



O PODER DA INDIGNAÇÃO PACÍFICA

Uma das finalidades deste livro é deixar os leitores pacificamente indignados, percebendo o quanto foram e continuam sendo enganados pelos fabricantes de cigarro e pelos fabricantes de bebidas alcoólicas, por alguns formadores de opinião que se utilizam de órgãos midiáticos para ganhar dinheiro mesmo que seja à custa da saúde, da vida ou da morte das pessoas atingidas por eles, e o quanto temos sido irresponsáveis com o nosso Templo corpóreo e com o nosso Espírito.

O ideal utópico que queremos alcançar, mesmo que levemos dezenas ou centenas de anos para isso, é terminar com o ciclo do cigarro e das bebidas alcoólicas em nosso planeta, e, junto a isso, aumentarmos o nosso comprometimento conosco mesmos, com a nossa saúde física, psicológica, mental e espiritual, ampliarmos o nosso compromisso com os demais irmãos de jornada, alcançarmos um dia o fim das desigualdades sociais em todo o mundo, o fim da miséria, da fome, da violência, do racismo e das guerras, nos comprometermos mais com a nossa casa terrena, o nosso planeta, enxergarmos a todos como filhos de Deus, sejam humanos ou animais, sejam vegetais ou minerais.

Para isso, é preciso que comecemos a aprender a parar de correr, a parar de sermos dirigidos pelo nosso piloto automático, assumirmos

o comando sobre a nossa vontade, pensarmos por nós mesmos, diferenciarmos o que é habitual do que é certo, percebermos a diferença entre o que é considerado normal do que é correto, desenvolvermos uma leitura crítica do que os nossos olhos veem, o que os nossos ouvidos escutam, o que entra pelos nossos pensamentos aparentemente vindo de lugar nenhum, uma mensagem sutil que busca nos dirigir, nos transformar em um rebanho cordato e servil a serviço de interesses imediatistas, materialistas, e que, em nosso íntimo, sentimos que não são apropriados, que não servem para o nosso bem nem para o bem comum.

A indignação é uma arma poderosa, mas, infelizmente, ela é, muitas vezes, utilizada negativamente jovens e também por adultos inconformados em como está estruturada a nossa sociedade, em que se transformou a nossa vida, em como nos parece, equivocadamente, que somos incapazes de mudar a realidade, de transformar as coisas, de alterar profundamente o nosso mundo para melhor.

Sou colaborador de organizações como o Greenpeace e o Avaaz, e é realmente impressionante a capacidade que elas têm de reunir milhões de pessoas no mundo todo, através da internet ou em grandes manifestações públicas, na defesa dos direitos humanos, dos direitos dos animais, dos recursos naturais, da Natureza. E como têm obtido vitórias, promovido a união entre as pessoas que não aguentam mais ficar caladas, não querem mais realizar discursos individuais em frente à televisão, querem unir-se, querem opinar, querem tomar decisões, querem saber o que está acontecendo, querem ter poder de comando sobre as decisões políticas, querem ter poder de veto, não querem mais apenas votar e ficar torcendo para que os políticos eleitos façam as coisas certas, correspondam aos nossos anseios, não nos enganem, não mintam para nós, não façam conchavos e acordos entre si e tudo ir ficando para depois...

Podemos seguir o exemplo de Mahatma Gandhi e exercer a Indignação Pacífica, que é simplesmente dizer “Não!”, sem brigar, sem agredir, sem ofender. Este livro quer mostrar o nosso descuido com o nosso Templo, como nos acostumamos a abrir as suas portas e a deixar

entrar qualquer coisa, seja pela boca, seja pelos olhos, seja pelos ouvidos, seja pelos pensamentos, e como cuidamos mal do nosso Espírito.

A primeira coisa que quero aqui sugerir é que fechemos a nossa boca. Se você ficar em dúvida se deve comer alguma coisa ou não, não abra a boca, tome um copo de água (filtrada). Se não souber o que fazer, se é certo ou errado, se é digno de uma ação ou não, não faça nada, pare e faça uma meditação, acalme seus pensamentos e peça para Deus orientar-lhe dentro de sua mente e do seu coração. Você sabe que o cigarro é um mal terrível, e que sua legalização é algo, no mínimo, escandaloso? Então pare de fumar! Quem lhe disse que não consegue? Já experimentou fazer Yoga? Sabia que o que o acalma quando fuma é a respiração? Se acreditar que a bebida alcoólica é a pior das drogas existentes no mundo, e que a sua legalização será objeto de incredulidade daqui a uns 100 ou 200 anos, pare de beber! Substitua por sucos naturais. Se sentir que não vai aguentar, vá a um Centro ou a um Templo Espiritualista e peça para investigarem quem está ao seu lado, invisível, pedindo bebida.

A Indignação Pacífica é uma ferramenta extremamente poderosa e todos podemos utilizá-la. Basta cada um de nós se negar a continuar sendo marionete nas mãos dos donos da nossa vontade, dos donos da nossa opinião, e começar a exercer o que é de nosso direito: comer o que decidirmos que é bom para nós, beber o que é saudável, olhar os programas de televisão e decidir se vale a pena ficar horas ali ou é melhor pegar um bom livro, ou fazer uma meditação, ou conversar com a família, com os amigos, com os filhos (com a televisão desligada), ouvir as músicas que valem a pena, que transmitem mensagens positivas, endereçadas aos nossos chakras superiores e não apenas aos nossos aspectos mais inferiores (sexualidade e relações afetivas egoicas), enfim, cada um de nós pode tornar-se um formador de sua vontade, de sua própria opinião, cada um é responsável pela sua encarnação, representante do seu Espírito e de suas metas evolutivas, e responsável pelo seu Templo, pelo seu cuidado e pela sua atenção.

Este livro quer convencer a todos que podemos nos unir e lutar pacificamente por um mundo melhor. É um livro sobre drogas. Começamos melhorando essa droga de mundo em que vivemos.



APRENDENDO A RESPEITAR O NOSSO TEMPLO

*A boca é a porta do Templo corpóreo:
o que devemos colocar dentro dele?*

A nossa casa é o nosso corpo e o nosso corpo é o nosso Templo. A boca é a porta principal do Templo, e podemos aprender a ter cuidado e atenção com o que colocamos dentro dele, através dela. Podemos aprender a respeitar o nosso Templo.

Essa é a questão básica sobre a qual se fundamenta o uso de cigarro, de bebidas alcoólicas, de outras substâncias tóxicas, da alimentação que não alimenta e de tantas coisas que fazemos conosco e com o nosso Templo corpóreo. Tudo o demais, raiva, ódio, tristeza, rejeição, mágoa, solidão, injustiças e tantas outras circunstâncias que caracterizam, ainda, a vida aqui na Terra, são os argumentos que a nossa persona utiliza para justificar a infração de algo que não nos ensinam: como respeitarmos o nosso Templo.

Alguém pode imaginar abriremos a porta do Templo da nossa Religião, seja uma Igreja, uma Casa, um Centro, e colocarmos qualquer coisa lá dentro? Alguém introduziria tonéis de bebidas alcoólicas dentro do seu Templo? Alguém guardaria lá dentro toneladas de baganas de cigarro? Alguém colocaria animais mortos em estado de decomposição lá dentro? Todos nós não temos um cuidado, um respeito, ao entrarmos no Templo da nossa Religião? Tiramos o chapéu ou o boné, algumas vezes tiramos o sapato ou o tênis, fazemos o sinal da

cruz ou manifestamos alguma outra atitude de respeito. Por que então colocamos qualquer coisa para dentro do nosso corpo, se ele é o Templo através do qual se manifesta o nosso Espírito aqui na Terra?

Muitas pessoas não têm cuidado e respeito pelo seu Templo corpóreo, e abrem a sua porta e comem qualquer coisa, bebem qualquer coisa, fumam cigarro, ingerem bebidas alcoólicas, usam substâncias tóxicas, sem atentar para o que vai acontecer quando aquilo penetrar no Templo. Imaginemos que nosso corpo fosse transparente e pudéssemos ver o que acontece quando ingerimos “alimentos” não saudáveis, prejudiciais, bebidas alcoólicas, e tudo, geralmente, em grande quantidade, sem mastigar, ou bebendo aos goles. Certamente ficaríamos horrorizados com o que veríamos!

O nosso pobre estômago enchendo-se daquilo tudo, tudo misturado, sem critério, tudo se amontoando lá dentro, o estômago pedindo clemência, nós sem escutarmos a sua mensagem, e ela vem através de flatos, de inchação, de prisão de ventre, de diarreia, até que ele não aguenta mais e se inflama de raiva de nós (gastrite) ou resolve se vingar e numa atitude autodestrutiva começa a abrir buracos em si mesmo (úlcera), e, nada adiantando, toma a atitude drástica de acabar com essa falta de respeito e dar um jeito de nos matar (câncer). É a mensagem do nosso pobre e aflito estômago, como se dissesse, gritando desesperado: “Pare de colocar esse monte de lixo para dentro de mim!”.

Se as pessoas que fumam pudessem ver a fumaça corrosiva entrando pelos seus brônquios, queimando tudo, devastando, chegando aos alvéolos do seu pobre pulmão, passando para o sangue, percorrendo todo o seu organismo, empestecendo, poluindo, envenenando, destruindo, dificilmente continuariam fumando. Mas, continuando, começam a arcar com a vingança do seu corpo, a bronquite, os problemas pulmonares, a falta de ar, os cânceres se disseminando, o Templo nos dando uma lição.

O interior do nosso Templo deve ser um local limpo e puro, imaculado, divino, mas começa, desde que nascemos, com exceção

do leite materno, a ser poluído e degradado com alimentos que não alimentam, num critério geralmente baseado na cor, no aspecto, no sabor, no odor, e não como deveria ser, baseado em se é saudável ou não, se alimenta ou não, se nutre ou apenas satisfaz os nossos sentidos, a nossa comodidade ou a nossa pressa.

Essa falta de atenção, desde crianças, com o que colocam e o que nós mesmos colocamos dentro do nosso Templo e que é padronizada como “normal” em nossa sociedade, e até “moderno”, faz com que todos nós assimilamos a mensagem de que não é necessário um cuidado e um respeito com o nosso corpo, e a nossa boca torna-se então, em vez de uma guarita na fronteira, uma porteira aberta para qualquer coisa.

Os malefícios dessa prática disseminada de comer e beber qualquer coisa, seja saudável ou não, em qualquer quantidade, de qualquer jeito, começou há algum tempo a ser estudada pelos médicos, pelos nutricionistas, pelas pessoas encarregadas de cuidar da nossa saúde, mas qual a sua importância em um livro como este que trata do uso de substâncias tóxicas? É que é essa mesma falta de atenção, essa falta de cuidado e de respeito com o nosso Templo corpóreo, o que faz com que muitas pessoas coloquem boca adentro as duas piores drogas existentes, as que mais nos adoecem, mais nos matam e, incrivelmente, de uso autorizado: o cigarro e a bebida alcoólica.

Além de elas não trazerem nenhum benefício, não serem alimento, não nos fornecerem nada que contribua para a nossa saúde, são a porta que abre para as chamadas “drogas ilícitas”: a maconha, a cocaína, o crack e tantas outras. Existe um mito de que é a maconha que abre caminho para as drogas “pesadas”, mas não é verdade, as “drogas pesadas” são o cigarro e a bebida alcoólica, e são elas que abrem a porta para as demais substâncias prejudiciais. Os governos autorizam a fumar e a beber, pois permitem fabricar e vender, e então lá vão os nossos jovens no embalo das músicas e das festas “jovens”, confirmando uma imagem, criada e estimulada, de que ser jovem é ser “doidão e rebelde”, e que então pode tudo! E os adolescentes

crecem, mas muitos mantêm o seu adolescente dentro de si e, já adultos, continuam fumando e bebendo, pois o seu adolescente interior não quer se tornar adulto, teria de se comprometer, de se disciplinar, e isso lhe parece ruim e desagradável, quando, na verdade, é um dos aspectos do caminho para a evolução pessoal e espiritual.

O cigarro e as bebidas alcoólicas não têm proteínas, não têm vitaminas, não alimentam, não nutrem, não nos fornecem nada de bom, nada de saudável, não são medicamentos, não curam nada, não resolvem nada, não nos trazem absolutamente nada de conveniente, viciam, adoecem e matam, e então, meu Deus, por que as pessoas fumam e bebem? Os governos alertam que ambas são drogas perigosíssimas, alertam para seu terrível efeito devastador sobre as pessoas, mas então por que permitem a sua fabricação e a sua venda? São a maior causa de doença e de mortes em todo o mundo, mais do que as guerras, mais do que as terríveis catástrofes naturais que ocorrem em todos os lugares, e seu uso é legalizado e, pior, estimulado e incentivado, apesar das frágeis e tímidas advertências e campanhas contrárias ao seu uso.

Neste livro, quero convencer as pessoas que não aprenderam a cuidar do seu Templo e a respeitá-lo, que comem qualquer coisa, fumam, bebem, ingerem seja o que for, abrem a porta e admitem em seu Templo qualquer coisa, sem o menor cuidado, sem o menor respeito, para que atentem para a verdadeira heresia que estão cometendo com a Casa do seu Espírito, e para o atentado contra o principal objetivo de uma encarnação: a busca da Purificação.

Este livro, a respeito de evolução espiritual, tem a finalidade de colaborar para que, um dia, não exista mais no mundo nenhuma substância tóxica, e que cigarro e bebidas alcoólicas não sejam mais fabricados. O cigarro, provavelmente dentro de uns 20 ou 30 anos, será considerado uma droga ilícita e terá a sua fabricação proibida. A bebida alcoólica levará um tempo maior, talvez uns 100 ou 200 anos, pois o seu hábito é mais antigo do que o cigarro, mas também, um dia, não existirá mais na face da Terra.

Se na década de 40 ou 50 alguém dissesse que algum dia o cigarro teria sua fabricação proibida em todo o planeta, isso pareceria uma utopia ou uma irrealidade completa, pois o cigarro estava no auge, era charmoso fumar. Dali até hoje o seu consumo aumentou cada vez mais, pois se vai diminuindo nos países mais avançados, vai aumentando nos mais atrasados, a propaganda é incrementada, já que o importante é vender, vender, vender. Pois bem, atualmente ninguém mais duvida de que, em pouco tempo, o cigarro terá a sua fabricação proibida, será considerado uma droga ilegal e seus produtores e vendedores serão considerados traficantes!

O mesmo ocorrerá com a bebida alcoólica. Em algumas décadas, quando não for mais possível conter a indignação da população e dos profissionais e serviços de saúde quanto aos seus malefícios terríveis e nenhum benefício! Como eu tenho ainda mais uns 30 anos de vida nessa encarnação, verei o fim do cigarro, mas não verei o fim da bebida alcoólica. Contudo, na minha próxima descida, peço a Deus que me dê lucidez para continuar lutando pacificamente para virar essa trágica página, a do tempo em que era permitido fabricar e vender bebidas alcoólicas, a pior droga jamais existente em toda a história da humanidade e porta de entrada para as demais.

Estamos encarnados no Brasil, então começemos por aqui. Todos os brasileiros querem um país melhor, todos querem governos e uma sociedade com mais amor, mais cuidado, mais atenção, mais respeito, e isso é possível, desde que começemos a enxergar as coisas como elas realmente são e percebamos a causa básica de tudo o que acontece: a nossa pouca espiritualidade na prática. Podemos aumentar o nosso amor e a nossa caridade começando por nós mesmos. Podemos aprender a respeitar os demais, iniciando pelo nosso próprio autorrespeito.

O uso de drogas no mundo inteiro, em todos os países, e particularmente aqui no Brasil, é apenas um reflexo do que nós e nossos ancestrais vimos fazendo há séculos, criando uma terrível e desumana desigualdade social, alimentada pela corrupção e pelos interesses

personais, originando miséria, fome e violência a níveis cada vez mais alarmantes, tudo respaldado por uma concepção pré-fabricada de que a vida é curta e é para ser aproveitada, aceitando como normal que alguns segmentos da mídia divulguem qualquer produto, independentemente do critério de ser benéfico ou maléfico para nós, que uma parte das músicas nas rádios e dos filmes e séries nas televisões nos intoxiquem com os valores e com os ideais de uma cultura baseada no consumo e no materialismo, alicerçada no egoísmo, na superficialidade e na competitividade.

Tudo isso cria e mantém uma concepção de que podemos assistir, escutar e fazer qualquer coisa, e então também podemos comer e beber qualquer coisa, e muitos de nós, ingênuos e descuidados, abrimos a porta do nosso Templo e ingerimos qualquer coisa, sólida ou líquida, que satisfaça o nosso paladar ou o nosso olfato, sem atentarmos para o principal: o seu valor alimentar, o seu valor nutritivo, se vai nos fazer bem ou não, e sem perguntar se o nosso estômago aprova. E passar da droga da “alimentação” para as drogas autorizadas (o cigarro e a bebida alcoólica) e, aí sim, ir para as então chamadas “drogas” é mais do que um passo, é apenas uma decorrência natural.

Como todo mal, não adianta podar os galhos, tem de cortar pela raiz. Mas quem está disposto? Nós criamos e ajudamos a manter uma sociedade injusta e piramidal, com uma certa parcela das pessoas que habitam o alto da pirâmide dando um mau exemplo para quem está mais abaixo nela, uma classe intermediária fazendo de tudo para se manter ali ou ascender na pirâmide, trabalhando em qualquer coisa que dê mais dinheiro, independentemente se é bom ou não para si e para os demais, e os situados mais abaixo da pirâmide, vitimados pelo seu peso, procurando apenas sobreviver e, se possível, melhorar de vida, sonhando em quem sabe um dia também ascender na pirâmide, enfeitiçados por algumas revistas e novelas das televisões que mostram um mundo mágico, o luxo, as casas maravilhosas dos donos do poder, um mundo em que o ideal de consumo cria cada vez mais e mais produtos “indispensáveis”, que a

cada um ou dois anos estão ultrapassados, e lá vamos todos nós em busca do mais moderno, do mais rápido, do mais fashion.

Nesse mundo de materialismo, de superficialidade, de viver o dia a dia ligados num piloto automático, de domínio dos meios de comunicação sobre o nosso gosto e a nossa vontade, com uma parcela deles atentando apenas para a captação de patrocinadores sem se importar com a qualidade de seu produto, se é bom para as pessoas ou não, se é saudável ou não, se a sua mensagem é positiva ou negativa, permanecemos todos imersos numa estrutura em que nos sentimos perdidos, a não ser que sejamos iguais, a não ser que façamos tudo como todos fazem.

Nesse mundo, desde crianças recebemos a mensagem de que todas as festas devem ser comemoradas com bebida alcoólica, aniversários, batizados, casamentos, aprovações em alguma prova ou concurso, Natal, Ano-Novo, Carnaval, aprendemos que para comemorar tem de beber. Quem vicia as nossas crianças em bebida alcoólica? Nós mesmos. Onde? Na nossa própria casa. Não foram os traficantes que os viciaram, fomos nós, antes.

Muitos pais e familiares são usuários de cigarro, e as crianças crescem lhes vendo utilizar essa droga, aprendendo assim a fumar (cigarro ou maconha). Muitos adultos são usuários de medicamentos psicotrópicos (principalmente ansiolíticos e antidepressivos), e as crianças aprendem a acalmar-se ou a ficar mais felizes utilizando substâncias.

Os pais e as famílias brasileiras dão, assim, esse exemplo para as crianças e os adolescentes, de que ingerir bebida alcoólica, fumar cigarro e usar medicamentos psicotrópicos, se não é algo realmente bom e recomendável, é de uso socialmente aceitável, que é permitida a sua utilização, criando assim a mística de que “isso pode”. E com esse telhado de vidro, como dizer para eles que maconha “não pode”, que cocaína “não pode”, que crack “não pode”? As nossas crianças e adolescentes, criados nesse meio, comendo qualquer coisa, vendo seus familiares usando essas drogas, assistindo às programações de televisão, em grande parte alienantes e massacrantes, escutando as

rádios e suas músicas “jovens” endereçadas aos nossos chakras inferiores, com a mensagem que devemos nos sacudir e pular e gritar e ficar bem loucos, numa sociedade materialista, consumista, permeada de falsos valores, em que uma partida de futebol atrai 40 mil pessoas e uma atividade de caridade, talvez quatro ou cinco pessoas, em que todos querem ser jogadores de futebol, atores, atrizes ou modelos e ninguém quer ser enfermeiro ou atendente em hospital, a prioridade é ganhar dinheiro e não ajudar os outros, a meta é ficar rico e famoso e não ser uma pessoa que viva para servir aos demais. O que podemos esperar que nossos jovens comecem a fazer, depois que nós os ensinamos a ingerir bebidas alcoólicas, fumar cigarro, tomar calmantes e ansiolíticos, já que “isso pode”?

Vão apenas continuar fazendo o que nós e o sistema lhes ensinou, o que algumas rádios jovens ensinam, o que alguns programas e filmes na televisão ensinam, que é como serem irresponsáveis e imediatistas, que têm de estar na moda, têm de ser iguais aos outros, que estudar é uma coisa chata, o legal é balada, que trabalhar só se for em algo que dê muita grana ou, se for para ganhar pouco, que não tenha muita coisa para fazer, que ser jovem é ser doidão, que tudo é uma festa, que a vida é para ser aproveitada, que a juventude passa rápido e, então, tem de aproveitar.

E com as nossas autorização e exemplo de abrir a porta para a bebida alcoólica e para o cigarro, e com todo esse incentivo à loucura e à doideira da sociedade moderna, diga-se o estilo norte-americano de sociedade, lá vão os nossos jovens procurar novas emoções na maconha para “se acalmar e se espiritualizar”, na cocaína para “se ligar e se ativar”, no crack para “viajar mais barato”, no LSD para “aumentar o seu amor”, no ecstasy para poder pular a noite toda, enfim, eles vão simplesmente continuar, a seu jeito, fazendo o que nós lhes ensinamos, o que a sociedade lhes transmitiu, só que agora aconteceu algo inesperado: enquanto bebiam socialmente e fumavam de vez em quando, como nós, e isso é lícito (às vezes com certo exagero, mas nós também cometemos os nossos), tudo bem, mas drogas ilícitas, não!

A mãe pode tomar calmantes o dia todo, o filho não pode fumar maconha. O pai pode beber quando seu time ganha ou quando seu time perde, em todas as festas, aniversários, batizados, no Natal, no Ano-Novo, pode correr de carro nas ruas, competir com quem ousa ultrapassá-lo, andar a 140km/h na freeway porque conhece todos os pardais, mas seu filho não pode cheirar cocaína, ela é ilegal! A mãe pode ser viciada em televisão, o pai pode ser viciado em enganar clientes, o filho não deve ser viciado em nada.

Uma certa parcela dos políticos dá um mau exemplo, vendendo-se, refestelando-se na mordomia e no poder, aumentando seus próprios salários, fazendo acertos e conchavos, uma parcela dos pais e mães fazem o mesmo em seus negócios e em sua vida diária, mas os jovens têm de ser educados, responsáveis e corretos. A publicidade convence os nossos jovens de que precisam ter um celular de última geração, tênis da moda, roupas e bonés de marca, e nós lhes damos isso para que não fiquem traumatizados ou se sintam mal perto dos outros, pois todos os seus amigos têm. E então um jovem pobre vira traficante ou assaltante para ganhar dinheiro, porque “tem de ter” esses bens de consumo, e assalta o nosso filho para roubar isso dele. Quem é o responsável? O jovem pobre ou quem fez a sua cabeça de que isso é “importante” e “necessário” a qualquer preço?

Alguns programas de televisão mostram cenas de apelo sexual dia e noite para os nossos filhos e filhas e nós permitimos isso e consentimos, assistindo juntos e, quem sabe, no fundo, até gostando, e então o nosso filho engravida uma menina ou a nossa filha engravida de um rapaz. Quem é o responsável? O nosso filho, a nossa filha, nós mesmos, as televisões? Todos.

Perguntemos a um jovem por que ele fuma maconha, por que ele cheira cocaína, por que toma LSD, por que faz essas coisas? Ele dirá que é porque os jovens fazem. Mas por que os jovens fazem? Porque nós criamos uma droga de imagem de como deve ser um jovem, construímos uma droga de mundo, uma droga de sociedade, injusta e patogênica, muitas famílias são uma droga de família, muitos pais são uma droga de pais, a programação das televisões em

grande parte é uma droga, as músicas que tocam e fazem sucesso frequentemente são uma droga, e nós queremos que nossos jovens não usem droga.

Todas as campanhas antidrogas são admiráveis e louváveis, aplaudo e colaboro com todas, mas nenhuma vai funcionar enquanto nós não acabarmos com essa droga de mundo, essa droga de informação que passamos para nossos filhos, essa droga de exemplo que damos a eles. É sobre isso este livro, o seu assunto é “As drogas”, mas a sua finalidade é colaborar para que todos nós, unidos, tomemos a decisão de fazer do nosso mundo um lugar limpo para se viver, que mostremos para os nossos filhos, desde crianças, que devemos cuidar do que botamos em nossa boca, do que é saudável ou não, do que é bom ou não, nos pensamentos e atitudes.

Podemos e precisamos aprender a cuidar e a respeitar o nosso Templo. Ele tem, além da boca, outras portas que devemos aprender a manter fechadas e abri-las apenas quando o que for entrar seja bom para nós: os olhos e os ouvidos. Devemos aprender a selecionar o que queremos ou não ver e o que queremos ou não ouvir. Outra porta é o nariz, cuja única finalidade é podermos inalar o oxigênio e o Prana do ar, necessários para a nossa sobrevivência, mas algumas pessoas utilizam essa porta para colocar cocaína dentro do seu Templo.

Este livro é sobre como aprendermos a cuidar e a respeitar o nosso Templo. Este livro é a respeito de uma utopia que só irá concretizar-se dentro de alguns séculos. Mas podemos começar já, ainda dá tempo.

E é sobre a utopia de que, através da Indignação Pacífica, possamos vencer o mal que existe na humanidade que resiste aos apelos do Bem devido ao seu caráter de irredutibilidade, de permanência e de normalidade. Gandhi fez o que parecia impossível, venceu a poderosa Grã-Bretanha com a paz, nós podemos vencer a poderosa indústria do cigarro e da bebida alcoólica também através da paz, bastando que comecemos a dizer “Não!” e que nos recusemos a participar desse morticídio legalizado.