of electronic works that could be freely shared with anyone. For forty years, he produced and distributed Project Gutenberg™ eBooks with only a loose network of volunteer support.

Project Gutenberg™ eBooks are often created from several printed editions, all of which are confirmed as not protected by copyright in the U.S. unless a copyright notice is included. Thus, we do not necessarily keep eBooks in compliance with any particular paper edition.

Most people start at our website which has the main PG search facility: [www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org).

This website includes information about Project Gutenberg™, including how to make donations to the Project Gutenberg

Literary Archive Foundation, how to help produce our new eBooks, and how to subscribe to our email newsletter to hear about new eBooks.