



RECENSÃO

A Proposta Macrobiótica de Experiência do Mundo,
de Virgínia Henriques Calado,
por Vasco A. Valadares Teixeira

Análise Social, 219, LI (2.º), 2016

ISSN ONLINE 2182-2999

EDIÇÃO E PROPRIEDADE

Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa. Av. Professor Aníbal de Bettencourt, 9
1600-189 Lisboa Portugal — analise.social@ics.ul.pt



CALADO, Virgínia Henriques
A Proposta Macrobiótica de Experiência do Mundo,
 Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais, 2015, 340 pp.
 ISBN 9789726713531

Vasco A. Valadares Teixeira

Esta obra constitui a versão revista e reformulada da dissertação de doutoramento, *À Mesa com o Universo, a Proposta Macrobiótica de Experiência do Mundo*, apresentada por Virgínia Calado, em 2012, ao Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa. A sua estrutura contém, além dos agradecimentos formais: prefácio (do diretor do Instituto de Macrobiótica de Portugal, IMP), a introdução, 5 capítulos, considerações finais e apêndices.

Partindo da teoria e conceitos das ciências sociais (antropologia, sociologia, história), é sobretudo a antropologia da alimentação que proporciona a estrutura de todo o questionamento do fenómeno “macrobiótica”. A resenha das mais significativas abordagens antropológicas à alimentação, dos autores clássicos às principais tendências da contemporaneidade, abrange, de igual modo, o contexto dos estudos relativos ao tema produzidos em Portugal. A apresentação das perspetivas pelas quais as questões da alimentação têm sido problematizadas no país é feita através da identificação de autores e estudos realizados (culinárias de inspiração religiosa, identidades, cozinhas regionais, patrimonialização, nacionalismo, classes e grupos sociais, cosmopolitismo, práticas, expressão de consumos, estratégias e manipulações). Aliás, a autora desenvolve a sua investi-

gação tendo como pano de fundo a situação nacional. O seu primeiro contacto com a macrobiótica surgiu, afinal, por via da ementa oferecida na cantina da Cidade Universitária em Lisboa.

A metodologia aplicada na investigação revela-se cuidada e adequada aos objetivos. A consulta de um número apreciável de fontes documentais e a vasta bibliografia apresentada traduzem um grande esforço de conceptualização do projeto, na sua transversalidade de conhecimentos científicos. Também se afigura notável a profunda investigação de terreno, mediada entre 2001 e 2009, que a complementa em termos etnográficos. Esta envolveu nomeadamente o recurso a informantes ligados a instituições ou a vivências fundamentais no percurso e nas práticas da macrobiótica em Portugal (desde finais dos anos 60 do século xx) e a formação adquirida no seu estrito domínio (cursos de cozinha macrobiótica e de terapêutica *zen shiatsu*, em Braga, e suas práticas, frequência de campos de Verão, de palestras e conferências temáticas em Lisboa, curso curricular de macrobiótica Michio Kushi, frequência do Instituto Macrobiótico de Portugal (IMP), o principal centro de divulgação). Neste último, procedeu ainda a uma intensa recolha de dados, na qual se inclui a observação e partici-

pação em situações de aconselhamento terapêutico (consultório de orientação).

Num sentido mais comum, a macrobiótica envolve a influência de filosofias e religiões orientais (budismo zen, taoísmo, confucionismo) às quais se ligam práticas alimentares específicas, essencialmente vegetarianas, onde predomina o arroz integral (entre outros cereais), a soja e determinadas algas. Contudo, o carácter *sui generis* e a complexidade dos elementos implicados no seu todo — e o seu todo contempla uma cosmovisão holista dotada de uma dinâmica que procura o equilíbrio na complementaridade de dois princípios de diferenciação opositiva intrínsecos a todas as entidades manifestas no universo (*yin-yang*) —, transcendem o simples entendimento da macrobiótica como sistema ou modelo alimentar ou, sequer, como simples regime nutricional ou dietético.

A descrição e caracterização da macrobiótica é desenvolvida a partir da sua expressão como ideologia (cosmovisão), que incorpora, num todo, um sistema ou modelo alimentar e a intrínseca aceção de sistema terapêutico, e a sua dimensão como *produto social*. Configura-a a manifesta hibridez de uma construção dinâmica feita de constantes reformulações e adaptações conjunturais que refletem, nas palavras da autora, “contaminações e influências diversas”. Estas são identificadas e compreendidas na dinâmica histórica e social que acompanha a sua construção e permanente atualização.

A gênese e a historiografia da macrobiótica são apresentadas, por um lado,

logo pela referenciação linguística (raiz grega) e conceptual reconhecidas desde a Antiguidade (Heródoto, Hipócrates, Aristóteles) e pela sua disseminação no Ocidente, com menção específica registada a partir do século XVIII (Hufeland, *A Macrobiótica ou a Arte de Prolongar a Vida Humana*, 1797); por outro lado, pela sua formulação moderna, de origem japonesa, em meados do século XX, com implantação e progressiva expansão a partir dos Estados Unidos da América e posteriormente na Europa Ocidental.

A par, identificam-se os sentidos interpretativos da sua construção, nomeadamente a ligação que a une à ideia de saúde, vida, bem-estar, e a que a funde num entendimento na dualidade corpo/espírito. A crescente expressão no mundo ocidental (inversa à sua divulgação e prática no contexto de origem, Japão, China) é enfatizada, já na presente proposta que a institui, inclusivamente como método terapêutico, por G. Ohsawa (1960) e seus discípulos, dos quais, a exemplo, se destaca Michio Kushi. Contudo, estes factos não deixam de ser referidos como reflexo de um percurso delineado por autores japoneses que, desde finais do século XIX, abordam e sistematizam os modelos tradicionais de conhecimento, valoração e práticas, que se plasmam na alimentação.

O êxito obtido nas diversas vertentes da sua expansão como prática e, de algum modo, também crença (alimentar e terapêutica) no mundo ocidental, a proposta e disseminação de produtos, a comercialização e o seu consumo à escala global, associam-se a propostas de

estilos de vida alternativos, em sociedades onde o que se põe em causa é não a carência de alimentos, mas, sim, as soluções encontradas para a sua produção e as suas sequelas. Os problemas colocados pela industrialização da produção agro-alimentar, a segurança alimentar, a defesa da aproximação à natureza, as preocupações ambientais, as propostas de produção biológica, o entendimento ético que conduz ao vegetarianismo (e ao veganismo), as atitudes de oposição (moral e política) ao modelo social dominante, identificam-se como fatores próximos, ou mesmo associados, a esta postura macrobiótica.

A macrobiótica situa-se à margem das normas institucionalizadas, das interpretações e práticas sancionadas pelo poder no que respeita às conceções de vida, de saúde, ao entendimento do corpo e da sua terapia, enfim, ao todo que se consubstancia no regime alimentar e na terapêutica assumida, de algum modo, como um estilo de vida próprio, alternativo aos dominantes. Os membros dos grupos que praticam a macrobiótica constituem redes tecidas na partilha de convicções comuns, e que, de algum modo, assumem um sentido de “movimento” internacional que constitui, em termos geográficos, uma *comunidade transnacional*.

Existe hoje uma proximidade notória entre as indicações de uma alimentação saudável oriundas dos campos das ciências da nutrição e da biomedicina e as propostas da macrobiótica, tanto no que respeita à articulação em geral entre alimentação e saúde, como no que se reporta aos regimes alimentares prescritos.

A legitimação que tais factos lhe consagra é bem sublinhada pela autora, quando refere o trabalho de Campbell (2006), “Pode pois dizer-se que este estudo científico surge de alguma forma como a ‘prova científica’ das *verdades* que a macrobiótica procura veicular” (Calado, 2015, p. 89) nos modelos reconhecidos.

Neste retrato perscrutador, a macrobiótica é apresentada numa configuração global que a projeta em dois planos, simultaneamente distintos e complementares. O plano mais restrito, talvez, apresenta-se como um aprofundado e específico estudo monográfico sobre o tema (história, conceções e práticas), de elevado significado e interesse para quem procure uma informação substantiva sobre a macrobiótica. O plano mais abrangente que, não dispensando a contextualização do anterior, desenvolve uma investigação de propósito totalizante, que procura entender o fenómeno nas suas múltiplas dimensões: enquanto sistema e cultura alimentar; como manifestação ideológica que lhe confere uma dimensão terapêutica, uma leitura do corpo e do universo; como uma prática que, circulando no exterior das normas institucionais e suas prescrições, não apenas estabelece com elas um diálogo mutuamente profícuo, como reflete o perfil social dos seus praticantes a quem outorga atributos individuais capazes de os fazer agir, em consciência, para uma mudança que se projeta como a construção de um presente.

Em conclusão, esta obra apresenta uma pesquisa original e rigorosa, cujos contributos são fundamentais para o

conhecimento de um movimento social tão influente como é o da macrobiótica. A extensão e profundidade das componentes ideológicas, alimentares e terapêuticas são identificadas como fatores determinantes de um todo que se manifesta, por sua vez, em estilos de vida e atitudes culturais dotados de uma dinâmica própria. A ética e o sentido crítico são reconhecidos como seu produto, em conflito com o sistema social dominante, e salientados, simultaneamente, como mecanismos de resistência e de mudança.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICAS

CAMPBELL, C. (2006), “T. Colin Campbell’s response to questions raised about the book *The China Study. Starling Implications for Diet, Weight Loss and Long-*

Term Health”. In Vegsource.com. http://www.vegsource.com/articles2/campbell_china_response.htm.

CAMPBELL, C., CAMPBELL, T. (2006), *The China Study: The Most Comprehensive Study of Nutrition Ever Conducted and the Startling Implications for Diet, Weight Loss and Long-Term Health*, Dallas, Benbella Books.

TEIXEIRA, V. A. V. (2016), *Recensão “A Proposta Macrobiótica de Experiência do Mundo*. Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais, 2015”. *Análise Social*, 219, LI (2.º), pp. 473-476.

Vasco A. Valadares Teixeira » vasco.teixeira@ics.ul.pt » Universidade de Lisboa, ICS-UL » Av. Professor Aníbal de Bettencourt, 9 — 1600-189 Lisboa, Portugal.
