

Consumo Consciente

Paula Ferreira Tura

*O corpo é como um planeta. Ele é uma terra por si só.
Como qualquer paisagem, ele é vulnerável ao excesso de construções, a ser retalhado em lotes,
a se ver isolado, esgotado e alijado do seu poder.*

Clarissa Pinkola Estés¹

Sinto desapontá-lo, mas este texto não trata de orientações ou dicas sobre economia solidária, endereços de feiras com produtos orgânicos, dicas para evitar o desperdício ou orientações sobre um consumo ecológico. Não que todos estes tópicos não sejam de suma importância, mas, teoricamente, já sabemos de tudo isto. Já sabemos como reduzir, reciclar, reaproveitar. Sabemos que estamos causando o aquecimento global e que superlotamos os oceanos com garrafas PET ou que somos orgulhosos de ter o maior aterro da América Latina na Baixada Fluminense, Rio de Janeiro.

Todos já sabemos que devemos levar sacolas às compras para evitarmos o uso das sacolas plásticas, que devemos diminuir o tempo no banho, apagar as luzes dos ambientes que não estão sendo utilizados, diminuir o uso dos aparelhos domésticos, utilizar transporte público ao invés de abarrotar o trânsito com nossos carros para cinco pessoas, mas que na verdade são utilizados por apenas uma. Enfim, se sabemos de tudo isto, por que é que estamos escrevendo um livro onde existe um capítulo sobre o Consumo Consciente? O que está errado? Por que não está dando certo tanta propaganda, tanta campanha para redução do lixo, para o esfriamento global? Para a melhoria da qualidade de vida? Vou especular!

Uma das minhas atividades regulares é ministrar práticas de Yoga. Costumamos dizer em Yoga que esta prática acontece para o corpo, através do corpo e com o corpo. Em minhas aulas acolho pessoas tensas, vejo músculos retesados, pés presos em sapatos apertados, maxilares travados; elas sentem dor. Ofereço-lhes um momento de pausa, ou melhor, um treino para que se desamarrem, se destravem, sintam a respiração, cheiros, a textura da pele, o paladar, que olhem para dentro de si. Proponho que tentem

¹ ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os lobos**. Editora Rocco, 12a edição, 1994

entrar em contato com o ritmo da natureza. E elas tentam. Tentam arduamente. Tentam por anos a fio. São persistentes.

Assim, ousarei tratar o assunto consumo consciente através do corpo. Acredito que o corpo humano é muito similar ao planeta Terra. E é desta correlação que tratará esse texto. Experimentamos o mundo através dos nossos cinco sentidos. Tal qual a Terra, somos constituídos basicamente de água; temos uma geografia com relevos, depressões, texturas; exalamos cheiros. Comparo o nosso sangue ao magma, nossa pele à superfície terrestre dividida em continentes, climas e florestas característicos.

Nosso corpo, como a Terra é um sistema e o nosso sistema, para sobreviver, depende do sistema da Terra. Somos sete bilhões de pessoas respirando o mesmo ar, compartilhando a mesma água, habitando o mesmo planeta. Compramos objetos fabricados no Oriente, enviamos alimentos para a África. Muitas vezes o processo é intermediado por máquinas, mas quem prepara, organiza, pensa, é o homem. Prestamos serviços uns para os outros desfrutando das riquezas limitadas de nosso planeta.

O planeta Terra leva 24 horas para dar a volta ao redor de si mesmo. Leva 365 dias para dar a volta ao redor do sol. Temos quatro estações no ano. E nosso corpo, assim como o planeta Terra, possui fases. Somos gerados em nove meses. Demoramos cerca de doze meses para caminhar, vinte e quatro meses para falar com alguma clareza, o mesmo tempo para começar a usar o banheiro. Passamos pela infância, adolescência, vida adulta, velhice. Somos cuidados, aprendemos a cuidar e cuidamos. Procriamos e morremos.

Nossa natureza humana de animal mamífero pertence e depende da Terra. Depende de seu sistema. Mas nós, em algum momento, decidimos que a Terra deveria se submeter ao nosso modo de vida. Um sistema de roupas de grife, carros importados, celulares, computadores, monocultura, franquias de farmácia com propostas de comprar todo o seu tratamento e pague apenas 50% do valor em cada produto, poder; criamos um sistema competitivo em que devo ser sempre melhor que o outro; criamos um sistema de medo: alarmes para carros, casas e empresas; rastreamento via satélite; câmeras de segurança; filmes escuros para o vidro do carro; criamos um sistema social que se reflete diretamente em nossos corpos.

Um sistema que engessa corpos, que os deixa travados, duros, vestidos com a tendência da moda, com a tentativa de moldar personalidades; corpos equilibrados em saltos para nos distanciarmos do contato com a terra, para manter a pose, para mostrar. Corpos que não devem respeitar sua constituição genética, que devem ser modelados, retalhados, perfeitos para caber em tendências. Corpos que não podem sentir, que devem abafar seus sentidos e seguir em frente sem contestar. Criamos o sistema de criar necessidades: eu não tenho, mas o outro tem e, se o outro tem, eu também tenho que ter porque senão serei menos do que ele e se eu não tiver o que todos supostamente têm, não serei aceito e já que tenho tudo o que todo mundo supostamente tem, tenho que proteger meu patrimônio. Uff!

E minha especulação continua. Uma das preocupações do nosso consumo é com a água. Bebemos da mesma água que os dinossauros beberam. Poluímos a água que vamos beber. Sujo assim o meu corpo e o corpo das outras bilhões de pessoas que habitam este mesmo planeta. Muitos países não possuem água e mesmo assim continuo a gastar. Acredito que o planeta é infinito e talvez o seja perto do tempo da minha existência nele. Não penso que outras gerações já o habitaram e tampouco me preocupo que outras gerações virão.

Uma outra ideia surge: não seria a hora do banho o momento em que o ser humano se conecta com uma água que o acalenta de suas mazelas? Não seria o momento em que nos relembramos da vida intra-uterina? Não seria o momento em que nos reconectamos com a natureza? Não seria o momento do dia em que nos sentimos vivos, leves e livres? Mesmo sendo esta água a mesma água que eu poluí?

E por que não apagamos as luzes?

Não seria o escuro algo aterrorizante? Raros são os filmes de terror que acontecem à luz do dia. Nossos pesadelos acontecem à noite. E é à noite que a maioria de nós dorme. Esperamos que acidentes, assaltos, problemas aconteçam à noite. Se o telefone toca após as 22 horas imediatamente pensamos que há algo de errado.

A noite e o silêncio nos aterrorizam. Colocamos música para ouvir enquanto desempenhamos outras atividades. Mas a música não deveria ser simplesmente ouvida? Não deveríamos nos acomodar e atentamente ouvir uma música? Ou então permitir que nossos corpos se movessem livremente ao ritmo de uma música? Tememos as possibili-

dades que o escuro e o silêncio nos proporcionam. Tememos que o corpo comece a sentir. O planeta Terra nunca escurece por completo. Sempre há luz em alguma região enquanto a outra se recolhe, descansa. O planeta se revigora como nosso corpo deveria se revigorar. O inverno nos proporciona aquietamento e isto incomoda a muitos. Precisamos de roupas e mais roupas para nos aquecer, precisamos de alimentos mais ricos em gordura para aumentar o calor do corpo; procuramos um cobertor de orelha, acasalamos, procriamos. O inverno traz o silêncio e a escuridão: é o momento em que a semente está quietinha embaixo da terra e lá ela permanece, no escuro, gestando.

A energia elétrica / hidrelétrica / termo elétrica / eólica / solar proporciona que fiquemos acordados por mais tempo. Que possamos trabalhar mais. Que possamos produzir mais. Que possamos nos superar. Que possamos ligar mais música, mais TV, permanecer conectados com o sistema criado por nós por mais tempo. A energia evita, assim, o nosso contato conosco mesmo, a experiência do silêncio e do escuro, e nos afasta do ritmo do planeta.

Nunca presenciei o recolhimento, a prece, o movimento consciente do corpo com músicas rápidas e frenéticas, tampouco em ambientes com muita luz artificial como as das granjas que acolhem galinhas em produção de ovos 24 horas por dia. Também nunca presenciei o sol se por no inverno no mesmo horário que se põe no verão. O sistema criado por nós humanos depende de uma energia artificial para se manter.

Penso que não economizamos energia porque dependemos dela para manter a nossa chama interna acesa. Se o meu ritmo de comer, beber, dormir não é respeitado, preciso de energia extra e esta energia artificial vem da luz elétrica que ilumina a minha casa e o meu trabalho. Não deveríamos nos revigorar através do sono, da alimentação, da leitura, da música, da atividade física consciente? Não deveríamos alimentar a alma com arte? Não deveriam nossas mãos acariciar nossos próprios corpos, os animais, os bebês, os idosos? Como? Como posso acariciar meu corpo se não mais toco a terra? Como posso apreciar a leitura se não mais observo as estrelas, sinto o cheiro da chuva, não sei mais ler os sinais da mudança de tempo? Como posso apreciar a música se não mais ouço pássaros cantar?

E por que comemos mais do que precisamos? E o que isto tem a ver com o consumo consciente se os supermercados estão abarrotados de produtos de todas as va-

riedades, provenientes do mundo inteiro? Além do mais, podemos cultivar frutas, legumes e hortaliças o ano inteiro superando a triste época em que esperávamos o inverno para comer morango. Tempos remotos de uma civilização atrasada.

Bom mesmo é a monocultura. Para que variedade no cultivo? Vamos plantar hectares e hectares de um mesmo tipo, colocamos os insumos necessários, os fertilizantes, os adubos, os pesticidas e para agradar a todos exportamos grande parte e vende-se a outra parte para o consumo interno. Pronto, um sucesso! O mundo nos ama. Fornecemos o que para eles é uma raridade cultivada no hemisfério sul. Somos queridos, amados, adorados.

O corpo respeitado, alimentado, descansado é nossa Terra fértil. A forma como trato o meu corpo é a mesma forma que trato o planeta. Se retalho, esquitejo, danifico o planeta, por que não faria o mesmo com o meu corpo ou vice-versa? Espero que a terra seja imediatista e assim espero as mesmas respostas do meu corpo. Espero que a terra sempre produza, supere suas limitações, altere seu ciclo e assim espero do meu corpo. Espero da terra paisagens incríveis e surpreendentes e do meu corpo também e ai deles se não cumprirem com as minhas expectativas: os devoro, os manipulo, os modifico, me visto com roupas que não me cabem, me corto, me estico, me crucifico.

Antes de comer ou de cultivar pensamos no dinheiro. O que custar mais barato é o que preferiremos. Não interessa o que o corpo precisa e nem o que a terra melhor poderia nos oferecer. O corpo e a terra estão na mesma situação. O corpo, se bem nutrido estará saudável e disposto, a terra, se respeitada proporcionará sempre os seus melhores frutos. Um corpo excessivamente alimentado apresentará falta de saúde, uma terra excessivamente cultivada dará frutos defeituosos. Criamos assim um problema para a sociedade. Nos alimentamos de produtos que não precisamos. Cultivamos produtos que nos fazem mal. Mas, do que é que realmente precisamos? Quais são as nossas reais necessidades?

Todos já fomos bebês. Fomos alimentados, trocaram nossas fraldas, nos deram carinho. Nossas necessidades hoje são as mesmas de quando éramos bebês. Como assim, louca eu? Não, não estou louca. Continuamos precisando de afeto, alimento, descanso, roupas. Tudo bem, com o passar do tempo aprendemos a ler, a escrever, a andar. E continuamos a ler, escrever, andar. Nada mudou em nossa genética. No entanto, o

problema é: aprendemos a criar necessidades. Achamos que precisamos trabalhar 12 horas por dia, termos uma casa com inúmeros quartos, salas, cozinhas, banheiros e garagem para muitos carros; achamos que precisamos de pares e pares de sapatos, várias calças, vestidos, blusas, casacos.

Achamos que precisamos trocar de carro, celular e computador a cada ano e que precisamos jantar fora ao menos duas vezes por semana e que precisamos ir ao cinema ou ao teatro ver os últimos lançamentos, no dia dos lançamentos, para não ficarmos por fora de nada. Enfim, achamos, achamos, achamos e nos habituamos a achar e nos acostumamos a fazer tudo isto e a valorizar todo este espetáculo e pensamos, ou melhor, nunca pensamos que há outra possibilidade.

Conheço pessoas que ousaram questionar. Que ousaram reduzir as horas de trabalho, o salário e com ele comprar uma marca de carro inferior a que tinham, mas que ainda é um carro e que anda e que as satisfaz. Podemos então morar em uma casa menor e ter apenas uma empregada quando não uma faxineira ou ainda dividir as tarefas de casa e não precisar de faxineira. Podemos, assim, passar mais tempo uns com os outros e desligar os inúmeros rádios, TVs e luzes dos ambientes vazios. A casa ficaria menor após esta ousadia, mas para preencher o medo do escuro e do silêncio poderíamos cantar e conversar entre amigos.

Seria possível assim realizar um bazar para conhecer os novos vizinhos e nos despedir dos antigos. Como há a possibilidade de se passar mais horas em casa, há a grande oportunidade de se cozinhar mais e diminuir a aquisição de produtos industrializados. Pode-se até pensar em uma horta caseira e em “desempoeirar” o livro de receitas da avó. Não seria o momento de realizar alguma atividade manual? E que tal caminhar ou praticar ginástica consciente, respirar, alongar?

Não há receita, não há regra, não há fórmula. Há esta especulação. O consumo consciente está diretamente ligado a uma vida consciente. Depende diretamente da ética que constitui uma vida consciente. Não é possível apenas ação destoadada de intenção. Será preciso incorporar a mudança e ser a mudança que se quer ver no mundo, como já dizia Mahatma Gandhi.

