

Universidade Federal de Juiz de Fora
Pós-Graduação em Ciência da Religião
Doutorado em Ciência da Religião

Arlete Rodrigues Vieira de Paula

**A FÉ SARADA: A RELAÇÃO CORPO E RELIGIÃO NAS ACADEMIAS DE
GINÁSTICA EM JUIZ DE FORA**

Juiz de Fora
2015

Arlete Rodrigues Vieira de Paula

A fé sarada: a relação corpo e religião nas academias de ginástica em Juiz de Fora.

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Ciência da Religião, área de concentração: Tradições Religiosas e Perspectivas de Diálogo, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para obtenção do grau de Doutor.

Orientador: Prof. Dr. Volney José Berkenbrock

Juiz de Fora
2015

Ficha catalográfica elaborada através do Programa de geração automática da Biblioteca Universitária da UFJF, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Paula , Arlete Rodrigues Vieira de.

A fé sarada.: a relação corpo e religião nas academias de ginástica em Juiz de Fora / Arlete Rodrigues Vieira de Paula . -- 2015.

285 p.

Orientador: Volney José Berkenbrock

Tese (doutorado) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Instituto de Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, 2015.

1. corpo. 2. religião. 3. corpo sarado. 4. corpo religioso. 5. academias de ginástica. I. Berkenbrock, Volney José, orient. II. Título.

Arlete Rodrigues Vieira de Paula

A fé sarada: a relação corpo e religião nas academias de ginástica em Juiz de Fora.

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, Área de Concentração em Tradições Religiosas e Perspectivas de Diálogo, do Instituto de Ciências Humanas da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial para obtenção do título de Doutor em Ciência da Religião.

25 de fevereiro de 2015.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Volney José Berkenbrock (Orientador)
Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof. Dr. Emerson José Sena da Silveira
Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof. Dr. Robert Daibert Júnior
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profa. Dra. Lúcia Amparo da Silva Santos
Universidade Federal da Bahia

Profa. Dra. Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho
Universidade Federal do Rio de Janeiro

AGRADECIMENTOS

Meus sinceros agradecimentos

Ao Prof. Dr. Volney José Berkenbrock, pela orientação dedicada, pelo incentivo e pelas contribuições ao longo da pesquisa. Sem sua amizade e generosidade, esse trabalho não teria sido possível.

Ao meu marido, José Leonardo, por todo apoio, todo incentivo e toda paciência que foram imprescindíveis para eu chegar ao final dessa trajetória.

Às minhas filhas Sara, Maira e Thaís, motivo de ânimo e coragem, pela torcida organizada.

À Sara, minha filha, por toda parceria e colaboração nesses últimos meses da pesquisa.

Aos membros da banca examinadora, Prof. Dr. Emerson José Sena da Silveira, Prof. Dr. Robert Daibert Júnior, Profa. Dra. Ligia Amparo da Silva Santos e Profa. Dra. Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho, pelo aceite do convite que muito me honrou.

A todos os entrevistados, pela disponibilidade em participar, pela abertura e, principalmente, pela confiança em mim depositada.

A todos os amigos que fizeram parte dessa etapa da minha vida e me acolheram nas alegrias, nas tristezas, nos temores e nas vitórias.

A todos os colegas de trabalho do Instituto de Ciências Biológicas e do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, pela convivência e pelas contribuições ao longo desses anos.

RESUMO

A busca por um padrão de corpo magro e musculoso, percebido como sarado, é um fenômeno contemporâneo. Se por um lado, o corpo é objeto de cuidados e de construção de sentidos na sociedade atual, por outro lado, a religião cristã, tradicionalmente, lidou com o corpo sob o signo da desconfiança, pois ele representa o lugar do pecado e da perdição. O propósito dessa pesquisa foi analisar a relação entre corpo e religião, que existe hoje, a partir desse lugar central ocupado pelo corpo. Procuramos mostrar como essa mudança do lugar do corpo refletiu na relação corpo e religião e em que medida isso aconteceu. Fizemos isso a partir do entendimento dos frequentadores das academias de ginástica. Investigamos como esses indivíduos relacionavam o corpo sarado com o corpo religioso, e se o corpo passou a ocupar um significado religioso maior na sociedade. Acreditamos que existam outras fronteiras entre a compreensão cristã do corpo e as percepções de corpo dentro das novas subjetividades contemporâneas. E se há uma busca de um corpo em forma, sarado podemos falar também de um corpo religioso em forma.

Palavras-chave: corpo, religião, corpo sarado, corpo religioso, academias de ginástica.

ABSTRACT

The search for a model of lean and muscular body, seen as fit, is a contemporary phenomenon. On the one hand, the body is the object of care and construction of meanings in today's society. On the other hand, the Christian religion has traditionally handled the body under the sign of distrust, as it is the object of sin and perdition. The purpose of this study was to analyze the relationship between body and religion in our days, considering the centrality of the body. It was attempted to show how the change of body importance reflected on the relationship between body and religion, as well as to what extent this has happened. The research was done based on the perception of regular gym-goers. It was investigated how these individuals related the fit body to the religious body, and whether the body has taken a greater religious significance in our society. We believe there are other frontiers between the Christian understanding of the body and the perception of the body among the new contemporary subjectivities. In addition, if there is a search for a fit body, we can also speak of a religious body in shape.

Keywords: body, religion, fit body, religious body, gyms.

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – CORPO	172
QUADRO 2 – MEU CORPO	174
QUADRO 3 – ATIVIDADE FÍSICA	176

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
PRIMEIRA PARTE	
Representações sociais do corpo na história ocidental: uma visão panorâmica ...	19
1 A DESCOBERTA DO CORPO E O CORPO DESCOBERTO	21
1.1 Do corpo clássico ao corpo cartesiano	22
1.1.1 O olhar greco-romano do corpo e o corpo medieval	23
1.1.2 O corpo na Renascença e nas Luzes	35
1.2 O corpo no século XIX, o corpo descoberto	43
1.2.1 O corpo e subjetividades contemporâneas	45
2 RELIGIÃO E CORPO NA TRADIÇÃO JUDAICO-CRISTÃ	52
2.1 Corpo judaico-cristão, redenção e pecado	53
2.1.1 Os primórdios do cristianismo, Paulo e a carne	56
2.1.2 Corpo, ascese e Agostinho	66
2.2 Corpo cristão, higiene e salvação	78
2.2.1 Corpo, Tomás de Aquino e os pecados capitais	82
2.2.2 A Reforma, o puritanismo e os <i>bodybuilders</i>	86
SEGUNDA PARTE	
Do corpo dado ao corpo desejado: a busca do corpo em forma e de outra forma	96
3 CORPO E SAÚDE PERFEITA: A BUSCA DA ETERNA JUVENTUDE	99
3.1 O corpo como vitrine e <i>status</i> social	100
3.1.1 Corpo, mídias e novas subjetividades	103
3.1.2 O corpo errado e as intervenções de correção	110
3.2 Corpo em forma e moralidade	115
3.2.1 Os anos 1980 e a geração saúde	116
3.2.2 A sociedade lipofóbica: a gordura imoral	121
4 SUA MAJESTADE, O CORPO: CENTRALIDADE DO CORPO NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA	128
4.1 O surgimento de um espaço (sagrado) para o corpo: as academias de ginástica	129
4.1.1 Academias de ginástica e desportos no século XIX e meados do século XX	131
4.1.2 Academias de ginástica no século XXI	138
4.2 Corpo escultura: o trabalho da malhação	147
4.2.1 Esculpindo o corpo: os guias corporais	149
4.2.2 A saúde malhada e ascetes contemporâneas	154
TERCEIRA PARTE	
A fé sarada: a relação corpo e religião nas academias de ginástica	160
5 A FÉ DOS SARADOS	163
5.1 O corpo sarado e subjetividades religiosas	164

5.1.1 A disciplina na atividade física e a fé	166
5.1.2 O campo semântico do corpo sarado e da expressão de fé	171
5.2 As virtudes do corpo sarado	178
5.2.1 Corpo sarado, corpo e alma salvos	181
6 O CORPO RELIGIOSO SARADO	187
6.1 O lugar do corpo religioso e sarado nas academias de ginástica	188
6.1.1 Fazer do corpo o templo de Deus	191
6.1.2 Eu vejo o corpo como uma materialidade do espírito	194
6.2 Resignificações do corpo religioso: permanências e mudanças	200
6.2.1 Eu busco integrar corpo e alma	201
6.2.2 Na minha religião, o corpo é bom e deve ser cuidado	207
6.2.3 Fronteiras do corpo religioso sarado	209
CONSIDERAÇÕES FINAIS	214
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	221
ANEXO A	228
ANEXO B	229

INTRODUÇÃO

Hoje, temos consciência que a trajetória da nossa vida foi permeada por uma simbologia religiosa muita rica e, por vezes, assustadora. Nossos avós maternos eram espíritas e na casa deles aconteciam, periodicamente, reuniões espirituais. A avó ministrava passes para o grupo de participantes das reuniões. Fazia isso incorporada por algum espírito e, desde criança, recebíamos passes dela quando íamos visitá-la, e vive-versa. Havia uma lista de espíritos conhecidos que faziam parte das reuniões e eram saudados pelo avô. Ele anotava em um caderno as mensagens do além, ou do aquém, trazidas por esses mensageiros invisíveis. Essas mensagens eram um conjunto de avisos, recomendações, conselhos para a família sobre saúde, conduta diária e vida pessoal. Também eram prescritas receitas de chás, para curar algum mal-estar, ou ervas específicas para banhos de limpeza, para limpar o corpo de fluidos negativos.

O avô tinha uma biblioteca com muitos livros da literatura espírita e também de outros credos religiosos, e era um estudioso disciplinado dessa temática. Ele se considerava um espírita kardecista, e entendíamos que assim o fosse, até quando anos mais tarde na adolescência, frequentando outros centros espíritas, entendemos que as reuniões que aconteciam na casa de nossos avós tinham mais afinidade com a umbanda. Mas voltando um pouco atrás no tempo, na infância também frequentamos outros cultos incentivados pelo lado paterno. Nosso pai era um grande leitor e gostava muito de física, matemática e filosofia. Além disso, era militar da Aeronáutica e sua função era fotografia aérea. Devido a isso, a família sempre estava em trânsito. Moramos em alguns estados do Brasil. Em São Paulo, frequentamos a Igreja Católica, assistíamos as missas e fizemos primeira comunhão. No Paraná e no Rio Grande do Sul, frequentamos a Igreja Presbiteriana e não nos lembramos de, em nenhuma outra época da vida, termos lido tanto a Bíblia. Em Mato Grosso, frequentávamos as reuniões da casa dos avós maternos porque eles moravam nesse estado. No Rio de Janeiro, nossa tia, por parte de pai, lia e contava histórias espíritas para seus filhos e, de quebra, para os sobrinhos.

Assim, quando o pai saiu das forças armadas, cassado pelo ato institucional nº 5 (AI-5), nos mudamos para Minas Gerais. Ele era mineiro e para lá retornou conosco. Em Minas Gerais, já na adolescência, passamos a estudar o espiritismo codificado por Allan Kardec e outras espiritualidades da chamada Nova Era, e essa atitude se estendeu ao tempo vivido na universidade. Ainda com foco na vida familiar, o pai, durante o tempo em que foi

militar, praticava natação e judô e nos ensinou a praticar atividade física de alguma maneira. Anos mais tarde, a mãe se tornou professora de ginástica. Hoje, vemos que a vida, também, foi atravessada pelas atividades físicas e por teorias sobre vida e alimentação saudáveis.

Para Beaud e Weber (2007), a escolha do tema da pesquisa é de suma importância para o desenvolvimento do trabalho de campo, afirmam que “as questões que você tem vontade de colocar para a sociedade são também questões que você se coloca a si mesmo [...]” (BEAUD; WEBER, 2007, p. 28). Para os autores, “antes de iniciar-se uma pesquisa, é preciso ficar atento àquilo que hoje já está pré-construído em seu próprio olhar” (BEAUD; WEBER, 2007, p. 25). Eles entendem que agindo assim o pesquisador terá uma maior clareza de seus próprios limites e preconceitos quando realizar e analisar as entrevistas durante o percurso da pesquisa. Eles aconselham o pesquisador a realizar o que eles chamam de

Autoanálise [...] o duplo trabalho de explicitação de seus preconceitos e de objetivação de sua posição que permite distanciar-se de suas primeiras impressões (romper com as pré-noções) e melhor interpretar o que se passa no decurso da entrevista (o modo como o observador “perturba” a observação) (BEAUD; WEBER, 2007, p. 23).

Nesse contexto, queremos esclarecer que a questão religiosa acompanha nossa trajetória de vida, bem como regras de alimentação e práticas de atividades físicas como requisitos para ter uma vida saudável. Compreendemos que esses são os limites do nosso olhar na construção da tese. Ao esclarecer esses preconceitos que estão no pano de fundo da própria vida, nosso propósito é diminuir as perturbações que possam ocorrer em nossas análises.

Continuando nessa autoanálise, no sentido apontado pelos autores citados anteriormente, vamos voltar mais uma vez no tempo, no ano de 2004, quando finalizamos o mestrado nesse mesmo programa de pós-graduação em Ciência da Religião, com a dissertação “A Boca e o Sagrado: A Comida de Santo no Candomblé, a Comunicação entre os Seres Humanos e os Orixás”. Na ocasião, a escolha dessa área de pesquisa refletiu nossas angústias e questionamentos como nutricionista, que foram surgindo ao longo de 20 anos de experiência profissional. Durante nossa prática, nos deparamos com uma gama de percepções relativas à comida e ao ato de comer que desafiavam nosso conhecimento acadêmico baseado no modelo biomédico, cartesiano. Com a experiência da pesquisa do mestrado, conseguimos nomear os estranhamentos que tivemos ao longo de nossa vivência profissional, enxergamos nossos preconceitos e aprendemos a importância do diálogo que deve haver entre as diversas áreas do conhecimento.

Nesse mesmo ano de 2004, ao término do mestrado, iniciamos a atividade de docência na primeira turma do curso de nutrição da Universidade Presidente Antônio Carlos (UNIPAC) em Juiz de Fora. Ao longo de seis anos de atividades acadêmicas nessa instituição, colocamos em prática o que aprendemos no período do mestrado, iniciando um diálogo entre os conteúdos das áreas de saúde e humanas nas disciplinas lecionadas. A mudança de olhar sobre o paradigma da saúde modificou nossa percepção sobre os determinantes da doença e do adoecer. Durante esse convívio com os alunos do curso de nutrição, fomos percebendo a relação que eles tinham com o próprio corpo e isso nos instigou a uma escuta das representações corporais que eram expressas em conversas informais ou dentro da sala de aula. Nesse contexto, nos chamou a atenção o elevado grau de insatisfação com a imagem corporal e o uso de procedimentos cirúrgicos para modificação do corpo, assim como o hábito de fazer as mais variadas dietas e atividades físicas com o objetivo de modificar a aparência corporal.

A partir dessa vivência, buscamos ampliar nosso conhecimento socioantropológico sobre essa centralidade do corpo na sociedade contemporânea. Entendemos que os alunos do curso de nutrição são considerados grupo de risco para Transtornos de Comportamento Alimentar – anorexia, bulimia, vigorexia, entre outros¹ – e também que as dietas estão entre as principais causas para o desenvolvimento desses distúrbios alimentares. Começamos a nos questionar qual o nosso papel como nutricionista e docente nesse fenômeno do chamado culto ao corpo. O que os conteúdos dos cursos de nutrição estão ensinando? Qual o perfil de profissionais que precisamos formar para atuar nesse contexto?

Essas perguntas soaram mais alto quando, em 2009, começamos a lecionar no curso de nutrição, que se iniciava nesse mesmo ano, nesta universidade, dentro do programa governamental de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI). A construção das disciplinas Sociologia e Nutrição e Alimentação e Cultura foi e continua sendo um desafio e nos levou a ingressar nesse programa de doutorado com um projeto, que no primeiro momento parece não ter continuidade com o projeto de mestrado, e sob certos aspectos, não tem mesmo. No entanto, olhando com mais atenção, a comida, o corpo e a religião continuam alinhados e alinhavados nos dois trabalhos e possibilitam tecer uma teia de

¹ Para informações sobre os Transtornos de Comportamento Alimentar, sugerimos a consulta dos livros **Anorexia, bulimia e compulsão alimentar**, de Lara Natacci Cunha, editora Atheneu, ano 2008, e **Nutrição e transtornos alimentares: avaliação e tratamento**, das organizadoras Marle Alvarenga, Fernanda Baeza Scagliusi e Sonia Tucunduva Philippi, editora Manole, ano 2010.

significados e ressignificados para tentar compreender essas três dimensões da vida humana.

Assim, entendemos que esse trabalho está dando continuidade aos nossos questionamentos sobre a relação dos indivíduos contemporâneos com a corporeidade. Na convivência com os alunos, dentro e fora da sala de aula, constatamos que essa insatisfação com o próprio corpo gera sofrimento, angústia, desamparo e adoecimento. Ficamos sensibilizados com essa busca, a qualquer preço, por um corpo sarado², com os discursos de saúde, que são midiáticos e reforçam esse padrão de corpo e com a matriz curricular dos cursos de nutrição, que, ainda, baseia-se no modelo biomédico, cartesiano, com enfoque em avaliações métricas. Essas inquietações são a base e o ponto de partida da tese.

A partir desses questionamentos – apresentados anteriormente – foi se aguçando a vontade de pesquisar e entender a relação entre corpo e religião hoje. Para responder a estes questionamentos, foi necessário um longo caminho: por um lado, uma pesquisa histórica para se entender como se construiu a relação corpo e religião em nossa sociedade; por outro lado, também se fez necessário entender o lugar que o corpo ocupa hoje. E na busca de resposta a esta indagação, percebemos com clareza que o corpo mudou de lugar e significado, sobretudo a partir do século XIX, ocupando em nossa sociedade hoje um posto de grande centralidade.

Partimos da hipótese de que o corpo mudou de lugar na sociedade contemporânea. Se o corpo mudou de lugar e significado, como entender como se encontra hoje a relação corpo e religião? Para se responder a esta questão – que é a questão central da tese – se fazia necessário buscar um lugar concreto a partir de onde observar esta mudança. Aqui entraram as academias de ginástica. Nelas o corpo ocupa um lugar de centralidade e elas foram, pois, utilizadas como o lugar concreto a partir de onde se buscou a resposta ao questionamento central da tese: se houve uma mudança no lugar e compreensão do corpo em nosso meio, teria havido também uma mudança no lugar e significado do corpo na religião?

Então, partindo desses questionamentos iniciamos o árduo caminho para a transformação de nossas perguntas em um projeto de pesquisa, que contemplasse essas questões atuais sobre a corporeidade e suas implicações com a compreensão cristã do corpo e fosse, ao mesmo tempo, interdisciplinar. E, além disso, se adequasse à área de Concentração em Tradições Religiosas e Perspectivas de Diálogo. Nessa perspectiva, esse é o propósito

² Neste trabalho, compreendemos corpo sarado como um corpo magro, com reduzido índice de gordura e massa muscular aumentada em sua composição física e biológica. No aspecto visual, se apresenta modelado pelos músculos, resultado do trabalho corporal pela prática de atividade física em academias de ginástica. Isso é compreendido como corpo sarado, sem se basear em critérios de massa corporal.

dessa pesquisa: analisar a relação entre corpo e religião que existe hoje, a partir desse lugar central ocupado pelo corpo, na sociedade contemporânea.

Nossos interlocutores para esse objetivo são os frequentadores das academias de ginástica, e, mais uma vez, afirmamos que as academias de ginástica foram escolhidas para a pesquisa de campo, por ser um local privilegiado, para a observação dessa centralidade do corpo. Investigamos como esses indivíduos relacionavam o corpo sarado com o corpo religioso³, e se o corpo passou a ocupar um significado religioso maior na sociedade onde ele, hoje, ocupa um lugar central. Se, por um lado, o corpo é objeto de cuidados e de construção de sentidos e a busca por um padrão de corpo magro e musculoso é um fenômeno contemporâneo, por outro lado, a religião cristã, tradicionalmente, lidou com o corpo sob o signo da desconfiança, pois ele representa o lugar do pecado e da perdição. Para o cristianismo, o corpo é entendido como um veículo da alma e/ou espírito e só tem valor na medida em que é disciplinado asceticamente em seus desejos e serve aos propósitos de Deus.

O procedimento metodológico que utilizamos foi uma combinação entre a pesquisa bibliográfica e a pesquisa de campo. A pesquisa bibliográfica foi um grande desafio, porque foi necessária a busca de conhecimentos sobre a história da compreensão do corpo no ocidente, dos tempos gregos aos nossos dias, e – paralelamente – perceber o lugar e a influência da compreensão cristã do corpo nesta história. Na pesquisa de campo, nos orientamos pela obra **Guia para a pesquisa de campo**: produzir e analisar dados etnográficos, de autoria de Stéfhane Beaud e Florence Weber. O trabalho de campo foi realizado em onze academias de ginástica em Juiz de Fora.

Esta tese é constituída por três partes e cada parte é composta por dois capítulos. As representações sociais do corpo na história ocidental a partir de uma visão panorâmica é o tema da primeira parte. O período histórico descrito tem como ponto de partida a civilização grega e se estende até o século XXI. As representações sociais do corpo, durante esse período histórico do ocidente, passaram por transformações que são importantes para compreendermos a centralidade que o corpo ocupa na sociedade contemporânea. Nosso olhar sobre esse tempo da história ocidental buscou evidenciar períodos em que essa mudança da

³ Neste trabalho, nossa compreensão de corpo religioso se refere à representação religiosa do corpo conforme a religião cristã. Contextualizando essa compreensão através dos indivíduos participantes da pesquisa de campo que frequentam as academias de ginástica e o entendimento deles do lugar do corpo conforme a religião que professam. Um corpo que é percebido a partir dos significados religiosos desses indivíduos.

compreensão corporal foi marcante, e o corpo, com isso, passou a ocupar outro lugar no contexto social.

No primeiro capítulo, procuramos mostrar, através desse olhar amplo, a descoberta do corpo e como o corpo foi descoberto e desnudado ao longo desse período histórico. A percepção de corpo na Antiguidade clássica caminhou junto com as concepções de saúde e beleza, dentro da filosofia e da medicina greco-romanas. As práticas médicas dialogavam com as questões filosóficas. A compreensão de corpo passava pelo ideal de virtude, e a imagem corporal deveria expressar a perfeição dos corpos dos deuses. Caminhando no tempo, passamos pelo período medieval, quando a medicina da época – indo de encontro aos preconceitos religiosos, através da dissecação de cadáveres – vai direcionar o olhar anatômico sobre o corpo. Na Renascença, o corpo é iluminado pela arte, ganha visibilidade em sua anatomia desnudada pela ciência e pelo humanismo.

No Iluminismo, a compreensão anatômica do corpo se instala numa medicina clínica e cartesiana. O corpo se torna uma metáfora da máquina sob a inspiração da Revolução Industrial. O século XIX é marcado pela racionalidade científica e pela economia capitalista que precisa de corpos produtivos e saudáveis. O modelo cartesiano toma seu lugar nas normas sanitárias que surgem reguladas pelo Estado, que passa a controlar a vida biológica dos indivíduos. Esse modelo segue pelo século XX, no qual o corpo é visto através das múltiplas subjetividades contemporâneas, numa compreensão de corpo como matéria-prima que pode ser modificada segundo o desejo do sujeito.

Religião e corpo na tradição judaico-cristã é o tema do segundo capítulo. Entendemos que a compreensão de corpo nessa tradição religiosa andou paralelamente com a secularização do corpo na sociedade ocidental. Não temos a pretensão de construir um diálogo entre os dois capítulos. Eles se desenvolvem lado a lado, seguindo na mesma direção de uma concepção dualista que marcou a relação entre corpo e alma, corpo e espírito. O centro desse capítulo é o cristianismo. Aspectos do judaísmo serão contemplados em torno da religião cristã, visto que as duas tradições religiosas são herdeiras da tradição abraâmica, além do fato de que Jesus de Nazaré era judeu. O capítulo tem início com os primeiros séculos do advento cristão e seu desenrolar dentro do Império Romano seguindo até o período medieval. Destacamos o papel de Paulo de Tarso na construção histórica do cristianismo e sua influência nos outros teólogos cristãos. Paulo vai unir corpo, carne e pecado num único laço, e a consequência dessa compreensão paulina é a condenação dos seres humanos a morte como expiação da fraqueza da carne. Mais tarde, Agostinho, influenciado pelos escritos de Paulo, vai entender que a fraqueza da carne e o pecado original são inerentes à condição humana. A

desobediência de Adão e Eva condenou a todos, porque o primeiro casal da humanidade representa a natureza humana. Para Agostinho, a humanidade é pecadora e o corpo, o lugar da luxúria. A ascese em Agostinho penaliza o corpo em favor da alma.

Na Idade Média, o corpo mortificado é o centro da compreensão cristã. Nesse período, os castigos corporais são práticas comuns e desejadas para a expiação dos pecados. Os corpos idealizados dos santos são retratados com chagas e estigmas e representam a vitória do espírito sobre a carne. Na tradição cristã, no período medieval, Tomás de Aquino é uma figura de destaque por ter conciliado as ideias de Aristóteles com o cristianismo. O frade dominicano considerava o homem como o centro da criação e a alma, embora não subordinada ao corpo, dependia da condição corporal para existir, porque o homem era composto de corpo e alma, do conjunto. Tomás de Aquino sistematizou os pecados capitais na tradição cristã.

Ainda nesse segundo capítulo, vamos pensar a compreensão de corpo a partir da Reforma Protestante. Os conceitos de Lutero e Calvino tiveram como base os escritos de Paulo e de Agostinho. Para Lutero, o corpo é o templo do Espírito Santo e a sexualidade, como parte da condição humana, é abençoada no matrimônio. Para Calvino, a vida cotidiana é sagrada. Ele entende o trabalho como vocação, e a riqueza material reflete as bênçãos de Deus. A compreensão de corpo da Reforma vai dialogar com o racionalismo científico e com as práticas de higiene, que vão determinar as normas de civilidade que marcarão a modernidade. A vertente puritana da Reforma vai entender que o corpo precisa ser exercitado e disciplinado pela ginástica. O ócio é condenado e o lazer dos puritanos vai ser sacralizado pelo trabalho corporal com as atividades físicas. No século XIX, na sociedade americana, essa vocação corporal vai se expressar no movimento dos *bodybuilders*.

A segunda parte desse trabalho busca mostrar que o lugar e a compreensão de corpo mudaram de maneira significativa, principalmente a partir do século XIX, e que o espaço das academias de ginásticas é o local, por excelência, para observarmos essa mudança. Hoje, o corpo ocupa um lugar central na sociedade contemporânea. No terceiro capítulo, essa centralidade do corpo é vista a partir do discurso biomédico que compreende o corpo biológico como matéria plástica, podendo ser modificado e melhorado pelos novos procedimentos cirúrgicos, pelos conhecimentos de genética, pelas modificações na alimentação e pelas atividades físicas. O corpo é uma vitrine e adquiriu *status* de identidade do sujeito. Nele são inscritas identidades e subjetividades voláteis e maleáveis. O corpo dado já não é mais um destino genético numa época que vive a utopia da juventude eterna e nega a finitude humana. É proibido envelhecer. Um padrão de corpo, magro e com massa muscular,

é buscado dentro desse cenário da saúde perfeita que rejeita a gordura e condena o indivíduo considerado gordo. O corpo sarado, hoje, é sinônimo de beleza, de saúde e de moralidade. A busca do corpo em forma, sarado é o foco desse capítulo. Ao longo dele, vamos começar a dialogar com a pesquisa de campo.

No quarto capítulo, vamos começar a descrever a pesquisa de campo, e posteriormente, na terceira parte, vamos aprofundar nossas análises. A academia de ginástica é um espaço consagrado aos cuidados com o corpo. Nesses locais, o corpo é objeto de serviços, consumos e inúmeras construções de subjetividades. Os discursos de saúde dentro das academias acontecem em torno de uma percepção de saúde que se espelha em um corpo malhado. Iniciamos o capítulo com um breve histórico sobre as academias de ginástica a partir do século XIX, quando estes estabelecimentos se constituem em locais para trabalhar o corpo, visando o modelo econômico que necessitava de corpos magros, ágeis e com capacidade para suportar o modo de produção capitalista. As técnicas de exercícios reproduziam os modelos militares de treinamento. Nesse período, também os desportos começam a fazer parte do cenário urbano, com a finalidade de lazer, de estimular competições esportivas e de promoção de hábitos saudáveis. O esporte e a prática de atividades físicas vão ser pilares para a saúde individual e coletiva. O corpo cartesiano, como uma metáfora da máquina, pode ser aperfeiçoado e melhorado pela disciplina, pelo treinamento e pelos bons hábitos alimentares. Nesse capítulo, vamos adentrar nas academias de ginástica a partir da pesquisa de campo. Investigaremos como operam as academias, os ritos de atividades físicas e o trabalho do *personal trainer* que atua como guia dessa busca do corpo sarado.

Desse modo, chegamos à terceira parte da tese, que tem como proposta refletir se essa mudança de significado do corpo na sociedade – onde ele ocupa um lugar central – significa, também, uma mudança na percepção religiosa do corpo. Em que medida houve uma mudança na relação corpo e religião a partir desse fenômeno da evidência do corpo? Como os indivíduos entendem esse novo lugar ocupado pelo corpo na relação corpo e religião? Examinaremos essas questões a partir da pesquisa de campo. Do mesmo modo, essa terceira parte é dividida em dois capítulos. O quinto capítulo tem como propósito verificar como os frequentadores das academias expressam sua fé. A fé na sociedade contemporânea faz parte da subjetividade individual e é um atributo de identidade. Em que acreditam os sarados? Como professam sua crença religiosa nessa busca de um corpo malhado? Nesse capítulo, também, descrevemos um campo semântico que expressa novas subjetividades religiosas que dialogam com os discursos contemporâneos de saúde, assim como observamos que existem

práticas de asceses como uma condição necessária para alcançar o corpo em forma. O corpo sarado é percebido como virtuoso e como um caminho de salvação da alma.

O corpo religioso sarado é o assunto do sexto capítulo. A partir dos conteúdos encontrados no trabalho de campo procuramos perceber: se o corpo ocupa um significado religioso maior e se essa busca de um ideal de corpo sarado pode refletir numa outra compreensão do corpo religioso. As atividades físicas fazem parte do cotidiano dos indivíduos entrevistados, não apenas para ter saúde, mais do que isso, expressam um modo religioso de estar na vida. Há também um corpo religioso, ou seja, o corpo passa a ter uma importância/densidade religiosa, como o tem tradicionalmente a alma? Podemos falar em um corpo religioso e sarado? Nesse capítulo, também, refletimos sobre a mudança e a permanência nessas ressignificações do corpo religioso, a partir das academias de ginástica, e percebemos outras fronteiras para pensar a relação corpo e religião.

Em relação à pesquisa de campo, ela aconteceu, como já relatamos, em onze academias da cidade de Juiz de Fora, e foi realizada em três etapas. Na primeira etapa, que aconteceu nos meses de outubro, novembro e dezembro de 2012, visitamos os locais para conhecer e observar as atividades que lá aconteciam. Nesse primeiro momento, nos apresentamos e conversamos de uma maneira mais geral com os frequentadores. Não aprofundamos no objetivo da pesquisa. Ao sair, registramos as conversas em um caderno. Na segunda etapa, realizada nos meses de março e abril de 2013, fizemos 23 entrevistas semiestruturadas que foram gravadas e posteriormente transcritas. A terceira e última fase da pesquisa de campo aconteceu durante os meses de novembro e dezembro de 2013 quando fizemos entrevistas abertas mais aprofundadas com quatro participantes da segunda etapa. Do mesmo modo, as entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas.

A aproximação e convivência no trabalho de campo ocorreram num clima de confiança e acolhimento pelo fato de que alguns dos frequentadores e *personal trainers* dos locais foram nossos alunos, muitas vezes em sua segunda graduação, ou são alunos atualmente. Ressaltamos que começaremos a dialogar com os dados colhidos no campo a partir do terceiro capítulo, a descrição completa da pesquisa de campo será feita no quarto capítulo e o aprofundamento das análises é tarefa do sexto capítulo.

Em síntese, na estrutura da tese, procuramos mostrar que o primeiro e o segundo capítulos são postos em paralelo, no sentido de demonstrar um panorama da história do corpo dos tempos gregos ao século XXI (primeiro capítulo) e, ao lado disto, como esta compreensão de corpo se desenvolve determinando e sendo determinada por uma compreensão religiosa do corpo (segundo capítulo). As partes dois e três da tese, por sua vez, também se apresentam em

estrutura paralela. Na segunda parte se mostra a mudança ocorrida no lugar e significado que o corpo ocupa hoje em nossa sociedade (terceiro capítulo) e especificamente nas academias de ginástica como um espaço onde o cultivo do corpo atingiu uma espécie de ápice (quarto capítulo). Paralelamente a estes dois capítulos da segunda parte, os capítulos da terceira parte da tese irão mostrar – a partir da análise da pesquisa de campo – como se expressa a fé destes e destas que cultivam o corpo nas academias de ginástica (quinto capítulo) e o deslocamento havido na compreensão do lugar e significado religioso do corpo para estes frequentadores de academias de ginástica (sexto e último capítulo).

Gostaríamos de deixar claro que esta pesquisa tem um caráter interdisciplinar, dialogando com campos como a história, a antropologia, a sociologia, as ciências da saúde e – especificamente – a ciência da religião. Compreendemos que isto é um desafio, e, até, uma ousadia de nossa parte em se tratando dos limites de um trabalho acadêmico e dos nossos próprios limites epistemológicos. Mas talvez a construção de pontes seja muito mais importante e necessária que perscrutar as profundezas das águas. É nosso sincero desejo que esse trabalho possa contribuir para viabilizar algumas passagens entre fronteiras disciplinares, e uma ponte possa ser construída para uma maior compreensão do nosso papel de docente.

PRIMEIRA PARTE

REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DO CORPO NA HISTÓRIA OCIDENTAL: UMA VISÃO PANORÂMICA

O corpo surge, pois, para o Ocidente cristão e herdeiro do pensamento grego, num jogo semântico com sua sombra - *alma, consciência, espírito* -, instaurando uma obstinada dicotomia que continua a investir nosso saber mais espontâneo sobre o mundo, a ponto de qualquer enfoque histórico dessa questão provocar em nós, como que naturalmente, a lembrança de dualismos arquetípicos, dos órficos aos medievais e desses a Descartes [...] (FONTES, 2006, prefácio, ênfase do autor).

O corpo pertence ao mundo sensível, ocupa um lugar no espaço, pode ser pesado, medido, pertence à natureza. É uma unidade biológica que sustenta as funções de sobrevivência e os ciclos de vida e morte dos seres vivos. No entanto, não só isso... É o agente que permite ao ser humano construir sua história ao mesmo tempo em que ele, o corpo, é construído na história. Portanto, uma linguagem de gestos, expressões, modos de ser e de fazer no mundo. No corpo e através dele fazemos uma escrita do humano nesse universo.

“O corpo foi esquecido pela história e pelos historiadores. Ora, ele foi e continua a ser o ator de um drama” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 15). É possível uma história do corpo? Le Goff e Truong (2010, p. 10) afirmam que sim: “o corpo tem uma história”; e está presente no imaginário social bem como no dia a dia do ser humano, fazendo parte e sendo parte dos processos históricos da humanidade. As representações de sentido que fazemos do corpo, e em torno dele, são recriadas dentro das mudanças históricas da sociedade, promovendo de tempos em tempos um novo olhar sobre o corpo e também um novo lugar do corpo no contexto social.

Nessa construção do imaginário social sobre a corporeidade, houve épocas na história em que a percepção sobre o corpo sofreu uma transformação significativa marcando uma época e influenciando de maneira decisiva a concepção de corpo das épocas seguintes até a nossa contemporaneidade. Que corpo é esse que é outro e é o mesmo desde o tempo original?

Nessa primeira parte, os aspectos gerais para uma compreensão histórica do corpo serão descritos sob uma visão mais panorâmica da história ocidental a partir da civilização grega, que antecede o advento do cristianismo, até o século XXI.

Neste período da história ocidental, a compreensão sobre o corpo sofreu mudanças importantes para entendermos a posição central que o corpo ocupa na atualidade.

No primeiro capítulo, o viés histórico perpassa o período dialogando com a compreensão filosófica e com o olhar da medicina da Antiguidade greco-romana sobre o corpo. Assim como com os primórdios da medicina medieval com a prática de dissecação de cadáveres que marcará um modo de compreensão do corpo como um território de exploração racional e científica a partir do interior da célula. As práticas de dissecação atingem seu auge no século XIX, instaurando uma medicina clínica, com bases na anatomia e na patologia, numa compreensão de corpo relacionada com as novas teorias da mecânica das máquinas a vapor. O corpo sem mistério, descoberto e compreendido em suas diversas partes acontece paralelo à Revolução Industrial e ao Iluminismo. O capítulo segue em direção ao corpo do século XXI com o aparecimento do sujeito e do corpo subjetivo e seus desdobramentos em muitas subjetividades e identidades próprias do mundo contemporâneo. Um corpo ou corpos possíveis de serem recriados ao desejo do indivíduo e à disposição dessas subjetividades contemporâneas. Um corpo medicalizado e vitrine de uma visão sobre a saúde que se constituirá de práticas e normas de prevenção do adoecimento numa ideologia de ter saúde a qualquer custo.

Ao primeiro capítulo segue paralelo o segundo que tem como objetivo a relação possível entre religião e corpo na tradição judaico-cristã. Compreendemos que a história religiosa do corpo nessa tradição caminhou junto com a descoberta secular do corpo. Nesse segundo capítulo, vamos gravitar em torno do advento do cristianismo como religião do mundo ocidental. Contemplando alguns aspectos da tradição de Israel e dos primórdios do cristianismo e, posteriormente, a Reforma e sua influência nos movimentos atuais dos *bodybuilders*. Ressaltaremos, evidentemente, as contribuições de Paulo de Tarso, de Agostinho de Hipona e de Tomás de Aquino nessa compreensão religiosa do corpo. Cabe esclarecer que não é o nosso objetivo construir os dois capítulos dialogando entre si, mas fazer um traçado que se desenvolve na mesma direção, evidenciando de alguma forma a dinâmica dicotômica, bipolar entre corpo e alma, corpo e mente, carne e espírito, corpo e espírito.

CAPÍTULO 1 A DESCOBERTA DO CORPO E O CORPO DESCOBERTO

Na sociedade contemporânea, o corpo está nu. Anatomizado e mapeado pelas tecnologias de ultrassonografia e ressonância, o corpo perdeu o seu mistério, sua áurea de sagrado. Está nu, descoberto, sem véu para o olhar social, tornando-se uma vitrine, um objeto de consumo e um *status* social. A descoberta do corpo foi um processo de longos anos que acompanhou o processo de secularização da sociedade ocidental, tendo como marco a dissecação de cadáveres, que se impôs como técnica médica de conhecimento e tratamento das doenças. Porém, a história é longa... O fio condutor dessa descoberta foi a direção do olhar, de fora para dentro, um olhar microscópico do exterior do corpo vivo para o interior do corpo morto. O corpo se torna um lugar a chegar, cada vez mais nas profundezas da carne para decodificar a vida nas entrelinhas dos órgãos. Citamos Porter (2004) que afirma:

Rompendo com essas práticas sagradas, o aparecimento inicial de uma medicina essencialmente secular no ocidente veio com os médicos hipocráticos, surgindo no mundo de língua grega no séc. V a.C. Desacreditando os curandeiros tradicionais e religiosos, eles criaram um ideal elitista de identidade profissional [...] Não mais tendo a pretensão de ser um intercessor junto aos deuses, o verdadeiro médico seria o amigo sensato e confiável junto ao leito do enfermo (PORTER, 2004, p. 41).

O corpo através do olhar anatômico construído ao longo da história deixa de ser desconhecido, impenetrável para se tornar compreensível em seus tecidos celulares através de técnicas de laboratórios e posteriormente se tornar transparente através das tecnologias de imagens. De Hipócrates de Cós, que conferiu uma prática médica baseada na observação e na teoria dos humores e em dados clínicos em vez de uma prática ligada ao místico e ao mágico, até o nascimento da clínica na sociedade moderna, o corpo se tornou o centro das atenções médicas e de construções de sentidos e significados que vão colocar a saúde e o saudável no centro do imaginário do homem ocidental contemporâneo.

O desdobramento inicial desse primeiro capítulo versa do período clássico até o tempo histórico que posteriormente ficou denominado cartesiano devido às ideias de René Descartes que com sua visão dualista separou corpo e mente, valorizando a mente em detrimento do corpo. Sua teoria deixou marcas profundas na concepção de corpo que nos influencia até os dias de hoje.

1.1 Do corpo clássico ao corpo cartesiano

Do corpo clássico ao corpo cartesiano existe um tempo histórico de uns dois mil anos. Muito tempo? Para nós seres humanos contemporâneos, que acreditamos que tudo envelhece rapidamente, esse tempo é muito tempo, porém para a história do ser humano e de seu corpo, esses muitos séculos representam um fragmento do tempo da humanidade. No entanto, por outro lado, este espaço de tempo na história ocidental foi decisivo para uma compreensão do corpo que temos nos dias de hoje. As mudanças que ocorreram nas relações de comércio, nas trocas econômicas entre os povos, nas instituições políticas, na educação, na religião, nos papéis que cabiam aos homens e às mulheres, nas relações de trabalho foram sendo escritas e representadas nas linhas do corpo e dentro do lugar ocupado pelo corpo nesse contexto. A representação clássica do corpo, própria da civilização greco-romana, com as artes do cuidado de si, existia dentro do cenário da beleza e da virtude, dado que “na Antiguidade a actividade e os prazeres sexuais foram problematizados através das práticas de si, recorrendo aos critérios de uma ‘estética da existência’” (FOUCAULT, 1994b, p. 18). O autor também considera que “houve, durante a época clássica, uma descoberta do corpo como objeto e alvo de poder” (FOUCAULT, 2008, p. 117).

Nos séculos XVI e XVII, com a chamada modernidade, começa a delinear uma relação com a dimensão corporal que vai, cada vez mais, trazendo o corpo para o centro de si mesmo e aproximando o indivíduo de sua própria corporeidade, numa relação subjetiva e de subjetivação. O corpo cartesiano existe dentro do método científico que nasce nesse tempo e determina as relações do corpo na sociedade contemporânea, não só as relações do corpo, mas também as relações da alma com o corpo e do corpo com a alma no olhar cartesiano.

Nesse sentido, Renaud Barbaras (2012) constata que as noções de corpo e de alma foram construídas ao longo da história da filosofia ocidental numa relação interdependente, ora em confronto ora em parceria. A compreensão dos conceitos de corpo e de alma, nas palavras do autor, remete a “uma dependência absoluta e uma dualidade radical: absolutamente distinto do outro, cada termo não pode, contudo ser definido senão por referência a ele” (BARBARAS, 2012, p. 65). A alma para o autor precisa do corpo para existir, pois é no corpo que ela se manifesta enquanto movimento e vida e o corpo se torna o corpo do indivíduo por nele habitar uma expressão de vida, por ele ter uma alma que faz que o corpo seja o meu corpo. No que se refere à compreensão de corpo e alma nos tempos modernos, o autor afirma que na teoria moderna é o cadáver que leva a compreender e a estudar a vida, numa contramão da vida. O materialismo cartesiano implica em compreender

o mundo como túmulo, como um lugar onde o que   espírito se esvaneceu num corpo que foi limitado a um mecanismo de engrenagens, e a alma   uma propriedade de uma espiritualidade alheia ao mundo (BARBARAS, 2012).

Nas **Medita es metaf sicas**, a alma   expurgada de todas as dimensões que na tradi o aristotélica a remetiam ao corpo (alimentar-se, deslocar-se, sentir) para se ver reduzida ao puro pensamento, no e pelo qual a existência indubitável do eu   atestada. Descartes realiza a identifica o da alma com o pensamento, que, na medida em que seu ser   idêntico ao seu parecer,   sinônimo de consciência (BARBARAS, 2012, p. 66).

Através da arte, da pintura, da escultura, dos romances, dos tratados médicos, das condutas sexuais, das regras de comportamento na sociedade e na *polis*, o corpo esteve presente nestas tramas da história que têm no advento do cristianismo um marco fundamental para tudo o que se seguiu, inclusive a própria marca o do tempo. H  um tempo d.C. e um a.C., assim como h  um corpo d.C. e um corpo a.C.

1.1.1 O olhar greco-romano do corpo e o corpo medieval

Reiteramos a afirma o anterior, há um corpo d.C. e um corpo a.C. e voltamos nossa aten o para o olhar clássico sobre o corpo. Para Paul Veyne (2009b) “durante muito tempo essa humanidade greco-romana foi clássica: natural, atemporal, ampla” (VEYNE, 2009b, p. 19). A cultura grega permeia de muitas maneiras nossos conceitos e preconceitos sobre saúde, corpo, beleza e outros aspectos que estão no cotidiano. Exagero? Nem tanto. Homero, Sócrates, Platão e Aristóteles fizeram parte do imaginário social romano e fazem parte do nosso imaginário ocidental contemporâneo. A representa o do corpo e a visão de beleza e de saúde gregas estão mergulhadas na filosofia. Os temas clássicos foram e são recriados nos tempos atuais em um diálogo vivo e dinâmico. As representa es do corpo para os gregos estavam impregnadas das imagens dos deuses e estes tinham belos corpos que eram representados nas artes clássicas, nas pinturas e nas esculturas greco-romanas, na harmonia das formas, nas propor es ideais e equilibradas. O corpo era uma expressão do corpo dos deuses e um lugar de manifesta o da alma.

Em princípio, os gregos consideravam o corpo de forma bastante abrangente. *Soma* (corpo) seria uma certa quantidade de matéria, e *psique* (alma), o *pneuma* (sopro) que animaria, que daria a vida a essa quantidade definida de matéria. De forma geral *soma* e *psique*, corpo e alma, não eram tomados

como realidades separadas, excludentes, mas ao contrário, como realidades que se complementavam (GALLO, 2006, p. 11).

De uma maneira poética, Reale (2002) afirma: “a cultura europeia formou-se a partir da **Ilíada** e da **Odisseia**” (REALE, 2002, p. 14). Para esse autor, nos tempos homéricos não havia uma concepção de um corpo humano individual, e sim o conceito de *soma*, que significava cadáver, não o organismo vivo, e *psyché* que não era compreendida como alma, com vontade e sentimento, mas como uma imagem fantasmagórica do morto. Nos poemas de Homero, os conceitos de corpo e *psyché* se confundem, se misturam, formam um amálgama.

Para Taylor (2011), o herói homérico é escolhido pela vontade dos deuses que sopram a força dentro do corpo do ser humano que foi escolhido para a atuação divina. O deus está na ação do herói e o grande mérito é ser o escolhido do plano divino, isso inclui os acertos e os erros da jornada do herói. E esse sopro acontece no corpo, em várias partes do corpo que é compreendido como totalidade. Nas palavras do autor “a *psyché* homérica parece designar algo como a força vital em nós, que escapa do corpo no momento da morte, em vez do local do pensamento e do sentimento” (TAYLOR, 2011, p. 159).

Reforçando esta ideia, Simha (2009) escreve que na **Odisseia** o conceito *thymos*, para os gregos, se refere ao movimento que anima o corpo e possibilita que a *psyché* permaneça no corpo. A corporeidade humana é incompleta e tem como imagem a corporeidade divina, o corpo só se mantém pela ação da alma nele, pois “não pode ficar de pé e não se move a não ser graças à alma (*psyché*), que significa o sopro (fôlego) que escapará do corpo moribundo, fazendo com que o corpo se torne, então, um *soma*, termo que significa originalmente o cadáver [...]” (SIMHA, 2009, p. 21). Dentro desta perspectiva, o autor destaca que nos tempos homéricos a identidade do indivíduo estava relacionada a sua corporeidade, não há uma forma de consciência, uma qualidade de sentimento separada do porte do corpo. O rosto é a expressão viva da essência do indivíduo, porém sem a presença do *thymos*, o corpo se torna um *soma*, um corpo sem rosto, apenas um cadáver (SIMHA, 2009).

Dos poemas de Homero aos diálogos de Sócrates e Platão, essa relação entre o corpo e a alma se modificou. Principalmente com Sócrates que caracterizou a *psyché* como capacidade de entender e de querer do homem, este deveria cuidar do corpo e da alma. Posteriormente, Platão repensou esse conceito, entendendo que a alma quando de sua estada no corpo “torna-se privada de sentido” (REALE, 2002, p.16). Embora seus seguidores tenham levado o dualismo platônico, entre corpo e alma, ao extremo, a influência de Platão nas

representações de corpo que temos nos dias atuais é muito marcante, suas ideias são recriadas de tempos em tempos.

Se foi possível que a figura de Sócrates marcasse efetivamente uma virada na concepção grega de identidade (e, portanto, do sentimento de si, refletido, vigilante e exigente, a que damos o nome de consciência), é, sobretudo, pela significação metafísica da individualidade que encarna. Essa significação poderia explicitar-se assim: o homem é sua alma [...] (SIMHA, 2009, p.23).

Voltando a Platão, Gallo (2006) diz que ele foi um atleta, cuidava do corpo e ensinava que a educação das crianças tinha como referência as artes que aprimoravam o corpo. O conhecimento do corpo era iniciado com a ginástica e o conhecimento da alma, com a música. Desta maneira, o corpo e a alma se entrelaçavam com o ensino da dança. O autor ainda sugere que Platão não desconsiderava o corpo em detrimento da alma, mas sim aquele estava a serviço desta. O corpo precisava dos exercícios físicos para se aperfeiçoar e servir às necessidades da alma.

Em Fedro encontra-se o núcleo da visão platônica da beleza que, em toda a sua pungente ambivalência, formou a base da concepção do belo predominante em quase toda a história do Ocidente. A verdadeira beleza, diz Sócrates, é, tal como a sabedoria e a bondade, uma parte da divindade (MARWICK, 2009, p. 47).

Reforçando essa ideia, Reale (2002) observa que Platão deu muita ênfase para as ginásticas e para os cuidados de saúde em relação ao corpo, pois a alma precisa do corpo para se manifestar no mundo. Mesmo sendo o local dos desejos e das paixões, o corpo é o condutor da alma no mundo e existe mediante um projeto celeste, sempre a serviço da alma. Há uma antítese entre corpo e alma, porém formam um conjunto para as finalidades divinas.

A ginástica no período helenístico não era apenas uma atividade física, se relacionava com o espírito e as qualidades da alma, diferenciando o homem civilizado dos bárbaros. As meditações filosóficas e o pensamento político tinham como cenário os ginásios, fonte inspiradora para essas questões. A ginástica era praticada com o corpo nu, despojado, símbolo da simplicidade e da vida espiritual. Os belos corpos dos jovens em exercício ao serem contemplados sensibilizavam os olhos da alma e suas virtudes. O belo e o bom se encontravam nos ginásios (SILVA, 2006, p. 31).

Na tradição ocidental, o corpo sempre foi construído simbolicamente. Na Grécia Antiga, o receio de que a naturalização do corpo o remetesse ao campo do destempero e das paixões e, portanto, à ordem animal, fez com que os gregos associassem o corpo também ao *logos* (OLIVEIRA, 2004, p. 9).

O que o cidadão grego aprendia sobre a virtude e o domínio sobre si mesmo se relacionava com uma dimensão política, com uma arte de viver na cidade e com seu papel como cidadão. O aprendizado da ginástica, o refinamento da alma com a música, os treinamentos de resistência física e das artes da guerra tinham como objetivo a transformação do indivíduo em um sujeito moral que seria útil a *polis* (FOUCAULT, 1994b, p. 90).

Nos tempos heroicos, de formação da própria cultura helênica, cantadas pelos poetas Homero e Hesíodo, a virilidade do guerreiro era uma das principais virtudes. O guerreiro deveria ser forte, ágil e astuto no combate. A cultura guerreira dos gregos – seu gosto pela disputa, seu gosto pela virilidade, a admiração pelos belos corpos – acabaria por ensejar os jogos olímpicos. E a filosofia, que também nasceu e desenvolveu-se em virtude desse espírito agonístico (os gregos chamavam de *agon* a disputa), não ficou alheia ao problema do corpo (GALLO, 2006, p. 11).

A beleza tinha que andar junto, de mãos dadas, com a virtude para alcançar a perfeição para os gregos, desta forma, o bom estava sempre associado ao belo. O bom e o belo resultam da temperança, de uma alma sem vícios, de um caminho para a perfeita saúde. O corpo com saúde é o resultado de uma alma virtuosa, justa, que não se submeteu aos caprichos do desejo e da cobiça. O homem deve primeiramente curar os males da alma para poder curar os males do corpo, para, assim, ambos ficarem em harmonia como numa bela sinfonia: “o homem que atinge essa meta torna-se ‘verdadeiro músico’, e alcança a paz e a felicidade autêntica” (REALE, 2002, p. 250).

Dentro desta perspectiva, na Grécia se exaltava um modelo de herói, o qual Foucault denomina de atleta da temperança, jovens que eram capazes de dominar a si mesmos e não se perder na força do desejo sexual. Essa soberania sobre si mesmo era o caminho para se alcançar uma sabedoria superior, uma qualidade necessária para se ter acesso à verdade. Pelo fato de Sócrates não ter contato físico com seu discípulo Alcibíades, portador de grande beleza, ele era procurado e exaltado como exemplo de domínio sobre si mesmo (FOUCAULT, 1994b).

No entanto, voltemos a Platão, quando ele fala que o objeto do amor é sempre a beleza, como ideal. Essa beleza pertence ao mundo das ideias, ao cosmo divino, portanto não

é acessível aos olhos do corpo, pois é imaterial. Só é possível sua contemplação com os olhos da alma. Esses olhos são resultados da ação da alma racional, que para Platão é a terceira fase a ser alcançada de um período preparatório que se inicia por ser afetado pela beleza de um corpo belo. É a experiência no corpo e do corpo que permite ao indivíduo alcançar a experiência da alma racional (GALLO, 2006). “Embora, Sócrates privilegiasse a beleza da alma, não era insensível aos dotes físicos dos jovens” (CARVALHO, 2006, p. 172).

Aristóteles, discípulo de Platão, compreendia que corpo e alma são diferentes, porém inseparáveis como dois lados de uma realidade idêntica. O corpo realiza os movimentos físicos, coordenado pela atividade da alma, por outro lado, o pensamento, que é uma qualidade da alma, só se expressa porque temos uma corporeidade (GALLO, 2006, p. 12).

Para Taylor (2011), embora Aristóteles não coadune com a relação que Platão faz da ordem cósmica com a ordem da vida humana, sendo esta aprisionada a outra, ele “[...] apropria-se da analogia médica de Platão e vê o bem viver como comparável à saúde, em que cada elemento deve manter-se dentro dos limites do excessivo e do insuficiente para o equilíbrio e bem-estar do todo” (TAYLOR, 2011, p. 167). Para Aristóteles, é preciso ter consciência dessa ordem maior, ou seja, o ser humano deve parar para olhar e compreender a ordem eterna porque “o bem supremo da vida humana como vida racional não consiste apenas na excelência ética; inclui também as excelências da ciência” (TAYLOR, 2011, p. 167), mas, no plano prático, o ser humano deve desenvolver uma atitude de abertura para a mudança e lidar com as várias experiências do cotidiano conforme o que for preciso. Ainda nesse contexto, Messias e Lima afirmam que, para Aristóteles, o corpo é um veículo da alma, e esta confere ao corpo um valor, um significado mais nobre. Sendo matéria, o corpo é o intermediário da alma no mundo concreto. Sendo imortal, a alma se manifesta na vida do corpo (MESSIAS; LIMA, 2004).

Para Aristóteles, portanto, é importante que o corpo esteja ativo e para isso devemos ser educados desde a infância. Porém os excessos devem ser evitados; em outras palavras, talvez pudéssemos dizer que a atividade corporal deve ser “consciente” e não feita de forma automática, irrefletida, o que poderia incorrer em problemas, inclusive em danos físicos (GALLO, 2006, p. 14).

Na educação romana, era de bom tom aprender a língua e a literatura gregas, isso marcava um romano de procedência nobre. Além disso, se aprendia música e se praticava a ginástica. “A criança aprendeu a falar com a nutriz; nas casas ricas, a nutriz era grega, para

que a criança aprendesse no berço essa língua da cultura” (VEYNE, 2009b, p. 29). A educação de meninos e meninas em Roma era diferenciada. Os meninos, aos doze anos, seguiam com a educação, continuavam a estudar e as meninas eram preparadas para o casamento (VEYNE, 2009b).

[...] os gregos estão em Roma, são o essencial de Roma; o Império Romano é a civilização helenística nas mãos brutais (também aqui, nada de sermões humanistas) de um aparelho de Estado de origem italiana. Em Roma, a civilização, a cultura, a literatura, a arte e a própria religião provieram quase inteiramente dos gregos ao longo do meio milênio de aculturação... Roma tornou-se grega (VEYNE, 2009a, p. 12-13).

No século II d. C., a sociedade romana apresentava uma expectativa média de vida em torno de 25 anos. A morte fazia parte da vida em Roma. A sobrevivência a partir dos cinquenta anos de idade era de quatro para cada cem habitantes, isso para os homens, a relação para as mulheres era menor ainda. Com uma moral pouco exigente, a procriação era incentivada. No governo do imperador Augusto, foi criada uma lei que penalizava os solteiros e premiava quem constituía uma família com filhos. Nesse cenário, as mulheres sofriam maior coação para gerar filhos e a idade média para se casar era catorze anos, “os rapazes e as moças eram discretamente mobilizados a usar seus corpos na procriação” (BROWN, 1990, p. 17).

Os solteiros continuavam a existir nos círculos da classe alta, muito embora fossem ocasionalmente repreendidos por imperadores dedicados à causa pública. Os filósofos, individualistas profissionais, tinham permissão de desfilar sua notória excentricidade, permanecendo sem herdeiros legítimos e até praticando a abstinência vitalícia (BROWN, 1990, p. 17-18).

A mulher, segundo Brown (1990), no Império Romano, ocupava, na hierarquia social, uma condição inferior a do homem. Isso incluía também o lugar ocupado pelo corpo, pois o seu era um corpo imperfeito, úmido. Na teoria do calor e do espírito vital, os homens eram biologicamente superiores às mulheres. O calor era associado ao sêmen masculino. Os homens eram dotados de energia, de força para agir e pensar. Embora os homens possuíssem mais calor do que as mulheres, esse calor não podia esfriar, com o risco de se aproximarem da condição das mulheres e se tornarem delicados e fracos, “ser homem nunca era o bastante: o homem tinha de se esforçar por permanecer ‘viril’” (BROWN, 1990, p. 20).

O lugar do corpo nesse período era um lugar social, não existia simplesmente por sua natureza, por laços de sangue. O pai romano era dono da mulher, do escravo, da criança,

do patrimônio e dos corpos. “Em Roma um cidadão não ‘tem’ um filho: ele o ‘toma’, ‘levanta’ (*tollere*) [...]” (VEYNE, 2009b, p. 21). Segundo Paul Veyne (2009b), essa era a condição para um filho vir ao mundo no Império Romano, seu nascimento biológico não determinava que fosse aceito e reconhecido como membro da família. O pai precisava erguer o filho nos braços. A mulher que o concebeu, e que muitas vezes morria no parto, não tinha poder de decisão nenhum sobre isso. Não sendo levantada, a criança era colocada na porta da casa ou em um lugar público. Se alguém a recolhesse, tinha chances de sobreviver e até de retornar ao seu lugar de origem como escrava. Isso, às vezes, acontecia quando a mãe entregava o filho para alguém de confiança, caso contrário ele morria. A morte era o destino da maioria das crianças rejeitadas: “na Grécia era mais frequente enjeitar meninas que meninos; no ano I a.C., um heleno escreveu à esposa: ‘se (bato na madeira!) tiveres um filho, deixa-o viver; se tiveres uma filha, enjeita-a’” (VEYNE, 2009b, p. 21). A atitude de enjeitamento dos nascidos acontecia também por outros motivos: nas famílias mais pobres, pela condição de miséria dos pais, que não tinham condição de prover alimentos, e nas famílias abastadas, se o nascimento de mais um herdeiro fosse atrapalhar uma condição patrimonial já resolvida num testamento (VEYNE, 2009b).

Embora a mulher fosse um homem malfeito, inconcluso, ela tinha uma função dentro da criação divina, servia para alimentar o sêmen do homem e gerar filhos. Na teoria dos humores, seu corpo era frio - com pouco calor - e úmido - com excesso de líquidos. Seu ciclo menstrual indicava uma incapacidade de “queimar os excedentes pesados que se coagulavam dentro delas” (BROWN, 1990, p. 19). Galeno afirmava que isso explicaria essa deficiência no corpo da mulher, pois senão como explicar uma obra de Deus amputada? (BROWN, 1990).

No entanto, paradoxalmente, as leis romanas, neste período, não condenavam as diversas formas de abortos e contracepção, as mulheres não eram obrigadas a levar uma gravidez até o final. Por outro lado, “a lei concedia um privilégio às mães de três filhos, entendendo que elas haviam cumprido seu dever [...]” (VEYNE, 2009b, p. 24). Essa mentalidade irá se transformar com o andar da história e temos em santo Agostinho um crítico a esses métodos:

[...] santo Agostinho refere-se a “amplexos nos quais se evita a concepção” não como uma coisa rara e os condena, mesmo que ocorram com a esposa legítima; ele distingue contracepção, esterilização por meio de drogas e aborto e os condena igualmente (VEYNE, 2009b, p. 24).

Sobre a instituição do casamento, Veyne (2009b) diz que, no século I da nossa era, o casamento monogâmico, em Roma, torna-se um dever cívico, uma moral ligada ao cumprimento dos deveres, “[...] de gerar cidadãos de modo regulamentar [...]” (VEYNE, 2009b, p. 47). Já no século II d. C., essa moral se transforma em moral do casal, o marido deve ser bom para a esposa, deve haver “[...] uma amizade, uma afeição duradoura entre duas pessoas de bem, que só hão de fazer amor para perpetuar a espécie” (VEYNE, 2009b, p. 47). Mas a mulher continua com sua condição inferior justificada pela natureza e deveria continuar obediente ao marido, companheira, mas obediente (VEYNE, 2009b). Brown (1990) reforça essa ideia quando afirma que “montar casa com uma jovem esposa era apresentado como um exercício peculiarmente animador de controle suave e de eventual absorção de um ‘outro’ inferior no mundo do marido” (BROWN, 1990, p. 22).

Outra característica deste período é a existência de outra moral, com uma base médica, uma moral higiênica. As teorias médicas não condenavam o sexo como pecado, mas se preocupavam com os excessos que os prazeres poderiam causar para a saúde, “os médicos prescrevem a ginástica e os estudos filosóficos para tirar dos jovens a energia venérea” (VEYNE, 2009b, p. 37).

Seguindo nesta perspectiva, vamos dar um pequeno salto no tempo para o período que Peter Brown (2009) chama de Antiguidade tardia e que serve para designar o período histórico que vai do governo de Marco Aurélio (161-180) ao governo de Justiniano (527-565). Em relação a esse período, ele chama a atenção para as mudanças significativas que ocorreram nas condutas morais nos modos de viver e de se relacionar em sociedade, bem como nas relações dos indivíduos com o seu corpo e com outros corpos. Essas mudanças foram ocasionadas principalmente pela transição lenta neste espaço de tempo “[...] de uma forma de comunidade pública a outra, da cidade antiga à Igreja cristã” (BROWN, 2009, p. 214).

Brown (2009), contudo, ao falar do corpo e da saúde na Antiguidade tardia, relaciona a saúde do indivíduo com sua conduta pública, ambas se interligavam. A teoria dos humores, herança da medicina grega, explica que o equilíbrio do corpo é mantido pela harmonia dos humores, nem perdas excessivas do que é necessário, nem retenção do que é preciso eliminar do organismo. Essa teoria andava de braço dado a uma filosofia moral que dizia que os “bem-nascidos” deveriam disciplinar o próprio comportamento, terem domínio sobre si mesmos. Comportamento social e equilíbrio humoral distinguem os “bem-nascidos” (BROWN, 2009, p. 218) dos inferiores. De acordo com o autor, o corpo se tornava “[...] o indicador mais sensível e evidente de um comportamento correto, e o controle harmonioso

desse corpo pelos métodos gregos tradicionais (exercícios, regime alimentar e banhos) constitui sua mais íntima garantia” (BROWN, 2009, p. 218).

Nesse terreno sociocultural da Antiguidade tardia, já haviam sido plantadas as raízes da repressão sobre o corpo que nos tempos chamados de Idade Média ganharam profundidade e um adubo especial com a doutrina cristã que “[...] institucionalizada introduz uma grande novidade no Ocidente: a transformação do pecado original em pecado sexual” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 49). Os grandes pensadores do cristianismo e as diversas ordens de monges vão divulgar e colocar em prática regras de abstinência sexual e de virgindade.

De algum modo, o terreno já estava bem preparado para que o cristianismo realizasse essa grande reviravolta do corpo contra si mesmo. “Os cristãos não reprimiram absolutamente nada, a coisa já estava feita”, chega a declarar Paul Veyne. “As continuidades muito estreitas que se podem constatar entre as primeiras doutrinas cristãs e a filosofia moral da Antiguidade”, escreve Michel Foucault, testemunham o fato de que não é “de modo algum exato” pensar que o paganismo e o cristianismo constituem duas antípodas da teoria e da prática sexuais (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 48).

Neste cenário de transição da Antiguidade tardia para a Idade Média, a percepção do corpo clássico e a noção de equilíbrio e saúde dos gregos já se mesclavam com a doutrina cristã. Ascese e cuidados com a saúde iriam andar juntos com a noção de pecado e culpa pelos prazeres que procediam da gratificação dos sentidos corporais. O corpo como lugar da alma e sede do desejo se torna o lugar de sofrimento e expiação, mas também o lugar da redenção. A Idade Média é envolvida em nuvens, suas histórias e estórias são imersas em uma aura lendária, nebulosa e sombria. Há novos olhares sobre a história desse período, ainda que a denominação de idade das trevas continue existindo no imaginário coletivo.

E uma história do corpo como se situa nesse contexto? Le Goff e Truong (2010), autores do livro **Uma história do corpo na Idade Média**, discutem este vazio de informação sobre os corpos humanos e afirmam que a história do corpo era uma história sem carne, na qual os corpos eram citados pelo que simbolizavam e representavam dos personagens que compunham o cenário da época: reis, guerreiros, santos e outros. “Por que o corpo na Idade Média? Porque ele constitui uma das grandes lacunas da história, um grande esquecimento do historiador. A história era, de fato, desencarnada” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 9). Ainda na compreensão dos autores, esse corpo é paradoxal, envolvido no mistério cristão, situado entre o pecado e a salvação. Se ele é a sede da perdição humana e da saída do Paraíso,

também é o lugar da redenção e através da penitência, da continência e da abstinência, é possível um retorno ao colo de Deus (LE GOFF; TRUONG, 2010).

Nesse contexto, segundo Rouche (2009), o período medieval foi marcado por extensos períodos de guerras e muitas epidemias que dizimaram a população. Os diversos povos que invadiram o Império Romano e constituíram a Idade Média ocidental confrontaram entre si e com os próprios cidadãos greco-romanos, disputando territórios, cultura, poder, mulheres... Nesse mosaico de conflitos, é necessário que o corpo seja forte e tenha saúde para combater nas guerras e para procriar. A expectativa média de vida no mundo medieval era em torno de trinta anos. Envelhecer significava chegar aos quarenta e cinco anos, isso para os homens, porque as mulheres viviam menos pelas consequências dos partos, continuava habitual as mulheres falecerem após darem a luz. Não só as guerras diminuam a população, mas também as epidemias ceifavam muitas vidas em cidades onde as condições de higiene e de abastecimento de água eram precárias; as carências nutricionais eram enormes, as doenças mentais eram comuns e ligadas às possessões demoníacas. O autor ainda afirma que “o corpo humano era, pois, o lugar privilegiado de um verdadeiro combate entre o bem e o mal [...]” (ROUCHE, 2009, p. 444).

A sociedade franca favorece eminentemente a procriação. Quem matar uma jovem livre em idade de procriar deverá pagar seiscentos soldos [...] mas pagará apenas duzentos se eliminar uma mulher que já passou da menopausa. Quem bater numa mulher grávida e com isso provocar-lhe a morte, pagará setecentos soldos de multa: se apenas sobrevier um aborto, a multa cairá para cem (ROUCHE, 2009, p. 449).

O corpo na Idade Média é um corpo vestido, considera Rouche (2009). O uso de costurar as roupas passa a fazer parte dos costumes da sociedade medieval e, em sua descrição, as roupas eram largas, com mangas curtas e longas nas camisas dos homens. O comprimento das calças masculinas era nos joelhos. Para as mulheres, vestidos, compridos evidentemente. Os cintos eram acessórios importantes, amarravam e davam alguma forma a muitos metros de tecidos, que se diferenciavam pela qualidade, deixando evidente quem era rico e quem era pobre, assim como as joias e as armas. “Nudez só existe em dois casos: durante o banho e na hora de dormir” (ROUCHE, 2009, p. 441).

Vê-se desenvolver na Idade Média um fenômeno que introduz mais rapidez em seus efeitos sobre o corpo: a moda. [...] Conhece-se um pouco melhor a evolução da arte de enfeitar o rosto, entre as mulheres, e a maquiagem. [...] A braguilha aparece no século XV, de modo cada vez mais provocante,

sobretudo depois do uso que fez dela Rabelais, o que inicia uma longa história (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 174).

O costume romano de se banhar em público (ROUCHE, 2009) nas termas comunitárias foi sendo banido nas práticas cotidianas na Idade Média; por um período ainda existiram, inclusive nos mosteiros, mas depois o banho passou a ser um tratamento, uma prescrição médica para os doentes, também foi se tornando uma prática mais privada e tomando características dos costumes de cada dinastia, “[...] Carlos Magno adorava nadar com seus convidados, muitas vezes mais de cem pessoas. Os príncipes carolíngios trocavam de roupa e tomavam banho no sábado” (ROUCHE, 2009, p. 441).

A beleza que será valorizada de um modo mais pontual na modernidade começa a nascer no período medieval; o corpo vestido e com adornos, os cabelos longos ou curtos diferenciando reis e escravos, os vários pentes que enfeitavam a cabeça, o cuidado com o bigode e com o rosto, os gestos em público como extensão do corpo. Le Goff e Truong (2010) afirmam que a visão foi um dos cinco sentidos que marcou o período medieval, inclusive citam que “de fato, a Idade Média inventou, em torno de 1030, os óculos, que, primeiramente como curiosidade que entrou na moda, depois como auxiliares da visão, se difundiram rapidamente” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 174).

Segundo Marwick (2009), a beleza no período medieval era associada à beleza física da mulher, e servia de inspiração ao herói, ao guerreiro medieval, em suas batalhas. O guerreiro era descrito fisicamente, salientando sua altura, sua força e sua coragem. No entanto, a beleza era considerada uma característica da mulher, e era descrita por vários atributos sobre os pés, as mãos, o rosto, a pele... A mulher deveria ser bela para encorajar a força e a poesia masculinas, era um bem valioso para os monarcas medievais.

O corpo também vai ocupar na Idade Média um lugar metafórico. Ele é usado para representar uma instituição, a Igreja, o Estado, a cidade, etc. O homem passa a ser percebido como um microcosmo num contexto político, na relação do homem com o mundo, ele começa a estar no centro do mundo (LE GOFF; TRUONG, 2010). “Mas, desde o século XVI, os tempos modernos irão representar os cinco sentidos, no seio de um humanismo preocupado em valorizar o homem por inteiro. Esse humanismo, sistema de um homem dotado de um corpo civilizado, foi a Idade Média que criou” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 175).

Nessa perspectiva de uma metáfora corporal designando uma instituição, o coração, entre os séculos XIII e XV, se torna um símbolo magno. Lugar da dor, da paixão e

do sofrimento. O coração entra no imaginário medieval através da literatura e dos escritos dos teólogos, estabelecendo no cristianismo uma dupla com o corpo, o coração passa a ser a sede do que é espiritual no homem. Posteriormente, essa metáfora toma um corpo maior e se estabelece na devoção do Sagrado Coração de Jesus com “[...] a transferência da chaga do Cristo crucificado do lado direito para o lado esquerdo, o lado do coração” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 157-158). Citando Gélis:

O Sagrado Coração indica o coração de carne de Jesus. Não é uma relíquia fria e morta, mas um órgão quente e sangrento, cheio de vida. É também o amor de Jesus pela humanidade cujo símbolo é o coração de carne. Portanto, é ao mesmo tempo o coração de um homem e o Coração de um Deus de amor que se encarnou (GÉLIS, 2008, p. 38).

Mas também, na Idade Média, o corpo é o lugar da abundância da vida material. Na cultura popular, que se contrapunha aos movimentos renascentistas, a corporeidade atravessa os figurinos, com os moldes, rompe com a moda dos salões e da elite, com suas saliências e excessos de carnes que não cabem nos espartilhos. Estamos nos remetendo aos estudos de Bakhtin (2010) que se debruçou sobre a obra de Rabelais e fala sobre o realismo grotesco e o corpo nesse contexto. Bakhtin (2010) convencionou chamar de realismo grotesco o conjunto de imagens da cultura popular da Idade Média, na sua manifestação teatral, burlesca, exagerando as formas e as sensações, caracterizando o ridículo e o engraçado da vida humana, referenciando o riso e a alegria. Nesse cenário do realismo grotesco, segundo o autor, a vida material, corporal e o corpo não são entidades isoladas do resto do universo e sim fazem parte do mundo e de sua totalidade. O corpo não é um corpo idealizado segundo a subjetividade de um indivíduo como na modernidade. Não é um corpo fisiológico, anatomizado, percebido em partes. É um corpo inteiro, imerso no coletivo, no cosmo. Nas palavras do autor “o porta-voz do princípio material e corporal não é aqui nem o ser biológico isolado nem o egoísta indivíduo burguês, mas *o povo*, um povo que na sua evolução cresce e se renova constantemente” (BAKHTIN, 2010, p.17, ênfase do autor). É uma corporeidade festiva e exuberante, conectada com os ciclos de fertilidade, de renascimento, de vida e de morte. Segundo o autor, esses aspectos e visões do corpo e da corporeidade fizeram parte da cultura popular da Idade Média e também do Renascimento. O período da Renascença e das Luzes é o tema do próximo item.

1.1.2 O corpo na Renascença e nas Luzes

A cultura popular medieval para Bakhtin (2010) ia de encontro à programação oficial e ao poder do clero, reafirmando a riqueza da terra, a fartura e a opulência da vida humana no mundo material. Para o autor “o traço marcante do realismo grotesco é o *rebaixamento*, isto é, a transferência ao plano material e corporal, o da terra e do corpo na sua indissolúvel unidade, de tudo que é elevado, espiritual, ideal e abstrato” (BAKHTIN, 2010, p. 17, ênfase do autor). Mas ele deixa claro que esse rebaixamento ao nível da terra não tem um caráter negativo e sim criativo, dinâmico, numa relação ambígua entre degradação e regeneração, entre a terra que serve de túmulo e que também serve de seiva. No cosmo, o céu está em cima e embaixo está a terra, e o corpo, que também só existe dentro desse cosmo e dessa relação, tem a cabeça representada pela parte do alto, do céu e na parte de baixo, o ventre. “Degradar significa entrar em comunhão com a vida da parte inferior do corpo, a do ventre e dos órgãos genitais, e portanto com atos como o coito, a concepção, a gravidez, o parto, a absorção de alimentos e a satisfação das necessidades naturais” (BAKHTIN, 2010, p. 19).

Essa ambiguidade e essa relação de paradoxo com o corpo no período medieval continuam a existir no período chamado de Renascimento quando o olhar retorna para a Antiguidade clássica, numa recriação dos valores greco-romanos principalmente na arte e na cultura. O corpo recebe luz nas telas dos pintores e se desnuda sob o olhar dos humanistas. A Renascença, como período de passagem entre o medieval e o moderno, tem no corpo um lugar de representação que espelha o drama divino do corpo como um lugar de expiação do pecado, mas também reflete o olhar experimental e científico que começa a ser construído com o homem e o humano como centro do universo.

Ainda pensando esse corpo medieval grotesco que se lança na contramão do corpo moderno, o qual dará o molde do corpo contemporâneo, retornamos a Bakhtin quando diz que “em oposição aos cânones modernos, o corpo grotesco não está separado do resto do mundo, não está isolado, acabado nem perfeito, mas ultrapassa-se a si mesmo, franqueia seus próprios limites” (BAKHTIN, 2010, p. 23). É uma representação de corpo que está mesclado com o mundo e com as coisas do mundo, ajuntado, de uma maneira caótica, aos animais, aos vegetais, ou seja, a tudo que existe no mundo. É também um corpo que é visto através de suas fendas para esse mundo externo. Os buracos do corpo, olhos, ouvidos, nariz, órgãos genitais e outros espaços vazios se abrem ao mundo e comungam com ele, interagem com os ciclos de vida e morte. É um corpo em devir, grávido e parindo, envelhecendo, morrendo e nascendo

novamente. Interage com os movimentos da vida em suas saliências carnis: barriga, seios, traseiros, verrugas e cicatrizes. Um corpo que realiza as necessidades do comer, do beber, da sexualidade, das excreções, do adoecer, que se entrega à finitude do viver. Um corpo tingido de luz e de sombra. Vale esclarecer que o autor reconhece que essa representação de corpo, embora apareça em outras obras desse período medieval e renascentista, tem seu grande brilho poético nas obras de Rabelais. No desenvolvimento dos movimentos do Renascimento, essa concepção de corpo foi dando lugar, na literatura e na arte da elite, às formas clássicas de perceber o corpo, numa releitura das imagens gregas e romanas de representar o corpo e a corporeidade (BAKHTIN, 2010).

Essas imagens de corpo foram especialmente desenvolvidas nas diversas formas dos espetáculos e festas populares da Idade Média; festas dos tolos, *charivaris*, carnavais, festa do Corpo de Deus no seu aspecto público e popular, diabruras-mistérios, *soties* e farsas. A cultura medieval popular e dos espetáculos conhecia apenas essa concepção de corpo (BAKHTIN, 2010, p. 24).

Braunstein e Pépin (1999), no livro **O lugar do corpo na cultura ocidental**, afirmam que, no advento do Novo Mundo, o ser humano passou a ocupar outro lugar na história e em consequência disso uma nova compreensão de corpo passa a existir nos moldes de um olhar mais objetivo e matemático. Os estudos de Copérnico, Kepler e Galileu deslocaram a Terra do centro do universo. A teoria heliocêntrica conduz o olhar do homem para o infinito e para uma concepção geométrica do espaço. A linguagem matemática passa a explicar a natureza “quando Galileu constrói a sua luneta, é para ver aquilo que, até então, não foi visto, e não é porque ele a construiu que o mundo conhecido se revelou como diferente” (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 89). Os autores chamam a atenção para as novas representações que vão surgindo sobre o universo e o lugar que o ser humano começa a ocupar nesse universo. O olhar objetivo vai sendo estruturado. Para que o conhecimento seja verdadeiro, ele precisa estar calcado em evidências e para isso o ser humano deve se afastar do objeto para conhecer. O corpo também se torna um objeto a ser conhecido e explorado e o olhar se distancia do corpo para que ele possa ser descoberto. Para Descartes, a *res cogitans* tem soberania sobre a *res extensa*. O corpo é mais pensado do que sentido. No dualismo cartesiano, ele se torna matéria, um mecanismo a ser desmembrado e dissecado. Embora seja matéria, ele é necessário para a alma, pois o homem só é completo enquanto alma e corpo. Os autores asseveram que Descartes “[...] localiza a alma na epífise, na glândula pineal, assim

chamada no tratado das **Paixões da alma**, porque teria a forma de uma pinha. Seria ela a dar ao corpo a sua coerência, a fazer dele um indivíduo, um indivisível” (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 93).

No racionalismo cartesiano, o corpo é compreendido como uma máquina, não só no sentido de entrada e saída de insumos e engrenagens-órgãos que funcionam submetidos a uma lógica da razão, mas também por estar negado a esse corpo máquina o contato com sensações e percepções. É uma idealização de corpo que tem como função servir à supremacia da razão humana. O corpo mecânico de Descartes se torna um objeto da ciência. O método e as razões da razão vão determinar o lugar que o corpo deve ocupar nas representações ocidentais, e isso por muitos séculos.

Heliocentrismo e mecanicismo vão constituir os dois polos de referência no século XVII, implicando uma cisão e uma concepção radicalmente diferentes do homem e do universo. É um acaso que no mesmo ano, em 1535, sejam publicados **A fábrica do corpo humano** de Vesálio e o tratado de astronomia de Copérnico, **Das revoluções das órbitas celestes?** (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 90, ênfase dos autores).

Nessa linha de compreensão, Taylor assevera que, após Galileu, “conhecer a realidade é ter uma representação correta das coisas – um quadro interior correto da realidade exterior, como passou a ser concebido” (TAYLOR, 2011, p. 190). Ao modo cartesiano, o conhecimento é construído através da correta ordenação das representações. Essa ordem segundo Descartes irá possibilitar a visão clara da verdade, “[...] o que ele chama de *évidence*” (TAYLOR, 2011, p. 191). Para o autor, o dualismo cartesiano entre corpo e alma é distinto do dualismo platônico, nele não há uma realidade externa, sensível, atemporal e imutável diante da qual o ser humano deva se inclinar e se perceber parte desse cosmo maior. Esse cosmo imaterial existe numa dinâmica com a matéria, numa relação em que a matéria é objetivada, compreendida como extensão, apenas como um mecanismo sem nenhuma relação com uma espiritualidade. É necessário afastar “[...] nossa forma de experiência comum, incorporada. Temos de nos libertar, segundo Descartes, dessa forma irremediavelmente confusa e obscura de apreender as coisas” (TAYLOR, 2011, p. 193). O corpo, nesse cenário, é visto como um objeto a ser observado de longe, sem envolvimento por parte de quem observa, ele é concebido pelo pensamento; embora para conceber uma realidade imaterial, a mente, no dualismo cartesiano, precise do corpo e faz isso o objetivando (TAYLOR, 2011). Finalizando, o autor ainda afirma que:

Descartes é, em muitos sentidos, profundamente agostiniano [...]. Mas Descartes introduz na interioridade agostiniana uma mudança radical, dando-lhe uma direção inteiramente nova, que também marcou época. Poderíamos descrever essa mudança dizendo que Descartes situa as fontes morais dentro de nós (TAYLOR, 2011, p. 189).

Ainda nesse cenário, Gadamer (2006) considera que o alicerce da ciência moderna que começa a vigorar a partir do século XVII modifica a compreensão da relação entre teoria e prática que existia desde os fundamentos da filosofia clássica, na qual a prática acontecia no dia a dia, na experiência do fazer e ser na vida. A partir de Descartes, com seu método, a apreensão do conhecimento se faz através da experiência e “como experiência é válido somente aquilo que é controlável” e “o ideal da certeza torna-se critério de todo o conhecimento” (GADAMER, 2006, p. 13). Também citando os estudos de Galileu, o autor afirma que ele concebeu a teoria da queda livre através de seu raciocínio matemático, abstrato “[...] *mente concipio*, quer dizer, eu concebo-a em minha mente” (GADAMER, 2006, p. 13), isso implica numa teoria que resultou do trabalho da mente de isolar relações causais e introduzir outra teia de causalidades. Para o autor, a ciência do século XVII abriu caminho para um saber e uma atuação no mundo que dominam e atuam sobre a natureza como técnica. Uma ciência aplicada sobre o mundo, isolando relações causais do todo. No século XX, essa ciência moderna entrou na vida do ser humano como um “[...] domínio técnico-científico da natureza [...]” (GADAMER, 2006, p. 14), resultando num tempo alicerçado na competência do ser humano para controlar o mundo natural, “ela ascendeu ao plano de uma contrarrealidade artificial” (GADAMER, 2006, p. 14). Hoje, o saber da humanidade precisa ter a aprovação da ciência e a ela se submeter. Para ele, o que “[...] entrou na vida foi a ‘ciência’, trazendo consigo um novo conceito de teoria e prática. Esse é um grande acontecimento na história da humanidade, que conferiu a ciência um novo perfil social e político” (GADAMER, 2006, p. 14).

Retornando à compreensão de Taylor (2011) sobre a racionalidade cartesiana, podemos perceber que o autor deixa claro que a interioridade de Descartes é algo diferente do homem interior de Agostinho. O ser pensante em Agostinho descobre sua dependência de Deus e de sua ação dentro dele. O homem interior de Agostinho está longe de ser autossuficiente. O ser pensante em Descartes, apesar da influência agostiniana, não é dependente de Deus. Ele busca a autossuficiência no *cogito*, através de uma metodologia correta de observação do mundo exterior separando com clareza as percepções que podem evidenciar a certeza científica, “a existência de Deus é um teorema em *meu* sistema de ciência

perfeita. O centro de gravidade decisivamente mudou” (TAYLOR, 2011, p. 207, ênfase do autor). Para o autor, essa mudança de eixo se caracteriza na transição da essência para o método, de uma realidade ordenada por um cosmo divino para uma realidade construída em padrões racionais, observáveis através de procedimentos corretos, dos quais podemos e devemos extrair verdades em relação ao mundo e à vida (TAYLOR, 2011). Taylor afirma que nessa passagem:

Descartes articula o que passou a ser a visão moderna padrão. Apesar das grandes discordâncias sobre a natureza do procedimento, e apesar de todo o desdém de que ele foi alvo por parte da tendência empirista dominante na cultura científica moderna, o conceito de razão continua sendo procedimental (TAYLOR, 2011, p. 206).

O autor ainda afirma que “Descartes não foi o único a tomar o caminho agostiniano no começo da era moderna” (TAYLOR, 2011, p. 186). Agostinho, bispo de Hipona, influenciou as correntes filosóficas e as muitas convicções religiosas que prosperaram em torno dos 1600 e dos 1700, ninguém escapou das ideias agostinianas que ainda reverberam em nossos tempos contemporâneos (TAYLOR, 2011).

Ainda nesse cenário, Foucault (2011), se apropriando dos textos da Antiguidade clássica, se propõe a reconstruir a história do sujeito que deseja e que se volta para si mesmo numa hermenêutica de si. O autor buscou entender qual é a dinâmica entre sujeito e verdade, como o sujeito ocidental acessa a verdade. Para ele, desde os tempos socráticos até o tempo contemporâneo, as “técnicas de si”, os “cuidados de si” foram sofrendo metamorfoses. Ressalta como os “cuidados de si” forjaram a base das disciplinas ascéticas do cristianismo. O corpo mais uma vez é o foco dessas técnicas de cuidados e disciplinas. Dando um salto na história, o autor nomeia “momento cartesiano” (FOUCAULT, 2011, p. 18) a mudança que ocorreu na Idade Moderna na a relação entre sujeito e verdade, quando o acesso à verdade se torna um postulado apenas possível através do conhecimento. Antes era possível acessar a verdade através da espiritualidade que implicava numa transformação do sujeito em outro, era necessário um desdobramento do sujeito em si mesmo para ter acesso à verdade (FOUCAULT, 2011). Esse deslocamento do olhar trouxe uma mudança radical na hermenêutica do sujeito que doravante passa pelo conhecimento e isso implica, nas palavras do autor, que:

Se definirmos a espiritualidade como gênero de práticas que postulam que o sujeito, tal como ele é, não é capaz de verdade, mas que a verdade, tal como

ela é, é capaz de transfigurar e salvar o sujeito, diremos então que a idade moderna das relações entre sujeito e verdade começa no dia em que postulamos que o sujeito, tal como ele é, é capaz de verdade, mas que a verdade, tal como ela é, não é capaz de salvar o sujeito (FOUCAULT, 2011, p. 19).

O tempo das Luzes iluminou a razão, e o indivíduo da modernidade é um sujeito racional, que observa e reflete a realidade que existe como extensão de seu pensamento. O corpo existe como extensão de sua mente, é um corpo que é compreendido dentro das mesmas leis físicas e químicas que geram a matéria. Na tradição filosófica ocidental, o corpo é visto como suspeito, ambíguo e incerto. O corpo, para os filósofos, não inspira confiança, a alma é nobre e deve ter prioridade. Na filosofia cartesiana, não é diferente, a alma/pensamento é o referencial que confirma a existência do indivíduo no mundo. Estamos encarnados em um corpo, mas ele é real na medida em que pensamos na existência e não na medida em que existimos.

As palavras de Wilde (2001) no seu clássico livro **O Retrato de Dorian Gray** trazem, de uma maneira poética, essa duplicidade de fronteira entre o corpo e a alma, entre o corpo e a mente, que inaugura o século XIX não como novidade em relação ao dualismo que já existia em Platão e na construção da filosofia cristã, mas como um modo moderno de existir em que o cidadão se organiza em torno de sua personalidade e de sua condição de sujeito enquanto indivíduo e individual. O romance retrata a sociedade vitoriana do século XIX, na qual as regras de vestir e os gestos de comportamentos sociais encobriam uma sociedade moralmente ambígua, onde a aparência começa a ter valor social. De mãos dadas com a racionalidade científica e as descobertas da medicina em relação ao corpo e ao controle de suas funções biológicas, a beleza e a juventude começam a tomar lugar central nesse período histórico como requisitos para o sucesso e prestígio social. No romance, o jovem Dorian Gray faz uma espécie de pacto faustiano misterioso para se manter jovem e bonito, e, em contrapartida, uma pintura que o retrata vai envelhecendo escondida num quarto fechado. O acordo lhe custa a alma e também revela sua alma decaída em função de seu desejo em manter um corpo eternamente na mocidade. Nas palavras do autor:

Corpo e alma, alma e corpo – que dupla misteriosa! Há animalismo na alma; e o corpo tem os seus momentos de espiritualidade. Os sentidos podem adquirir requintes, como o espírito está sujeito a degradar-se. Quem saberá dizer onde cessa o impulso carnal ou onde começa o impulso físico? [...] Estará a alma instalada na casa do pecado, ou o corpo inserido realmente na alma, como pensava Giordano Bruno? (WILDE, 2001, p. 58).

O retorno aos valores da Antiguidade clássica na Renascença conferiu ao corpo um olhar desnudado e iluminado. Os contornos do corpo ganham luzes e entre jogos de sombras vão se revelando nas medidas simétricas e harmônicas. Os corpos dos deuses renascem em um novo olhar através das lentes renascentistas. Um corpo ainda em trânsito entre o medievo – e seu corpo envolto na paixão de Cristo – e a modernidade – que dessacraliza o corpo e o remete a uma metáfora da máquina. Norbert Elias (1994, p. 82-83) afirma que “os trabalhos de humanistas sobre maneiras formam uma espécie de ponte entre as da Idade Média e os tempos modernos”. O processo civilizador tomou molde nas transformações que ocorreram no advento do Estado Moderno e nas mudanças que aconteceram a partir daí sobre a civilização. Para o autor, as modificações nos costumes e nas maneiras sociais no período que marca o fim do feudalismo e o início da formação dos Estados Nacionais formaram as regras de comportamento social que prevaleceram na modernidade influenciando os tempos contemporâneos. As boas maneiras se tornaram não só um manual de etiqueta e moral, mas também um conjunto de regras e gestos corporais que apontam uma maneira de se relacionar em sociedade, que se expressa na relação com os outros indivíduos seja nos modos à mesa de refeições seja nas relações sexuais.

As funções corporais, para Norbert Elias (1994), são foco de uma educação que visava um maior controle das paixões e dos impulsos. O corpo humano vai se tornando o centro do esmero das maneiras e modos de estar e aparentar em público. O refinamento do comportamento distinguia os nobres dos plebeus, servia para marcar as classes sociais. A educação ensinava o sentimento de vergonha entre os grupos sociais. A observação do outro se torna lugar comum numa sociedade que se civilizava. Ainda nas palavras do autor:

O novo estágio da cortesia e sua representação, sumariados no conceito de *civilité*, está estreitamente vinculado a essa maneira de ver e, aos poucos, isto se acentua ainda mais. A fim de ser realmente “cortês” segundo os padrões da *civilité*, o indivíduo é até certo ponto obrigado a observar, a olhar em volta e prestar atenção às pessoas e aos seus motivos. Nisto também, anuncia-se uma nova relação entre um homem e outro, uma nova forma de integração (ELIAS, 1994, p. 90).

O espaço social das cortes toma importância como um local de visibilidade da nobreza e dos que a ela estão ligados por laços de serviço ou de interesses outros. A aparência pessoal começa a ser um comportamento pensado e construído com boas maneiras e modos de se portar que irão distinguir os nobres dos plebeus e da burguesia em ascensão. O cuidado com as vestimentas e o corpo vestido se faz presentes nos salões da nobreza. Para Vigarello

(2006, p. 15) “a beleza entrou na modernidade” e, para o autor, nessa transição marcada pelos valores do Renascimento, a beleza recai sobre a égide do feminino e o peso do embelezamento também incide sobre as mulheres.

Nesse contexto, a beleza feminina deveria remeter ao sublime, algo que se revela através de um fino véu, quase etérea e impalpável. Uma beleza divinizada era o padrão considerado belo e, desse modo, a pele branca, alva, podendo beirar o pálido, era o tom exaltado do rosto feminino. O embelezamento através dos artifícios de maquiagem não era incentivado, sendo até condenado, mas nisso havia uma contradição na prática porque as mulheres faziam uso deles atrás dos bastidores e de maneira reservada e, como afirma Vigarello, “o uso de cosmético se difundiu no Renascimento, apesar das resistências e rejeições” (VIGARELLO, 2006, p. 38). Havia brechas nessa proibição se o motivo das maquiagens visasse o casamento, a união moralmente aceita e não para finalidades outras de cunho sexual considerado marginal. Estamos nos meados do século XVI e a beleza desenhada e pintada não é do corpo por inteiro que, no caso, é escondido abaixo da cintura por longas e largas saias. Os olhares dos artistas e dos amantes se voltam para os olhos, a boca, o nariz e desce até o busto. A atenção, daqueles que cumpriam uma vocação artística, se mirava no rosto, no colo e deslizava o olhar pelos braços até as mãos. O corpo abaixo da cintura e da saia servia de suporte para o resto do corpo que se voltava para o alto, para o céu, para o inefável. O corpo feminino se apresentava para um não movimento, com certa frouxidão e brandura que insinuava uma sensualidade sutil, dissimulada. Movimento corporal só para a dança e o bordado. Um corpo que revelava a aristocracia e a diferença social entre as classes (VIGARELLO, 2006).

A mulher, pela primeira vez, aproxima-se da perfeição, parcialmente libertada da tradição que a demonizava. O prestígio de Vênus na iconografia, o prestígio da “corte das damas” na companhia dos príncipes, o domínio da beleza feminina nos tratados de beleza assemelham-se a uma reabilitação. É a primeira forma moderna de um reconhecimento social (VIGARELLO, 2006, p. 24).

Entretanto, ainda esclarece o autor (VIGARELLO, 2006), é uma aproximação mais artística, mais em paisagem do que na vida real na qual a mulher continua tendo um lugar inferior ao homem e deve a ele se submeter. A beleza divina é para o regalo masculino, para honrar o papel do homem que nesse contexto precisa ser mais forte do que belo porque o toque divino já é condição do homem criado à imagem e semelhança de Deus. A condição de força para os homens e de fragilidade e beleza para as mulheres marca limites definidos entre

os papéis reservados aos homens e às mulheres, bem como as aparências que ambos deveriam apresentar. O corpo do homem deve ser forte e possuir pelos. A pele deve ser áspera e insensível porque reflete a luta no campo de batalha e na manutenção das cidades. O corpo masculino deve refletir sua importância no exercício do poder político.

O corpo começa a ser vestido (ROUCHE, 2009) na Idade Média com a costura das roupas e o uso de adornos, principalmente dos cintos, como já evidenciamos no item anterior. Na Renascença, o vestuário e a arte de se vestir e de aparentar tomam contornos de uma identidade aristocrática e de nobreza que começa a ser imitada pela burguesia em ascensão. Os corpos dos camponeses e das camponesas estão bem longe das distinções que ressaltamos em relação aos salões da corte, mas se aproximam do corpo grotesco e abundante fincado no mundo e em suas intempéries (BAKHTIN, 2010). Corpos diferentes deixando bem claro as diferentes classes sociais a que pertencem. Corpos que nos séculos que se seguem vão ficando cada vez mais desnudados, descobertos e dissecados tomando acento no centro do racionalismo científico e do antropocentrismo que marcarão com profundidade a cultura ocidental contemporânea. A descoberta do corpo no século XIX é o tema do próximo item.

1.2 O corpo no século XIX, o corpo descoberto

O século XIX foi muito marcado por mudanças científicas e tecnológicas que reverberaram profundamente no modo de compreensão e uso do corpo. Os desdobramentos da Revolução Industrial, as invenções de novas tecnologias, as descobertas científicas conferiram a esse tempo histórico lampejos de um mundo que se pretendia guiado pela racionalidade, pela técnica e por medidas precisas. A invenção das máquinas a vapor, do telégrafo, do telefone, a descoberta da eletricidade e da luz elétrica, a construção de estradas de ferro, a descoberta da fotografia, dos micróbios, das técnicas de assepsia, da anestesia bem como as teorias de Charles Darwin e os conhecimentos de anatomia, entre outros, colocaram o ser humano no mesmo lugar ocupado pela máquina, um objeto a ser descoberto, aperfeiçoado e manipulado. A metáfora cartesiana tomava feição e corpo. A máquina precisava ser abastecida de combustível para gerar energia e produtividade, assim como os corpos dos indivíduos que participavam dessa sociedade progressista marcada pelo positivismo de Augusto Comte.

O corpo cartesiano ocupa o seu lugar no cenário ocidental até os tempos atuais. Assim como as peças e as engrenagens são os componentes das máquinas, os órgãos são os componentes do corpo. Esse corpo tem uma dinâmica de funcionamento, com entradas e

saídas de insumos que o alimentam para que funcione com eficácia. Um corpo que precisa ser regulado e disciplinado para produzir o máximo de energia para o trabalho produtivo. Essa compreensão de corpo que será determinante para as práticas médicas da sociedade contemporânea emerge num período histórico de grandes mudanças econômicas e sociais, e com o advento do método científico. A formação do processo civilizatório permeia a formação do sujeito na modernidade. Com a adequação do comportamento a regras, normas e etiquetas sociais e a maneira de se alimentar, o indivíduo da modernidade aprende a ter autocontrole. Esse indivíduo, com a formação do Estado, é construído como cidadão dentro das disciplinas e das instituições disciplinares. Nesse sentido, citamos Oliveira (2004) que considera o corpo no século XIX como “[...] a principal articulação entre os limites do indivíduo e da sociedade [...]”, centro das ações disciplinares do biopoder e alvo dos processos civilizatórios que marcam esse tempo histórico no qual a “[...] carne é investida de cultura e etiqueta” (OLIVEIRA, 2004, p. 10).

Os saberes médicos a partir do século XVIII, no mundo ocidental, apresentam um movimento crescente de controle e de normatização da vida orgânica e biológica dos seres humanos. Os corpos humanos são convocados a terem uma formatação que seja útil ao sistema capitalista que, cada vez mais, vai se impondo como modo de produção e compreensão social. Nesse sentido, o controle do sexo e da sexualidade se torna um ponto central desse controle, pelo fato de ser preciso monitorar as populações para o trabalho produtivo (FOUCAULT, 1994a).

Por conseguinte, François Trémolières (2012) afirma que “a tese do laço entre ascese e civilização tornou-se um lugar-comum da modernidade” (TRÉMOLIÈRES, 2012, p. 106). Para o autor, essa relação entre a ascese e civilização em Freud passa pelo ascetismo cristão que inclui a dor, o sofrimento e a renúncia dos desejos do corpo e de suas pulsões, como uma via para diminuir o desprazer, em que uma satisfação imediata é substituída por um ganho em um cosmo religioso. O autor também considera em Foucault que na sociedade contemporânea os “cuidados de si” se inscrevem numa ascese que se debruça sobre o controle do corpo a partir da vontade livre do sujeito.

A construção de uma civilidade se estabeleceu com o controle dos gestos do corpo e do comportamento pontuado por regras e maneiras corretas de se portar que passaram a determinar o homem dito civilizado que vive e se apresenta em sociedade. Um indivíduo que aparenta ser o que é a partir de construções de identidades que surgem como possibilidades num universo de subjetividades que conformam os seres humanos contemporâneos.

1.2.1 O corpo e subjetividades contemporâneas

Em torno do corpo são construídas identidades transitórias que se transformam conforme o tempo midiático. As imagens de corpos e as *performances* corporais ganham asas na contemporaneidade. O corpo deve ser mais leve e flexível o suficiente para caber nas roupas e nos desejos dos indivíduos bem como nas imagens das mídias visuais. Os corpos dos modelos, dos artistas, dos atletas são coletivizados para todos os cidadãos e servem como moldes para aqueles que desejam modificar o próprio corpo seja através das técnicas cirúrgicas disponíveis no mercado seja pelo autocontrole dos indivíduos para construir um corpo sarado através de uma disciplina alimentar e de práticas de atividades físicas. As subjetividades corporais são orientadas pelas normas de saúde e pelo narcisismo individual.

Daolio (2006), em seu texto *Corpo e Identidade*, reflete sobre a transformação que a antropologia social sofreu desde o século XIX – quando essa ciência se organiza e é reconhecida como tal – até os tempos atuais. No século XIX, o foco da antropologia e dos antropólogos eram os povos chamados primitivos, que viviam longe e de modo diferente dos indivíduos que viviam na Europa ocidental. Esses povos foram classificados como tribos e essa nomenclatura se baseava em seus corpos que eram diferentes do homem ocidental europeu. A teoria evolucionista era a base para tais classificações e, nesse sentido, as características biológicas eram usadas para classificar culturas diferentes da europeia como bárbaras e selvagens. A classificação biológica do corpo atestava o grau de civilização da sociedade objeto de estudo. O padrão ideal de corpo era do homem branco europeu, símbolo de civilidade e progresso. No início do século XX, a sistematização das observações de campo através da etnografia trouxe outro olhar para os diferentes corpos dos outros seres humanos que habitavam o planeta, “o corpo passou a ser considerado não apenas um arcabouço biológico menos capaz ou denunciador do estágio evolutivo, mas expressão de um conjunto de significados de um dado grupo” (DAOLIO, 2006, p. 51). O autor, na sua sequência histórica sobre a antropologia social, se debruça sobre a mudança dos olhares etnográficos do corpo: de Marcel Mauss, com suas teorias sobre o uso do corpo pelas diversas sociedades, como o primeiro instrumento técnico do homem, até Clifford Geertz que, influenciado pela semiótica, afirma que a antropologia deve buscar compreender o significado expresso nas culturas e que o corpo, como parte da cultura humana e condição para que ela exista, também se expressa em uma rede de significados. “O corpo não seria, para Geertz, apenas um arcabouço biológico, mas se constituiria essencialmente em veículo expressivo de significados públicos” (DAOLIO, 2006, p. 54).

Nosso propósito aqui, citando o autor, não é fazer uma análise histórica dos caminhos da antropologia, mas ressaltar como o corpo – e/ou o objeto corpo – está presente nas diversas teorias antropológicas, sendo definido, compreendido, nomeado e manipulado de acordo com a compreensão de conhecimento vigente em uma determinada época. O corpo, como objeto de estudo e de intervenção, é moldado conforme o paradigma dominante nas ciências biológicas, mas também nas ciências humanas. Ele se constitui como um território a ser explorado e mapeado, seja pela sequência de aminoácidos de seu DNA, seja pela cartografia das teorias sociais sobre o corpo humano como construção simbólica. Ele é centralidade na sociedade que se instituiu moderna.

Retornando ao autor (DAOLIO, 2006) do texto citado, ele também se debruça sobre as mudanças nos meios de comunicação de massa que eclodiram após a Segunda Guerra Mundial, na chamada sociedade global, e sobre o papel cada vez mais acentuado da mídia na vida dos indivíduos fazendo perguntas em relação à percepção do corpo na sociedade contemporânea:

Atualmente, com a mídia apresentando e modificando continuamente padrões de condutas corporais, seria ainda possível falar em corpo identitário? [...] Como falar em corpo identitário numa época em que as imagens corporais passeiam pelo mundo levando hábitos, modos de vida e cuidados com o corpo a milhões de pessoas? (DAOLIO, 2006, p. 56).

Para dar conta de tantas subjetividades contemporâneas e em fluxo contínuo, o autor, Daolio (2006), busca resposta nas argumentações do psicanalista Jurandir Freire Costa, que “[...] afirma que o ser humano mudou a relação com seu corpo, fato que não pode ser descolado das grandes transformações socioculturais e econômicas ocorridas nos últimos séculos” (DAOLIO, 2006, p. 56). Ao interpretar a compreensão de Costa, Daolio (2006) considera que “o corpo, que antes se constituía em veículo para o indivíduo manifestar socialmente seus sentimentos morais e afetivos, torna-se o próprio fim da busca individual” (DAOLIO, 2006, p. 58). Para ele, ainda nesse contexto, importa mais aparentar ser do que ser. Essa aparência é construída no corpo. É uma aparência escrita na pele, na carne. Há toda uma produção industrial de bens e de ofertas de serviços para esse parecer corporal, desde cremes rejuvenescedores até cirurgias plásticas e, é claro, diversas modalidades de atividades físicas e de academias de ginástica que se por um lado trazem benefícios para a saúde, paradoxalmente, também ocasionam doenças com o consumo de fármacos que aumentam a massa muscular e transtornos alimentares com a prática de dietas restritivas e diversos

recursos para se atingir um ideal de corpo mediatizado. Para concluir citamos, mais uma vez, as palavras do autor que diz: “enfim, vivemos atualmente em uma cultura somática, narcísica e hedonista, que coloca como meta a *bioidentidade* e gera a *bioascese* na formação de personalidades somáticas” (DAOLIO, 2006, p. 61, ênfase do autor). Assim:

À medida que se altera o paradigma que orientou a racionalidade moderna, quando o corpo humano era considerado uma exterioridade a ser controlada, ele assume, lado a lado com as mais variadas instâncias pessoais, interpessoais ou coletivas, seu papel na produção de subjetividade. Um paradigma estético parece desenhar-se, no qual singulares devires e configurações inesperadas são produzidas e no qual o corpo surge como carne e imagem, matéria e espírito simultaneamente (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 29).

Nessa linha de compreensão, Paula Sibilia (2002) considera que, na sociedade contemporânea, outras subjetividades vão sendo construídas e destruídas num fluxo contínuo no mundo digital, num devir constante que implica em sucessivos modelos de existências que trazem a marca do transitório e temporário. Identidades que são construídas e fenecem rapidamente engolidas pelo mercado e seu imperativo de consumo. O ser humano é objeto de consumo através de seu corpo e de suas polissêmicas subjetividades. Em seu pensar foucaultiano, essas identidades que emergem são breves, descartáveis, flutuando à mercê das intempéries do mercado. Para a autora “[...] a ilusão de uma identidade fixa e estável, característica da sociedade moderna e industrial [...]” (SIBILIA, 2002, p. 33) já não cabe mais nos tempos atuais de virtualidade e redes sociais. Nas sociedades industriais, “[...] são modelados os corpos e as subjetividades de cada indivíduo em particular” (SIBILIA, 2002, p. 33) para gerar força para a produção de bens de consumo. Os corpos são disciplinados para serem dóceis e úteis. O que acontece nos tempos atuais é que o sujeito deixa de ser participante de uma massa crítica que compõe o Estado para se tornar um componente de amostras de mercado. Através da descrição de seu perfil de consumidor, pelas informações digitais, ele se torna o próprio produto de consumo numa ressignificação do biopoder (SIBILIA, 2002). Por conseguinte, “trata-se de tecnologias de **biopoder**, de um poder que focaliza diretamente a vida, administrando-a e modelando-a com vistas à adequação à normalidade. E produzindo, em consequência, certos tipos de corpos e determinados modos de ser” (SIBILIA, 2002, p. 31, ênfase da autora).

Dentro dessa perspectiva em **Corpos de Passagem**: ensaios sobre a subjetividade contemporânea, Denise Sant’Anna (2005) reflete com profundidade e leveza sobre a fluidez

das subjetividades contemporâneas. Como somos outros, sucessivamente no fluxo do tempo que também já é outro a cada momento. Nesses tempos velozes, a leveza é incentivada e isso inclui ter um corpo leve e ágil, diáfano com as características comuns que atribuímos ao espírito. O peso e a lentidão são rejeitados. A reflexão da autora se volta para o corpo enquanto lugar de construção dessas novas subjetividades que tornam o corpo contemporâneo um objeto de valor comercial e de investimento pessoal. Mas também um corpo que conquista o direito de eternidade, de permanecer na vida e de forma jovem. Para Sant'Anna (2005), a saúde tomou o lugar da salvação religiosa e “depois do direito ao rejuvenescimento, o direito a permanência. Nem que para permanecer seja preciso trocar de sexo, de sangue, de cabelo, em suma, de corpo. E não apenas uma única vez, nem de uma vez por todas. Trocar de corpo sem cessar [...]” (SANT'ANNA, 2005, p. 24).

Ter saúde e um corpo saudável se tornou atualmente um estilo de vida alimentado pela fantasia contemporânea de controle do tempo sobre o envelhecimento e adoecimento dos corpos. Permanecer eternamente jovem é uma subjetividade mais do que atual e presente no imaginário ocidental. A ciência médica e os conhecimentos de genética preconizam formas e condutas para retardar o envelhecimento e, desse modo, adiar o morrer. O corpo se torna o alvo desse devaneio científico. Na sociedade atual, o corpo é:

Radiografado, auscultado, em suas menores dobras, substituído por pedaços, enxertado em todos os sentidos, prometido à sobrevida de seus órgãos, o corpo humano é fonte e foco de pesquisas, tecnocientíficas e paracientíficas, provocando uma inflação de proibições e de injunções que confluem num discurso de mídia bastante confuso, e de práticas autoritárias até o totalitarismo: governos, comunidades científicas, “sábios” reunidos em comissões de vigilância chamadas “bioéticas” tomam medida sobre medida. Desdobra-se então uma espécie de atividade de controle destinada a preservar a espécie humana dos hábitos singulares dos indivíduos, culminando na introdução de uma moral sanitária “politicamente correta” (SFEZ, 1996, p. 41).

Na sociedade contemporânea, a medicalização do corpo e da saúde é um modo de construção de identidade e também um bem de consumo. Anne Marie Moulin (2008, p.18) afirma que “se a palavra-chave do século XVIII era a felicidade, e a do século XIX a liberdade, pode-se dizer que a do século XX é a saúde”. O corpo saudável é o suporte de muitos significados para os indivíduos contemporâneos. Villaça e Góes (1998) observam que a “[...] biologia torna-se a ciência decisiva para o século XXI. Assistimos à multiplicação e à mutação do corpo em paradoxais metáforas identitárias” (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 28). Para os autores, o corpo ocupou um lugar secundário e negativo dentro das grandes narrativas

que davam sentido ao ser humano, mas, com o advento da sociedade mediática e virtual, o corpo se libertou desse lugar e se tornou centro de muitas *performances* sociais, de imagens mutantes, que confundem as fronteiras do que são realidades e virtualidades. A tradicional dicotomia entre natureza e cultura utilizada para se pensar o corpo ficou embaçada nessas fronteiras (VILLAÇA; GÓES, 1998).

Em suas reflexões foucaultianas, Maia (2003) considera que Foucault, na década de setenta, inaugura uma análise da sociedade contemporânea que tem como base o controle dos corpos dos indivíduos através das novas tecnologias e conhecimentos científicos. Predominantemente, isso acontece na área de saúde, o que Foucault chama de biopoder. O biopoder passa a normatizar os aspectos fisiológicos do corpo, impondo uma vigilância sanitária sobre as ações e sobre o uso dos corpos através de uma “[...] gestão global da vida, posta em funcionamento mediante uma biopolítica da população, na qual o corpo humano é considerado elemento de uma espécie (sofrendo a incidência, basicamente, das práticas de normalização)” (MAIA, 2003, p. 78). O autor prossegue suas reflexões sobre o biopoder na sociedade contemporânea afirmando que o corpo é considerado como uma máquina numa sociedade disciplinar que se caracteriza pelo poder exercido sobre o biológico. O corpo é parte de uma espécie que é regida por leis comuns e regras coletivas de existência ficando sujeito a sanções de disciplina e de treinamento. As populações devem sofrer uma normatização em seus ciclos vitais. Esse olhar disciplinador se desdobra na sociedade atual em uma instrumentalização e um poder sobre a natalidade, a mortalidade e a longevidade. Passa a existir o Estado de bem-estar social que institui normas e começa a ter autoridade sobre a vida biológica das pessoas através da medicina social. As populações são mapeadas e classificadas em grupos de risco e de territórios clínicos para serem submetidas às condutas padronizadas como saudáveis e às regras de higiene consideradas desejáveis. Maia (2003) ainda afirma que:

A noção de norma, referida ao padrão da média, marca um estilo de racionalidade posto em funcionamento com a emergência do Estado de bem-estar social. A proliferação de políticas públicas visando à melhoria das condições eugênicas das populações – tão em voga a partir da metade do século XIX na Europa – funcionou como um esforço em busca da estandardização, do controle e da estabilidade social (MAIA, 2003, p. 89).

O controle social sobre o corpo não é uma novidade histórica como já vimos nos textos desse primeiro capítulo. O monitoramento corporal acontece de acordo com a cultura e através dos comportamentos considerados socialmente aceitos ou rejeitados e assim passíveis

de sofrerem reprovação e punição como atitude exemplar. Para Douglas ([1966], p. 138), não é possível ignorar “[...] que o corpo é um símbolo da sociedade, e que o corpo humano reproduz, a uma pequena escala, os poderes e os perigos atribuídos à estrutura social”. O corpo como potencial fonte de perigo e de salvação sofre o domínio dos poderes governamentais seja na Antiguidade grega seja na sociedade contemporânea midiaticizada. Na sociedade contemporânea, a ciência médica se alicerça no corpo e constrói subjetividades e identidades individuais e/ou coletivas pela prescrição de normas e comportamentos para adquirir ou manter saúde e também atingir um eterno estado de bem-estar. Contudo, por mais que a ciência se apodere do corpo através de sua construção normativa e disciplinar ditando para a população as regras de sexualidade, de alimentação, de lazer, de sono, entre outros, e determinando o que fazer e como fazer através de protocolos de saúde, exames preventivos, campanhas de vacinas, padrões de peso corporal, padrões de desenvolvimento cognitivo e toda forma de controle médico, o corpo escapa a esse reducionismo biológico e se insere numa teia simbólica e de sentidos para além da condição física. Rodrigues considera que “todavia, o corpo é sempre uma representação da sociedade, e, [...] não há processo exclusivamente biológico no comportamento humano. [...] Como parte do comportamento social humano, o corpo é um fato social” (RODRIGUES, 1979, p. 129).

No corpo, estão inscritas as histórias dos povos e são traçadas as teias da cultura. O corpo é penetrado pelos valores culturais ao mesmo tempo em que ele transforma as crenças e os costumes. Para Mauss, “o corpo é o primeiro e o mais natural instrumento do homem. [...] o primeiro e o mais natural objeto técnico, e ao mesmo tempo meio técnico, do homem, é seu corpo” (MAUSS, 2003, p. 407). Para o autor, os gestos são aprendidos dentro do sistema social onde o indivíduo vive, não é algo natural, dado ao nascer. O corpo sofre o condicionamento da educação. Aprendemos a sentar, falar, andar, dançar, nadar, caminhar, namorar, chorar, gritar, enfim, aprendemos a usar o próprio corpo para se relacionar e estar em comunidade. O corpo reflete e revela a cultura a que o sujeito pertence e faz parte enquanto cidadão. Para ele, quando uma técnica corporal é aprendida, é difícil se desprender dela porque ela tem um caráter peculiar, próprio do tempo histórico de uma determinada sociedade. Isso aconteceu com ele quando das mudanças de técnicas do nado no tempo em que ele vivia e nadava, e em suas palavras: “[...] não consigo desembaraçar-me de minha técnica. Eis aí, portanto, uma técnica corporal específica, uma arte gímnica aperfeiçoada em nosso tempo. Mas essa especificidade é o caráter de todas as técnicas” (MAUSS, 2003, p. 402-403). As técnicas do corpo, os gestos são compreendidos dentro de um arcabouço social, “mas o mesmo vale para toda atitude do corpo. Cada sociedade tem seus hábitos próprios”

(MAUSS, 2003, p. 403). A sociedade atual é marcada pelo trabalho corporal e no corpo de uma maneira peculiar e midiaticizada. Os chamados bons hábitos de vida giram em torno do controle do corpo e sua dinâmica de saúde e adoecimento. Numa época, na qual a busca é viver para sempre, o corpo precisa estar com saúde e saudável. A saúde é a utopia do mundo contemporâneo e o corpo, seu centro de convergência. Embora anatomizado, dissecado e descoberto, o corpo ainda continua desafiando a ciência, a filosofia e a religião.

Nesse primeiro capítulo, tivemos como foco uma visão panorâmica da compreensão do corpo dentro da história ocidental. Nosso ponto de partida foi a civilização grega e a compreensão de corpo clássica e quase atemporal, e nosso ponto de chegada, nessa primeira etapa, foi a sociedade contemporânea onde o corpo é um veículo de subjetividades e de identidades voláteis e mutáveis. O segundo capítulo se debruça na história da tradição judaico-cristã e a relação possível entre corpo e religião a partir de um olhar amplo sobre os fatos que marcaram um tempo histórico e influenciaram épocas vindouras.

CAPÍTULO 2 RELIGIÃO E CORPO NA TRADIÇÃO JUDAICO-CRISTÃ

O objetivo dessa primeira parte do trabalho é ser uma visão panorâmica da história do corpo no ocidente e, nesse sentido, esse segundo capítulo, também através de uma visão panorâmica, se volta sobre o diálogo entre a tradição judaica e a tradição cristã nos primeiros séculos da nossa era. A premissa de amalgamar a representação religiosa do corpo das duas tradições, a judaica e a cristã, se deve, em primeiro lugar, ao fato delas se entrelaçarem e terem uma origem comum vista em Abraão. Em segundo lugar, ao fato de que a representação religiosa e o lugar ocupado pelo corpo no mundo ocidental sofreram uma transformação fundamental após o surgimento do cristianismo e das diversas subdivisões de igrejas que aconteceram posteriormente. O calendário não foi mais o mesmo, nem o corpo. Como já havíamos registrado no início deste trabalho, há um tempo a.C. e um tempo d.C., há um corpo a.C. e um corpo d.C.

Ainda que as representações cristãs façam parte do imaginário social no Ocidente, elas não são originais em sua construção. A filosofia e os valores da Antiguidade clássica e os preceitos do Antigo Testamento fizeram parte de seus primórdios, porém Foucault (1994b) esclarece que não podemos correr o risco de considerarmos o cristianismo uma continuidade do paganismo. Em ambos, há temáticas semelhantes, mas

Na doutrina cristã da carne, a força excessiva do prazer encontra o seu princípio no pecado e na falta que marca desde então a natureza humana. Para o pensamento grego clássico esta força moral é por natureza virtualmente excessiva e a questão moral será a de saber como enfrentar essa força, dominá-la e assegurar a sua economia conveniente (FOUCAULT, 1994b, p. 61).

Do mesmo modo, não devemos considerar o cristianismo uma continuidade do Antigo Testamento em sua percepção sobre o corpo e a sexualidade, ressalta Terrin (1998). No judaísmo, o homem foi criado à imagem de Deus. Em outras narrativas que se seguiram, Deus modelou Adão, o primeiro homem, do barro e de sua costela criou a mulher, e, no Éden, a nudez de ambos não era motivo de vergonha. O autor afirma que o relacionamento sexual no judaísmo não parece implicar especiais obstáculos morais, mas sim uma tradição patriarcal, na qual a mulher ocupava um lugar secundário em relação ao homem, e lhe devia obediência, embora o fato que “os patriarcas tinham suas concubinas e que a poligamia foi permitida no judaísmo até época tardia” (TERRIN, 1998, p. 87). A lei dizia para os seres humanos povoarem a Terra.

Para Comblin (2005), o cristianismo ocidental restaurou práticas da ritualidade do judaísmo. A eucaristia e o batismo foram recriados com um significado sacrificial. Ele afirma que “desde a Idade Média e mais ainda depois de Trento, o culto ficou no centro do cristianismo” (COMBLIN, 2005, p. 12) e, como consequência, a figura do sacerdote ganhou importância dentro do culto cristão ocidental. O corpo do sacerdote se tornou um corpo que passa a ser cultuado e adquiriu valor simbólico e sagrado mascarando as funções fisiológicas. As palavras de Gélis (2008) a seguir ressaltam essa centralidade do corpo de Cristo no cristianismo ocidental:

A afirmação, pela Igreja, da presença real do corpo de Cristo na hóstia durante o sacrifício da missa faz deste corpo o eixo do mundo. O fiel não tem esperança mais bela do que comer este corpo divino. Pois a Eucaristia é o viático indispensável, a garantia de não sucumbir ao mal, a certeza de salvar-se. Assim o corpo do Redentor está no centro de um complexo no qual se conjugam o alimentar, o sacramental e o escatológico (GÉLIS, 2008, p. 43).

Nos itens que se seguem dessa segunda parte, buscamos, dentro dessa proposta de uma visão panorâmica, apontar pontos de encontro e recriações das duas tradições nos primeiros séculos do calendário ocidental. Através do viés histórico, vamos caminhar nesse mosaico religioso tendo como ponto de referência a herança judaico-cristã deixada pelo apóstolo Paulo de Tarso – em relação às representações e ao lugar do corpo no mundo cristão do século I – que repercute até os dias de hoje. Em seguida, ressaltar a contribuição dos pensamentos de Agostinho de Hipona para uma construção simbólica de corpo que tem influência no imaginário ocidental contemporâneo. Dando um salto no tempo, vamos também ressaltar a contribuição de Tomás de Aquino, e pensar as representações do corpo na Reforma e as convergências entre as teorias médicas de higiene e os ritos de pureza e santidade que fazem parte desse discurso religioso. Em seguida, analisaremos a influência do puritanismo na construção do movimento dos *bodybuilders*, e a ideia da construção de um corpo que busca a perfeição através do aumento da massa muscular e como essa perfeição aponta para um caminho de salvação da alma.

2.1 Corpo judaico-cristão, redenção e pecado

No século IV, a religião cristã já tinha ocupado o seu lugar no mundo ocidental e sua influência e poder se estenderiam por vários povos e territórios do planeta ao longo dos

séculos vindouros. Interessante pensar que a trajetória e a pregação de Jesus de Nazaré se limitaram a Israel, e ele não deixou nada escrito que pudesse se transformar em um credo religioso com regras, dogmas, ritos, rituais e, principalmente, num código sofisticado sobre o corpo, a carne, o pecado e a condenação da humanidade. Os escritos cristãos posteriores à morte de Jesus evidenciaram a centralidade que o corpo do Cristo, morto e ressuscitado, tomaria na construção dos preceitos da religião cristã. Controvérsias sobre a natureza do corpo de Jesus – e se ele tinha ou não um corpo de carne – estão presentes nos textos que constituíram a tradição cristã. Mas, afinal, qual o papel do corpo na religião?

Para Comblin (2005), o corpo é um instrumento da religião. Através dele são expressos os ritos e os rituais dos diversos sistemas religiosos. Os gestos e as expressões corporais de súplicas, de agradecimentos, de louvações e de cânticos são realizados e vivenciados através do corpo. Mas o corpo também sofre as ações religiosas sobre ele: penitências, flagelações e proibições diversas, desde coerções físicas até jejuns. O autor toma em consideração que, de um modo paradoxal, na prática de Jesus, o corpo é percebido como algo concreto, e não como um símbolo. Para ele, essa expressão simbólica do corpo no cristianismo ocidental ocorreu posteriormente com os textos dos evangelhos, na construção histórica e cultural da religião cristã no ocidente. Em sua reflexão, Comblin (2005) acredita que o propósito de Jesus foi criar uma humanidade que lidasse com o mundo na concretude da experiência da vida. O corpo, nesse cenário, é percebido em sua totalidade material. O autor ainda considera que na pregação de Jesus “a originalidade é que a vinda de Deus é feita por meio de atos da vida prática, das relações humanas diárias no mundo” (COMBLIN, 2005, p. 11).

Pecado e salvação norteiam as ações dos cristãos do século I ao século XXI e giram em torno do corpo e da purificação do corpo. O corpo é o lugar do pecado e, nas leis judaicas, deve ser livre de impurezas. Jesus também purificou os corpos em sua trajetória nazarena: “note-se que Jesus *limpa* ou ‘purifica’ o leproso, ele não o ‘cura’; a questão pertinente é a impureza, não a doença” (FREDRIKSEN, 2014, p. 30, ênfase da autora). Purificação do corpo se relaciona com o arrependimento dos pecados. O corpo é o lugar concreto das ações religiosas que buscam o retorno da humanidade decaída, após o gesto equivocado de Adão e Eva, ao Paraíso.

As compreensões sobre o destino final da humanidade passam pelas mudanças que foram acontecendo sobre a ideia de pecado e suas consequências apocalípticas segundo Fredriksen (2014), mas também por outras mudanças que aconteceram nas “ideias sobre Deus, sobre o universo físico, sobre a relação da alma com o corpo, sobre a relação da

eternidade com o tempo: ideias sobre o Cristo redentor – e, por conseguinte, ideias sobre aquilo *de que* as pessoas são redimidas” (FREDRIKSEN, 2014, p. 9, ênfase da autora). Para a autora, a boa-nova anunciada por Jesus implicava numa relação de pecado e arrependimento mais simples e mais perto da vida presente, porque, afinal, o reino de Deus estava próximo e isso incluía a figura de João Batista e o batismo com a imersão no rio Jordão para a purificação e arrependimento dos pecados. Paula Fredriksen (2014) ainda ressalta que “Jesus de Nazaré anunciou a boa-nova de que Deus estava prestes a redimir o mundo. Cerca de 350 anos mais tarde, a Igreja ensinou que a maior parte da humanidade estava condenada por toda a eternidade” (FREDRIKSEN, 2014, p. 9). Para ela, essa mudança do paradigma cristão aconteceu ao longo das interpretações e histórias escritas pelas comunidades cristãs que foram surgindo ao longo dos primeiros séculos d.C., e cita alguns pregadores cristãos responsáveis pela edificação da religião cristã como a concebemos hoje. Desses pregadores e escritores do cristianismo, dois assumem uma importância maior para o destino do evangelho cristão: Paulo de Tarso e Agostinho de Hipona.

Seguindo a compreensão de Fredriksen (2014), Paulo enlaçou corpo e carne com a morte e afirmou a impossibilidade de salvação em vida porque a carne é fraca e pecadora e o corpo de carne só deveria ser redimido após a morte pela ressurreição de Cristo. Assim:

A noção de uma antítese entre o *espírito e a carne* foi uma “abreviação teológica” peculiarmente profética. Paulo acumulou a noção da carne de uma superabundância de noções superpostas [...] Na época, Paulo reuniu associações que um pensador menos impetuoso talvez mantivesse separadas. A guerra do espírito contra a carne e da carne contra o espírito foi uma imagem desesperada da resistência humana a vontade de Deus (BROWN, 1990, p. 50, ênfase do autor).

No judaísmo, havia instruções de como os judeus deviam lidar com o pecado após a revelação dos Dez Mandamentos feita por Moisés, e isso incluía o arrependimento, o sacrifício e ações de purificação. O Deus de Israel não esperava a perfeição dos homens, mas o arrependimento do rompimento da aliança e seu retorno a ela. No cristianismo edificado pelos seguidores de Jesus, a boa-nova e a redenção deveriam libertar a pessoa da doença e da morte porque ambas eram as principais consequências do pecado da humanidade (FREDRIKSEN, 2014).

Há uma mudança na compreensão de pecado do judaísmo para o cristianismo. As noções de pecado vão se sofisticando e tomando contornos culturais e teológicos de acordo com a estruturação que a religião cristã vai construindo como verdade para a civilização do

mundo ocidental. Com o devir do tempo, a boa-nova anunciada por Jesus para toda humanidade vai se modificando em outras expectativas de redenção escatológica e o Reino de Deus se torna um lugar para os poucos escolhidos. Nem toda a humanidade seria salva.

2.1.1 Os primórdios do cristianismo, Paulo e a carne

Na Antiguidade greco-romana, o relacionamento com os deuses não era uma relação que tinha como base a fé. Havia uma relação social, que acontecia nas práticas cotidianas, confirmadas pelos hábitos. Aos deuses eram feitas promessas, peregrinações, saudações, pedidos, queixas... Ao passar por uma imagem do deus que protegia o cidadão, este erguia a mão em saudação. Era uma relação política e social. No cristianismo, a relação se constrói numa hierarquia diferente, de um pai todo-poderoso para um filho pecador. O filho deve amar e deve obedecer a esse pai, sem reservas e aguardar a sua misericórdia (VEYNE, 2009b). Veyne (2009b) afirma, de uma maneira poética, que “[...] a genialidade de santo Agostinho, a sublimidade de santa Tereza constituem desenvolvimentos gigantescos da relação familiar. E também a angústia de Lutero diante do arbítrio todo-poderoso do Pai” (VEYNE, 2009b, p. 192).

Ao longo do século III da nossa era, o movimento cristão já se fazia presente e visível, em território e em número de adeptos, no Império Romano do Ocidente. O movimento se tornou popular entre a juventude e muitos jovens escolhiam viver no celibato e na abstinência sexual. As famílias já não precisavam se preocupar tanto em arranjar casamentos para os filhos com a finalidade de evitar a fornicação entre os rapazes e o infortúnio de uma jovem perder a virgindade antes do casamento, pois eles casavam com a Igreja e com Cristo. “As famílias cristãs não eram incentivadas a casar seus filhos com judeus, pagãos ou hereges” (BROWN, 1990, p. 166). “Esse quadro de duas faces – paganismo e cristianismo - articula-se, portanto, como um drama: o drama da passagem do ‘homem cívico’ ao ‘homem interior’” (VEYNE, 2009a, p. 11).

No século IV, Constantino acolheu o cristianismo como uma religião lícita do Império Romano, numa sociedade onde já existiam práticas de cuidados de si muito austeras. Nesse contexto, Brown (1990) ressalta que não é possível afirmar que o movimento cristão instalou ao longo dos séculos uma severa moral sexual numa Roma devassa. Segundo ele, a história não foi bem assim, embora houvesse casos particulares de imperadores mais liberais, e como exemplo cita o Imperador Joviano do século IV, o cenário romano era formado por uma sociedade regida por condutas políticas e práticas médicas que legislavam sobre o prazer

e as condutas de homens e mulheres. Lembra, também, que as práticas não se aplicavam a todos, e que havia atitudes duvidosas e ambíguas em relação à moral praticada pelos homens e a que cabia às mulheres, cuja infidelidade era condenada e punida. Os homens não eram incentivados a frequentar lugares de prostituição, mas podiam fazer uso do corpo dos escravos e das escravas sem que isso fosse motivo de censura, assim o autor ressalta que um pai romano, daquele período, “[...] não precisava ser cristão para insistir em que seu filho se portasse em público com uma retidão puritana [...]” (BROWN, 1990, p. 30).

A conversão de Constantino ao cristianismo simplesmente tornou irrevogável o enrijecimento do ânimo público. Fossem elas pagãs ou cristãs, as classes dominantes do Império Romano em seus últimos séculos pautavam-se por códigos de continência sexual e decoro público em que lhes aprazia pensar como sendo uma continuação da austeridade viril da Roma arcaica. A tolerância sexual estava fora de questão no âmbito público (BROWN, 1990, p. 29).

O cristianismo conviveu e dialogou com o estoicismo, nos primeiros séculos da nossa era, no território romano. Ambos os movimentos prescrevem regras de conduta e uma moral sexual. Embora, segundo Veyne (2009b), o estoicismo tenha contribuído com suas teorias para o movimento cristão, que se fazia cada vez mais presente na sociedade clássica, os movimentos não eram uma continuidade nem uma contraposição, eles se mesclaram, e há pontos que são comuns às duas doutrinas a partir do século II, no contexto histórico que o autor denomina da nova moral do casal, quando o casamento vai se consolidando como um dever cívico do patriarca romano. Uma situação que simbolizava a ordem e o patrimônio no Império Romano e marcava mais uma fronteira entre a elite e os inferiores. A filosofia estoica pregava que é dever cívico do cidadão ter controle sobre seus gestos e atitudes no meio social. Dessa forma, um homem não deveria ceder aos seus desejos e só deveria se deitar com sua esposa para a procriação. Nesse diálogo entre as duas doutrinas, o autor afirma, mais uma vez, que o estoicismo exerceu influência no cristianismo, e como exemplo cita que “o cristão Clemente de Alexandria foi influenciado pelo estoicismo a ponto de copiar prescrições conjugais do estoico Musônio, sem mencionar o verdadeiro autor” (VEYNE, 2009b, p. 55). O autor salienta que os pontos em comum das duas doutrinas se diferenciavam, e muito, no modo como eram realizados no plano prático e na relação de poder com os indivíduos na época clássica. Como exemplo, ele cita a máxima, comum aos pagãos e aos cristãos, que dizia “não façais amor a não ser para ter filhos” (VEYNE, 2009b, p. 56). No estoicismo, essa recomendação se dirigia para cidadãos livres com autonomia, que podiam seguir ou ignorar o

preceito. Já no modo de pensar cristão, isso não é uma recomendação, mas uma ordem, que emana de uma Igreja com um poder pastoral que existe acima de todas as ovelhas e com objetivo de guiá-las para que alcancem a salvação da alma. A desobediência implicava em punição e pecado (VEYNE, 2009b).

Os **Preceitos Conjugais** de Plutarco foram escritos em torno do ano 100 da nossa era para instruir um casal grego, Poliano e Eurídice, sobre as condutas adequadas para um bom matrimônio, esclarecendo a hierarquia que deveria haver nas relações do casal. O homem deveria ser o mentor da mulher, pensar por ela e ajudá-la a pensar. As mulheres não podiam pensar por si mesmas, pois corriam o risco de elaborarem ideias de pouca nobreza e pouca credibilidade. Brown afirma que para Plutarco “[...] as mulheres eram criaturas intratáveis” (BROWN, 1990, p. 22), e seus códigos de conduta conjugal “[...] formaram um conjunto pomposo, destinado a desfrutar de longo futuro na pregação cristã” (BROWN, 1990, p. 23). “Ora entre os antigos, normas de vida e exercícios espirituais formavam a essência da ‘filosofia’, não da religião, e a religião estava mais ou menos separada das ideias sobre a morte e o além” (VEYNE, 2009b, p. 188).

Em relação às práticas de virgindade e às mulheres virgens no paganismo, Brown (1990) chama a atenção para a diferença que, nitidamente, marcava o significado da virgindade no cenário religioso greco-romano e o significado da virgindade no cristianismo – as futuras freiras da Igreja Católica. As mulheres virgens da era clássica, as vestais romanas e as sacerdotisas gregas eram recrutadas para uma vida reclusa nos templos com o objetivo de ser uma serviçal dos deuses. Essa categoria de serviço fazia parte das normas da sociedade civil, era um dever comunitário e não servia como exemplo de atitude que deveria ser seguido por todas as mulheres. Embora fosse algo que atribuía um *status* social, não representava a natureza humana antes da saída do Paraíso. Não era uma escolha, era um recrutamento.

Neste contexto dos anos 300, o Império Romano apresentava um cenário socioreligioso multicolorido. O paganismo greco-romano já não reinava soberano e os seus diversos movimentos filosóficos já se mesclavam com as seitas cristãs, e se num determinado período os cristãos sofreram uma rigorosa censura e punição por parte do Império Romano, nas voltas que a vida dá isso se reverte e o paganismo será considerado heresia e severamente perseguido pelos sacerdotes do Império Romano cristão.

Dos muitos movimentos que aconteciam nestes espaços dos primeiros séculos do cristianismo, o movimento dos maniqueístas se destaca pela forte influência que terá nos caminhos vindouros da fé cristã, principalmente pela atração que exerceu sobre um personagem da história que foi um divisor de águas no mundo cristão: o bispo de Hipona.

Agostinho frequentou por muitos anos as reuniões dos seguidores de Mani, que nasceu por volta do ano 216. Diz Brown (1990, p. 170) que Mani “[...] cresceu em contato com um cristianismo, cujos parâmetros inquestionáveis de ação cristã foram fornecidos pelos apóstolos dos ‘Atos Apócrifos’”. Esses apóstolos eram cristãos que caminhavam em bandos, fazendo pregações pelas montanhas da Síria, eram conhecidos como os andarilhos. Solteiros, caminhavam recitando e cantando os versos das Sagradas Escrituras. Seus corpos eram virgens, assim como o corpo de Cristo, que por sua vez foi concebido por uma mulher virgem, cujo corpo era imaculado. A virgindade corpórea era uma condição para ser cristão, pois Jesus viveu e morreu em um corpo virgem (BROWN, 1990).

No mito maniqueísta, apenas uma pequena parcela do Reino da Luz, um local de imaculada pureza e pátria distante pela qual a alma ansiava, tinha sido devorada pelo Reino das Trevas [...] esse universo abrigava em si a esperança de sua redenção. [...] Toda a “Luz”, isto é, o espírito puro aprisionado em suas profundezas, era passível da salvação. [...] os maniqueístas eram inicialmente ensinados a erguer os olhos para os céus, a adorar “os Astros”, o sol e a lua (BROWN, 1990, p. 171).

Na sequência dos estudos de Brown (1990), o lugar que o corpo ocupava no mito maniqueísta era inferior ao da alma. Formado pela carne corruptível, o corpo devia ser abominado, não passava de uma vestimenta desprezível da alma. O corpo fazia parte do Reino da Luz, mas precisava ser purificado com os ensinamentos de Mani e através da luz que emanava do corpo dos Eleitos. Essas criaturas pálidas eram os representantes de Mani e já tinham purificado seus corpos através da abstinência sexual e de uma alimentação equilibrada, disciplinada, que só incluía alimentos tidos como puros e naturais. Seus corpos emanavam luz e através deles os seguidores comuns podiam purificar seus corpos, que ainda pertenciam ao Reino das Trevas. O desejo sexual e a procriação espalharam as trevas pelo mundo. Mani pregava que o desejo sexual poderia ser dominado e, mais ainda, era possível ser expurgado da essência humana. Os eleitos eram os exemplos vivos dessa possibilidade.

Entre os Eleitos, não havia lugar para a atenção angustiante para com a fragilidade da vontade e as fantasias sexuais que abarrotavam espontaneamente o coração, características do pensamento dos Padres do Deserto e de Agostinho. Um impulso sexual cuja força se limitava à transitória “indumentária externa” do corpo não atestava, para os Eleitos continentais, nenhuma fraqueza em suas almas imaculadas e incorruptíveis. Essas almas já estavam inundadas de luz (BROWN, 1990, p. 173).

Desse modo, no ano 300 da nossa era, o cristianismo já era uma realidade e já exercia seu poder sobre os cidadãos do Império Romano através da sua Igreja. A partir desse período, vão existir duas categorias de seres humanos: uma elite de cristãos representada pelos sacerdotes, que deveriam exercer a abstinência sexual, ser celibatários, não possuir bens materiais e dedicar suas vidas a Deus em prol da humanidade; e a outra categoria seriam os seres humanos comuns, que deveriam seguir a Cristo, mas poderiam se casar, constituir família e povoar o mundo, apresentando uma conduta rigorosamente monogâmica e exercendo controle sobre as mulheres. “A mulher casada pudica e fiel ao marido, e não a frágil donzela, é que constituía a figura a ser admirada. Ela inundava a igreja local com o ‘doce perfume’ de sua boa reputação [...]” (BROWN, 1990, p. 177-178).

O corpo se estabelece no universo cristão sob suspeita, é a morada da alma, mas é uma prisão. É o local da queda e da perdição. As trevas que se estenderam sobre a humanidade com o pecado original se manifestam na condição corporal. Mas sem um corpo o ser humano não tem vida terrena no sentido literal. Então, necessidade e expiação são condições que vivem no corpo de carne, e o ser humano, se quiser ascender ao reino dos céus, deve se arrepender de seus pecados e lidar com o corpo com desconfiança porque nele mora a tentação e o Diabo. Embora lugar da falta, do desejo e do erro, o corpo é o espaço da redenção e da possibilidade de salvação. Ele é o palco do drama cristão.

Nesse contexto, Gélis (2008, p. 19) afirma que “por estar no centro do mistério cristão, o corpo é uma referência permanente para os cristãos dos séculos modernos”. O corpo de Cristo é um corpo que salva e que cura. O Jesus histórico viveu num corpo, no mundo. Ele é o Filho encarnado de Deus. Um corpo que se sacrificou pela humanidade. No corpo de Cristo, está gravada a redenção do pecado cometido por Adão e Eva. O Verbo se fez carne e viveu entre nós. O autor considera que “a última ‘prova’, e talvez a mais importante, de que Cristo esteve na Terra, é o Santo Sudário que serviu para envolvê-lo no sepulcro” (GÉLIS, 2008, p. 25), embora sua importância histórica se estabeleça em 1350 num cenário escatológico agravado pela peste negra. O Santo Sudário se torna um motivo de romaria a partir dos anos 1500. E não só isso, ele passa a ser um símbolo importante para confirmar e reafirmar o martírio de Jesus para a salvação dos seres humanos. Seu corpo machucado e ultrajado é a imagem maior da Paixão de Cristo. É um corpo que sofre, sangra e morre pela humanidade, e desse modo é um corpo que cura e que salva (GÉLIS, 2008).

Jesus era judeu, foi educado na religião e instruído na lei do Antigo Testamento. A pregação do Messias sobre o pecado se orientava pela lei judaica e pelos Dez Mandamentos recebidos por Moisés e “[...] Jesus definia o viver corretamente como viver de acordo com a

Torá [...] que ele definia o pecado como uma violação dos mandamentos de Deus; e que definia o ‘arrependimento’ como (re)tornar a esta aliança” (FREDRIKSEN, 2014, p. 25). Mas como ressaltamos anteriormente, Jesus não deixou nada escrito, e essa questão em torno do corpo de Cristo e sua centralidade no que hoje se constitui a teologia cristã tiveram como fundamento os textos escritos pelos que testemunharam a vida de Jesus e por outros profetas que se envolveram com a vida do Messias através da experiência da revelação ou dos relatos dos indivíduos que viveram naquele tempo histórico. A grande figura dos primeiros tempos do cristianismo foi sem sombra de dúvida o apóstolo Paulo de Tarso que recebeu a revelação do Reino de Deus na estrada de Damasco.

Dito isto, não se vê tampouco por que o próprio Jesus seria qualificado de “fundador”. Sua religião era o judaísmo; em seu comportamento, bem como em seus ensinamentos, ele se manteve no interior do judaísmo; contestou-lhe, é certo, os formalismos, mas não lhe questionou os fundamentos. Se ele pôde lançar as bases de uma nova religião, ele mesmo não a construiu (QUESNEL, 2004, p. 135-136).

Em Dunn (2003), as cartas de Paulo são de grande importância para compreender o cristianismo dos primeiros tempos e os demais desdobramentos da religião cristã no mundo ocidental. O autor não nega que houve outros indivíduos que pregaram os ensinamentos de Jesus e escritos que registraram os testemunhos dos primeiros cristãos, mas é categórico e afirma que “Paulo foi o primeiro e o maior teólogo cristão” (DUNN, 2003, p. 25) pelo fato de Paulo ter falado, escrito e pregado a sua própria fé por todo o tempo em que viveu após a sua conversão na cidade de Damasco. Para ele, “só pelas cartas de Paulo podemos ter plena confiança de que estamos em contato com a primeira geração do cristianismo e a primeira teologização cristã como tal” (DUNN, 2003, p. 26). Quesnel (2004), como citado acima, também corrobora essa ideia de Paulo como o edificador da religião cristã e ressalta que “as pessoas que fazem de Paulo o fundador do cristianismo, em geral não têm a pretensão de substituí-lo a Jesus. Está claro que o Tarsense não existiria sem o Nazareno, e sem a convicção de que este último ressuscitara” (QUESNEL, 2004, p. 132).

A compreensão de pecado e carne desenvolvida pelo apóstolo Paulo vai séculos depois influenciar Agostinho de Hipona que também compreenderá o corpo como lugar do pecado e da fraqueza, e, desse modo, toda a humanidade está condenada ao juízo final. Enfim, “para Paulo a esfera de ação do pecado é universal. O pecado permeia o cosmos; define a condição humana (mas especialmente a pagã)” (FREDRIKSEN, 2014, p. 48). Embora fraco enquanto carne, o corpo é o local da possibilidade de resgate porque Jesus viveu encarnado e

seu sacrifício e sofrimento aconteceram em seu corpo. Sua expiação foi corporal e seu sangue derramado libertou a humanidade das trevas, ou pelo menos uma parcela dela.

González Ruiz (1999, p. 112) afirma que “não podemos negar que, na visão paulina, o pessimismo sobre a condição humana é um ponto de partida” porque Deus enviou seu Filho para salvar a humanidade e Ele “[...] deu sua vida pelo ser humano, radicalmente incapacitado para superar a maior de suas alienações: a morte” (GONZÁLEZ RUIZ, 1999, p. 112). A morte para o autor não se esgota na morte biológica, mas no sentido existencial da vida, e como para Paulo o pecado está enredado com a morte, só há salvação com a graça divina e isso está além do alcance humano por si mesmo porque o homem vive e se perde na carne, essa é a sua condição ontológica de fraqueza e devassidão. E “o homem-carne deixa de sê-lo ao ser incorporado a Cristo, para se converter no homem-espírito, precisamente porque seu corpo se vai salvar da morte na ressurreição escatológica” (GONZÁLEZ RUIZ, 1999, p. 115).

Paulo, segundo Dunn (2003), pregou principalmente para os gentios. A humanidade foi criada como imagem de Deus e o povo de Israel foi o povo escolhido por Deus. O monoteísmo judaico implicava em uma revelação divina para os judeus e não para toda a humanidade, mas Paulo pregava para os gentios, e eles poderiam herdar o reino dos céus. Ainda segundo o autor, o apóstolo:

[...] estava plenamente consciente dessa tensão e soube explorá-la com efeito num ponto-chave da sua argumentação em Romanos. ‘Deus é Deus só dos judeus? Não é também Deus dos gentios? É certo que também dos gentios, pois há um só Deus’ (Rm 3,29-30). Esta não era uma proposição da qual discordassem muitos judeus da época de Paulo. Uma apologética cristã exagerada supôs uma antítese injustificada entre particularismo judaico e universalismo cristão (DUNN, 2003, p. 73).

O apóstolo maior da cristandade, Paulo, foi um cidadão romano, e Quesnel (2004) registra que a data provável do nascimento de Paulo é o ano 6 d.C e de sua morte, o ano 64 d.C. É provável também que tenha nascido em Tarso, uma cidade grega. Tarso era uma localidade habitada por muitos judeus, e Paulo era filho de judeus, que eram cidadãos do Império Romano. Paulo lia e escrevia em grego, hebraico e latim. O autor também afirma que o apóstolo foi criado nos limites entre o mundo grego e o mundo hebreu, e em suas cartas percebemos a influência de sua tradição e educação judaicas e de sua cultura greco-romana. Seus escritos são considerados os fundamentos do cristianismo e foram escritos antes dos textos dos evangelhos. Sua obra evoluiu junto com sua vida, é situada no seu tempo histórico,

no século I. As cartas de Paulo e seus pensamentos estão inseridos em vivências cotidianas e contextualizados no momento de sua historicidade, mas giram em torno da ressurreição de Jesus de Nazaré. Embora por questões históricas:

[...] o cristianismo da época patrística se desenvolveu, com efeito, sobretudo no mundo mediterrâneo, grego e latino; não resta dúvida que isto favoreceu as ideias paulinas. De ramo do judaísmo que era inicialmente, o novo movimento de Jesus tornou-se, assim, em grande parte graças a Paulo, um galho mais autônomo (QUESNEL, 2004. p. 133).

Paulo foi um judeu devoto e praticava diariamente as orações judaicas bem como as demais obrigações do judaísmo, para Dunn (2003) é importante compreender essa formação religiosa do judaísmo na vida do apóstolo e sua influência em toda sua obra. O autor afirma que “a crença judaica mais fundamental era a unicidade de Deus” (DUNN, 2003, p. 59) e esse monoteísmo judaico está presente no pensamento teológico de Paulo para quem Deus é o princípio e fim de todas as coisas criadas e não criadas, e na compreensão paulina da criação do universo “[...] o que é significativo nesse ponto é a concepção essencialmente judaica de Paulo de um cosmo que foi criado bom (Gn 1,26-31). O gênero humano ainda é a imagem de Deus (1Cor 11,7)” (DUNN, 2003, p. 69).

Esse reconhecimento do caráter essencialmente judaico do “discurso de Paulo relativamente a Deus” não contesta o fato de que a maioria dos membros das comunidades de Paulo eram gentios. Pois provavelmente os convertidos gentios de Paulo vinham em grande parte, pelo menos no primeiro movimento, dentre os gentios que parecem ter frequentado, até enchido, muitas sinagogas da diáspora naquela época (DUNN, 2003, p. 58).

Ainda na compreensão de Dunn (2003), para entender Paulo é importante ressaltar o papel da conversão em sua experiência de vida cristã. A experiência na estrada de Damasco é relatada pelo apóstolo como uma revelação divina. Deus mostra ao coração de Paulo o Seu filho e desse modo toda a sua glória. Mas o autor também considera que o apóstolo em suas cartas aponta para outras experiências místicas, e afirma que:

De fato, é possível que Paulo tenha praticado uma forma de misticismo judaico antes da sua conversão. E sua concepção do processo de salvação como transformação pessoal e corporal não é sem relação com ideias presentes em apocalipses e práticas místicas judaicas, cuja motivação principal era o conhecimento de Deus e dos mistérios celestes (DUNN, 2003, p. 77).

Há uma transformação que passa não só pelo espírito, mas também pelo corpo: o corpo precisa ser salvo. Paulo cai, o corpo cai e com ele o indivíduo. A experiência de conversão de Paulo cegou seus olhos literalmente por três dias, período em que ficou em jejum como escrito no texto Atos dos Apóstolos, capítulo 9:

Durante a viagem, quando já estava perto de Damasco, Saulo se viu repentinamente cercado por uma luz que vinha do céu. Caiu por terra e ouviu uma voz que lhe dizia: “Saulo, Saulo, por que você me persegue?” Saulo perguntou: “Quem és tu, Senhor?” A voz respondeu: “Eu sou Jesus, a quem você está perseguindo. Agora, levante-se entre na cidade, e aí dirão o que você deve fazer”. Os homens que acompanhavam Saulo ficaram cheios de espanto, porque ouviam a voz, mas não viam ninguém. Saulo se levantou do chão e abriu os olhos, mas não conseguia ver nada. Então o pegaram pela mão e o levaram para Damasco. E Saulo ficou três dias sem poder ver, e não comeu nem bebeu nada (Atos 9,3-9).

A perda da visão física aponta para a perda da visão espiritual, e, quando ele volta a enxergar, seus olhos já conseguem ver através dos olhos do espírito, ele se tornou outro homem e passa a levar a boa-nova anunciada por Jesus para os gentios e a todos os não convertidos. Sua conversão passou pelo corpo que ficou privado não só da luz dos olhos, mas também do alimento e da água necessários para a sobrevivência.

A compreensão da antropologia de Paulo é necessária para entender sua teologia, porque ambas se misturam, e os termos corpo e carne, nas cartas paulinas, espelham essa inter-relação. Embora não fique claro em seus escritos como ele percebia o que é o ser humano, sua narrativa doutrinária tinha como cerne a transformação que acontece no ser humano quando ele é abençoado pela graça divina – o que sucedeu com o próprio apóstolo em Damasco (DUNN, 2003). E reforçando essa ideia:

O binômio carne-espírito tem em Paulo um sentido existencial: todo homem, quando se afasta da graça de Deus, é carne, um ser frágil e exposto a toda espécie de perdas; e, igualmente, todo homem é espírito, quando aceita esta graça divina e sua existência se ilumina com a esperança de uma salvação total, com um destaque especial para a ressurreição corporal (GONZÁLEZ RUIZ, 1999, p. 55).

Os escritos de Paulo refletem sua herança hebraica e sua formação helenística, e é necessário entender o significado do termo *soma* para além do corpo físico. Inclui o corpo físico, mas não se esgota aí o seu sentido. É o corpo em relação com a vida e com a experiência cotidiana, é a existência encarnada onde o cristão oferece o corpo para o serviço

apostólico numa atitude de renúncia e devoção para a redenção dos pecados, não só dele, mas de toda humanidade (DUNN, 2003). Para Paulo:

A importância do corpo como corporificação pessoal também é clara em Rm 12,1. Quando Paulo exorta os fiéis romanos “a que ofereçais vossos corpos como sacrifício”, certamente não os convida a oferecer braços e pernas sobre um altar sacrificial. Seu convite é, pelo contrário, no sentido de que se ofereçam a *si mesmos* (DUNN, 2003, p. 89, ênfase do autor).

É importante entender o significado que tem o termo *sarx*/carne na obra de Paulo e entender a sua relação com o termo corpo, pois a tensão entre esses dois conceitos permeia toda a obra do apóstolo. Carne é o termo que causa mais polêmica e discussão porque pode significar desde a fraqueza do corpo que peca até um poder contrário ao Criador (DUNN, 2003). É a condição humana do indivíduo que vive no mundo submetido à ação da morte e do pecado. “É o contínuo da mortalidade humana, a pessoa caracterizada e condicionada pela fragilidade humana, que dá a *sarx* seu espectro de significado e que fornece o elo entre os diferentes usos do termo que Paulo faz” (DUNN, 2003, p. 98).

A circunstância em que o ser humano está condicionado de ser finito e mortal afeta seu modo de estar no mundo e o faz escolher ser do mundo se apegando a essa condição do desejo e decadência da transitoriedade da existência encarnada. O indivíduo se envolve com a carne e se torna pecador e deteriorado diante da vida do espírito de Deus como uma sina de seu destino escatológico, e “toda a vida do crente como crente é vivida na sobreposição das eras, dentro da tensão escatológica entre Adão e Cristo, entre vida e morte. Isso também quer dizer com a experiência do conflito entre carne e Espírito” (DUNN, 2003, p. 561).

O conflito e a tensão, na obra paulina, são as condições de salvação do fiel. Essa luta interna faz parte da vida cotidiana do crente que deve escolher a toda hora entre o bem e o mal e entre o espírito e a carne. O grande sofrimento é que esse dilema não se resolverá na existência encarnada, mas apenas após a morte da carne e na ressurreição do corpo, o que se tornou possível após o advento do Cristo Jesus (DUNN, 2003). A condição frágil de viver num corpo de carne é paradoxalmente a condição para a salvação da humanidade e “o processo da salvação tem meta e fim. Paulo não tinha ideia da existência como um ciclo repetitivo de nascimento e renascimento. A vida humana culmina na morte, seja como vitória do pecado e da morte, seja como derrota e destruição do pecado e da morte” (DUNN, 2003, p. 552). A finalidade escatológica é vencer a morte e assim vencer a carne e o pecado.

A história do cristianismo caminha de mãos dadas com a história do pecado carnal. O corpo é o lugar do pecado e da fraqueza da carne. A humanidade precisa de redenção e o corpo precisa ser redimido para libertar a alma de sua prisão. Se a alma, na compreensão dos teólogos e filósofos, é prisioneira do corpo, a condição corporal do homem ocidental é herdeira dessa teologia e escatologia judaico-cristãs. Paulo pregou – aos gentios, aos que não eram gentios, aos judeus circuncidados, aos judeus convertidos – esse imperativo cristão de conversão, arrependimento e ressurreição, e deixou um legado escrito que influenciou os teólogos que o procederam. Agostinho de Hipona, séculos depois da pregação de Paulo, foi tocado profundamente pelo legado paulino, e sua imensa obra tem a marca da revelação em Damasco. Vamos dar um salto no tempo até Agostinho no item que se segue, mas antes vamos parar um pouco em Alexandria no século II e ressaltar a figura de Orígenes nessa trilha cristã; embora ele tenha sido condenado como herege e sua obra escrita censurada pela Igreja, não se pode negar sua influência na teologia posterior.

2.1.2 Corpo, ascese e Agostinho

Orígenes de Alexandria e Agostinho de Hipona deixaram para a humanidade uma obra imensa e sistematizada sobre o advento cristão e ambos se empenharam em dialogar a compreensão sobre Deus que havia nos dois Testamentos. Para os dois sábios, os textos básicos de interpretação dos conflitos entre pontos antagônicos foram os escritos de Paulo, mas foram versáteis e originais ao dialogarem também com o platonismo nas interpretações dos textos bíblicos. A interpretação teologal para o problema da origem do mal, já que Deus era bom em sua onipotência, teve como ponto principal o pecado. O pecado da humanidade aponta para uma compreensão do mal no mundo, e, em Orígenes, o pecado justifica todo o universo material e suas almas encarnadas (FREDRIKSEN, 2014).

A questão do pecado da humanidade também é central na obra de Orígenes e se relaciona com o corpo e a carne. Para Boehner e Gilson, (2003, p. 48) “Orígenes nasceu no Egito, pelo ano de 185 [...] É, indiscutivelmente, a figura mais notável antes de Agostinho”. Os autores ainda consideram que ele foi um mártir, sendo preso e torturado. Ao que parece, se castrou para ser fiel aos escritos evangélicos sobre o celibato e a castidade. Faleceu quando se aproximava dos setenta anos, possivelmente decorrente dos maus tratos, em torno do ano 255. Ao contrário de Agostinho, foi condenado no “[...] 5º Concílio Ecumênico de Constantinopla, no ano de 553” (BOEHNER; GILSON, 2003, p. 49).

Para Orígenes, o homem é incapaz de entender Deus porque o Criador está além de qualquer compreensão humana pelo simples fato do espírito estar preso ao corpo carnal que lhe rouba as energias. Para o sábio de Alexandria, Deus criou o mundo e todas as coisas que nele existem e tudo e todos compartilham da essência divina. O ser humano é a criatura que se situa entre os anjos e os demônios. Não errou tanto para estar ao lado dos demônios, mas é imperfeito o suficiente para não se aproximar dos anjos. Anjos, homens e demônios pertencem ao grupo das criaturas racionais criadas por Deus, que concedeu a eles a liberdade de escolher entre o bem e o mal. Para o sábio cristão, a origem do pecado se encontra no tédio dessas criaturas criadas por Deus. O enfado diante da vida de contemplação e amor ao Criador fez com que elas tomassem lugar na rebelião liderada pelo Diabo (BOEHNER; GILSON, 2003).

A questão corporal continua, nos discursos de Orígenes, como centro da condição humana decadente e como sinônimo de fraqueza e prevaricação. A prisão no mundo material é a consequência dessa queda e da ruptura com o mundo da perfeição divina. Fredriksen (2014) afirma que “[...] Orígenes também via o corpo carnal como uma parte secundária, não essencial, do eu. [...] também para Orígenes o corpo carnal mensurava a queda da alma [...] também para Orígenes o corpo carnal representava aquilo que a alma, quando redimida, precisava deixar” (FREDRIKSEN, 2014, p. 116).

Retomando mais uma vez o raciocínio de Boehner e Gilson, (2003), os autores afirmam que para Orígenes o mundo material e visível foi criado pela bondade de Deus para abrigar as almas dos homens decaídos. A alma é dotada de princípio vital porque é a condição do espírito preso ao corpo, mas tem livre-arbítrio e será julgada conforme as suas ações no mundo. A punição foi de acordo com o pecado, por isso o homem vive uma existência encarnada. A vida material é uma oportunidade de arrependimento e cura do ser humano porque “o pecado transformou a ordem original da criação. De acordo com as exigências de sua justiça, Deus teve de punir os espíritos na medida de seu resfriamento na caridade. E foi assim que se originou a presente ordem. Mas Deus sabe tirar o bem do mal” (BOEHNER; GILSON, 2003, p. 72) e a ressurreição de Jesus foi o presente de Deus para a redenção da humanidade.

Por esse motivo, em todo homem existe simultaneamente dois homens: o homem antes da queda e o homem depois da queda; o homem lá de cima e o homem daqui de baixo; o homem interior e o homem exterior. Esses dois homens nada mais são que duas inclinações, uma positiva e outra negativa (RUTTEN, 2003, p. 813).

Em Agostinho, para Fredriksen (2014), o pecado se vincula à consciência do homem e sua sexualidade. Está presente na comunicação e na linguagem humanas. Se Orígenes acreditava no livre-arbítrio das almas racionais, o mesmo não se sucedia em Agostinho para quem a humanidade só tinha vontade de pecar, e se “para Orígenes, até Satanás obterá por fim a redenção; para Agostinho, até as crianças, se não forem batizadas, vão para o inferno” (FREDRIKSEN, 2014, p. 109). Ainda no entendimento da autora, tanto Orígenes de Alexandria como o bispo de Hipona chegaram a conclusões adversas sobre o pecado, embora bebessem da mesma fonte de conhecimento. O destino final de cada um também foi adverso: o primeiro foi condenado como herege, o segundo foi agraciado com a santidade, pela mesma instituição cristã.

Orígenes morre no século III da era cristã na Palestina, e Agostinho nasce no século IV do mesmo calendário gregoriano no norte da África, ambos foram teólogos cristãos separados por um século de distância não só em relação ao tempo histórico, mas em relação à compreensão de pecado e redenção. Agostinho se tornou santo pela Igreja e até hoje é uma referência para o mundo cristão e acadêmico. Nas palavras de Fredriksen:

Por fim, Agostinho atingiu a maturidade teológica no final dos anos 390 e início dos anos 400, justamente quando a tempestade da controvérsia origenista irrompeu violentamente sobre – e fez implodir – a comunidade mediterrânea de teólogos ortodoxos. As teorias da preexistência da alma pareciam de repente incomodamente próximas à heresia: a tradição ocidental inclinou-se sempre mais a considerar que a alma e o corpo começam a vida juntos ao mesmo tempo (FREDRIKSEN, 2014, p. 124).

Santo Agostinho e suas reflexões fazem parte do imaginário da cultura e da religiosidade do mundo ocidental. O bispo de Hipona foi um homem à frente de seu tempo e também foi um homem que viveu intensamente sua época histórica. Santo Agostinho nasceu no século IV, numa família que lhe proporcionou condições de estudar e se qualificar como professor. Foi um homem letrado num tempo em que poucos tinham acesso à escrita e ao conhecimento. Vivenciou o mundo mundano, se envolveu com amantes e conheceu de perto a luxúria e o pecado e sobre eles escreveu uma vasta obra. Em suas palavras:

Entretanto, os meus pecados se multiplicavam. Sendo arrancada do meu lado como impedimento para o matrimônio aquela com quem partilhava o leito, meu coração, onde ela estava presa, rasgou-se, feriu-se e escorria sangue. Retirara-se ela para a África, fazendo-vos voto de jamais conviver com outro homem e deixando-me o filho natural que dela tivera (AGOSTINHO, 2011 p. 136).

Agostinho conviveu com as filosofias helenísticas que existiam naquela época e foi influenciado por elas. Participou de grupos religiosos que estavam em voga nos tempos romanos e se apaixonou pelo cristianismo, que naquele tempo já era um grupo religioso muito disseminado no Império Romano e já se tornava parte do cenário religioso e político. Após se converter ao cristianismo, Agostinho não foi mais o mesmo, e, do mesmo modo, o mundo cristão ocidental também não foi mais a mesma coisa após as reflexões e os escritos do bispo de Hipona.

Na primeira fase da espiritualidade agostiniana está presente, por meio do neoplatonismo, todo o fascínio grego do espírito, da mente ou da alma que procura ou contempla a Deus e as coisas além do sensível, fascínio que tem correspondência experiencial nas atividades da alma do cristão na linha do sábio grego (GROSSI, 2003, p. 24).

Mammì (2003, p. 109) defende a tese de que o “[...] pensamento cristão é o primeiro a assumir o corpo, em todos os seus aspectos físicos – incluindo, portanto o erotismo –, como um tema explícito de reflexão”. Sua afirmação se apoia na mudança da percepção da relação corpo e alma que havia no pensamento neoplatônico para a compreensão que passa a existir no cristianismo. Enquanto os platônicos e os pitagóricos compreendem o corpo como proporções numéricas, como harmonia matemática e concebem que “os corpos belos da escultura grega são belos enquanto remetem a uma forma pura e revelam na matéria o cânone, a lei, a proporção ideal” (MAMMÌ, 2003, p.110-111), os neoplatônicos, e aqui ele inclui Agostinho, aumentam a distância entre corpo e alma, considerando-a imensurável. Assim, o problema central da reflexão sobre a relação corpo e alma gira em torno dessa incompatibilidade. O autor escreve que “Porfírio, o aluno que organizou e publicou as obras de Plotino, assim começa sua biografia do mestre: ‘Plotino, o filósofo do nosso tempo, parecia se envergonhar de ter um corpo’” (MAMMÌ, 2003, p. 111). Para ele, esse é o cenário do cristianismo dos primeiros séculos. Há um drama em relação à encarnação porque os textos bíblicos se mesclam com os textos filosóficos de herança grega. A natureza corpórea de Jesus é discutida de muitas formas, inclusive se ele possuía verdadeiramente um corpo, e se Jesus e Cristo participavam da mesma entidade corpórea ou eram entidades distintas que se tornaram unidas no batismo e se desvincularam após a morte na cruz. Esse drama é assim relatado pelo autor:

Imbuídos de neoplatonismo, os filósofos cristãos dos primeiros séculos tiveram de lidar com duas verdades reveladas que pareciam, nesse quadro,

verdadeiros absurdos: a encarnação e a ressurreição dos corpos. Como poderia o divino assumir um corpo, passar por um processo de crescimento e corrupção, morrer, ressuscitar – enfim: ter uma história, e no entanto permanecer divino? Por outro lado: como os corpos, após o juízo final, podiam, sendo matéria, tornar-se incorruptíveis e eternos – ou seja: como o não-ser da matéria podia participar do verdadeiro Ser? (MAMMÌ, 2003, p.111).

Mammì (2003) afirma que, a partir do século IV, Agostinho propõe uma reflexão radical da relação entre corpo e alma. Em vez de pensar corpo e alma como polaridades antagônicas e incompatíveis, ele reúne os dois em um conceito abrangente que simboliza a imperfeição humana. Assim:

Nas Sagradas Escrituras, Agostinho encontra a palavra que procura: *carne*. Ao interpretar a famosa sentença do evangelho de Marcos – “O espírito é forte, mas a carne é fraca” -, o santo entende que *espírito*, aqui, não é a alma, mas o espírito divino que a ilumina, e *carne* indica a natureza humana em sua totalidade, e não apenas o corpo (MAMMÌ, 2003, p. 112, ênfase do autor).

Charles Taylor (2011), em seu livro **As fontes do Self**: A construção da identidade moderna, fala sobre a influência do pensamento de Agostinho para o sentido de interioridade que irá prevalecer nas reflexões do homem moderno. Segundo o autor, “entre Platão e Descartes, está Agostinho. Toda perspectiva de Agostinho foi influenciada pelas doutrinas de Platão da forma como foram transmitidas a ele por Plotino” (TAYLOR, 2011, p. 169). O relato da criação do mundo feito por Platão, em sua obra **Timeu**, foi fundamental para as concepções cristãs deixadas por Agostinho. O mundo das ideias do universo platônico tem sua correspondência nos pensamentos de Deus para Agostinho. Há uma ordem cósmica criada por Deus que tem como finalidade o bem, e tudo o que há no mundo é bom, pois vem de Deus, “todas as coisas existem apenas na medida em que participam de Deus” (TAYLOR, 2011, p. 170). Em Platão, o bem tem como imagem o sol que transmite luz e vida para os homens. Agostinho se apropria disso e confere a Deus essa imagem solar, pois Ele, em sua luz e eternidade, nutre a vida dos homens, desse modo “para Agostinho, como para Platão a visão da ordem cósmica é a visão da razão e, para ambos, o bem para os seres humanos envolve ver e amar essa ordem” (TAYLOR, 2011, p. 170-171).

Ainda para o autor, o dualismo platônico entre corpo e alma continua nos pensamentos agostinianos, mas Agostinho estabelece a dinâmica desse dualismo numa dicotomia central entre exterior e interior. Em Agostinho, é necessário que a alma se incline

para o bem. O sentido do ser humano deve se voltar para o desejo do bem e do bom para ele se tornar semelhante ao que deseja. E para que isso aconteça, ele tem que se voltar para o interior porque “o exterior é o corporal, o que o homem tem em comum com os animais, incluindo até os nossos sentidos e o armazenamento de imagens das coisas externas em nossa memória. O interior é a alma” (TAYLOR, 2011, p. 171). O homem só alcança as esferas superiores pela atenção que confere a sua dimensão interior, porque “[...] é precisamente aqui, no eu profundo do buscador, que o pecado fez seu pior estrago. O pecado rompeu o eu humano separando vontade e afeto, pensamento e sentimento. [...] O que move uma pessoa não é o que ela conhece, mas o que ela deseja” (FREDRIKSEN, 2014, p. 128.), e, novamente, Taylor (2011) ainda afirma que “Agostinho foi o inventor do raciocínio que conhecemos como *cogito*, porque foi o primeiro a tornar o ponto de vista da primeira pessoa fundamental para a nossa busca da verdade” (TAYLOR, 2011, p. 176). Nas palavras do próprio Agostinho:

Dirigi-me, então, a mim mesmo, e perguntei-me: “E tu quem és”? “Um homem”, respondi. Servem-me um corpo e uma alma; o primeiro é exterior, a outra interior. Destas duas substâncias, a qual deveria eu perguntar quem é o meu Deus, que já tinha procurado com o corpo, desde a terra ao céu, até onde pude enviar, como mensageiros, os raios dos meus olhos? À parte interior, que é a melhor. Na verdade, a ela é que os mensageiros do corpo remetiam como a um presidente ou juiz as respostas do céu, da terra e de todas as coisas que neles existem, que diziam: “Não somos Deus; mas foi Ele quem nos criou”. O homem *interior* conheceu esta verdade pelo ministério do homem *exterior* (AGOSTINHO, 2011, p. 220, ênfase do autor).

O dualismo agostiniano está presente na percepção que os cristãos da modernidade têm do corpo. O corpo é o lugar do pecado, da queda, mas paradoxalmente é a possibilidade da redenção e da salvação. O crente cristão se espelha nos sofrimentos do Cristo na Via Sacra para recriar sua *via crucis* pessoal e assim aspirar a um lugar no cosmo divino ao lado do Mestre. “Se o corpo é o principal obstáculo para chegar a Deus, ele pode também ser o meio de operar sua salvação. O ideal ao qual se aspira não é reviver a paixão de Cristo através dos sofrimentos do corpo e dos ultrajes sofridos?” (GÉLIS, 2008, p. 53). Essa relação de negação do corpo em detrimento da alma é o modo possível de busca da felicidade para Agostinho que afirma: “então, como vos hei de procurar, Senhor? Quando vos procuro, meu Deus, busco a vida eterna. Procurar-vos-ei, para que a minha alma viva. O meu corpo vive da minha alma e esta vive de Vós” (AGOSTINHO, 2011, p. 234). É na alma que reside a alegria, pois é ela que está próxima de Deus e longe das paixões que nunca se satisfazem. Em seus escritos, ele registrou que “nunca vi, nem ouvi, nem cheirei, nem gostei, nem apalpei a alegria

com os sentidos corporais. Simplesmente a experimentei na alma, quando me alegrei” (AGOSTINHO, 2011, p. 236).

Nesse contexto, Matthews (2007) considera que Agostinho foi “[...] o primeiro pensador na filosofia ocidental que de fato *filosofou* a partir de um ponto de vista genuinamente pessoal” (MATTHEWS, 2007, p.10, ênfase do autor) e que seu livro **Confissões** é a “[...] primeira autobiografia importante na literatura ocidental [...]” (MATTHEWS, 2007, p. 13). Para o autor, Agostinho é um precursor do pensamento moderno quando filosofa de acordo com o seu próprio modo de ver o mundo. São modernos também para Matthews (2007) os temas argumentados por ele, que refletem sobre a existência de um Ser Supremo que criou o universo, sobre o livre-arbítrio humano e sobre a origem do mal.

Na compreensão de Fredriksen (2014), para Agostinho, a mente humana está imersa no tempo, sofre a ação da passagem do tempo, é efêmera e está em movimento. Essa é a condição do homem depois da saída do Paraíso. O tempo de Deus é eterno, Ele não está no tempo, mas o homem com a ruptura da condição divina teve sua vontade fragmentada. “Agostinho sintetiza esta condição como a vontade dividida: a mente conhece uma coisa, mas deseja outra; ela pensa uma coisa, mas sente outra” (FREDRIKSEN, 2014, p. 128). A linguagem também se encontra nessa condição de temporalidade e imperfeição, está condicionada à memória e nunca é completa no presente. O homem em seus sentidos e percepções é imperfeito, mediado pelos influxos do tempo, preso nas mudanças, escravo do efêmero, ele não consegue atingir a totalidade e a plenitude do viver porque “a consciência humana é deslocada pelo viver no tempo” (FREDRIKSEN, 2014, p. 129) e ainda com as palavras da autora:

Agostinho insiste que a redenção final *não* virá na terra. Ela virá no céu, para onde subirão os santos em seus corpos restaurados e aperfeiçoados – “possuindo a substância da carne, mas isentos de qualquer corrupção carnal”. Ali eles experimentarão a maior alegria possível: o conhecimento de Deus sem mediação. Não há mais palavras. Não há mais livros. Não há mais interpretação. Na eternidade, não há mais tempo [...] (FREDRIKSEN, 2014, p. 144, ênfase da autora).

Santo Agostinho nasceu na África em 354 da era cristã e faleceu em 430 também na África. Embora tenha sofrido a influência dos estoicos e dos neoplatonistas, ele se caracterizou por ser o precursor da filosofia cristã após a sua conversão em 386. Um ano após sua conversão, em 387, ele e seu filho Adeodato foram batizados na catedral de Milão onde

pregava Ambrósio que se tornara o mentor de Agostinho (MATTHEWS, 2007). Agostinho confessa que:

Quis também Alípio renascer para Vós, juntamente comigo, no batismo, já revestido da humildade tão conforme com os vossos sacramentos. Era ele um fortíssimo domador do corpo, a ponto de trilhar descalço com insólito arrojo o solo regelado da Itália. Juntamos também a nós Adeodato, filho carnal do meu pecado, a quem tínheis dotado de grandes qualidades (AGOSTINHO, 2011, p. 196).

Retomando Matthews (2007), após seu batismo, Agostinho resolve construir uma comunidade cristã na África em Tagaste e assim o faz após a morte de sua mãe. Lá, após uns anos, se torna sacerdote em Hipona e posteriormente é eleito bispo. Em Hipona, constrói uma comunidade monástica e administra o local. Também prega como sacerdote e, nesse tempo de sua vida, produz a maior parte de sua extensa obra bibliográfica. Nas palavras do autor, “Agostinho dedicou muita energia e escrita para reprimir o que considerava importantes heresias cristãs, especialmente o donatismo, o maniqueísmo e o pelagianismo. Ao definir essas heresias, ele ajudava, assim, a definir a ortodoxia cristã” (MATTHEWS, 2007, p. 27).

Agostinho era filho de Mônica, uma cristã fervorosa, e de Patrício, um pagão. A mãe de Agostinho teve uma influência decisiva em sua vida. Seu desejo era ver o filho convertido e longe dos pecados do mundo. Como um homem do seu tempo, considerava sua mãe um exemplo de esposa que mesmo sofrendo agressões por parte do marido era dócil e gentil com ele e se mantinha submissa aos seus ditames. Como afirma em suas confissões:

Procurava conquistá-lo para Vós, falando em Vós pelos seus bons costumes, com os quais a tornáveis bela, respeitosamente amável e encantadora aos olhos do marido. Sofria-lhe também as infidelidades matrimoniais com tanta paciência, que nunca teve discórdia alguma com o marido, por esse motivo. Esperava que a vossa misericórdia, descendo sobre ele, o fizesse casto, quando crescesse em Vós. Se o coração do marido era afetuoso, o temperamento era arrebatado. Mas ela sabia que era melhor não resistir à ira do esposo, nem por ações nem por palavra (AGOSTINHO, 2011, p. 201).

Santo Agostinho dialogou, reforçou e recriou o sentido de ascese como era compreendida pela filosofia clássica. Para Drobner (2008, p. 405), “[...] a decisão de Agostinho pelo cristianismo significou abraçar uma vida ascética”. A ascese agostiniana pede uma atitude de abstinência dos pecados da carne, dos pecados que levam ao prazer dos sentidos corporais, seja a gula, seja o sexo ou tudo que embriaga e entorpece os sentidos humanos, em estado de vigília ou durante o estado de sono. É preciso se abster de tudo que

não seja sacramentado por Deus. Seus tormentos recaem até sobre os sonhos luxuriosos que lhe acontecem quando dorme e do prazer que sente com eles, e clama a Deus sobre onde está a razão para não sucumbir a tais imagens. Agostinho sofre e diz sobre as lembranças dos tempos mundanos:

Quando, acordado, me vêm à mente, não têm força. Porém, durante o sono, não só me arrastam ao deleite, mas até a aparência do consentimento e da ação. A ilusão da imagem possui tanto poder na minha alma e na minha carne, que, enquanto durmo, *falsos fantasmas* me persuadem a ações a que, acordado, nem sequer as *realidades* me podem persuadir (AGOSTINHO, 2011, p. 242, ênfase do autor).

Ao refletir sobre a necessidade de se alimentar para viver, compreende que ao mesmo tempo em que é uma necessidade se alimentar é igualmente um perigo cair no pecado da gula, é preciso temer e fugir do prazer que o alimento dá após mitigar a fome e a sede. Seu esforço diário com jejuns e privações corporais é para tiranizar o corpo e domá-lo o mais que for possível sem que ele adoeça. Os alimentos devem ser usados como remédios e na medida exata da saúde necessária para viver. A ascese com a necessidade de alimentação deve afastar a satisfação de se alimentar. Ele assim discorre:

Sendo a saúde o motivo do comer e beber, o prazer junta-se a esta necessidade, como um companheiro perigoso. Ordinariamente procura ir adiante para que se faça por ele o que, segundo vou dizendo, faço ou quero fazer por causa da saúde. Ora o limite não é o mesmo para ambos os casos, pois o que basta à saúde é insuficiente para o prazer (AGOSTINHO, 2011, p. 244).

Reforçando esse sentido de ascese em Agostinho, Le Goff e Truong (2010) afirmam que Agostinho passou por uma conversão em sua trajetória humana. Antes de se converter ao cristianismo, Agostinho viveu uma vida mundana e experimentou os prazeres do corpo. O pecado habitava sua morada corpórea. Após a conversão, o bispo de Hipona se transforma em um outro homem e sua influência no cristianismo recairá sobretudo no controle dos apetites do corpo.

O homem novo do cristianismo tomará assim o caminho de Agostinho, longe do barulho das tavernas, do furor do desejo e dos tormentos da carne. Dessa forma, a condenação da luxúria (*hauria*) será acompanhada frequentemente da condenação da gula (*gula*) e do excesso de bebida e de alimentação (*crápula, gastrimargia*) (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 51).

Nas confissões agostinianas, o corpo é corruptível, mas a alma também o é, ambos se misturam nos pecados da carne. O estado de beatitude cristã e de santificação não é algo desse mundo como acontece com a compreensão clássica de sabedoria e felicidade humanas. Para a filosofia helenística, ambas, sabedoria e felicidade, podem estar ao alcance do ser humano nesta vida e depende do correto agir da alma racional. Mas, para o pensamento cristão, a felicidade é da esfera do espírito e isso só se dará no juízo final após a ressurreição dos corpos, quando alma e corpo restabeleceram a paz. A alma não se salva quando deixa o corpo, como compreendia Platão, mas quando alma e corpo restabelecem a harmonia entre si. E decididamente essa bem-aventurança só existe na esfera celeste (MAMMÌ, 2003).

A compreensão do corpo cristão se constrói no devir dos séculos sobre um corpo ambíguo que encerra nele o pecado e a salvação. De qualquer modo, é um corpo que deve sofrer porque é um corpo caído, resultado do pecado da carne. A carne é a grande vilã. O corpo é de carne então ele, o corpo, vive sob suspeita e deve ser controlado, vigiado e submetido a uma ascese constante. Para Fredriksen (2014), a concepção de pecado em Agostinho gira em torno da história de Adão e Eva e a saída do Paraíso, o Adão de Agostinho existe na concretude da vida e ele é o ancestral do homem, pecou e por isso toda humanidade está condenada. A queda do primeiro casal humano atingiu o corpo – que se tornou mortal – e a alma – que ficou contaminada com a carne e se tornou corruptível. Mesmo querendo não pecar, o ser humano peca, pois a vontade humana se tornou débil e só se fortalece com a graça de Deus. Para explicar essa ação divina justa:

Agostinho defende a justiça de Deus postulando uma ideia coletiva nova e diferente, a de “natureza humana”. Na verdade, Adão pecou enquanto indivíduo à parte; mas, enquanto primeiro antepassado de toda raça, Adão possuía “dentro” de si, de alguma maneira especial, toda a humanidade. Seu pecado foi o “nosso” pecado e “nós” pecamos quando ele pecou, porque nele *natura nostra peccavit*, “nossa natureza pecou”. Desta maneira, de acordo com Agostinho, a justiça de Deus – punitiva, não propedêutica – caiu sobre todos os humanos igualmente (FREDRIKSEN, 2014, p. 126).

Reforçando essa relação entre o corpo, ascese e Agostinho citamos Wetzel (2011, p. 83) que afirma que para Agostinho “[...] a vontade humana para pecar é sempre inexplicavelmente perversa. [...] O desejo pecaminoso é, em virtude ser pecaminoso, parcamente definido e carente de medida própria[...]”, a vontade humana deixada a si mesma, sem a graça divina, reina plenamente e o resultado é a ação pecadora, na qual o ser humano escolhe os bens mundanos, suscetíveis ao tempo. A herança do pecado original feito pelo

primeiro casal humano acompanhou toda a humanidade porque, como já citado no texto acima, a natureza humana pecou e não é confiável. Fraca e débil, ela leva o homem a se apegar em falsas necessidades transitórias na vida. Adão quando pecou tinha consciência da ação e escolheu morder a fruta proibida após a sugestão de Eva que, ao contrário dele, foi atraída. Para o autor, há uma controvérsia de gêneros nas reflexões de Agostinho inspirada nos escritos de Paulo. O bispo de Hipona cita o apóstolo devido a “[...] sua autoridade para enfatizar o papel dos gêneros no drama do primeiro pecado: Adão representa a parte sobriamente autoconsciente; Eva é seduzida” (WETZEL, 2011, p. 136), porque sendo ela “[...] a sensualista do casal, tateia sem pensar, seu caminho para o engano do pecado” (WETZEL, 2011, p. 136). O autor considera em suas análises sobre a obra agostiniana que essa diferenciação de gênero em relação ao pecado é explicada por Agostinho, que diferencia o que é masculino e o que é feminino na classificação de mente e corpo. Para o autor, Agostinho considera como masculina a mente e sua busca pela eternidade e contemplação de Deus e como feminina a direção do olhar para o corpo e para as coisas terrenas. A mulher é capaz de gerar outra vida e ao se apegar ao filho, que é um devir no tempo, está mais imersa no tempo e nas coisas transitórias. A decisão de Adão de morder a fruta do conhecimento e acompanhar a mulher para fora do Paraíso tem aspectos dessa autoconsciência que é masculina. Ele toma para si a luta e o sofrimento que isso implica para estar ao lado de Eva porque “ela necessita ser salva, Adão assume, porque está, como a única transgressora, demasiadamente só” (WETZEL, 2011, p. 140). E:

Se uma mente dotada de forma pode ser concebida como tendo uma ligação original com uma profundidade sem forma, então Eva, que, para Agostinho, é mais movida do que movente, é o *pathos* dessa profundidade. Sua única iniciativa é propor ao parceiro, o homem, que compartilhe de sua experiência (WETZEL, 2011, p. 140).

A relação de corpo e pecado no cristianismo está fortemente atada à ideia da mulher como a transgressora que leva o homem ao pecado da carne. Tentada pela serpente, Eva cedeu ao desejo e desobedeceu a uma lei divina. Como punição, o casal primordial é expulso do Éden e a mulher condenada a parir com dor. Há uma situação sexual que acontece após a mordida da fruta da árvore do conhecimento e, como consequência, uma condição se torna crucial na teologia cristã para o retorno a esse estado divino: a castidade. A ascese cristã implica na contenção e negação dos desejos da carne.

Embora contestando esse raciocínio, Nadeau (2002) afirma que a dicotomia entre corpo e alma no cristianismo, diferentemente da concepção dualística platônica e posteriormente radicalizada na concepção cartesiana entre mente e corpo, é uma “[...] simples oposição entre a alma e o corpo [...]” (NADEAU, 2002, p. 63 [199]), pois o que diz respeito ao corporal afeta a alma. Em sua compreensão, “fundada na ressurreição e na encarnação, a tradição cristã talvez seja a que mais valor atribui ao corpo, criado, ressuscitado, determinante para a salvação e a relação com Deus” (NADEAU, 2002, p. 63[199]). O autor se remete a Paulo para falar que o corpo é o templo do Espírito Santo, que o homem é um conjunto de corpo e alma e que foi salvo pelo sofrimento corporal de Jesus. Para a alma ser salva, o corpo precisa estar junto nessa salvação, desse modo e sob a influência do neoplatonismo, os primeiros teólogos cristãos, após o Apóstolo Paulo, na compreensão do autor, aumentaram mais a distância entre corpo e espírito, e o corpo se tornou mais ainda um referencial de desprezo pelo fato de “[...] que salvação e condenação passam por ele. Com a carne e as paixões, o corpo se tornará suspeito e objeto de controle. Um controle tanto mais necessário porque a vida eterna está em jogo” (NADEAU, 2002, p. 69[205]).

Embora Nadeau (2002) considere que o cristianismo em sua construção teológica atribuiu valor ao corpo, em nosso entendimento essa percepção não difere das compreensões de Paulo e Agostinho porque o corpo só tem importância pelo fato de sua relação íntima com a alma. É a alma que tem valor e o corpo ainda é um cárcere para ela que tem a condição de aprisionada. A alma para se libertar depende da redenção do corpo pela ressurreição da carne após a morte. Antes de qualquer coisa, o corpo precisa ser salvo e redimido e isso acontece após a morte corporal quando ele ressuscita livre dos pecados carnis e se torna um corpo glorioso. Nesse entendimento, a questão do corpo feminino fica em evidência quando se fala no controle das paixões corporais. O corpo feminino é mais suspeito ainda que o corpo masculino porque Eva foi seduzida, pecou por sua maior aproximação com o corpo e a temporalidade humana pelo exercício de procriação. Retornando ao raciocínio do autor quando cita a importância da castidade do homem e da virgindade da mulher para o cristianismo, podemos perceber, mais uma vez, que o corpo e a experiência corporal são o centro da questão cristã de salvação, e a mulher e o corpo feminino são o centro da questão cristã da perdição. Nas palavras do autor:

Portanto, a experiência corporal é particularmente determinante para a identidade cristã. Atesta-o ainda a tipologia da mulher prostituta, virgem ou mãe, que a determina por seu corpo pela apropriação masculina dele. Mas é sobretudo como ameaça que a teologia tratou e até demonizou o corpo das

mulheres. [...] Aqui, mais uma vez, é por causa de sua perigosa proximidade com a alma que o corpo – particularmente o corpo feminino – é reprimido, isolado, desonrado (NADEAU, 2002, p. 71[207]).

Embora a filosofia e a teologia cristãs façam parte da sociedade atual influenciando padrões de comportamento, não pretendemos com os comentários acima, sobre o lugar do corpo feminino na teologia cristã, fazer uma discussão de gênero nos moldes contemporâneos, pois esse não é o foco da nossa temática, mas evidenciar essa diferença de olhar sobre o corpo feminino que existe dentro dessas construções teológicas do cristianismo dos primeiros séculos e que são ressignificadas até os dias de hoje. Ainda que o homem e a mulher tenham sido criados à imagem e semelhança do Criador, o corpo é lugar do pecado e da queda, porém a condição corporal masculina tem um degrau acima da condição corporal feminina. As muitas discussões sobre a concepção de Jesus e sobre o corpo virgem, ou não, de Maria atestam esse lugar de incômodo que ocupa o corpo feminino no cristianismo.

2.2 Corpo cristão, higiene e salvação

No período conhecido como Idade Média, acentuam-se práticas cruéis de castigo para o corpo como um modo de expiar a culpa por desejos sexuais e alimentares. No medievo, há uma rotina de castigo corporal para acessar o caminho da salvação. Através da dor e da penitência corporal, a redenção dos pecados se tornava uma possibilidade de alcançar a vida eterna. Essa via sacra corporal sinalizava, no nosso entendimento, os corpos dos santos e, também, um ideal de corpo santificado. Os corpos dos santos eram corpos machucados, sangravam, tinham chagas abertas. Não era qualquer corpo, mas um corpo flagelado. Esse imaginário de corpo padecido, como passagem para uma vida após a morte no Paraíso ou próximo a ele, se estende até o início da modernidade quando outros padecimentos, em nossa compreensão, ancorados pelos ditames da razão vão ser construídos através das práticas médicas e de saúde. Na contramão do período medieval, que pregava a total submissão do corpo, regras de assepsia e de higiene vão se tornar lugar comum numa modernidade que vai exaltar o homem e suas criações culturais.

Nos meados dos séculos XVI e XVII, as imagens do martírio de Jesus se propagam nas telas dos pintores, nas esculturas e nos textos religiosos. O corpo precisa ser castigado e aniquilado para a glória de Deus, não apenas não cuidar de sua limpeza e desrespeitar os hábitos de asseio, é mais do que isso, é infringir sofrimento e privações,

principalmente privações alimentares. Os flagelos são bem-vindos, e as imagens das chagas de Cristo se fazem presentes no imaginário desse período (GÉLIS, 2008).

O “ódio do corpo”, que leva a destruição lenta e sistemática, não procede de uma conduta nova no âmbito religioso. Aliás, aqueles que aspiram pelo martírio fazem frequentemente referência aos grandes modelos medievais do ascetismo: São Jerônimo, Santo Antão ou São Nicolau de Tolentino. A reedição de suas vidas, o grande número de imagens consagradas a eles, sua lembrança conservada pelas ordens religiosas tornam onipresente seu corpo desencarnado, habituado a receber a disciplina (GÉLIS, 2008, p. 55-56).

O tema da ascese alimentar não é novo, a hagiografia registra vários tipos de continências e regimes de escassez como escolha para atingir um determinado fim divino. Nesse período citado por Gélis (2008), meados dos séculos XVI e XVII, “há precisamente um ‘modo anoréxico’ de ser no mundo, com a esperança de escapar a este mundo. Uma sensação de leveza e vivacidade invade todo o corpo [...]. Por ter vencido assim seu corpo, a pessoa se aproxima de Deus e se distingue dos outros” (GÉLIS, 2008, p. 58). Controlar as necessidades biológicas de alimentação, de sono e das excreções confere um poder santificado ao ser humano que se submete a essas privações. Já citamos isso quando escrevemos sobre Agostinho que sentia vergonha e culpa por sentir fome. Pedia perdão a Deus por necessitar se alimentar para viver e sentir prazer por ter a fome fisiológica satisfeita. Esse poder sobre as necessidades e desejos do corpo vem do divino que abençoa todo o sacrifício feito pelo indivíduo como também lhe confere um grau de superioridade em relação aos outros seres humanos, pois ele fica mais próximo de Deus (GÉLIS, 2008). Reafirmando essa ideia, citamos François Trémolières (2012):

Aqueles que se especializam em funções religiosas, os ministros do culto, são submetidos a restrições que os distinguem dos outros, e respeitam práticas de jejum, de abstinência, até de castidade (como as vestais na Antiguidade). A intensificação de práticas dessa espécie acompanha quase mecanicamente, e assinala, os progressos no caminho espiritual; é possível vincular a isso tudo o que, nas diferentes religiões, é da ordem da iniciação (TRÉMOLIÈRES, 2012, p. 106).

De Agostinho aos tempos modernos, a ascese vai estar presente nas práticas corporais. A Renascença como um retorno aos ideais clássicos traz para a arte um ideal de corpo iluminado pela razão. Um corpo claro, sem imperfeições, limpo de defeitos como as estátuas gregas. Nesse cenário, temos o movimento da Reforma que se propôs limpar a sujeira

dos bastidores católicos e reconduzir o povo a um novo entendimento bíblico não mais intermediado pelo catolicismo e seus santos flagelados. Essa limpeza vai se consolidar, também, através de regras de higiene corporal e alimentar e de práticas sanitárias e médicas que marcam o sujeito civilizado da modernidade. Pensaremos essas questões no item que se segue, sem a pretensão de esgotar um assunto tão vasto e polêmico.

Os ritos de limpeza e higiene estão presentes nas diversas culturas e em todos os tempos históricos. Revelam os modos que os seres humanos fazem uso do corpo e como significam suas excreções corporais. O corpo é frequentemente relacionado com a sujeira e o perecível. É matéria que apodrece e se corrompe. O corpo sofre a ação do tempo e se deteriora. Ao contrário da alma que é nobre, eterna e destinada à pureza. O sentimento de repulsa ao corpo ferido, fétido e morto marca uma fronteira entre o puro e o impuro, o sujo e o limpo, o feio e o belo, o profano e o sagrado. O corpo, lugar do profano, precisa ser purificado e limpo. A desobediência de Adão e Eva teve como consequência a perda do Paraíso. É o corpo que cai que se torna impuro pelo pecado. Nesse sentido, citamos Michela Marzano (2012):

Desde sempre tentado por uma “metafísica da pureza”, o homem muitas vezes se perdeu na exploração de uma vida anterior, de um paraíso, de uma idade do ouro, de um lugar mítico em que a pureza lhe teria permitido ser feliz. No entanto, toda tentativa de restaurar a pureza pelo esforço não pode senão conduzir ao esquecimento da realidade e da finitude do homem (MARZANO, 2012, p. 17).

Continuando com o raciocínio da autora Marzano (2012) quando afirma que “o caráter imperativo da separação do puro e do impuro tem na Bíblia um de seus livros fundadores. É principalmente no *Levítico* que se ordena ao povo judeu que respeite certo número de interditos” (MARZANO, 2012, p. 15, ênfase da autora). As secreções corporais são substâncias impuras, contagiosas. O cadáver carrega essa mácula do impuro. Nas recomendações do Antigo Testamento, não é permitido tocar o corpo morto sem se tornar maculado. Os ritos religiosos de purificação prescrevem ações para limpar aquele que está contaminado. Para a autora, essa separação entre o que é puro e o que é impuro foi recriada no cristianismo através do par dentro/fora. O que é impuro é o que sai do coração do homem e não o que entra ou o que ele toca no exterior. Mas embora recriada, ela afirma que “[...] o tormento das impurezas corporais continua a ‘poluir’ o espírito humano durante séculos” (MARZANO, 2012, p. 16).

Nesse sentido, para Mary Douglas ([1966]), cada sociedade constrói sua noção do que é sujo e contaminado e assim determina a noção de ordem. A sujeira insulta a ordem, provoca a desordem. Os rituais e as regras de higiene visam restabelecer essa ordem, o não respeito às regras e a omissão na execução dos ritos colocam o indivíduo numa situação de perigo. Discorda das teorias que procuram mostrar que os modernos procedimentos de higiene são para eliminar micro-organismos e que os ritos de pureza das sociedades primitivas são simbólicos, com a finalidade de afastar espíritos. Não está de acordo com as teorias médicas que afirmam que a finalidade última dos ritos religiosos mais antigos seriam os procedimentos de higiene. Embora muitas atitudes rituais estejam associadas com epidemias, e vice-versa, essa abordagem é reducionista. Para ela, as fronteiras entre as modernas técnicas de higiene e os rituais de purificação das sociedades primitivas são muito estreitas. Considerar as restrições alimentares de Moisés ao seu povo apenas como regras de saúde coletiva é novamente reduzir o papel de Moisés como líder religioso (DOUGLAS, [1966]).

Retornamos ao tema do Antigo Testamento e suas regras de pureza com Douglas ([1966]), que em sua pesquisa sobre as abominações do Levítico, afirma que “preceitos e cerimônias assentam na noção de santidade divina que os homens devem alcançar na sua própria vida” (DOUGLAS, [1966], p. 67), transgredir implica em perigo. Do mesmo modo, quem segue os ritos atrai bem-aventurança, porque há uma eficácia nas ações rituais. A compreensão de santidade que existe no Antigo Testamento, segundo a autora, relaciona a ordem com a unidade. A ordem implica em separar o que é puro do que é impuro. As prescrições alimentares relativas aos animais impuros vão além das classificações de ruminantes ou não, com unha fendida ou não. Os animais abatidos para o sacrifício não podem apresentar deformidades. Após dar à luz aos filhos, as mulheres precisam passar por um ritual de purificação, e os leprosos devem ser isolados dos homens sãos. Para entrar nos locais sagrados dos templos, os homens não devem apresentar secreções e impurezas corporais, não podem ser cegos e nem mutilados, “em suma, a ideia de santidade exprimia-se de um modo exterior, físico, na exigência da integridade do corpo considerado como receptáculo perfeito” (DOUGLAS, [1966], p. 68).

Essa noção de pureza se estende para a ideia de limpeza e, mais à frente, para o entendimento de assepsia. Uma vida sem patógenos, sem impurezas, sem máculas, seja no corpo, seja na alma. O controle dos germes marca a sociedade industrial e sanitária da modernidade. O corpo como natureza, enquanto expressão biológica, passa a ser monitorado. Mais uma vez um olhar de suspeita sobre o corpo e suas excreções. Mas essa busca ou

compreensão de pureza/impureza vem de longe e está presente nos textos bíblicos e nas práticas religiosas.

Nos subitens que se seguem, vamos dar um salto no tempo e refletir sobre a compreensão de corpo para Tomás de Aquino e sua relação com os pecados capitais, as possíveis mudanças da compreensão de corpo na Reforma e o diálogo do puritanismo com a construção muscular do corpo como uma identidade social e religiosa.

2.2.1 Corpo, Tomás de Aquino e os pecados capitais

A representação cristã do corpo feminino coloca a mulher numa condição inferior ao homem. O lugar ocupado pelo corpo masculino, embora um corpo da queda, do pecado, tem um diferencial quando comparado com o corpo da mulher na teologia cristã, porque o masculino se aproxima da razão e da consciência, e o feminino estabelece contato com o desejo e a inconsciência, conforme descrevemos no item destinado a Agostinho. Le Goff e Truong (2010) consideram que o cristianismo ao converter o pecado original em pecado sexual trouxe para o mundo ocidental uma compreensão de corpo ligada aos prazeres sensuais e aos desejos materiais. As sensações corporais são vistas sob o estigma do pecado, e o corpo da mulher se torna o símbolo da perdição e do mal. Para eles, as ideias de Agostinho foram determinantes para essa compreensão de corpo ligada à luxúria. Pelo que afirmam: “o sistema de controle corporal e sexual instala-se, portanto, a partir do século XII. [...] E é a mulher que irá pagar o tributo mais pesado por isso” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 52).

Agostinho não deixa de ser incontestavelmente o mais importante dos Santos Padres e o que maior influência exerceu sobre a Igreja ocidental. Não somente suas “Confissões” fascinaram através dos séculos, mas todo seu sistema teológico, até Tomás de Aquino, não foi objeto de contestação ou de concorrência (DROBNER, 2008, p. 395).

Dando um salto de muitos séculos, Le Goff e Truong (2010) consideram que a condição feminina perante o cristianismo não mudou significativamente com Tomás de Aquino, embora o monge dominicano discordasse de Agostinho em relação a criação da alma e do corpo. Nas palavras dos autores, Tomás de Aquino entende que “alma e corpo, homem e mulher, foram criados ao mesmo tempo. Assim masculino e feminino são, ambos, a sede da alma divina” (LE GOFF; TRUONG, 2010, p. 53), porém a herança aristotélica presente na obra de Tomás de Aquino continua com a condição do corpo feminino ocupando o lugar do

inacabado. Para os autores, as concepções de Tomás de Aquino, na prática, não favoreceram a posição da mulher diante da teologia cristã. O corpo feminino ainda é considerado um organismo imperfeito, com falhas em relação a corporeidade do homem.

Tomás de Aquino nasceu provavelmente em 1224 (BOEHNER; GILSON, 2003), filho de um nobre, estudou no Mosteiro de Montecassino com seu tio que era abade no local. Em torno de vinte anos de idade, a contragosto da família, se tornou dominicano. Tomás de Aquino teve a proeza de conciliar Aristóteles com o cristianismo numa época em que o aristotelismo, através das lentes de Averróis, médico e filósofo árabe, se espalhava pelo mundo ocidental do século XIII ameaçando a autonomia teológica para explicar e ordenar o mundo. “O que deparamos em S. Tomás não é, pois, um aristotelismo genuíno” (BOEHNER; GILSON, 2003, p. 448) porque ele reinterpretou os textos aristotélicos conforme a sua compreensão cristã e fez com que o ensinamento do sábio grego “[...] depois de depurado e organicamente integrado no edifício teológico, ele passasse a servir de fundamento seguro para a mesma teologia” (BOEHNER; GILSON, 2003, p. 448).

Ainda na compreensão de Boehner e Gilson (2003), o homem para Tomás de Aquino é o ponto central da criação. Criado à imagem e semelhança de Deus, seu fardo ou sua glória é possuir em si todas as coisas. Nele encontramos categorias que são peculiares ao espírito, aos animais, aos vegetais e aos minerais. O ser humano é composto de corpo e alma. Embora a alma transmita a vitalidade e a força ao humano, ultrapasse a matéria não estando nem presa nem submetida à materialidade, ela depende da condição corporal e “a união entre corpo e alma deve ser constituída de maneira tal que os atos genuinamente humanos não pertençam apenas à alma, e sim ao homem, ou seja, ao composto” (BOEHNER; GILSON, 2003, p. 468).

Adão e Eva ao desobedecerem a Deus foram expulsos do jardim do Éden. Ao saírem do Paraíso, levaram com eles toda a humanidade. O pecado original selou o destino dos seres humanos. A fraqueza da carne tomou corpo, a vontade de pecar se entranhou na pele humana. O corpo na teologia cristã se tornou o lugar do pecado e da tentação. O pecado original se multiplicou historicamente em outros pecados. Com Fredriksen (2014, p. 163), vimos que “no final das contas, definido seja como for, o ‘pecado’ adapta-se ao seu tempo”. Nos tempos atuais, os sete pecados capitais fazem parte do imaginário do homem ocidental: a ira, a gula, a luxúria, a avareza, o orgulho, a preguiça e a inveja se tornaram quase entidades autônomas que convivem conosco e, quando estamos distraídos de nossas virtudes, elas penetram em nossa vida e transformam nosso cotidiano. O pecado, em sua história e historicidade, se modifica conforme a sociedade se transforma e se recria de acordo com a

cultura de cada povo. Os pecados capitais são considerados assim no papado de Gregório Magno, mas tomaram lugar no mundo ocidental cristão com Tomás de Aquino.

Para Galimberti (2004, p. 13, ênfase do autor) “os *vícios capitais* aparecem pela primeira vez vagamente em Aristóteles, que os qualifica: hábitos do mal”. Os vícios assim como as virtudes podem nos conduzir a destinos diferentes a partir de nossas escolhas e ações cotidianas. Ainda sob a ótica aristotélica, o autor considera que para evitar os hábitos do mal é importante educar os jovens para desenvolverem as virtudes que tornam um indivíduo nobre e útil para a comunidade.

Com o advento do cristianismo e sua teologia de céu e inferno, pecado e salvação os maus hábitos de Aristóteles se modificaram em pecados capitais e são resultados do confronto entre o desejo humano e a vontade de Deus. As ações equivocadas, os maus hábitos se transformaram em categorias morais e tomam o peso da culpa cristã, pois afrontam um cosmo divino onde um Pai onipotente reina sobre todas as criaturas. Para Galimberti (2004), na Idade Média, esses vícios são catalogados por Tomás de Aquino em sua *Suma Theologiae* e se tornam parte integrante do catolicismo. Já no Iluminismo, vícios e virtudes caminharam de mãos dadas e deram impulso ao progresso material com o crescimento da indústria e do comércio. Na compreensão do autor, são os vícios que induzem o ser humano ao consumo e à satisfação dos desejos e necessidades. Em suas considerações, ele afirma que “[...] o cristianismo é uma grande moral (da *mortificação*), e a economia é uma outra moral (da *satisfação*)” (GALIMBERTI, 2004, p. 12, ênfase do autor). Ainda em Kant, afirma o autor, os vícios capitais como categorias morais se tornam características da personalidade humana, definindo tipologias e “desta forma, a **Antropologia pragmática** de Kant tornou-se o texto base para a construção dos grandes tratados de psiquiatria do século XVIII” (GALIMBERTI, 2004, p. 14). Acontece, desse modo, mais uma transformação dos maus hábitos de Aristóteles que se transformam em doenças e entram para o campo da psicopatologia.

Nesta linha, Sanford (2007), em seu livro **Mal, o lado sombrio da realidade**, problematiza sobre a origem do mal. Se Deus criou o mundo e tudo o que nele existe, e se Ele é onipotente, onisciente e Dele só emana o bem, então quem criou o mal? Para o autor, “[...] ninguém pode fugir do mal quando começa a sofrer. O sofrimento sempre traz consigo o problema do mal: ambos são companheiros, enquanto problema” (SANFORD, 2007, p. 9). O autor considera que, no Antigo Testamento, o problema do mal e do sofrimento girava em torno de Javé que protegia, amparava, guiava, mas também punia o seu povo. Javé era uma divindade responsável pelo bem e pelo sofrimento da humanidade. Satanás, para o autor, age

como uma entidade que acusa os seres humanos e busca destruir suas almas, mas é Deus que julga e pune. Segundo Sanford:

Existem, no Antigo Testamento, apenas quatro referências a Satanás como sendo um ser sobrenatural. Todas as quatro encontram-se nos livros do pós-exílio, ou seja, posteriores a 597 a.C. Além do mais, nenhuma dessas referências é importante na narrativa do Antigo Testamento (SANFORD, 2007, p. 37).

Porém, no Novo Testamento, Satã tem um papel maior como origem do mal sendo ele responsável pelo sofrimento e pelas doenças dos seres humanos. Satã é o senhor das aflições, das agonias e, além disso, ele comanda demônios menores que se apossam da alma humana. Na época de Jesus, crescem as ideias sobre demônios e anjos possivelmente devido ao tempo em que o povo judeu viveu exilado na Babilônia e foi influenciado por uma visão dualista sobre o bem e o mal (SANFORD, 2007).

Assim, Satã, como seu nome indica, aparece nos evangelhos como um espírito oposto a Deus, que joga todos os obstáculos que pode no caminho do homem para a saúde e para a relação com Deus, e não apenas traz maliciosamente o sofrimento à humanidade, mas também distancia o homem de Deus, instigando-o ao pecado e à rebelião (SANFORD, 2007, p. 50).

Ainda nesse contexto sobre a origem do mal, Sanford (2007) afirma que Agostinho, após romper com a doutrina de Mani que preconizava a luta entre a luz e as trevas, reformula essa dicotomia entre o bem e o mal fazendo uma relação de ausência, assim, só existe o bem e ele foi criado por Deus, e o mal é uma ausência do bem. O mal não tem substância e só existe como falta do bem já que Deus é toda bondade. Para o autor, “o problema do mal não está resolvido na teologia cristã. O principal impulso do pensamento nos primeiros tempos da Igreja foi direcionado à natureza de Cristo, ao modo como Cristo salvou o homem e ao relacionamento de Cristo com Deus Pai” (SANFORD, 2007, p. 162).

Com outros nomes e transformados em categorias científicas, os pecados capitais estão presentes na representação cristã dos indivíduos contemporâneos. Gomes (2006, p. 5) afirma que “o corpo no Cristianismo do século I é marcado por dois fatores: a esperança escatológica dos primeiros cristãos e a teologia do apóstolo Paulo”, por conseguinte, o corpo nesse cenário é o lugar do pecado, do mal. É o local privilegiado para as ações do Diabo. A carne pecadora seria redimida pela segunda vinda do Cristo, assim como o corpo. No corpo mora a maldade do ser humano. A natureza humana decaída, como consequência da

transgressão feita por Adão e Eva, o primeiro casal humano da origem dos tempos, precisa ser purificada, bem como ressarcida ao Reino dos Céus. A fraqueza da carne, como resultado da resistência do casal primevo a vontade divina, esboça em si a condição da humanidade. Para o autor, essa compreensão paulina da corporeidade marcou a percepção do corpo na Reforma Protestante iniciada por Lutero e, posteriormente, nas teorias do puritanismo de Calvino. Ele considera que

Paulo apresenta o corpo como um objeto paradoxal. Se, por um lado, é alçado à condição de templo do Espírito Santo, por outro é marcado pela *carne*, a natureza adâmica decaída. Este dualismo paulino moldou o pensamento da patrística e se faz presente até hoje nas imagens que o Protestantismo cunhou sobre este tema (GOMES, 2006, p. 5, ênfase do autor).

A compreensão de corpo na Reforma Protestante e seus desdobramentos na percepção da corporeidade dos tempos contemporâneos é o tema do próximo tópico.

2.2.2 A Reforma, o puritanismo e os *bodybuilders*

A Reforma Protestante rompeu a hegemonia da Igreja Romana que tinha tomado posse para si da revelação cristã, dos escritos evangélicos, dos escritos apócrifos e de toda obra da cristandade dos primeiros quatrocentos anos do cristianismo, selecionando o que interessava aos seus propósitos e condenando como heresia o que não convinha. Mas o movimento desencadeado por Martinho Lutero, monge da mesma Igreja Romana, no início do século XVI, fazia parte de grandes transformações que aconteciam no continente europeu no âmbito social, cultural, econômico e político.

O crescimento da classe burguesa – que não tinha título de nobreza, mas começa a ter dinheiro com as grandes navegações e com a atividade de comércio e também poder político com o desenvolvimento dos Estados modernos – tem como consequência a formação de um contingente humano que sob a influência do Renascimento se abre à liberdade de pensamento e de crítica. Contudo, em torno dessa burguesia que enriquece, se forma um proletariado urbano insatisfeito com suas condições de existência. A passagem do sistema feudal ao modelo capitalista de economia e produção de bens de consumo tem, nesse período, sua germinação. O desenvolvimento da racionalidade científica – com seu novo modo de percepção do universo que busca observar os fatos com o crivo da dúvida e de uma metodologia de observação empírica e de experimentação em laboratório – faz parte desse

cenário europeu. A compreensão do universo e do destino humano vai deixando de ser um domínio da religião comandado por uma igreja decadente e uma classe sacerdotal que está em crise de poder para se tornar um atributo do homem racional. O poder econômico e o poder sobre destino do homem, centralizado na autoridade papal, são reivindicados por essa classe burguesa em ascensão.

A ação de Lutero de afixar as 95 teses na porta da igreja do castelo de Wittenberg no ano de 1517 desencadeou um processo que levou à ruptura com a Igreja Romana e marcou decisivamente o destino do cristianismo no mundo ocidental. A venda das Indulgências pela Igreja foi o limite para as tensões que já ocorriam dentro do seio da própria instituição. Lutero e os outros reformadores, bem como as muitas ordens mendicantes, que existiam nesses tempos que marcam o final da época histórica que se costuma nomear de Idade Média, pregam o retorno às origens do cristianismo apostólico e a Bíblia como a autoridade única para a interpretação da fé. Nas palavras de Jardimino (2009):

Como observamos, a herança antropocêntrica do século XV legada a Idade Moderna, deve-se, naturalmente, às rupturas ocasionadas nos campos social, político e econômico. Consequentemente, uma nova mentalidade insinua-se como progresso e consolida-se nos séculos XVI e XVII. Melhor dizendo, inicia-se com um renascimento – basicamente, como um fenômeno religioso católico – e consolida-se, com a alteração do campo religioso, com o Iluminismo de cunho protestante (JARDILINO, 2009, p. 25).

Lutero foi influenciado pelo Renascimento com seus moldes humanistas. As ideias da renascença no campo das artes, das ciências e da filosofia também se estenderam para o setor econômico, político e religioso. Não só Lutero, mas também Calvino estavam envolvidos com as ideias dos humanistas. Tinham conhecimento dos textos clássicos e, segundo Weber (1974), olhavam com desconfiança o conhecimento que não era religioso, mas não repudiavam os clássicos nem os valores culturais:

A verdade é justamente o contrário – exceção feita do ódio à Escolástica. Os maiores intérpretes do puritanismo eram, além de tudo, profundamente imbuídos da cultura do Renascimento: as pregações dos líderes presbiterianos abundam em citações dos clássicos, e até os mais radicais, embora objetassem contra ela, não se envergonham de apoiar-se nessa cultura em suas polêmicas teológicas (WEBER, 1974, p. 222).

Esse retorno ao início do cristianismo apostólico e aos textos bíblicos, por parte dos reformadores, traz o Apóstolo Paulo e o Bispo de Hipona e suas ideias para o cenário dos

acontecimentos que marcaram o movimento protestante e moldaram o olhar dos reformadores para a compreensão sobre o corpo e a sexualidade humana que irá fazer parte do cânone protestante. Paulo, em seus escritos, trata da sexualidade humana como uma fraqueza da carne pecadora, e se não há remédio para o mal, então o matrimônio é uma condição necessária, embora decaída, para santificar a luxúria, de modo que cada homem tenha a sua mulher e cada mulher tenha o seu homem. Paulo identifica o corpo com a carne, e essa concepção vai prevalecer até o século IV quando Agostinho retoma os escritos paulinos e vincula a noção de carne à condição da existência humana. A natureza humana é que é pecadora, e isso inclui o homem em sua totalidade terrena. O bispo de Hipona desata o nó que amarra o sexo ao pecado original considerando que foi a vontade humana a causa do mal original. Eva escolheu desobedecer, e Adão a seguiu, e ambos desobedeceram à vontade de Deus. Paulo e Agostinho influenciaram as compreensões de Lutero e Calvino nas questões teológicas sobre o corpo e a sexualidade humana (GOMES, 2006). Dado que:

A Reforma Religiosa do século XVI, considerada a face religiosa do Renascimento, privilegiou a leitura dos clássicos: *As Sagradas Escrituras do Velho e do Novo Testamento*, alçados pelos reformadores à categoria de Palavra de Deus, o registro seletivo dos atos de Deus na História do seu povo, portanto, a única regra de fé e prática (GOMES, 2006, p. 13, ênfase do autor).

De modo que Lutero, assim como o apóstolo Paulo, vai considerar o corpo como morada do Espírito Santo e, inspirado em Agostinho, vai desvincular o sexo do pecado original. Para o monge reformador, a união sexual é uma condição da vida humana e deve ser mantida dentro das sagradas leis do matrimônio. Nesse lugar da união matrimonial, Lutero avança na condição de igualdade entre o homem e a mulher, ambos têm deveres e direitos iguais. A condição de ser homem e de ser mulher é uma identidade atribuída por Deus, não é uma escolha, e sim uma condição divina. Quem é homem deve se unir a uma mulher e quem é mulher precisa se unir a um homem (GOMES, 2006). Não obstante,

João Calvino pouco escreveu sobre o corpo e a sexualidade. A teologia calvinista, profundamente influenciada pelos escritos de Santo Agostinho, postula que Deus é soberano sobre todo o universo e toda criação e que o homem foi criado à sua imagem e semelhança. [...] O homem reflete em sua natureza, embora decaída, aqueles atributos de Deus ligados à ética e a moralidade tais como o amor, a justiça, a santidade e a autodeterminação (GOMES, 2006, p. 15).

No entanto, Lutero, no entender de Jardimino (2009), também recebeu influência de Erasmo de Roterdã, humanista renascentista e teólogo agostiniano que com seus escritos fazia uma crítica feroz ao que considerava deplorável na Igreja e na vida do clero. Ele e Lutero mantiveram um longo tempo de correspondência e, no início dessa amizade, Erasmo simpatizava com as ideias de Lutero e dos reformadores, mas essa aproximação foi rompida por causa da questão do livre-arbítrio que para Lutero só existia no nível da vida cotidiana, pois na questão da salvação da alma era a graça de Deus que escolhia os predestinados. Erasmo acreditava na liberdade humana de gerir seus próprios atos pelos ditames da razão. Ambos foram importantes para as novas ideias pedagógicas da modernidade que tinha o homem como o centro do conhecimento. Para Erasmo, as ideias teológicas de Lutero restringiam a possibilidade do homem de ter acesso ao conhecimento.

A Reforma Protestante trouxe uma mudança importante nas orientações pedagógicas na modernidade. Ao traduzir a Bíblia para a língua alemã, Lutero defendeu a criação de escolas pelas comunidades protestantes porque, mesmo traduzida do latim, a Sagrada Escritura não podia ser lida por uma massa humana analfabeta. Para Jardimino (2009, p. 45), “convencido de que a ignorância era um grande mal, Lutero defendia que não se podia pensar no florescimento e na prosperidade da cidade – que surgia fortemente em sua época – sem uma reforma na educação”. Segundo o autor, Lutero defendia o ensino público e gratuito, a educação devia se popularizar e é evidente que essa pedagogia incluía o estudo bíblico. A omissão dos detentores do poder quanto à educação dos homens e mulheres a eles subordinados era considerada pecado para o monge reformador. O autor ainda considera que:

São na verdade os dois Reformadores – Lutero e Calvino – que, de posse de uma nova concepção teológica, vão orientar uma educação para a vida (experiência de fé, trabalho, conhecimento prático, etc.), um, na Alemanha; outro, na Suíça. Ambos influenciarão, de maneira inquestionável, o pensamento pedagógico da modernidade (JARDILINO, 2009, p. 41).

Jardilino, em seu livro **Lutero & a Educação** (2009), ressalta o papel que a Reforma Protestante teve no modelo escolar que existe até os dias atuais no mundo ocidental. Os conteúdos ensinados se deslocam para uma educação que valoriza a técnica e as necessidades práticas do dia a dia. A ciência ganha espaço urbano com as ideias dos reformadores e dos renascentistas, e o ensino medieval centrado na filosofia e linguística sofre um rompimento. As escolas passam a funcionar com divisão dos alunos por faixas etárias, e os conteúdos também passam a valorizar mais a criança e o adolescente que não tinham papel

social no período medieval sendo considerados adultos em miniatura. Evidentemente que as escolas vão ter no seu currículo o ensino religioso para desenvolver uma educação racional e disciplinada do corpo e das ações no mundo visando também a formação dos futuros líderes protestantes. Para o autor:

A ética da responsabilidade criada a partir das concepções da Reforma foi gerando no protestantismo um ascetismo leigo, conforme Weber, diferente daquela religiosidade ascética do Antigo regime, que exigia a fuga do mundo, por meio do isolamento em mosteiros (JARDILINO, 2009, p. 72).

O crente deve viver no mundo a serviço de Deus, de uma maneira monástica e disciplinada. O trabalho e a prosperidade assinalam um indivíduo que foi agraciado pelo Criador. No trabalho, ele atende a uma vocação divina. Isso inclui também o trabalho da mulher. Lutero (JARDILINO, 2009) prega a educação para as mulheres, o que é inovador também nesse sentido. A mulher precisa estudar e ocupar seu lugar de trabalhadora dentro dessa cosmologia intramundana. Ela é responsável pelos afazeres domésticos e educação dos filhos e por isso terá menos tempo de educação escolar. Embora a profissão que deve exercer seja restrita a de professora e as demais profissões da época são reservadas aos homens, há uma igualdade de direitos educacionais entre homens e mulheres nos textos luteranos. Homens e mulheres vivem e estão no mundo para cumprir o destino e a vocação que Deus determinou, “a ética do trabalho e da prosperidade são tidos como sinais de religiosidade” (JARDILINO, 2009, p. 72). Ainda no entendimento de Jardimino (2009, p. 72) em sua compreensão weberiana, “o protestantismo produz um ascetismo intramundano, fazendo com que o leigo vivenciasse, embora no mundo, uma religiosidade ascética (fora do mundo)”. De forma que as disciplinas escolares vão cumprir o papel de moldar o caráter do indivíduo para o cumprimento dessa vocação divina e, desse modo,

Lutero inicia a construção de um sistema universalizante de escola básica na Alemanha do século XVI, chegando até mesmo a exortar essas autoridades à obrigatoriedade dos pais de enviarem seus filhos aos estudos básicos. Essas ideias são verdadeiramente um arcabouço do projeto educacional da modernidade (JARDILINO, 2009, p. 48).

Taylor (2011) considera que os princípios que valorizaram o que ele denomina vida cotidiana tiveram como base a religião judaico-cristã. A época clássica e a filosofia dos estoicos postulavam que eram necessários os afazeres diários para sobrevivência, mas apenas cuidar dessas tarefas não era digno e cabia mais ao homem comum e aos escravos, pois o

homem nobre e o sábio se preocupavam, principalmente, com a política, os fins morais e a contemplação. Já na modernidade, essas ações do dia a dia se estabelecem e ganham um atributo sagrado com o movimento da Reforma, principalmente com os conceitos de Calvino. Como vida cotidiana, ele considera “[...] os aspectos da vida humana referentes à produção e reprodução, isto é, ao trabalho, à fabricação das coisas necessárias à vida e à nossa existência como seres sexuais, incluindo casamento e família” (TAYLOR, 2011, p. 274). Para o autor, a revolução científica preconizada por Bacon faz uma inversão de hierarquia e coloca a vida humana e seu cotidiano como condição elevada e digna de ser estudada e compreendida, nas palavras de Taylor “a ciência não é uma atividade superior à qual a vida cotidiana deva se submeter; a ciência deve, ao contrário, melhorar a vida humana” (TAYLOR, 2011, p. 276). As ideias advindas do movimento da Reforma Protestante dialogaram com as regras de higiene que começaram a fazer parte dos hábitos cotidianos do indivíduo da modernidade. A limpeza passa a fazer parte do processo civilizatório. “Essa poderosa tendência para a uniformidade da vida, que hoje em dia tão fortemente contribui para a padronização capitalista da produção, tinha seu fundamento ideal no repúdio de toda idolatria da carne” (WEBER, 1974, p. 224). A ciência como atividade inserida na vida cotidiana começa a instituir normas de higiene e controle dos asseios dos corpos. Ao dialogar, sob certo aspecto, com o movimento puritano, diversas formas de ascetes começam a fazer parte de um padrão de vida do homem moderno que terá no corpo uma referência de trabalho, aparência e civilidade.

Nesse contexto, Weber (1974) afirma que, na ascese protestante, o trabalho é glorificado e abençoado por Deus. Através do trabalho, o ser humano cresce aos olhos do Criador. O tempo é sagrado e o ócio é condenado, “a perda de tempo, portanto, é o primeiro e o principal de todos os pecados” (WEBER, 1974, p. 209). Principalmente na ascese puritana, o trabalho é uma vocação, que permite ao ser humano cumprir seu destino sobre a Terra. “Na concepção puritana da vocação, a ênfase sempre é posta neste caráter metódico da ascese vocacional, e não, como em Lutero, na aceitação do destino irremediavelmente assinalado por Deus” (WEBER, 1974, p. 215). Para Calvino, acumular riquezas não é uma prática negada ou pecaminosa desde que não leve o ser humano ao ócio e à preguiça, essas sim são atitudes condenáveis. Nesse sentido, a vida cotidiana se reveste de um sentido moralmente positivo. A labuta diária no mundo através da racionalidade do trabalho é um reflexo da espiritualidade do indivíduo, um sinal que reforça “[...] a atitude interna dos puritanos, do grandioso renascimento da crença de ser o povo escolhido por Deus” (WEBER, 1974, p. 220).

Calvino, no entendimento de Gomes (2006), em sua teoria da predestinação, segundo a qual Deus escolhe os eleitos para a salvação, considera que os escolhidos devem privar-se de qualquer prazer mundano e o corpo, como templo do Espírito Santo, é o centro dessa ascese. Embora o corpo seja uma morada do sagrado, o calvinismo radicaliza essa relação com a corporeidade na tentativa de conciliar a natureza instintiva e animal do homem com a condição de habitação do Espírito Santo, de forma que “só resta ao cristão calvinista a saída pela ética da via negativa: o corpo torna-se a clausura do cristão, o seu deserto é o mundo, seu corpo, a cela. Talvez seja esta a forma mais vigorosa de repressão que o ser humano engendrou” (GOMES, 2006, p. 16).

Continuando nesse cenário puritano, Gomes (2006, p. 17) afirma que “o século XVII viu surgir, a partir da vertente escocesa do Calvinismo, o movimento puritano. A característica central desse movimento foi o conversionismo que deu origem as missões modernas”, de maneira que a conversão, a mudança da vida do crente para uma vida voltada para o Senhor e seus desígnios é a meta do indivíduo que foi escolhido pela graça divina. Isso implica que o corpo está a serviço do Espírito Santo e deve se entregar ao trabalho, porque sendo a mente o centro da vontade humana, ela deve estar sempre ocupada para não ser uma presa fácil para a tentação demoníaca. E a ocupação principal da mente deve ser com o trabalho. O trabalho é uma vocação divina, mantém a mente ocupada e o Diabo longe da vontade humana. “Trabalhar até a exaustão, para a glória de Deus. Este é o caminho da santificação puritana. Só resta ao corpo o ideal da ascese para se chegar a este destino [...]” (GOMES, 2006, p. 17). O trabalho é a vocação do ser humano, o trabalho dignifica o homem perante Deus. Para trabalhar e cumprir essa vocação, o crente precisa de um corpo forte e com saúde. O trabalho como vocação vai se estender ao trabalho com o corpo. O corpo precisa ser trabalhado pelos exercícios e pela disciplina da ginástica. Nesse contexto, vamos dar um salto para o século XIX quando o trabalho muscular com o corpo fará parte da sociedade americana no movimento *bodybuilding*.

Na compreensão de Courtine (2005), o fenômeno *bodybuilding* faz parte da cultura americana desde o século XIX. O corpo musculoso é carregado pelo praticante como um prêmio, dando visibilidade e criando uma identidade corporal que se popularizou nos anos 1980 através do cinema e da televisão, apresentando Arnold Schwarzenegger como um dos ícones dessa imagem corporal modelada através de grandes massas musculares. Em torno dessa representação de corpo, se desenvolveu uma indústria de diversos produtos visando um mercado consumidor de massa. Mas o movimento *bodybuilding*, que para o autor revela uma cultura de aparência na qual o corpo é vestido de músculo, suscita muitas perguntas e no seu

ponto de vista “[...] um conjunto de questões históricas que prolongam as interrogações essenciais antes formuladas por Max Weber devem ser colocadas: qual é o vínculo da cultura do ‘narcisismo’ com o puritanismo das origens? [...]” (COURTINE, 2005, p. 88).

O pensamento puritano não se contentava em acompanhar a transformação dos modos de vida: assim, alistando a ginástica no serviço a Deus, ou pelo menos a uma educação moral, ele favorecia os hábitos de ordem, de exatidão, de disciplina, essenciais ao bom funcionamento de uma sociedade industrial e burocrática. O pensamento puritano desempenhava um papel central na construção dessa sociedade. Ele contribuiu para incluir o cuidado com o corpo entre as obrigações morais, à maneira de um dever cristão (COURTINE, 2005, p. 92-93).

O puritanismo dialogou com a emergência das regras de higiene e com o movimento dos *bodybuilders* que tinham no corpo desenvolvido pelos músculos uma identidade social e religiosa. A limpeza passa a ser parte da sociedade com um significado de restaurar uma ordem perdida. Para Villaça e Góes (1998), o movimento *bodybuilding* influenciou os movimentos dos anos 1960 em relação ao hedonismo ligado à cultura corporal. O corpo construído pelo trabalho com os músculos, seja pelos movimentos nos trabalhos com as máquinas, seja pelo levantamento de peso, começa a ser exposto nos palcos e através da fotografia, que populariza e amplia essa visão estética do corpo. O corpo musculoso se torna um espetáculo para ser visto e aplaudido. Esse movimento tem início no século XIX, na civilização americana, em meio a greves e um período de depressão econômica e “[...] era aceito pela moral puritana pela força e vigor musculares. Um corpo de homem, se fosse musculoso, não estava jamais verdadeiramente nu” (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 60). Os autores consideram que há um espelhamento na nudez que caracterizava o herói grego e romano. Os representantes dos *bodybuilders* se apresentavam em circos e se tornavam modelos fotográficos. Em torno dos anos de 1920, os jogos olímpicos incorporam o trabalho de levantamento de peso como um esporte, e novos treinamentos são desenvolvidos na construção da massa muscular. “Nos anos 40, a preocupação com a perfeição corporal renasceu com a instituição do concurso Mister América, patrocinado por uma organização oficial de âmbito nacional” (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 62). Ainda segundo os autores, a moda pega e se propaga pelo mundo. Nos anos 1960, são editados o concurso de Mister Universo e Mister Olympia tendo, nos anos vindouros, o ator Schwarzenegger como ícone do cinema recriando o *bodybuilder* no mundo virtual: o herói que existia no mundo real ressurgiu no mundo cinematográfico (VILLAÇA; GÓES, 1998).

No caso do desenvolvimento muscular, a combinação de uma sociedade de consumo afluente e a ética de trabalho protestante parecem se refletir em atividades que, paradoxalmente, combinam disciplina e ascetismo, por um lado, e narcisismo e hedonismo, por outro (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 59).

A Cristandade Muscular foi um movimento que, embora tenha sua origem nos primórdios do século XIX na Inglaterra, teve seu ápice nos Estados Unidos na segunda metade do mesmo século. Na cultura americana, esse movimento que pregava que o bom cristão deve cuidar do corpo através do desenvolvimento da força muscular – não só como uma forma de piedade, mas também como uma condição moral – encontrou um terreno fértil para se desenvolver. O desenvolvimento industrial da nação americana exigia homens com corpos fortes e saudáveis. Era preciso combater a preguiça e a indolência que o progresso começa a desenvolver na população. As teorias higienistas que se desenvolviam nesse período preconizavam medidas preventivas para ter e conservar a saúde, além de preconizar que os indivíduos podiam e deviam modelar o próprio corpo. Um corpo malhado era sinônimo de beleza e representava poder e um organismo saudável. A compreensão puritana de um controle do corpo pela via negativa, que objetivava a cura e o equilíbrio do organismo, começa a dar lugar a um entendimento positivo da disciplina corporal nas rotinas diárias, nas quais o cuidado com o corpo e com a saúde apontava para um indivíduo ativo, moralmente eficaz. Nesse cenário da sociedade americana, as atividades esportivas caminharam junto com as reformas religiosas (COURTINE, 2005). Nas palavras do autor

A influência profunda e durável da Cristandade Muscular aparece de modo mais explícito nessa releitura esportiva das Escrituras, professada um pouco mais tarde por Bernarr Mac Fadden, que, após a virada do século viria a ser o evangelista do *bodybuilding*, aquele que seus adeptos batizarão como ‘Pai da cultura física e Apóstolo da saúde’, um dos pioneiros da grande pastoral americana do suor (COURTINE, 2005, p. 92).

A tradição religiosa judaico-cristã tem na corporalidade humana sua fonte de mistérios e de diálogo com Deus. O corpo é algo que deve ser olhado e percebido através das lentes da suspeita e do medo. Lugar da tentação e do pecado, o corpo quando cuidado no cristianismo era pelo fato de ser a sede da alma, se lhe atribuem alguma importância é na medida em que cumpre os desígnios divinos da alma e nada mais. Os séculos vindouros a partir da modernidade – com um modelo de sociedade que se propõe a ser laica e racional regida pelos parâmetros da ciência e da razão humana – vão construir uma relação do

indivíduo com seu corpo que colocará a corporeidade na centralidade da vida do sujeito e de suas subjetividades. Uma representação de corpo ativo em movimento se instala nesse cenário.

Esse modelo de vida esportiva e saudável irá fazer parte da identidade do homem contemporâneo. As práticas médicas e as normas de higiene como prevenção do adoecimento caminharão junto com as reformas higienistas que preconizarão o cuidado do corpo como reflexo de um indivíduo que tem atitude e força moral. A normatização do cuidado com o corpo será a meta das políticas públicas vinculadas às novas exigências de uma sociedade industrializada que se desenvolve em um ritmo veloz. O progresso das cidades e o aumento das populações urbanas exigirão do Estado um maior controle da saúde de seus indivíduos. A saúde perfeita como o mito do homem contemporâneo terá como suporte o corpo e sua indesejada finitude. O corpo herdado já não é mais um fardo, mas uma matriz com muitas possibilidades de transformações seja pela ciência seja pelas atividades físicas. Esse é o tema de nossa segunda parte: o lugar que o corpo ocupa na retórica médica e no imaginário coletivo da sociedade dos dias atuais.

SEGUNDA PARTE

DO CORPO DADO AO CORPO DESEJADO: A BUSCA DO CORPO EM FORMA E DE OUTRA FORMA

O propósito dessa segunda parte é evidenciar o lugar que o corpo ocupa hoje no discurso biomédico contemporâneo e no imaginário social a partir da concepção de corpo biológico, que já não é mais uma carga da herança genética e pode ser remodelado através de procedimentos cirúrgicos, engenharia genética, controle alimentar e atividades físicas. Há uma gama de conceitos sobre o corpo e muita construção de subjetividades na sociedade ocidental dos tempos atuais. Sendo o corpo a conexão entre o indivíduo e o mundo, fronteira entre saberes e significados, centraliza os conflitos simbólicos de uma sociedade narcísica e individualista, na qual a aparência é importante, a imagem tem valor, sendo, portanto, um capital a ser negociado. O indivíduo na sociedade contemporânea é seduzido a se identificar com sua corporeidade, acredita que na reconstrução do corpo há uma reconstrução de identidade e uma nova inserção no imaginário social. Como já assinalado, o corpo já não é mais um fardo biológico, herdado, ele é algo a ser remodelado durante a vida do indivíduo, como um barco flutuando nas águas do desejo do sujeito que o habita. Tomamos emprestado o questionamento de Sibilia (2012), afinal:

O que pode, e o que não pode um corpo? Quais são os limites dessa estrutura orgânica e biológica que conforma os corpos humanos? Os incríveis avanços tecnocientíficos das últimas décadas sugerem que esses limites não são rígidos [...] Os corpos humanos podem cada vez mais, e podem durante mais tempo. Além disso, as mulheres e os homens contemporâneos sabem que eles próprios são os orgulhosos artífices de todas essas conquistas, que fecundaram ao longo da segunda metade do século passado e cristalizaram nas últimas décadas (SIBILIA, 2012, p. 145).

Como artífice de seu próprio corpo, o indivíduo lida com sua compleição física como uma mercadoria de troca. A aparência é quase uma segunda pele. O corpo é um modo de exercício de poder. No imaginário social contemporâneo, o corpo adquiriu uma plasticidade que vai muito além de sua constituição biológica, se tornou um objeto manipulável, passível de substituições em seu *design* de nascença, que pode ser aprimorado. “É dócil um corpo que pode ser submetido, que pode ser utilizado, que pode ser transformado e aperfeiçoado” (FOUCAULT, 2008, p. 118). A saúde também se tornou um bem de

consumo, um produto a ser adquirido, um empreendimento contínuo que tem como projeção um determinado tipo de corpo saudável, livre dos fatores de riscos de doenças crônicas, que se apresenta em forma, de acordo com os padrões antropométricos. Um corpo magro, leve e trabalhado pelas atividades físicas.

A primeira parte do trabalho apresentou uma paisagem histórica das representações do corpo no ocidente, tendo como ponto de partida as sociedades clássicas. Na mesma direção, apresentou um panorama histórico do corpo na compreensão religiosa judaico-cristã. Nessa segunda parte, a centralidade que o corpo ocupa na sociedade contemporânea marca uma mudança significativa na compreensão do corpo no ocidente. Aparentemente o corpo se torna o lugar a chegar dentro da dinâmica social, embora sendo o ponto de partida na experiência da vida. Ele sofre os efeitos dos desejos do sujeito que o habita e das idealizações coletivas, que consideram esse corpo como um molde, como algo a ser modificado e melhorado. Numa sociedade medicalizada, que tem como foco a saúde, o discurso biomédico sela os destinos dos corpos.

De um corpo dado, passou-se a um corpo desejado, que pode ser modelado e remodelado, conforme o significado que se quer atribuir ou se necessita atribuir. Essa mudança do lugar do corpo na sociedade contemporânea revela uma compreensão corporal plástica, flexível e maleável ao desejo do sujeito. Isso se contrapõe a uma percepção de corpo de épocas anteriores, nas quais o corpo tinha um significado limitado à relação com a natureza da alma e do espírito, seja na filosofia grega, como receptáculo da alma e da virtude dos deuses, seja na religião cristã, como lugar da queda e da redenção.

Nas trajetórias do Novo Mundo, onde o lugar do ser humano se desloca para o centro dos acontecimentos históricos, o ser humano, que pensa logo existe, toma lugar de destaque no universo racional e mecânico, que se torna uma realidade nos séculos seguintes como um modo de construção e representação social. Esse olhar científico se debruça sobre o corpo descobrindo sua interioridade celular. Esse corpo descoberto perde seu mistério e sua conexão com uma esfera sagrada e se torna objeto de um raciocínio lógico e matemático. Dissecado em suas entranhas e mecanizado em sua compreensão, o corpo se torna, na modernidade, o lugar da visibilidade social, das novidades da moda das elites sociais e da força produtiva do sistema capitalista. Na aurora do século XX, o corpo se consagra como um lugar da subjetividade humana. O corpo se transforma numa vitrine dos desejos e de bens de consumo dos indivíduos da sociedade atual. Como matéria-prima moldável, o oleiro humano toma o corpo como o barro para dar forma aos anseios de juventude eterna num tempo que vive a utopia da saúde perfeita.

Esta segunda parte será apresentada igualmente em dois capítulos: o terceiro capítulo irá mostrar esta mudança do significado e do lugar do corpo, bem como as consequências desta mudança, enquanto o quarto capítulo irá centrar-se num lugar concreto onde esta mudança do significado do corpo pode ser percebida: as academias de ginástica. Essa parte do trabalho incide sobre essa construção do discurso biomédico da saúde e seus reflexos dentro dos espaços das academias de ginástica. Não só considerando os frequentadores das academias como agentes passivos dessas comunicações clínicas, mas também como interlocutores que transformam e ressignificam esses saberes. A tarefa do terceiro capítulo é pensar esse fato social que é a busca do corpo sarado: esse movimento entre a magreza e a gordura numa sociedade na qual a gordura se tornou um tabu, e a magreza se tornou sinônimo de saúde e sucesso. Um corpo que se transforma em vitrine e em espelho virtual através das mídias e dos apelos de consumo. Nesse terceiro capítulo, vamos começar a dialogar com as afirmações encontradas no campo sobre as compreensões de corpo. No quarto capítulo, vamos abordar basicamente a realidade nas academias de ginástica da pesquisa de campo. Iniciaremos com um breve histórico das academias de ginástica para elucidar como os espaços dentro e fora das academias são compreendidos hoje como locais fundamentais para refletir sobre essa centralidade do corpo na sociedade atual. Neste capítulo, iniciamos também a descrição da pesquisa de campo, para, na terceira parte, aprofundarmos nossas análises. Então o campo fala, e as falas do campo falam com os temas do capítulo: o papel do *personal trainer*, os discursos de saúde e o trabalho de malhação dentro das academias de ginástica.

CAPÍTULO 3 CORPO E SAÚDE PERFEITA: A BUSCA DA ETERNA JUVENTUDE

A preocupação com a saúde não é algo que vigora só na época presente. Em todos os tempos, houve saberes, cuidados e práticas médicas para lidar com os ritmos da saúde e da doença que se manifestam nos seres humanos. “Por isso, só nos resta estarmos de acordo sobre os limites da exequibilidade, os quais a doença e a morte nos ensinam. A preocupação com a própria saúde é um fenômeno primordial do ser humano” (GADAMER, 2006, p. 8). Mas essa *performance* de ser saudável a qualquer custo e como finalidade de vida se acentuou na segunda metade do século XX e se intensificou na década de 1980, com a chamada geração saúde, ocasionando, entre outras coisas, o aumento do número dos estabelecimentos de atividades físicas, dos procedimentos de intervenções cirúrgicas, das diversas dietas alimentares, dos produtos de esporte disponíveis no mercado, de medicamentos e suplementos para maximizar o desempenho do corpo. O século XX também é o século da especialização: o corpo é fragmentado, fracionado, os órgãos se tornaram entidades isoladas, ganhando vida própria. As muitas especializações – cardiologia, ortopedia, neurologia, entre outras – mostram essa relação com os órgãos que se tornaram personalidades autônomas. Já é do senso comum dizer: é bom para a pele; cuidado com sua dieta, pois seu estômago pode sofrer; cuidado, isso faz mal para o coração; entre outros. Um discurso que reflete esse olhar sobre o corpo anatomizado, fragmentado e dissociado do sujeito.

Em **A saúde perfeita**: crítica de uma nova utopia, Luciano Sfez (1996) reflete sobre a busca da saúde perfeita na sociedade atual, como uma das utopias da sociedade que já passou as fronteiras da modernidade e até da pós-modernidade. Para o autor, a pós-modernidade também está em declínio, e a crença numa terra livre do mal está sendo recriada com os grandes avanços dos conhecimentos da genética e da biologia molecular. O mito da saúde perfeita, em seu entendimento, está ocupando o lugar deixado vago pelas grandes narrativas, que antes cumpriam o papel de atribuir significado para a vida. Cita, como exemplo, o Projeto Genoma que data dos anos 1980/1990 e tinha como objetivo, entre outros, fazer um mapa de todos os genes da espécie humana com o propósito de eliminar anomalias, defeitos e desvios, possibilitando o alcance de um modelo de ser humano perfeito, com saúde perfeita. Uma metáfora do Adão no Paraíso, antes da queda. Um modelo de homem que vai além do modelo máquina, ao estilo de Descartes, mas uma máquina perfeita e imortal. Le Breton (2009) dialoga com esse autor, e afirma que:

A antiga fórmula socrática “Conhece a ti mesmo” não clama mais à compreensão moral de si, mas à lista dos genes que pretensamente comandam o comportamento. A religiosidade do discurso também se traduz pela convicção de que a doença e a dor vão desaparecer a partir de agora com o refinamento genético do homem. [...] A visão religiosa desses cientistas inclui até o desaparecimento do mal biológico. Retificado pela ciência, nosso corpo será necessariamente perfeito (LE BRETON, 2009, p. 117-118).

Retomando as questões do mito da saúde perfeita, Sfez (1996) atenta para o discurso que resulta das falas entre os progressos tecnológicos da medicina e os avanços técnicos das comunicações na era contemporânea em que os efeitos de qualquer informação, numa sociedade de massa, se propagam de maneira rápida e abrangente. Ele compara as informações sobre saúde e doença com uma epidemia que se espalha de uma maneira geral nas muitas culturas do planeta “[...] tendendo a homogeneizar as práticas particulares, e o vírus da ‘saúde’ tende a tornar-se universal” (SFEZ, 1996, p. 42).

Como já ressaltamos anteriormente, esse capítulo tem como foco refletir sobre essa busca de uma saúde perfeita e idealizada tendo como protagonista principal o corpo sarado. Essa imposição de ter saúde, como objetivo de vida, é permeada pelos dispositivos midiáticos que dialogam com o discurso científico criando outras subjetividades que aparecem e desaparecem no fluxo do espaço virtual. Sociedade lipofóbica, magreza e moralidade associada ao corpo em forma são aspectos da busca contemporânea da eterna juventude.

3.1 O corpo como vitrine e *status social*

Na sociedade contemporânea, o conceito saudável tem sido associado, de uma maneira direta ou através de entrelinhas, aos predicados de beleza e juventude. No centro dessa relação, temos o corpo que deve portar saúde e, de preferência, ser belo e eternamente jovem. Estar saudável, ter saúde, cuidar da saúde é uma das maiores preocupações dos indivíduos na atualidade. Não apenas ter saúde para viver, mas viver para ter saúde. A saúde deixou de ser um meio, um modo de estar no mundo para ser um fim, um lugar a chegar durante toda a vida. Este imperativo de ser saudável inclui cuidar do corpo através do controle da alimentação, das atividades físicas, do sono, da sexualidade e da aparência. O discurso contemporâneo da saúde apresenta uma áurea escatológica de estarmos condenados às

doenças crônicas e degenerativas. Uma visão quase apocalíptica do envelhecimento e da finitude humana.

A luta contra o tempo e o envelhecimento na sociedade contemporânea nos remete ao romance de Oscar Wilde (2001), **O Retrato de Dorian Gray**, já citado anteriormente, que versa sobre a sociedade do século XIX. Nesse período histórico, a percepção de beleza e juventude caminhou de mãos dadas num cenário de deslumbramento pelas descobertas científicas em muitos setores da vida humana. A preocupação com a aparência social e a construção de uma determinada personalidade já é uma realidade nessa época, e a perda da beleza e da juventude é vista como perda de *status* social e de poder pessoal. As palavras a seguir do autor nos dão um retrato poético desse cenário:

Um dia, quando estiver velho, enrugado e feio, quando o pensamento lhe houver traçado vincos na testa e a paixão tiver lhe crestado os lábios com o seu fogo detestável, terá a impressão que agora não sente; uma impressão terrível. Atualmente, aonde quer que vá, encanta o mundo. Será sempre assim?... Tem um rosto admiravelmente belo, senhor Gray... [...] A beleza não sofre contestação. Tem o direito divino da soberania. Torna príncipes os que a tem. Sorri, senhor Gray? Ah! Não tornará a sorrir quando perder a beleza... (WILDE, 2001, p. 31).

Interessante notar que o autor ressalta que a velhice é uma condição feia e enrugada. Uma condição terrível e de sofrimento. A perda da juventude e da beleza leva a um tempo de horror e desesperança. A beleza confere nobreza a quem a possui e aproxima a criatura do Criador. Nesses tempos de supervalorização da imagem, o romance de Oscar Wilde nos transmite a impressão de que foi feito hoje. Com o corpo sendo um palco de muitos signos, sendo um conjunto de informações que revela o *status* social do indivíduo. O corpo como uma vitrine virtual o que informa? São informações em trânsito, pois é um corpo em movimento, em mudanças de imagens nas redes sociais. A imagem muda porque eu quero ser outro, e os recursos da tecnologia computacional permitem essas mudanças, permitem inclusive simular o envelhecimento, criando uma imagem da aparência futura do sujeito.

Esse corpo em movimento, paradoxalmente, deve ficar estático num determinado tempo da juventude do sujeito. Em tempos de tecnologias virtuais, as informações se sucedem com muita rapidez, mas a aparência jovem precisa continuar a mesma. A velocidade da construção e desconstrução de sentidos e significados na contemporaneidade fragiliza o ser humano que se debruça na antiga questão de como se relacionar com seu próprio corpo. Temos ou somos o nosso corpo? Para qual direção devemos voltar o nosso olhar?

A destituição de sentido dos sistemas sociais e a necessidade de trilhar o próprio caminho para existir levam a uma centralização acentuada sobre si. O dobrar-se sobre o próprio corpo e sobre a aparência é um meio de reduzir a incerteza ao se buscar os limites simbólicos o mais proximamente possível (LE BRETON, 2012, p. 16).

Nessa linha de compreensão de Le Breton (2012), o corpo, como esse lugar para se voltar o olhar e nele encontrar um sentido em meio à confusão de sentidos do mundo contemporâneo, acontece na superfície da pele. Quase como uma vestimenta que você pode trocar com a ajuda das tecnologias disponíveis. Para o autor, a construção de outra subjetividade acontece no nível simbólico e é mediado pelas imagens virtuais. No entanto, para Merleau-Ponty (2006), a existência humana é encarnada. Ela acontece porque temos um corpo e somos um corpo. Viver no mundo é anterior a pensar sobre o mundo. A ciência tenta explicar o mundo através de enunciações teóricas, mas o mundo não é o que diz o universo científico, ele não se esgota nos postulados científicos. O mundo existe antes da ciência e independe dela. Estamos nesse mundo num corpo. Para o autor, o *cogito* é encarnado e tem base histórica e temporal. Nas palavras de Merleau-Ponty:

O verdadeiro *Cogito* não define a existência do sujeito pelo pensamento de existir que ele tem, não converte a certeza do mundo em certeza do pensamento do mundo e, enfim, não substitui o próprio mundo pela significação mundo. Ele reconhece, ao contrário, meu próprio pensamento como um fato inalienável, e elimina qualquer espécie de idealismo revelando-me como “ser no mundo” (MERLEAU- PONTY, 2006, p. 9).

Como estar e ser no mundo corporalmente diante de tantas imagens possíveis da própria imagem? Se, para Merleau-Ponty (2006), o ser está encarnado num corpo e constrói seu conhecimento com as ações corporais na existência, como podemos compreender esse modo de relacionar com o corpo como algo que se molda aos anseios de um sujeito desejoso? O corpo como vitrine, revela o que sobre o indivíduo que o mostra? Para Merleau-Ponty (2006), o corpo é fonte de significados, pois o conhecimento humano é construído na experiência da vida e isso acontece através do corpo porque “o corpo é o veículo do ser no mundo, e ter um corpo é, para um ser vivo, juntar-se a um meio definido, confundir-se com certos projetos e empenhar-se continuamente neles” (MERLEAU- PONTY, 2006, p. 122). O corpo próprio é um território paradoxal, porque é corpo sujeito e corpo objeto ao mesmo tempo, está imerso no mundo sensível, tem uma intencionalidade em relação ao mundo, se

dirige aos objetos, cria um campo de percepção em torno deles e é a fonte do conhecer. O corpo nos ancora no mundo e nos coloca em relação aos objetos através de uma dada perspectiva e nos informa a distância que nos separa deles ao mesmo tempo em que se volta a esses mesmos objetos na ação. Merleau-Ponty (2006) ressalta essa ambiguidade corporal de tocar e ser tocado, que também é uma ambiguidade existencial: esse ser no mundo, e afirma que:

O que nos permite centrar nossa existência é também o que nos impede de centrá-la absolutamente, e o anonimato de nosso corpo é inseparavelmente liberdade e servidão. Assim, para nos resumir, a ambiguidade do ser no mundo se traduz pela ambiguidade do corpo, e esta se compreende por aquela do tempo (MERLEAU- PONTY, 2006, p. 126).

O corpo como sujeito e objeto ao mesmo tempo revela essa natureza paradoxal. Como imagem e como concretude, o corpo carrega essa ambiguidade existencial e existe no momento em que se situa no espaço. Ele é o espelho e a imagem no espelho.

3.1.1 Corpo, mídias e novas subjetividades

Em tempos contemporâneos, o corpo e a imagem corporal nem sempre andam de mãos dadas nas múltiplas construções subjetivas intermediadas pelo espaço virtual, que possibilita a simulação de outras imagens do mesmo indivíduo. A imagem no espelho pode ser negada, e Narciso no século XXI correria o risco de odiar sua imagem espelhada. O corpo do sujeito se torna outros corpos nessas identidades volatilizadas. Nesse caldeirão de ingredientes subjetivos que alimentam o imaginário dos indivíduos contemporâneos, os discursos de saúde fazem parte da receita.

A saúde é como um vírus que contagiou o século XXI, numa epidemia de estar saudável a qualquer preço, mesmo que para alcançar essa saúde idealizada, divinizada, se comprometa a própria saúde com: excesso de exercícios físicos, dietas que priorizam um nutriente em detrimento de outros, exames clínicos invasivos e procedimentos médicos preventivos. Na sociedade, a saúde é vinculada ao conceito de risco, de probabilidade de vir a adoecer. Não lidamos mais com o tratar a doença, mas com o evitar adoecer, através de técnicas de cuidado e dos cuidados de si que são, nos tempos atuais, uma fiança para uma vida futura mais longa e livre de doenças. Os mitos da saúde perfeita e da imortalidade reaparecem

nas afirmações e nas ações da medicina, que através do oráculo científico pretende mapear o genótipo e direcionar o fenótipo da condição humana que implica em fragilidade e finitude.

Conhecer seu destino ou de seus filhos não é uma fantasia de controle do futuro? A medicina preventiva já está aí. Podemos conhecer desde já alguns elementos de nossas doenças futuras. Amanhã, com o conhecimento total de nossos genes, poderemos conhecer virtualmente nossas doenças por vir (SFEZ, 1996, p. 51).

Nessa mesma linha de pensamento, Fittipaldi (2004) questiona o que tem por trás dessas novas compreensões virtuais do corpo, como elas se relacionam com a vida. Afirma que essa busca humana de dominar e controlar a existência, de planejar e programar o futuro e a vida em sua totalidade é uma fantasia de um mundo sem dor, doença ou envelhecimento. Considera que essa onipotência do pensamento humano esbarra no próprio corpo, pois só é possível clonar algo vivo a partir dele próprio, do próprio real, a partir de:

Uma autorreferência da aparência, da forma do corpo. O desejo latente que aparece por trás da possibilidade (ou já será uma realidade?) de experiências como a clonagem humana parece ser precisamente este: o domínio absoluto do corpo – uma espécie, ainda que ilusória, de imortalidade (FITTIPALDI, 2004, p. 34).

A reflexão em torno da clonagem e de outros avanços da genética nos remete ao romance de Mary Shelley, **Frankenstein**. Mas um Frankenstein às avessas, pois, no romance, o Doutor Victor Frankenstein estuda as ciências naturais e busca obcecadamente compreender a origem da criação, desvendar os segredos da existência humana a partir das células mortas dos cadáveres, ao contrário da clonagem de hoje que trabalha com a célula viva antecipando a morte:

Tanto tem sido feito, exclamava a alma de Frankenstein – mais, muito mais eu conseguirei; seguindo pelos passos já marcados, eu abrirei um novo caminho, explorarei forças desconhecidas, e desvelarei ao mundo os mais recônditos mistérios da criação (SHELLEY, 2010, p. 51).

Trabalhando com órgãos e tecidos de cadáveres, ele constrói uma criatura humana, e, com os conhecimentos da energia elétrica, lhe dá a vida e depois foge atormentado com horror ao monstro que criou, embora a criatura criada tenha mais humanidade do que seu criador. Victor faz o vivo a partir das células mortas, e no dizer de Le Breton “Frankenstein é

o primeiro mito dos clássicos da literatura popular [...] que ressaltam com inquietação a questão dos limites do homem e do uso do corpo humano como um material biológico disponível” (LE BRETON, 2005, p. 52). De volta à época atual com os avanços genéticos e com uma ciência que, numa analogia ao romance de Shelley, busca a partir de células vivas criar o vivo e perpetuar o ser humano, temos a criação de uma outra metamorfose humana, ora anjo, ora monstro, com o desejo de extirpar a morte e eternizar a vida. Num momento, a morte é negada pelo retorno à vida e, em outro, a morte é negada pela manutenção da vida. Os anseios do doutor Frankenstein de refazer o fluxo da vida a partir das células mortas são análogos aos desejos dos cientistas atuais de controlar o cessar da vida através das células ainda vivas. A aspiração da criatura de se igualar ao Criador é um desejo humano dentro do cenário da razão e da racionalidade científica. De maneira poética, nas palavras de Shelley:

Ninguém pode conceber a variedade de sentimentos que me lançavam para a frente, como um furacão, no primeiro entusiasmo do sucesso. A vida e a morte se me apareciam como limites ideais, que eu primeiro devia transpor, para lançar uma torrente de luz em nosso mundo de trevas. Uma nova espécie me abençoaria como seu criador e sua origem; muitas criaturas felizes e excelentes passariam a dever sua existência a mim (SHELLEY, 2010, p. 57).

As muitas subjetividades contemporâneas em relação à imagem corporal exigem que o corpo se mantenha jovem, bonito, magro e saudável. E, para isso, são necessárias condutas disciplinares sobre os hábitos cotidianos. As ações diárias de se alimentar, repousar, movimentar e tudo o que envolve a saúde e o bem-estar ficam sob um olhar rigoroso das normas médicas.

Ainda nessa linha de compreensão, Sibilía (2004), na trilha de Foucault sobre as ações de controle em cima do corpo na sociedade industrializada, considera que “a partir dos séculos XVIII e XIX, nas sociedades ocidentais, a medicina tem se configurado como um poderoso complexo de saberes e poderes que investem os corpos e as populações” (SIBILIA, 2004, p. 42). Essas intervenções acontecem sobre os indivíduos com uma abordagem biomédica que monitora o modo de viver e os hábitos dos organismos vivos. Através dos conhecimentos da biologia e seus desdobramentos em outras ciências – genética, biônica, bioquímica, biofísica e outras –, as políticas públicas que se consolidam no mundo contemporâneo atuam na tentativa de dominar os eventos contingentes da vida humana, padronizando e medicalizando as variáveis biológicas. A autora ressalta também o papel das mídias nesse cenário, criando e reforçando essas ações através de imagens e representações

virtuais desses modelos de corpos perfeitos e de vida normal e saudável. A autora continua fiel aos pensamentos de Foucault sobre os dispositivos do biopoder e toma emprestado a linha genealógica descrita pelo autor afirmando que “[...] o **sangue** aflora como objetivo predileto dos dispositivos de poder nas sociedades de soberania” (SIBILIA, 2004, p. 43, ênfase da autora) enquanto na sociedade industrial “[...] o sexo foi um alvo privilegiado tanto das tecnologias disciplinares como das operações biopolíticas” (SIBILIA, 2004, p. 43) e finaliza considerando que o código genético é hoje o alvo do biopoder.

As infinitas combinações gênicas, por outro lado, podem ser rastreadas a toda velocidade com as ferramentas digitais da mais nova tecnociência. Elas trazem a promessa de detectar, de maneira instantânea e asséptica, todos os **erros** suscetíveis de reprogramação, a partir de um padrão ideal estatisticamente definido como **normal** (SIBILIA, 2004, p. 46, ênfase da autora).

Na época presente, o mito da eterna juventude reaparece em simulações eletrônicas, imagens virtuais, factíveis, acalentando nossa condição de seres vivos finitos e mortais. Os corpos humanos são, assim, redesenhados na internet. Um componente plástico que pode se transformar de acordo com os programas dos computadores. O corpo no mundo virtual se torna um banco de dados, um conjunto de informações disponíveis nas redes sociais e científicas. É um corpo sem carne, sem vísceras, sem matéria.

Essas novas visibilidades dos indivíduos estão centradas no corpo, nas imagens de um corpo magro, malhado, bronzeado, em forma, escultural, musculoso, tatuado. Essas novas subjetividades são reafirmadas, estimuladas e recriadas pelas tecnologias da comunicação e da ciência médica que mesclam imagens do que é belo, do que é saudável e do que é cientificamente estabelecido. A ciência se apodera do discurso das mídias e as mídias se apoderam do discurso científico no século XXI. São prescritos para a população vários receituários, que prometem manter a saúde do indivíduo com prevenção das doenças que poderiam vir a ocorrer, aumentar a longevidade e diminuir a velocidade do envelhecimento. As palavras de Paula Sibilia (2012) podem, mais uma vez, elucidar essas promessas contemporâneas:

Se o envelhecimento e a morte sempre constituíram graves limites para a expansão do corpo humano, hoje essas barreiras estão sendo desafiadas. As novas ciências da vida sonham com a possibilidade de reprogramar os corpos humanos para torná-los imunes às doenças, driblando assim as penúrias da velhice e a fatalidade de morte. Trata-se do sonho da eterna juventude, como uma grande ambição da nossa época e uma promessa que

talvez, logo estará à disposição de todos – ou, pelo menos, de todos aqueles que tenham condições de pagar pela fabulosa receita (SIBILIA, 2012, p. 146-147).

Os corpos dos famosos do chamado mundo *fashion* servem como modelos virtuais para uma sociedade das aparências, das imagens exteriores mutáveis, onde não ter um corpo nos moldes e modelos da moda é um sinal de desmazelo e displicência, é um dado negativo para o currículo profissional do cidadão. Na comunicação *on-line* – *chats*, *webcams*, *blogs*, sites de relacionamentos, redes sociais, entre outros –, as imagens de sucesso e prestígio estão relacionadas aos padrões de beleza vinculados aos corpos em forma que por sua vez são, também, imagens que configuram saúde. São imagens de um modelo corporal que existe no mundo virtual, manipulado pelo *photoshop*, que são produzidas para o consumo e são consumidas, criando um ideal de imagem corporal que existe longe dos corpos biológicos herdados. Quem não está nos padrões é excluído, fica à margem, pois os discursos são impositivos e são reforçados pela retórica da comprovação científica de hábitos saudáveis e de prevenção de doenças.

Podemos pensar que nesse cenário virtual manipulado temos um narcisismo com um espelho pando, hipertrofiado. Narciso contemporâneo se afoga nessa imagem manipulada, porque a imagem real espelhada é negada na atualidade. Os espelhos e o narcisismo são outros. Vamos compartilhar duas respostas que refletem essa imagem espelhada e através do espelho. Na pesquisa de campo⁴ (que descreveremos detalhadamente ainda nessa segunda parte da tese), perguntamos quais os motivos que levaram o entrevistado a praticar atividade física. A seguir a resposta de Leila a essa pergunta:

Comecei a fazer por vaidade, eu não estava gostando de me ver no espelho. Apesar de saber os motivos de saúde, eu comecei por vaidade. Eu preciso me sentir bem nas roupas que eu gosto de usar, as roupas me dão as medidas do corpo (LEILA, entrevista XVIII, 49 anos).

Leila não gosta da imagem que é vista refletida no espelho, porque abala sua vaidade e entende que seu corpo precisa caber nas roupas que ela usava ou deseja usar, ou seja, em vez das roupas servirem no corpo é o corpo que tem que servir nas roupas, porque são elas que conferem o padrão que o corpo precisa apresentar de acordo com a imagem que Leila tem de sua corporeidade. Essa imagem de seu corpo está situada em outro espaço de

⁴ As entrevistas completas estão no anexo B.

tempo de sua vida quando ela usava a roupa que agora não cabe ou cabe parcialmente. É uma imagem que transita no espelho de sua subjetividade corpórea. Narciso está olhando o lago ou o lago é que olha Narciso?

A outra resposta que vamos compartilhar é referente à seguinte pergunta: o que lhe vem em mente quando se fala a palavra corpo? O entrevistado deveria enumerar quatro palavras e escolher a mais importante. Helena responde que a palavra mais importante sobre o corpo é responsabilidade e explica o motivo:

Primeiro, porque dentro das minhas duas profissões eu sou muito cobrada pelo meu biótipo. E, segundo, eu acabo sendo um espelho para muita gente. Eu tenho meus 44 anos com boa qualidade de vida. Meu corpo não é escultural, mas muita gente me pergunta como é que consigo manter esse corpo após ter duas filhas (HELENA, entrevista V-a, 44 anos).

Helena é educadora física e nutricionista e, em sua compreensão, precisa espelhar um corpo trabalhado pela malhação e dentro dos padrões contemporâneos vigentes para além de sua vaidade. Se Leila precisa do espelho para olhar a imagem que deseja ver, Helena precisa ser o espelho, ser a imagem para outras pessoas se refletirem. Embora afirme que não tem um corpo escultural, ele é elogiado. O corpo da entrevistada é esculpido pelo seu trabalho de malhação e de controle alimentar. Helena é o seu próprio *personal trainer*. Ela ressalta ter passado dos quarenta, ter tido duas gestações e ser admirada por manter o corpo em forma. A imagem da mulher na sociedade contemporânea ainda carrega a marca do envelhecimento após os quarenta e da mudança do corpo, para pior, causada pela maternidade, embora o apelo seja de se sentir jovem apesar disso.

Nessa linha de compreensão, Villaça e Goés (1998) afirmam que as novas subjetividades contemporâneas se apresentam em constantes mutações, num devir semiótico, sem hierarquias precisas ou estáticas, apresentando inclusive uma relação paradoxal com a ordem e a desordem, que na compreensão dos autores são categorias que não se excluem, mas se complementam. Os autores acreditam que “na era industrial, o corpo era manipulado como instrumento da produção, lugar de disciplina e controle” (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 30), já na era pós-industrial, o controle é exercido sobre o desejo dos indivíduos através de uma constante produção de bens e serviços que o fazem consumir sempre, e cada vez mais, imagens e *performances* corporais ligadas ao narcisismo e ao hedonismo (VILLAÇA; GÓES, 1998). Os autores ainda afirmam que:

Modernamente, se pensarmos com Foucault a introjeção dos mecanismos de controle, verificamos certa ambiguidade entre disciplina e prazer em investimentos corporais como ginástica, busca de aperfeiçoamento físico e outras práticas estético-esportivas. É o indivíduo que busca defender-se de sua degenerescência e imperfeição essencial, ou trata-se ainda de mecanismos mais sutis de manipulação por parte do poder, funcionando, não mais por meio de mecanismos jurídicos ou médicos, mas pela sedução exercida sobretudo pelos veículos mediáticos? (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 45).

Quer sejam os mecanismos de controle interiorizados e incorporados sobre os corpos dos indivíduos através do poder da mídia, conforme os autores acima questionam, quer sejam os desejos pessoais que direcionam as escolhas de modificação da imagem corporal, essas subjetividades virtuais e fugazes fazem parte da construção de identidades na contemporaneidade. A imagem corporal é um capital de troca, tem valor de mercado. O corpo sarado é um patrimônio e para isso precisa estar correto, dentro dos padrões estabelecidos por um senso comum veiculado pelas redes sociais. O mito de Narciso encontra eco nessas subjetividades moldadas pela vasta oferta de produtos e serviços com a finalidade de produzir beleza e sedução através de um corpo em forma. Nas palavras de Goellner (2005):

A produção do corpo se opera, simultaneamente, no coletivo e no individual. Nem a cultura é um ente abstrato a nos governar nem somos meros receptáculos a sucumbir às diferentes ações que sobre nós se operam. Reagimos a elas, aceitamos, resistimos, negociamos, transgredimos tanto porque a cultura é um campo político como o corpo, ele próprio é uma unidade biopolítica (GOELLNER, 2005, p. 39).

O corpo é produzido dentro de um tempo histórico, é resultado dos modelos criados dentro de uma cultura. Os modos como nos expressamos através do corpo e de seus sentidos determinam nossa individualidade ao mesmo tempo em que apontam para as normas coletivas de se apresentar e de aparentar em público. Os discursos da ciência contemporânea tendem a culpabilizar os indivíduos pelos corpos que apresentam, afirmando que a escolha de ser de um determinado modo é pessoal e que é possível modificar a aparência corporal pelas tecnologias modernas e pelos inúmeros produtos de beleza, bem como pelos incontáveis medicamentos e suplementos alimentares (GOELLNER, 2005).

Nesse senso comum influenciado pelos enunciados científicos, fica a impressão de que só é feio quem quer: se o próprio corpo tem erros, é possível corrigir essas falhas. Esse é o tema que veremos a seguir.

3.1.2 O corpo errado e as intervenções de correção

A compreensão de um corpo errado, de um corpo inadequado ao sujeito que o encarna está difundida nesses tempos contemporâneos nos quais o cuidado com o corpo se coloca como uma preocupação central na vida dos indivíduos. Embora esse cuidar do corpo tenha por trás um discurso de saúde que o legitima, a história não se esgota aí. A relação entre saúde e beleza, ou melhor, de um determinado padrão de beleza, nos dias atuais, é muito estreita, podendo beirar um significado quase sinônimo, quando ser belo é o mesmo que ser saudável. A busca da saúde e de se manter saudável é quase um modo de vida. Ter saúde para viver com saúde. A saúde é o destino do indivíduo e essa compreensão de ser saudável está mesclada com uma imagem de beleza.

A possibilidade de melhorar a herança genética herdada pelos pais é uma ideia que vigora na sociedade contemporânea. O corpo herdado não é mais um problema e sim um material bruto para os projetos do indivíduo, algo para ser lapidado. A pretensão de atingir a perfeição, talvez a perfeição atribuída ao divino, não é nova. Prometeu há muito roubou o fogo dos deuses, e a síndrome de Victor Frankenstein contagiou a moderna ciência há séculos. Um padrão de beleza determinado por medidas antropométricas é uma realidade atualmente, e não menos reais são os métodos e técnicas para o seu alcance. Mas, afinal, o que está certo ou errado num corpo? O que é preciso consertar? As intervenções, sejam cirúrgicas, sejam através de atividades físicas para tirar o que é considerado imperfeito num corpo, se espelham em que imagem de perfeição?

Desde que Aristóteles indicou, no século V a.C., que todos os seres humanos se desenvolvem de um estado menos perfeito (a semente, o embrião) a um estado mais perfeito (a árvore, o adulto), a questão é inevitavelmente posta. Em que consiste a perfeição? E que tipo de perfeição pode o homem alcançar? (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 57-58).

Em seu livro **Adeus ao corpo: Antropologia e sociedade** (2009), Le Breton afirma que, no discurso científico, o corpo é um esboço, um rascunho de um projeto que pode ser aperfeiçoado através das novas técnicas cirúrgicas e pelos conhecimentos atuais da genética. “A anatomia não é mais um destino, mas um acessório da presença, uma matéria-prima a modelar, a redefinir, a submeter ao *design* do momento” (LE BRETON, 2009, p. 27-28). Ele afirma que no mundo ocidental, tradicionalmente, o corpo é olhado sob suspeita, sempre é algo menor, decaído, que aprisiona o espírito, encarcera a alma, envelhece, adoce,

morre e apodrece. Que corpo é esse? Embora seja o que nos torna individual, nos encarna no mundo, nos identifica, isso não basta para os tempos atuais em que a construção de identidade é maleável e múltipla. Nesse cenário, “o corpo tornou-se um empreendimento a ser administrado da melhor maneira possível no interesse do sujeito e de seu sentimento de estética” (LE BRETON, 2009, p. 31-32). Ainda nesse cenário, o corpo precisa ser redefinido porque, além de estar no rascunho, ele é um complemento na vida do sujeito, um adereço e “ao mudar o corpo, o indivíduo pretende mudar sua vida, modificar seu sentimento de identidade” (LE BRETON, 2009, p. 30).

Na pesquisa de campo, percebemos nas falas dos entrevistados essa insatisfação com o próprio corpo por acharem que o corpo está gordo ou está magro. Paradoxalmente, as duas categorias incomodam. Ao mesmo tempo, o trabalho de malhação é desejado para aumentar o volume de massa muscular do corpo percebido como magro e aumentar a massa magra do corpo reconhecido como gordo. E não há um perfil definido para o que se considera gordo e o que se considera magro, embora haja os padrões antropométricos oficiais. Eles são usados pelos profissionais das academias para mensurar a dimensão física dos clientes para a feitura do plano de atividade física que eles irão desenvolver. Um participante da pesquisa de campo, quando pedimos para ele dizer quatro palavras que lhe vêm em mente quando se fala a expressão meu corpo e depois escolher a mais importante, respondeu: “defeitos, porque na realidade ninguém está satisfeito com o que temos. Eu ainda não estou satisfeito com ele, então eu prefiro ver os defeitos para não acomodar. Assim, eu luto para mudar” (OLÍVIO, entrevista VI, 20 anos).

Olívio não está satisfeito com seu corpo e afirma que ninguém está em contentamento com o próprio corpo. Compreende que não é apenas ele que quer mudar o corpo que tem, mas é uma insatisfação coletiva que percebe em seu entorno. O corpo tem defeitos que estão ligados à massa muscular que falta ou ao tecido adiposo que sobra. Os defeitos para Olívio precisam ser vistos e lembrados para ele não desistir de reparar essa imagem corporal que apresenta falhas. De certa maneira, é um defeito localizado numa imagem de corpo sarado, que é uma imagem em trânsito, em devir. É preciso um trabalho contínuo e uma vigilância. O trabalho de malhação é um escudo contra o medo de engordar, o corpo gordo também é percebido como um corpo defeituoso.

A mesma pergunta acima foi feita para Raquel, outra participante da pesquisa de campo, e ela respondeu que a palavra mais importante em relação à expressão meu corpo é: “malhar, porque toda vez que eu olho para o meu corpo eu penso que tenho que malhar, aí vou malhar” (RAQUEL, entrevista X, 20 anos). Raquel associa sua imagem corporal à

atividade física de malhar. Precisa exercitar-se constantemente para modificar essa imagem de corpo que para ela não é o reflexo ideal. Interessante perceber que, em sua percepção, quando o corpo se movimenta, a imagem também move para mais perto de seu retrato virtual. Quando ela executa uma intervenção no corpo através da malhação, opera uma transformação da imagem do espelho. Nesse contexto, quando fizemos outra pergunta para a entrevistada – como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física? –, ela respondeu o seguinte:

Me sinto muito bem. Meu medo diminui, então, quando eu fico com medo, eu malho. Acho meu quadril muito grande, brigo com isso todos os dias, mas é da minha genética. Minha psicóloga diz que eu tenho um espelho de circo que quando eu me olho vejo tudo diferente. Já teve ocasiões que eu não ia numa festa porque eu me achava gorda ou saía de uma festa porque achava que todo mundo estava me olhando. Hoje isso está melhor. Isso é muita pressão do social. E a mídia não se preocupa com saúde e os artistas ficam mudando o corpo toda hora para fazer alguns papéis. Isso não é vida (RAQUEL, entrevista X, 20 anos).

No fundo, é um medo de não ser aceita socialmente dentro de um determinado padrão que é veiculado pelas mídias, no entanto, esse medo diminui com a malhação. O conflito também acontece na imagem refletida no espelho. E, no entender de sua terapeuta, o espelho olhado pela entrevistada é um espelho de circo. O espelho de circo é um espelho convexo que amplia e prolonga a visão para qualquer lado, como um espelho que deforma e não informa o que se pretende ver. Aqui, aparece a ideia da determinação genética, que moldou seu corpo. E se ele está errado, então a culpa é da herança genética. Ou seja, há uma relação de insatisfação com a própria herança recebida. De certa forma, não é apenas uma insatisfação com o corpo atual, mas inclusive com os antepassados, dos quais se herdou este – assim lido – problema.

Raquel expressa seu sofrimento com a coação social em relação ao seu corpo, que para ela está fora dos padrões espelhados pelas mídias. Ao sair ou deixar de ir a uma festa por se sentir excluída desse modelo corporal, ela deixa de participar de um determinado grupo social do qual faz parte. Afirma ainda que os artistas são capazes de mudar de corpos para representar um personagem dentro de uma novela ou filme e que isso não é saudável. Não é recomendado para a saúde esse processo de emagrecer e engordar. Essa pretensa elasticidade corporal à mercê do personagem do momento midiático não é um modo de vida para a Raquel.

Retomando essa vontade de passar o corpo a limpo como um texto mal escrito, que teria como limite a genética herdada, Fittipaldi (2004) percebe que “não é de hoje que o homem tenta dominar, domesticar e moldar o corpo, seja ele de que natureza for: o corpo físico, o corpo espiritual, o corpo sensível, o corpo social, o corpo real” (FITTIPALDI, 2004, p. 27). Mas a autora argumenta que, com os avanços da genética nesses últimos cem anos, essa dominação e domesticação precisam de novas reflexões a partir do evento, amplamente anunciado, da clonagem da ovelha Dolly, na década de 1990. Das pesquisas com ervilhas realizadas por Mendel, no século XIX, até a clonagem da ovelha, no século XX, novas compreensões sobre o corpo vieram à tona, pois abriu para o cenário científico a possibilidade de clonar seres humanos e também órgãos e tecidos humanos. Nessa lógica de um corpo que deve ser modificado e moldado, transformando sua herança biológica, o que implicam essas tecnologias de manipulação genética? Que novas subjetividades estão emergindo nesse cenário onde o corpo ocupa um lugar central?

Na sociedade do espetáculo, das aparências, do acúmulo, das formas perfeitas, do consumo de coisas e pessoas, afinal, o corpo não pode envelhecer, adoecer ou sofrer os efeitos do tempo. Nem por fora – é o “corpo-espetáculo”, malhado, lipoaspirado, turbinado, siliconado, operado – nem por dentro – é o corpo replicado, inteiro ou parcialmente clonado, xerocado, substituído por outro, revivido em seu DNA (FITTIPALDI, 2004, p. 33).

A autora não desconsidera em sua reflexão sobre o tema os benefícios advindos dos avanços na ciência genética, tais como a reprodução *in vitro* que beneficia os casais estéreis, a possibilidade de recuperação de espécies animais e vegetais extintas, a cura de doenças, entre outros exemplos. Mas, para ela, a questão é a fragilidade dessas subjetividades que surgem com a utopia de se tornar imortal e de poder paralisar a ação do tempo, do envelhecimento e da finitude humana. Bem como a crença de que o genótipo não depende do meio ambiente, das relações sociais, dos imprevistos da vida, e pergunta: “quem disse que o homem pode sacrificar e criar monstros mutantes para seu benefício?” (FITTIPALDI, 2004, p. 29). Essa questão levantada pela autora nos remete ao lamento feito pelo monstro criado e abandonado pelo doutor Victor Frankenstein que em sua dor e solidão, em sua fragilidade humana, que aflora sob sua imagem abjeta, clama:

Maldito o dia em que recebi a vida!, exclamei cheio de agonia. Maldito criador! Por que você me fez um monstro tão horroroso que até mesmo você foge de mim repugnado? Deus, em sua piedade, fez o homem belo e

atraente, segundo sua própria imagem, mas a minha forma é uma asquerosa contrafação da sua, mais horrível ainda quando comparada com a sua. Satanás tinha seus companheiros, os demônios, para admirá-lo e encorajá-lo, mas eu sou solitário e abominado (SHELLEY, 2010, p. 138).

As intervenções clínicas do corpo biológico na sociedade atual incluem a manipulação dos aspectos fenotípicos e genotípicos da espécie humana. Os anseios de Victor Frankenstein ainda se fazem presentes. A dor dos indivíduos contemporâneos com a insatisfação dos próprios corpos, por desejarem uma transformação da imagem corporal, acontece na contramão da dor da criatura monstro criada pelo cientista em seu delírio de onipotência. A criatura disforme sofre pela sua imagem abjeta que não encontra espelho nas criaturas humanas com as quais tenta conviver e que dela fogem. O sujeito que vive hoje na sociedade do espetáculo das imagens virtuais do corpo perfeito sofre por não enxergar em si esses seres divinizados dos espelhos de simulação. Nesse contexto:

Nessas diferentes representações, o corpo deixa de responder à unidade fenomenológica do homem, é um elemento material de sua presença, mas não sua identidade, pois ele só se reconhece aí num segundo tempo após efetuar um trabalho de sobressignificação que o conduz à reivindicação de si. Mudando o corpo, pretende-se mudar sua vida. Esse é o primeiro grau de suspeita do corpo (LE BRETON, 2009, p. 22).

O corpo se torna alguma coisa suspeita, um objeto da dúvida. Como um banco de dados e de informações, ele precisa ser monitorado e reprogramado em novas subjetividades. Identidades em movimento em que o tema saúde serve de palco para diversos jogos de poder midiático e de consumo que prometem longevidade e até a possibilidade de imortalidade através da clonagem, por meio da qual se pretende ser o mesmo sendo outro. Essas crises de identidades virtuais nos levam a pouco tempo atrás, aos chamados anos 1980 em que uma concepção de corpo se impõe com uma relação direta com a saúde e a prevenção de doenças. Uma geração que ficou conhecida como geração saúde, com uma identidade ligada à saúde e a tudo o que se convencionou chamar de saudável. Uma compreensão de saúde que irá flertar abertamente com o conceito de moral. Nesses tempos contemporâneos, é quase imoral não ser saudável. Em sequência, vamos refletir sobre o corpo em forma e sua relação com uma condição moral.

3.2 Corpo em forma e moralidade

O corpo em forma na sociedade se tornou sinônimo de um correto agir. A boa forma corporal revela uma moralidade e se desloca para um lugar ocupado anteriormente pelas qualidades de caráter. Uma condição moral ligada à saúde e a um biótipo corporal considerado saudável pela quantidade de gordura a menos que possa apresentar. A quantidade de tecido adiposo do corpo se tornou a grande vilã ou característica indesejada quando fora dos padrões estipulados pela ciência médica.

A gordura está lá, instalada no corpo quase como um vírus ou um ser estranho ao organismo e é preciso combater essa invasão adiposa. O que é considerado tabu em uma sociedade se modifica conforme o decorrer da história. Atualmente, na sociedade ocidental, a gordura é um tabu e é percebida como um componente impuro dentro do corpo humano. O modelo de indivíduo da modernidade deve se guiar pela razão e por padrões biomédicos que estimulam as medidas corporais corretas para uma condição saudável de existência. Esse controle sobre os corpos e suas diversas expressões e necessidades nos faz lembrar o período medieval e sua cruzada de caça às bruxas. Uma jornada quase messiânica da luta contra o mal da gordura, com traços de um modelo platônico de ser humano que tem controle de si mesmo, que não se deixa levar pelos ímpetos da paixão.

Taylor (2011) esclarece que a doutrina moral de Platão está ancorada no domínio do pensamento e considera, nesse contexto, a palavra pensamento no lugar de razão. Em sua compreensão, o que ele chama do autodomínio de Platão é o ser humano governado pela razão, por uma alma superior que lhe possibilita uma vida de acordo com um cosmo ordenado. Essa alma superior estaria ligada à razão, ao contrário da alma inferior, que se coaduna com os desejos e com as paixões que roubam a paz do ser humano e, mais além, roubam o ser humano dele mesmo, pois o desejo é algo que não se sacia. O desejo leva o ser humano a um estado de caos perpétuo sempre em busca de algo que nunca alcança. Então, ser racional é condição básica para se alcançar uma condição superior de moralidade. “A razão é, simultaneamente, a capacidade de ver as coisas corretamente e um estado de autodomínio. Na verdade, ser racional é ser senhor de si mesmo” (TAYLOR, 2011, p. 157). Nesse cenário, a saúde para Platão tem uma relação com essa ordem e está vinculada à virtude, a uma qualidade superior de alma. A saúde corporal espelha essa ordenação da razão, do pensamento, no plano material. “Assim, ser governado pela razão é ser governado pela visão ou entendimento corretos. A visão ou entendimento corretos de nós mesmos são aqueles que apreendem a ordem natural, ou análogo da saúde” (TAYLOR, 2011, p. 163). Não ser escravo

de nossos desejos e paixões soa comum aos ouvidos contemporâneos, porém para o mestre grego o que importava era o movimento da alma, para onde ela se dirigia. A dicotomia platônica era entre o eterno e o mutável, o material e o imaterial, então a alma superior se dirigia para o alto para uma ordem que estava lá antes do ser (TAYLOR, 2011).

Não só nos discursos de Platão séculos atrás, mas também nos discursos de saúde da contemporaneidade, a saúde se liga à virtude. Uma virtude narcisista? Talvez, mas uma virtude contemporânea de autodomínio e de um sujeito orientado pelos preceitos da razão. Atualmente, é virtuoso o sujeito que expõe um corpo sarado. Essa sociedade contemporânea – que vive um momento histórico caracterizado pela lipofobia como consequência de regras e padrões médicos, que são excludentes e restritivos – tem seu registro histórico na década de 1980, período caracterizado por uma ideologia de um viver saudável que ficou conhecido como geração saúde. A chamada geração saúde deixou uma marca nas gerações vindouras, influenciando um estilo de vida saudável e, desse modo, moralmente correto.

3.2.1 Os anos 1980 e a geração saúde

A segunda metade do século XX foi marcada pelo pós-guerra e pela crise de sentido que atingiu as comunidades do mundo ocidental. O corpo se tornou uma autorreferência, um lugar de construção de subjetividades, e o discurso de saúde, o parâmetro dessa imagem centrada em si mesmo. “O homem do pós-guerra é um homem que se busca desesperadamente. Fala com e através do seu corpo” (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 156). Os movimentos que aconteceram nos anos 1970 iam de encontro a um padrão de sociedade que massificava e uniformizava os indivíduos. Nos grandes movimentos musicais que ocorrem durante esse período, o corpo ocupou um lugar de destaque e foi exibido como um lugar de prazer e liberdade. Usado como uma bandeira de paz e de contestação contra uma política de guerra, foi mostrado nu e tatuado com mensagens de paz e amor. As novas *performances* apontavam um corpo imerso na natureza em comunhão com as forças cósmicas. O uso da pílula anticoncepcional – que aliviou o fardo da gravidez feminina como destino, bem como possibilitou a mulher ocupar os postos de trabalhos, tradicionalmente destinados aos homens, durante as duas grandes guerras – conduziu a compreensão do corpo feminino para outro patamar dentro das relações familiares e sociais na segunda metade do século XX. Nos anos 1970, o corpo fica em evidência, é uma vitrine das novas subjetividades contemporâneas e de novos produtos de consumo.

Os anos 70 trazem a dúvida, as decepções do progresso, mas também o direito à diferença. A visão econômica instala-se, favorece a *retracção indentitária, o narcisismo*, o consumo do “pensar já feito”. [...] A partir dos anos 80, a biologia, a sociologia, por causa das agitações da *genética, trazem novas interrogações sobre a natureza do homem e o papel do corpo na sociedade* (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 185, ênfase dos autores).

A década de 1980 foi marcada por mudanças profundas nos padrões de conduta social. A preponderância do setor de serviços aliada a hegemonia da era da informática apressou essas mudanças de comportamentos, encurtando o tempo das transformações culturais. Tudo se tornou muito rápido e descartável. Rapidamente algo pode se tornar velho e obsoleto. O corpo não escapou dessa velocidade de existir. Correr atrás do tempo ou à frente dele passou a ser um motivo para os imperativos de manter o corpo saudável, sem doenças e jovem, eternamente jovem como nos mitos e nas lendas em que o herói não morre e com sua determinação e coragem supera o envelhecimento e a morte.

Os anos 1980 ficaram conhecidos como geração saúde, com a difusão da ginástica aeróbica e da malhação e pelo aumento considerável das academias de ginástica no mundo ocidental. Os consumos de bens de serviços e de vestuário que eram específicos das atividades esportivas fazem parte desse período. A partir dos anos 1980, as calças tipo *legging* usadas nas academias de ginástica ganharam as ruas nos corpos dos indivíduos que faziam questão de mostrar as formas corporais. O corpo – que já havia ganhado foco nos anos 1970 com os movimentos da contracultura nos quais ele se torna símbolo de liberdade, prazer e juventude –, nos anos 1980, ganha uma visibilidade de néon, colorida e estampada. As cores vivas e brilhantes se tornam moda, e os corpos são vestidos dessa onda colorida, aeróbica e dançante que marcou os embalos dos anos 1980. O calçado tipo tênis se torna um símbolo de descontração e estilo de vida saudável. A geração saúde tem uma bandeira contra o consumo de drogas, álcool, tabagismo e alimentos que não promovem a saúde do corpo e ocasionam doenças crônicas degenerativas e doenças cardiovasculares. O que faz mal para o coração é riscado do caderno e exercitar é a palavra da moda. O corpo ocupa espaço no cotidiano da sociedade, e as academias de ginástica começam a fazer parte da rotina de vida do cidadão que se preocupa com sua vida e deseja se manter jovem, saudável e se possível viver eternamente. A saúde se torna a base de tudo na vida, pois sem saúde não se pode realizar nada. Dentro dos parâmetros de ter e manter a saúde, a atividade física tem lugar de destaque, o corpo precisa estar em movimento.

Dialogando novamente com a pesquisa de campo quando pedimos a Zaqueu para dizer quatro palavras que lhe vêm em mente quando se fala atividade física e depois escolher

a mais importante, ele disse: saúde, porque é a base de tudo (ZAQUEU, entrevista XII, 49 anos). E quando perguntamos a ele: o que mudou em sua vida com a prática de atividade física? Ele considerou:

Eu acho que não mudou nada. Eu já nasci com isso, está no meu eu, então eu não sei o outro lado. Não sei estar sem uma atividade física, nunca fiquei uma semana sem praticar atividade física. Eu não conheço o outro lado. Até nas viagens de férias, eu estou praticando atividade física (ZAQUEU, entrevista XII, 49 anos).

Zaqueu afirma que não conhece uma vida sem fazer atividade física. A prática de exercícios físicos está em suas entranhas, corre no sangue, faz parte de sua composição corporal. Ele ressalta que ao nascer já trouxe essa disposição de fazer atividade física, está em sua genética, em sua herança ancestral. Não há, para ele, outra opção de estar na vida. É algo visceral que carrega o tempo todo, seja no trabalho, seja no lazer. É uma identidade própria. Zaqueu é quase uma metáfora da geração saúde.

Continuando no contexto da pesquisa de campo, vamos dialogar com Ricardo. Quando perguntamos o que lhe vem em mente quando se fala a palavra corpo, era para ele dizer quatro palavras, escolher a mais importante e explicar o porquê. Em suas palavras: “saúde, porque eu faço atividade física sempre pensando em ser um garoto velho, não quero precisar de ajuda para subir uma escada” (RICARDO, entrevista XV, 53 anos). O entrevistado reafirma a relação entre atividade física, saúde e juventude, que foi um refrão dos anos 1980 quando o apelo era para estar saudável e jovem num corpo ativo. Essa *performance* é como um componente da personalidade, um item da carteira de identidade. Ter saúde é um capital, um patrimônio corporal, uma moeda de troca. Ainda no cenário da pesquisa de campo, fizemos a mesma indagação a Márcia, e, mais uma vez, a palavra mais importante foi: “saúde, porque a saúde engloba tudo, o bem-estar, a satisfação. Se tenho saúde, eu tenho equilíbrio” (MÁRCIA, entrevista XXII-a, 31 anos). A condição de estar equilibrada inclui ter saúde, pois a doença é percebida como uma ruptura nessa situação estática na qual o corpo está em silêncio em suas vísceras. A sensação de estabilidade corporal é compreendida como bem-estar. Ou seja, a saúde é fonte de bem-aventurança e prazer. A saúde, hoje, é compreendida como uma condição de equilíbrio que engloba o ser humano em sua dimensão física e mental, bem como em sua situação como cidadão. Ela é um direito garantido por lei.

Afirmando em 1949 o direito à saúde reconhecida como uma preocupação universal, a Organização Mundial de Saúde (OMS) dotou o século XX de

um novo direito do homem. Ele aparece, nos dias de hoje, na maioria das constituições nacionais. A definição de saúde da OMS, como estado de completo bem-estar físico, mental e social, tornou-se referência inevitável (MOULIN, 2008, p. 18).

A pergunta feita para Márcia no texto acima também foi feita para Eugênio, e sua resposta da palavra mais importante entre as quatro citadas foi: “bem-estar, porque se a gente está bem na mente e no corpo, bem consigo mesmo, a gente reflete isso para fora e saúde tem a ver com o bem-estar” (EUGÊNIO, entrevista XX, 29 anos). Nesta linha, ter saúde implica em ter bem-estar, não basta apenas não apresentar uma enfermidade, pois a condição saudável tem que se estabelecer na totalidade do ser humano e reflete uma subjetividade, visto que é o indivíduo com ele mesmo.

Na década de 1980, a Organização Mundial de Saúde propôs normas e estipulou metas para o ano 2000 com a campanha de saúde para todos na abertura do milênio. A década do progresso tecnológico das mídias digitais, da internet e do mundo virtual se realiza junto com o avanço da biologia e de sua filha predileta: a genética. Saúde e genoma começam a caminhar de mãos dadas, e as recomendações de prevenção da saúde tomam outra expressão, passando a ações concretas de mapeamento das possibilidades de adoecer dos indivíduos contemporâneos. Se os anos 1970 trouxeram a diferença, os anos 1980 trouxeram a padronização do corpo e das medidas dos tecidos celulares do corpo. O corpo em forma começa a ser formado no imaginário do cidadão ocidental e nas imagens das mídias contemporâneas. O progresso da genética, junto com o avanço da tecnologia dos computadores, imprime um novo brilho nas recomendações e ações na saúde das populações.

A sociedade contemporânea é marcada pelas representações de riscos e probabilidades de vir a adoecer. A ciência genética pretende controlar as variáveis aleatórias das espécies vivas, manipulando os acontecimentos fenotípicos numa tentativa de regulamentar a vida de acordo com as análises epidemiológicas das populações. Na virada do século XX, as intervenções na matriz biológica dos seres vivos almejam as intervenções nas subjetividades humanas. Paula Sibilia afirma que:

As medidas preventivas que fluem da medicina contemporânea constituem poderosos instrumentos de biopoder, pois nem todos os indivíduos apresentam falhas flagrantes em seus códigos, porém absolutamente todos têm probabilidades, em menor ou maior grau, de adoecer e morrer. Por isso, as estratégias de biopoder que apontam para a prevenção de riscos envolvem todos os sujeitos ao longo de toda a vida, com seu **imperativo de saúde** e seu amplo menu de **medidas preventivas**: alimentação, esportes,

psicofármacos, vitaminas, terapias, etc. (SIBILIA, 2004, p. 56-57, ênfase da autora).

Sibilia (2004) analisa o discurso contemporâneo da saúde com suas mensagens de riscos e probabilidades de adoecimento. Para a autora, esse discurso é uma das estratégias do biopoder que vigora nas práticas médicas contemporâneas para as quais o indivíduo é um portador de doenças mesmo sem sintomas, podendo adoecer a qualquer momento, ou em um determinado período da vida. Essa posição determinista sobre o futuro da saúde das pessoas se baseia em suposições estatísticas que relacionam os genes a doenças e a comportamentos esperados, desconsiderando todas as relações do ser humano com o ambiente ao longo da vida, bem como a possibilidade de não expressividade desses genes e as subjetividades próprias de cada indivíduo. A autora entende que essas práticas vão além da cura como foco de tratamento. A busca é pela antecipação do adoecer através da prevenção dos riscos, numa proposta empresarial de autogerenciamento da saúde, “[...] uma passagem da vigilância disciplinar característica da sociedade industrial estudada por Michel Foucault, em direção a uma gestão privatizada dos riscos” (SIBILIA, 2004, p. 58).

A determinação da Organização Mundial da Saúde (OMS) que afirma que saúde é um completo bem-estar mental, físico e social trouxe, na compreensão de Moulin (2008), uma meta difícil de ser alcançada. Uma condição de bem-estar total é quase uma condição encontrada no Paraíso celestial antes da queda de Adão e Eva, uma possibilidade que está além da condição humana. Para a autora, “a saúde passou a ser a verdade e também a utopia do corpo, aposta da ordem social e de uma ordem internacional futura, mais equitativa e mais justa, no conjunto do mundo” (MOULIN, 2008, p. 18).

Conversando novamente com a pesquisa de campo quando perguntamos para Gláucio como ele se sentia em relação ao próprio corpo quando estava praticando atividade física, ele respondeu:

Após fazer uma cirurgia do joelho, eu tento perceber mais o meu corpo. Então, enquanto estou praticando, eu tento prestar atenção no músculo, em tudo. Sinto um prazer, um bem-estar muito grande quando estou fazendo exercícios. Às vezes, saio da universidade com a cabeça quente, é muito papel, muita burocracia, a gente tem n coisas para pensar e chego aqui, coloco o fone no ouvido e desligo, relaxo. É uma higiene mental. Quem tem um corpo sarado tem mais clareza mental (GLÁUCIO, entrevista XIX, 35 anos).

Gláucio, depois da cirurgia que fez no joelho, que de algum modo o imobilizou, passou a ter mais atenção ao seu próprio corpo. Seu corpo em atividade física é uma fonte de prazer e bem-estar. O tecido muscular é um fator necessário para ter um corpo sarado e o músculo merece uma atenção especial. Com o corpo em atividade física, a mente fica relaxada e os pensamentos se tornam claros e límpidos. É o corpo em forma, sarado, com massa muscular demais e tecido adiposo de menos que possibilita a clareza mental. O cuidado e a vigilância com a própria saúde remetem o indivíduo a cuidar do seu corpo através da atividade física buscando um determinado padrão estético que se mescla com o discurso de saúde. A boa forma corporal é compreendida como uma condição moral numa sociedade que apresenta, nos discursos de saúde, mesmo que nas entrelinhas, uma fobia pelo tecido adiposo. O indivíduo considerado gordo, fora dos padrões estipulados pelos protocolos médicos sofre e se sente excluído de uma sociedade lipofóbica que, por analogia com as cruzadas medievais de caça às bruxas, proclama que a ordem agora é malhar, movimentar o corpo para queimar as gorduras. O gordo aqui é o herege, e a gordura, algo impuro e contaminado, mas esse é o assunto do tópico seguinte.

3.2.2 A sociedade lipofóbica: a gordura imoral

Na sociedade, encontramos um comportamento de aversão, muitas vezes declarado, às pessoas consideradas obesas ou com sobrepeso segundo protocolos médicos ou padrões veiculados por imagens midiáticas do que é considerado um corpo sarado. O discurso dos profissionais ligados à saúde, de modo geral, é autoritário, culpabilizando o indivíduo pelo seu excesso de peso, desconsiderando as questões sociais e coletivas que envolvem o sujeito. Esses indivíduos são classificados como doentes, já que a obesidade é considerada, pelos protocolos de saúde pública, uma doença crônica não transmissível. Todavia, também sofrem um julgamento moral quando são acusados de não cuidarem de si e de desleixo por engordarem e se tornarem, assim, um grupo de risco de doenças crônicas degenerativas, como a hipertensão e o diabetes, entre outras.

Não cabe, neste trabalho, refletir sobre as teorias da transição epidemiológica que tentam explicar o perfil corporal dos indivíduos e sua implicação com a saúde e as morbidades, mas ressaltar que essas teorias médicas normatizam o que é desejável e o que não é desejável na constituição corporal das pessoas. Nessa dicotomia do que é bom e do que é mau, a gordura é considerada contrária à virtude. É algo para ser combatido e eliminado do

corpo. A gordura nos padrões de beleza e saúde que vigoram na época presente é demonizada, é considerada algo fora do lugar, fora da ordem estabelecida.

Apropriando dos conceitos de puro e impuro da antropóloga Mary Douglas ([1966]), podemos pensar a gordura como algo impuro, que ofende a ordem social, e por isso algo perigoso. Para Douglas ([1966], p. 15), “descobre-se assim que certos valores morais são protegidos e certas regras sociais definidas por crenças em contágios perigosos [...]”. Essa percepção do que é impuro, numa determinada sociedade, ao mesmo tempo em que ameaça a estrutura e o cosmo ordenado, implica numa atividade positiva, porque é preciso afastar, excluir os elementos impuros, “[...] os rituais de pureza e de impureza dão uma certa unidade à nossa experiência. [...] são actos essencialmente religiosos. Por meio deles, as estruturas simbólicas são elaboradas e exibidas à luz do dia” (DOUGLAS, [1966], p. 15). Na compreensão da autora, o contágio tem grande carga simbólica. A busca do que é puro envolve a criação de uma ordem social, de uma fronteira do que é apropriado e o que deve ser exilado. A gordura pode ser contagiosa (DOUGLAS, [1966]).

Dialogando com a pesquisa de campo, a fala de um dos entrevistados revela uma exclusão social que atinge os indivíduos que não estão dentro dos padrões considerados como belos e saudáveis. Olívio relata também o sofrimento que viveu na escola e na família. Quando indagamos os motivos que o levaram a praticar atividade física, ele respondeu:

Eu era muito gordo. Sofri *bullying* durante a infância e adolescência. Comecei a fazer natação com vontade de emagrecer. Sempre sofri muito preconceito por ser gordo. Todo mundo da família falava, até minha avó falava para eu fazer regime. Um dia, deu um estalo e comecei a fazer natação e com dois anos eu cheguei perto do que queria chegar, ainda estou chegando. Todo mundo lá em casa é sarado, até a minha avó. Um dia, meu tio me maltratou muito, me chamou de gordo, obeso que eu não carregava o sangue da família. Nesse dia, eu não consegui dormir. Então, fui fazer uma flexão, consegui fazer só cinco. Na manhã seguinte, eu senti um inchado no peito, eu fiquei surpreso. Aí fiz seis, no outro dia fiz sete e assim em diante. Eu ia fazendo flexão em intervalos de novelas, antes de sair de casa, etc. Ia me obrigando a fazer. Hoje faço cem. Se eu não faço flexão, o meu dia não rende (OLÍVIO, entrevista VI, 20 anos).

Olívio carrega o fardo de não levar nas veias o sangue da família, é um ser impuro, pertence a outra linhagem, nessa linha de compreensão de Douglas ([1966]). Por ter um corpo gordo, ele se sente afastado da tradição familiar que é magra. É uma eugenia da magreza que coloca a gordura como um elemento que contamina e adoece e por isso é preciso combater o excesso de peso vinculado ao aumento da gordura corporal. Já o aumento de peso

associado ao ganho de massa muscular é desejado e incentivado. É um padrão de saúde que exclui e marginaliza quem está fora dele. Olívio é privado da herança sanguínea e da herança histórica do seu núcleo familiar. É um sofrimento de exílio dentro do próprio lar. Para reverter essa situação e ser aceito, ele busca as atividades físicas. E faz isso adotando uma postura militar em relação ao tecido adiposo corporal. A gordura é uma inimiga e precisa ser combatida. Ele vai à luta contra o próprio corpo que porta esse adversário dentro dele.

Desse modo, quando perguntamos a André o que lhe vem em mente quando se fala meu corpo, após dizer as quatro palavras, ele deveria escolher a mais importante e explicar o porquê. A palavra escolhida foi: “saúde, porque é a base de tudo. Eu luto contra a obesidade desde os meus quinze anos, todos os dias” (ANDRÉ, entrevista XIII, 40 anos). Assim como Olívio, a postura de André diante da gordura corporal é militar, é de lutar para combater o mal da gordura, é uma guerra diária. É preciso ter uma disciplina de soldado.

Ainda nesse contexto, vamos dialogar com as respostas de Gláucio e de Eugênio. A mesma pergunta feita a André foi feita para os dois. Gláucio respondeu: “normal, porque a sociedade é muito cruel em muitos momentos. Se você não está naquele padrão, você vai ser discriminado de alguma forma. Você estar no padrão é importante para você viver bem em comunidade. Não que eu concorde, mas é importante” (GLÁUCIO, entrevista XIX, 35 anos).

Gláucio discorda da imposição de um modelo ideal, adequado para o corpo, todavia, se percebe tendo um corpo que ele entende como normal em relação ao padrão e considera que é fundamental estar dentro das normas corporais para não ser excluído do grupo social a que se pertence ou almeja pertencer. Em sua reflexão, há um conteúdo de maldade nos grupos sociais em relação à imagem corporal dos indivíduos que pode perturbar e afastar o sujeito do convívio social. Não obstante, a resposta de Eugênio para a mesma pergunta foi: “satisfeito, no sentido que hoje eu estou satisfeito com meu corpo porque eu era muito magro. Quando eu era adolescente, isso me incomodava, mas hoje vejo como um benefício” (EUGÊNIO, entrevista XX, 29 anos). Se Gláucio considera que tem um corpo de padrão normal, Eugênio se sente realizado com um corpo magro. Mas nem sempre foi assim para Eugênio, porque na adolescência ser magro era percebido como uma desvantagem, mas agora isso se tornou um ganho social. Ter um corpo magro hoje é um desejo de muitos indivíduos. O padrão percebido e almejado é o padrão magro.

Nesse sentido, para Mattos (2012), “a supervalorização da magreza transforma a gordura em um símbolo de falência moral, e o gordo, mais do que apresentar um peso socialmente inadequado, passa a carregar uma marca moral indesejável, ou seja, um estigma” (MATTOS, 2012, p. 13). O autor ainda considera que os padrões de beleza e saúde

adquiriram um vínculo com o caráter da pessoa: se melhora a saúde, está aperfeiçoando o caráter. Para ele, “é a nova moral do homem do século XXI” (MATTOS, 2012, p. 15). Uma moralidade contemporânea que determina, entre outras coisas, que devemos comer de forma saudável, privilegiando alimentos sem gordura, sem açúcar. Ressalta também que essa compulsão social por um determinado padrão de corpo, que envolve o aumento da massa muscular, causa sofrimento aos indivíduos que não estão dentro dessa categoria. Os indivíduos marginalizados pela aparência corporal são classificados dentro de adjetivos como indolente, preguiçoso, sem empenho, sem cuidado consigo mesmo (MATTOS, 2012).

Encontramos eco dessa relação de indolência e gordura na resposta de Márcia quando perguntamos para ela como se sentia em relação ao seu corpo quando estava praticando atividade física. Ela respondeu: “Muita diferença porque, quando não faço, eu sinto a flacidez, mais celulite, o corpo mais desanimado. E é uma bola de neve, se não faço atividade física, eu relaxo em relação à comida. Então, quando eu estou fazendo, tudo fica mais equilibrado” (MÁRCIA, entrevista XXII-a, 31 anos). Ela percebe seu corpo em harmonia apenas quando ele está em movimento. A estabilidade corporal é uma condição dinâmica. Se o corpo está parado, ela consegue sentir a flacidez e o aumento da celulite. Essas categorias se tornam subjetividades corpóreas. Quando seu corpo não está em atividade física, a sua alimentação também se altera, deixa de ser saudável. O corpo ativo é uma condição prioritária para sua estabilidade pessoal.

Reforçando essa linha de raciocínio que considera como desviante do equilíbrio os indivíduos que fogem do padrão corporal que impera atualmente, Poulain (2006) afirma que “o obeso sofre nas sociedades desenvolvidas contemporâneas numerosas discriminações e humilhações. Desde a simples compra de um lugar num avião ou num cinema até o peso do olhar estético que recai sobre ele, o obeso é desvalorizado, marginalizado, repellido da sociedade” (POULAIN, 2006, p. 123). Essa condição abjeta acontece no espaço público e não apenas com olhares de censura, mas também com animosidades físicas quando em locais fechados onde acontecem aglomerados humanos.

Os parâmetros que regem a compreensão de saúde e de estar saudável na sociedade contemporânea se confundem com os padrões que definem o corpo magro e sarado. Não basta ser magro, até porque o significado de corpo magro nesse cenário é regido por muitos atributos e significações do sujeito e está vinculado a uma imagem corporal que também varia conforme a percepção individual. O corpo magro, sarado, malhado se tornou sinônimo de beleza e saúde e se vinculou a normas estéticas tiranas que infringem sofrimento e excluem as pessoas que não se enquadram nesses padrões. A busca da atividade física nas

academias de ginástica é impulsionada não só pela busca da saúde e da longevidade, mas principalmente por essa opressão de estar magro a qualquer preço.

Conversando com a pesquisa de campo, as falas de Eunice e Anita expressam com clareza essa necessidade de ter um corpo magro, com massa muscular, como a base para a autoestima e uma maior aceitação social. Perguntamos para Eunice e Anita quais os motivos que as levaram a praticar atividade física. Eunice responde: “primeiro, com o intuito de emagrecer. A gente sempre acha que está gorda, para manter o peso. E por me sentir bem mesmo, eu realmente gosto de fazer ginástica. Me dá prazer. Eu não faço por obrigação. Eu gosto” (EUNICE, entrevista IV, 69 anos). Eunice afirma que se percebe gorda o tempo todo e começou a praticar atividade física para manter o peso, qual seria esse peso, ela não explica. Mas há uma percepção de peso ideal. Se no início foi para emagrecer, depois ela passou a sentir prazer com a atividade física, quando a disciplina de se exercitar deixou de ser uma obrigação e passou a ser um lazer. O corpo no peso e na medida é motivo de prazer e de uma melhor aceitação de si mesma.

Anita, por sua vez, considera que “no início, foi por estética, eu era muito magrela, eu não pensava em saúde. Eu era muito ligada na estética, queria ter músculos. Sempre fui magrela, não me incomodava, mas queria ter músculos, era mais estético” (ANITA, entrevista VIII, 22 anos). Embora ela afirme que a magreza não incomodava, o motivo da prática de atividade física era para construir músculos. A magreza com massa muscular é outra magreza, mais nobre e está dentro de um padrão estético. Não é qualquer corpo magro que é percebido como belo, a magreza corporal deve ser malhada, e no músculo está o capital virtual. Outra resposta de Anita contribui para a nossa reflexão sobre a sociedade lipofóbica. Perguntamos a ela: o que lhe vem em mente quando se fala corpo? Novamente após dizer quatro palavras, ela escolheu a mais importante e explicou: “autoestima, porque quando o corpo está bem, nossa autoestima é outra. Meu irmão é obeso e isso afeta a autoestima dele, ele luta com o peso. O corpo interfere com a autoestima. Interfere nas nossas funções, nas atividades” (ANITA, entrevista VIII, 22 anos). Temos mais uma vez uma luta contra o peso. O irmão de Anita luta com o peso. Continuamos sem saber qual peso. O peso é quase uma entidade autônoma. O apreço a si mesmo depende da imagem corporal estar dentro dos padrões do corpo magro. Novamente com as palavras de Mattos (2012), reforçamos essa tirania da estética quando ele afirma que:

A presença constante e ininterrupta de certas práticas de controle da massa corporal está presente no cotidiano dos sujeitos, pois o corpo tornou-se

materialização do desejo de prolongar a juventude e, por fim, a própria vida. Mudar o corpo é, pois, mudar a própria vida. As modificações corporais almejadas pelas dietas e pelos exercícios físicos são proclamadas como uma reconquista de si (MATTOS, 2012, p. 22).

O corpo magro, em forma, sarado é visto como uma vitrine que mostra e vende uma imagem de sucesso e competência do sujeito que o encarna. Isso implica também o que entra pela boca, e aqui é mais importante o que entra do que o que sai, numa contramão do discurso bíblico. A dieta é fundamental para essa ideologia da magreza. Nas entrevistas da pesquisa de campo, mesmo quem afirmava não fazer dieta, declarava ter restrições alimentares, principalmente em relação à gordura. É quase uma regra a reserva com a gordura. Pedro, quando perguntamos se seguia alguma dieta alimentar, nos esclareceu: “não sigo dieta, como de tudo. Mas evito alguns alimentos em excesso como doces e gorduras. Para tudo que eu faço, eu preciso comer várias vezes ao dia. Não é só a questão de não engordar, mas se alimentar de alimentos que tenham qualidade, tenham vitalidade” (PEDRO, entrevista XXI-a, 24 anos). Os alimentos que contêm gordura e açúcar em sua constituição, na compreensão de Pedro, além de fazer o corpo engordar, são destituídos de energia vital. Há uma percepção de que um alimento classificado como *light* tem uma energia de melhor qualidade. Reforçando esse raciocínio, Cleide responde a mesma pergunta acima feita a Pedro como se segue: “não, mas evito comer bobagens na rua, nada de frituras, eu gosto muito de saladas de frutas, pouca gordura. Meu pai sempre foi assim também, aprendemos com ele essa alimentação saudável como diz a minha netinha. Ela pergunta assim: isso é saudável, vovó?” (CLEIDE, entrevista XVII, 60 anos). O entendimento do que seja uma alimentação saudável na família de Cleide já passa de uma geração a outra. Ela aprendeu com o pai e ensinou para os filhos e agora para os netos. Essa compreensão de alimento adequado para a saúde implica o alimento não ser uma fonte de gordura, ou ter pouca gordura e não ser preparado através da fritura. A gordura, seja no corpo, seja no alimento, é repudiada como um componente impuro e indesejado.

A medicina clínica – que começou a nascer no século XIX, com a descoberta do corpo e com a sistematização dos órgãos, é a base para as práticas médicas do século XX –, ao se apropriar do corpo, desenvolve um discurso de construção de sentido através da fragmentação do corpo biológico. Esse corpo errado pode ser corrigido pelas intervenções cirúrgicas e por vários métodos de exercícios e regras alimentares. O corpo magro dos tempos atuais é símbolo de saúde e beleza e, além disso, um atestado de moralidade, pois, numa sociedade lipofóbica, a gordura é imoral e obscena. Segundo Polain (2006, p. 141): “a magreza se torna um sinal de integridade moral”. O lugar onde esta importância e esta

centralidade do corpo podem ser vistas com clareza são, justamente, as academias de ginástica, que serão o tema do capítulo que segue.

CAPÍTULO 4 SUA MAJESTADE, O CORPO: CENTRALIDADE DO CORPO NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA

Nos tempos contemporâneos, as academias de ginástica são espaços privilegiados de construção de identidade e expressam claramente a importância e a centralidade do corpo na dinâmica social. As formas do corpo traduzem uma linguagem, fazem parte da retórica biomédica da saúde. Há um mundo de sentidos ao redor do corpo nesse espaço, ele é o centro da atenção. Em sua volta, são construídos práticas e cuidados estéticos, atividades físicas padronizadas, recomendações médicas e nutricionais, materiais e trajes esportivos. Os espaços das academias de ginástica cumprem um papel dentro das representações de saúde do século XXI em que saúde e beleza são interligadas de uma maneira bem explicitada e de forma moralizante. Estar em forma é estar moralmente são. Há uma construção de conceitos morais do que é certo e do que é errado em relação ao corpo, à beleza e à saúde. A compreensão do corpo como saudável possui o mesmo valor que um corpo considerado sarado, malhado. É o músculo que serve de vitrine para espelhar a saúde. As palavras abaixo que se seguem de Malysse (2008) ilustram essa importância do músculo como reflexo de um corpo saudável na compreensão contemporânea:

Nu, estou completamente nu... com os meus músculos desencapados. E esta metáfora soa familiar. Há dez anos, pensei o corpo malhado nesses termos... e constatei que, mesmo nus, os cariocas que eu despia com o olhar, na praia e na academia, permaneciam totalmente vestidos *muscularmente* (MALYSSE, 2008, p.74, ênfase do autor).

Vamos considerar, nesse trabalho, essa centralidade do corpo na sociedade atual como um rito contemporâneo de culto ao corpo no qual o corpo se torna o lugar de referência em torno do qual se desenvolvem ações e consumos que são carregados de afetos e construções simbólicas. Nossa consideração se apropria do conceito de rito de Claude Rivière (1997) que assim define os ritos:

[...] os ritos devem ser sempre considerados como conjunto de condutas individuais ou coletivas, relativamente codificadas, com um suporte corporal (verbal, gestual ou de postura), com caráter mais ou menos repetitivo e forte carga simbólica para seus atores e, habitualmente, para suas testemunhas, baseadas em uma adesão mental, eventualmente não conscientizada, a valores relativos a escolhas sociais julgadas importantes e cuja eficácia esperada não depende de uma lógica puramente empírica que se esgotaria na instrumentalidade técnica do elo causa-efeito (RIVIÈRE, 1997, p. 30).

Esse rito contemporâneo de culto ao corpo acontece preferencialmente nas academias de ginástica. A academia de ginástica é um lugar concreto onde este novo corpo tem seu lugar de expressão e pode ser claramente percebido na sua nova função. O texto a seguir irá dedicar-se ao espaço das academias de ginástica com um breve histórico a partir do século XIX até os dias atuais, em que esse espaço se transforma na sociedade contemporânea com a expansão de suas fronteiras de concreto para o espaço aberto dos parques e praças das cidades, nos *campi* de universidades, nas áreas verdes de museus em geral.

Em nossas observações de campo, percebemos esse movimento no qual os profissionais das academias se deslocam para essas áreas com apetrechos como cordas, lonas, bolas e outros que permitem um treinamento e aquecimento ao ar livre, e os clientes, após orientações, caminham ou correm nessas áreas seguindo o programa que foi feito para cada um. Esses clientes em sua maioria são os que frequentam a academia e lá desenvolvem atividades como malhação, pilates, entre outros.

Essa extensão dos espaços das academias para o ar livre não é o tema dessa pesquisa, mas é interessante citarmos porque o trabalho com o corpo se estende por esses espaços abertos como se as paredes (virtuais) das academias acompanhassem o movimento dos corpos. Os grupos se alojam e delimitam os espaços públicos e ali está a academia. E ali o corpo continua ocupando o centro da solicitude.

Nesse capítulo, a partir da pesquisa de campo, também vamos examinar os ritos de treinamento e condicionamento que acontecem nas academias e o trabalho exercido pelos *personal trainers* que se tornam verdadeiros guias corporais para os frequentadores. Além disso, vamos refletir sobre os discursos de saúde que acontecem nesses locais. A pesquisa de campo será descrita no item 4.1.2.

4.1 O surgimento de um espaço (sagrado) para o corpo: as academias de ginástica

Como já evidenciamos no texto acima, vamos considerar esse trabalho com o corpo nas academias de ginástica através das atividades físicas como um rito contemporâneo de culto ao corpo. Um rito que contempla condicionamento físico, treinamento, disciplina, força de vontade e atitudes ascéticas. As regras necessárias para modelar o corpo, conforme os padrões de exigência visual, são acatadas e executadas de um modo devoto pelos indivíduos que se matriculam numa academia.

Segundo Rivière (1997), numa sociedade compreendida como “desencantada”, onde as explicações científicas pretenderam ordenar as ações e significados do fazer humano,

as fronteiras entre o que se considera sagrado e o que se considera profano ficaram misturadas. Também se misturam as compreensões entre rito religioso e rito secular. Os ritos relacionam as ações cotidianas com certa ordem, e embora os ritos, fora dos contextos religiosos, possam não ser considerados ritos religiosos, eles não estão excluídos de uma relação com o sagrado dentro da modernidade, “existem formas de sacralidade fora da religião, nas quais se inscrevem vários de nossos ritos cotidianos” (RIVIÈRE, 1997, p. 36). O autor considera que “concebido durante séculos, exclusivamente, como elemento de uma religião da mesma forma que as crenças e a organização, o rito (liturgia, culto, celebração, ofícios, sacramentos) acabou adquirindo, há pouco tempo, uma considerável independência de objeto social” (RIVIÈRE, 1997, p. 41).

É nesse sentido que vamos pensar rito e rituais possíveis no universo das academias de ginástica que se sacralizam numa dinâmica que envolve o corpo e seus cuidados. Esses corpos biológicos, culturais, simbólicos, performáticos, virtuais, imaginados, desejados, repaginados, *cyborgs*, profanos e sagrados que se espelham nos modelos sarados e magros e se refletem nos muitos espelhos que existem nas academias de ginástica, onde Narciso se sentiria em casa. Esses corpos que abrigam muitos sujeitos que lutam contra o tempo e a finitude, que almejam um tempo eterno numa determinada juventude e num determinado tipo de corpo, que é magro e sarado. Esses sujeitos que se reúnem numa devoção secular, laica, que de tão profana se aproxima do sagrado. O que reúne esses indivíduos em torno de um ideal de corpo?

É a religião que os reúne? Não se pode duvidar que uma forma particular de devoção esteja envolvida aí, alimentada por crenças, e capaz de suscitar práticas rituais, esforços ascéticos e até experiências inéditas de êxtases. O centro “termolúdico” que abriga, na verdade, a “catedral” de aço e de cristal, com suas piscinas quentes e frias, seus “banhos egípcios”, suas banheiras borbulhantes, suas saunas e suas salas de musculação, é com certeza, em certo sentido, um lugar de culto: o culto do corpo, da forma física, da juventude permanentemente preservada, da saúde e da satisfação pessoal, em que se exprime um pouco das expectativas e esperanças de nossos contemporâneos (HERVIEU-LÉGER, 2008, p. 16-17).

Apropriamo-nos das palavras de Hervieu-Léger (2008) para refletir sobre esses ritos e sobre essa devoção. A autora quando escreve o texto acima está na cidade de Andorra, na França, participando de um curso de verão. Ao andar pela cidade, ela vai imaginando como seria a vida dos moradores do lugar séculos atrás devido ao isolamento e sua conformação geográfica. Em sua representação, a igreja era o centro do universo comunitário, e:

Aí se reuniam as pessoas para rezar, e também para discutir as questões relacionadas à comunidade. A religião estava no centro da sua existência cotidiana. Os sinos ditavam o ritmo do tempo. As festas religiosas regulavam os ciclos da vida dos indivíduos e da coletividade. Hoje ninguém mais frequenta essas igrejas, senão para admirar as características culturais de um mundo que desapareceu (HERVIEU-LÉGER, 2008, p. 15).

A devoção está localizada num outro tipo de catedral de vidro, grande e brilhante com suas mil luzes, em um lugar de serviços e bens de consumo, onde as famílias passam as tardes de domingo e veneram outro tipo de religiosidade, uma religiosidade mundana, secularizada, mas que exerce um fetiche tão grande que se apresenta como nova forma de culto, “o caso de Andorra oferece, simplesmente – num lenço de bolso, podemos dizer – a matéria de uma parábola da modernidade religiosa” (HERVIEU-LÉGER, 2008, p. 17). Podemos dizer que no centro desse culto, dessa parábola religiosa moderna está o corpo e todos os seus paradoxos.

Hoje, o ritmo do tempo não segue o badalar dos sinos. O ritmo do tempo é outro. É um ritmo ao contrário, contra o tempo, contra o tempo da vida, contra o tempo da morte, contra o tempo do corpo. O corpo está no centro do culto nas devoções contemporâneas, mas é um corpo submetido a uma ideologia de boa forma. Um corpo submetido aos ditames da razão humana que acredita que tudo pode. Nas novas catedrais de ginástica, esse corpo é venerado e padece sob o impacto de exercícios e normas do viver saudável. Mas isso também tem história.

4.1.1 Academias de ginástica e desportos no século XIX e meados do século XX

As academias de ginástica, como compreendemos hoje, têm seu início no século XIX, quando a filosofia cartesiana, que concebe o corpo como uma máquina, toma lugar no modo de pensar da sociedade daquele tempo. O modo racional de entender e organizar a sociedade se consagra na metodologia médica e nas diretrizes das práticas de saúde. O ser humano é compreendido como um ser racional e isso o distingue dos animais e, mais do que isso, o torna superior a eles e a todos os outros seres vivos. O tapete do darwinismo se estende sobre a sociedade moderna.

O desenvolvimento da civilização implicou no controle das pulsões e das paixões humanas e na instituição de uma metodologia científica de viver em sociedade que resultaram num conjunto de regras que se debruçou sobre o corpo humano. Esses modos de existência

racional têm suas raízes nos dois séculos anteriores, mas o desabrochar das flores aconteceu no século XIX. Os corpos precisam de treino para aperfeiçoar sua capacidade de trabalho e de força militar. O modo de produção do capitalismo exige um corpo magro, ágil e resistente. Através de treinamento e condicionamento físico, o corpo é moldado. Um corpo dócil, trabalhado pelas disciplinas e pelo controle que nos remete ao universo de Michel Foucault.

Segunda metade do século XVIII: o soldado tornou-se algo que se fabrica; de uma massa informe, de um corpo inapto, fez-se a máquina de que se precisa; corrigiram-se aos poucos as posturas; lentamente uma coação calculada percorre cada parte do corpo, se assenhoreia dele, dobra o conjunto, torna-o perpetuamente disponível, e se prolonga, em silêncio, no automatismo dos hábitos [...] (FOUCAULT, 2008, p. 117).

Segundo Villaça e Góes (1998), para Foucault, as disciplinas que começaram a vigorar a partir dos séculos XVII e XVIII fabricam corpos dóceis, adestrados. Resultado de um mecanismo de controle discreto que atua sem o grande aparato do Estado e das instituições estabelecidas – como escolas, presídios, hospitais, exército, igreja –, mas através delas. Para os autores, as disciplinas são técnicas sutis incorporadas no dia a dia, numa complexa relação de poder que se estabelece entre os indivíduos, embaçando a fronteira entre o dominado e o dominador (VILLAÇA; GÓES, 1998).

Nesse cenário, o controle disciplinar que forma o soldado também forma o desportista. O esporte como lazer tem sua outra face como controle das pulsões e das atividades fisiológicas. As atividades esportivas se instalam nas escolas e, já desde cedo, moldam os corpos para as atividades produtivas de uma sociedade que se desenvolveu no modelo capitalista de consumo. Isso resulta no corpo como objeto de consumo e na produção de um corpo para consumir os bens fabricados e as subjetividades produzidas.

Para Courtine (2005), o esporte, na segunda metade do século XIX, vai se estabelecer nos Estados Unidos como modo de vida. O autor afirma que “foi entre 1870-1880 que a cultura física tornou-se parte integrante da cultura americana [...] uma educação física de massa estava em vias de nascer” (COURTINE, 2005, p. 93). O esporte se torna uma paixão nacional dialogando com o puritanismo e com uma ideologia eugenista, como já citamos no capítulo dois desse trabalho. O corpo musculoso começa a se tornar símbolo de força e moral. As academias de ginástica e seus aparelhos de musculação já estão instalados na vida americana também com a finalidade de preencher o tempo de lazer. Ocupar o tempo livre do trabalho, cada vez mais mecanizado com a sociedade industrial, começa a fazer parte do modelo americano de vida. Não é conveniente ficar à toa sem nada para fazer, o tempo livre

deve ser preenchido com atividades físicas adequadas, e isso faria bem não só para o corpo, mas, principalmente, para a mente e para o espírito, “[...] esses prolongamentos da ética puritana da ‘tarefa’ marcaram profundamente o desenvolvimento de uma civilização americana do lazer, tendendo a nela confundir o dever e o prazer, o útil e o agradável” (COURTINE, 2005, p. 94). No final do século XIX, os aparelhos de musculação começam a ser fabricados em padrões próprios para uso doméstico. As academias de ginástica tomam uma forma caseira e passam a fazer parte dos lares e da vida cotidiana. O espírito de competição abre suas asas sobre os indivíduos que com o esporte também respondem aos apelos de saúde e longevidade que vão nortear o século XX. O autor ainda esclarece que para as mulheres era recomendada a prática de bicicleta como um esporte mais leve, mas que fortificava a musculatura uterina o que iria garantir uma boa reprodução da espécie (COURTINE, 2005). Enfim:

O esporte torna-se um modo de vida. Mas os entusiasmos musculares que ele suscitava não provocaram somente efeitos benéficos e agradáveis. A partir de 1880/90, aparecem novos temores que vão acentuar todo um conjunto de preocupações regeneradoras e de cuidados eugenistas. O músculo é amigo da ordem (COURTINE, 2005, p. 95).

Nesse panorama, a Inglaterra regulamentou os esportes e suas regras foram adotadas e readaptadas por muitos países. Braunstein e Pépin (1999) afirmam que a Inglaterra contribuiu muito para o desenvolvimento dos desportos na modernidade “[...] porque graças a ela, o atletismo, o *cross*, o *rugby*, o futebol, o hóquei, o remo, o boxe, e o tênis, implantaram-se de maneira quase mundial em todos os países” (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 168). Os autores consideram que os esportes na modernidade perderam o caráter religioso que marcava os desportos para os gregos nos tempos clássicos e mantiveram apenas o aspecto lúdico e acentuaram o espírito competitivo. A propagação da cultura esportiva aconteceu, principalmente, pelas escolas e universidades que organizaram os eventos esportivos de uma maneira cíclica e incorporaram as atividades esportivas em seus currículos. A palavra esporte se origina da palavra desporto cuja origem é inglesa e, no século XIX, passa a fazer parte do vocabulário da língua francesa. Na França, a propagação dos esportes vai encontrar um terreno cultivado pela prática da ginástica como estratégia militar para forjar um comportamento disciplinar e moralizante nos indivíduos derrotados pelos conflitos de guerra daquele período. “A derrota de 1870 tinha deixado um profundo sabor de amargura em

França, e as actividades físicas ofereciam a possibilidade de forjar a juventude na resistência e no combate” (BRAUNSTEIN; PÉPIN, 1999, p. 169).

No século XIX, o esporte é também percebido como um aliado da saúde. Praticar atividades físicas e esportivas, além de disciplinar o indivíduo, também lhe confere saúde. Essa associação entre exercícios e saúde não é nova na história do ser humano, como já vimos em capítulos anteriores, mas esse aumento da intensidade de um discurso para um corpo proativo toma forma com a ciência moderna e a compreensão cartesiana do corpo. Um corpo máquina que deve funcionar para se adaptar a uma tecnologia de produção de bens de consumo. Essa reunião de corpo e exercícios visa aumentar o rendimento do corpo. O corpo pode mais e deve superar a indolência e a preguiça. Tempos de máquinas a vapor, mais velozes, tempos dinâmicos que refletem no corpo essa marca de rapidez e eficiência do homem moderno (BENTO, 2006). Nesse tempo histórico, o corpo coaduna com o progresso industrial e com o desenvolvimento do capitalismo. Nas palavras poéticas de Bento (2006):

A revolução industrial e o capitalismo lembraram-lhe que devia ser forte e sadio para poder ser útil; que devia ter capacidade de iniciativa para poder triunfar. Como inglês, aprendeu a livre concorrência e a ser desportista em colégios e clubes; cuidou das boas maneiras, foi cavalheiro e aristocrata, usou *smoking* e casaca, jurou fidelidade ao *fair-play*, apresentou-se como *self-made-man*. Com Coubertin, teve saudades ingênuas da Grécia, renasceu das cinzas e emigrou para o continente, transpôs fronteira, tornou-se europeu e americano, intercontinental e olímpico, desporto moderno e organizado; chamava-se amador, não queria ser para todos, mas já era popular, embora predominantemente aristocrático (BENTO, 2006, p. 177).

O Brasil não ficou fora dessa expansão desportiva. A vinda da realeza de Portugal para cá – com suas necessidades de lazer, exposições públicas, vestimentas e consumos de moda – e a implantação de estradas de ferro no país trouxeram o gosto inglês para as competições desportivas. A elite, que por aqui foi forçada a viver, era carente dos ares de civilização europeia. As cidades de São Paulo e do Rio de Janeiro foram locais onde as atividades esportivas aconteceram nesse período. O Rio de Janeiro acolheu a corte portuguesa e seus hábitos, bem como suas necessidades civilizatórias; e São Paulo abraçava os imigrantes e a elite cafeeira que, com seu capital, consumia não só os produtos vindos da Europa, mas também reproduzia os modos de vestir e de aparentar dos europeus. O cenário estava pronto para a onda esportiva que vinha de além-mar.

Nessa realidade, Andrade de Melo (2010), no capítulo intitulado O esporte como forma de lazer no Rio de Janeiro do século XIX e década inicial do XX do livro **Vida**

Divertida: histórias do lazer no Rio de Janeiro (1830-1930), afirma que “ainda que a palavra *sport* tenha origem no século XV, é mesmo no decorrer do século XIX que essa prática assume o seu formato atual, isto é, que se delineia o campo esportivo, imerso no conjunto de mudanças que marca a modernidade” (MELO, 2010, p. 49). E essa novidade esportiva tem como nação de origem a Inglaterra que, com sua Revolução Industrial e seus navios a todo vapor, lança moda e modo de viver nos chamados tempos modernos. O Rio de Janeiro, então sede da Família Real, recebe esses ingleses e esse novo viver civilizado numa terra ainda inóspita. O autor escreve sobre a relação entre esporte e lazer que existiu no início do século XIX no Rio de Janeiro, quando as atividades esportivas começaram a fazer parte do cenário metropolitano carioca ainda no Brasil do Império. De início, essas atividades esportivas giraram em torno das corridas de cavalos, das touradas e até das brigas de galo, e, posteriormente, as regatas entram nesse cenário com as competições de remo que mostravam um novo perfil corporal dos competidores, que exibiam um corpo robusto e com músculo e também se apresentavam com pouca roupa, o que para a época feria a decência.

De forma que Melo (2010) afirma que os turfes onde aconteciam as corridas de cavalo eram locais glamourosos onde as elites se encontravam para reproduzir o modelo europeu de civilização, seja nas conversas sobre política e economia, seja no desfile de vestimentas da mais nova moda além-mar. Os atletas, se assim podemos chamar, das corridas de cavalo apresentavam constituição magra e frágil, e essas atividades esportivas estavam mais ligadas, ainda, ao entretenimento. Com as regatas, que tomam impulso nas décadas finais do século XIX, além da mudança no modelo corporal que passa a representar o tempo em que o projeto de modernidade toma pé no Brasil, o esporte de remo vai estar de braço dado com os ditames da saúde, com a popularização dos banhos de mar como remédio e com uma maior visibilidade corporal. Ainda nas palavras do autor sobre o remo:

Nesse mesmo cenário, cada vez mais o esporte seria apresentado como um substituto para as antigas práticas tradicionais da população, entre as quais as brigas de galo, as touradas, a capoeira. Consideradas como bárbaras e violentas, passaram a ser tidas como indignas para um país que se pretendia moderno. Tal processo de “saneamento” parece ter sido semelhante ao que aconteceu em alguns países europeus (MELO, 2010, p. 72).

Entretanto, Schpun (1999), ao analisar a cultura corporal de homens e mulheres na cidade de São Paulo nos anos 1920, considera que os padrões de comportamento do que é belo e desejado nos indivíduos são construídos socialmente dentro de um tempo histórico. Os modelos de beleza tanto para homens como para mulheres, assim definidos pela cultura,

interferem e condicionam a maneira como se dão as relações entre os gêneros. A autora retrata o período econômico paulistano do início do século XX, quando a oligarquia produtora de café, enriquecida, se desloca do meio rural para o mundo urbano. Essa elite se impõe através da moda europeia, do consumo de bens materiais e do esporte. O esporte vai determinar quem é rico e quem não é na sociedade paulistana da época. Os esportes se desenvolveram em clubes e associações privadas, repetindo os modelos europeus, privilegiando os abastados. Até mesmo o futebol não escapa dessa distinção de classe no início do século XX. Nas palavras da autora:

Mesmo o futebol, transformado rapidamente em paixão nacional, permanece um esporte bastante praticado no seio das elites, ao menos até o final dos anos vinte, período que reina ainda o esporte amador. Os atletas são recrutados em meio aos sócios dos clubes, e os times contam raramente com jovens de origem social não privilegiada (SCHPUN, 1999, p. 52).

Os esportes eram direcionados segundo os gêneros e de acordo com a estrutura dos corpos. As pedagogias esportivas eram diferenciadas para homens e mulheres e se baseavam na natureza biológica dos sexos. As práticas esportivas criavam uma identidade através dos corpos treinados e condicionados. Uma identidade que evidenciava a condição social do desportista. Os corpos das mulheres eram considerados mais frágeis e, como consequência, os esportes recomendados e incentivados eram os que exigiam exercícios leves como a natação, a ginástica sueca, a dança clássica, entre outros. As práticas esportivas eram aconselhadas para a saúde e a robustez do corpo, mas não deveriam brutalizar a mulher. Os comportamentos considerados femininos como delicadeza, leveza e sedução discreta não podiam ser afetados por exercícios que eram destinados aos homens. Aos homens, eram destinados os esportes que exigiam vigor e firmeza como lutas, atletismo, futebol, remo, entre outros (SCHPUN, 1999).

De modo geral, a educação física e a prática esportiva são consideradas na época como medidas de higiene destinadas a combater o ócio e os hábitos mundanos da juventude. A disciplina que constitui o exercício do corpo, praticado sob a vigilância de um treinador, e sem mistura entre os sexos, funciona como profilaxia (SCHPUN, 1999, p. 34).

Embora nesse período as mulheres da elite comecem a ter visibilidade em público, a circular em clubes e a praticar esportes, o espaço público está repleto de homens. A presença feminina é escassa e, na maioria das vezes, como acompanhante do marido, do pai

ou do irmão com o objetivo de encontrar um pretendente para o matrimônio. Embora seja incentivada a prática de esporte, o objetivo da cultura física é o casamento e os cuidados do lar, bem como a maternidade e o cuidado dos filhos. O padrão de beleza é da mulher branca, magra e jovem. A juventude é exaltada, deve ser cultivada com os exercícios físicos e com produtos de beleza e técnicas de relaxamento. Mas que fique claro que as técnicas de maquiagem devem apenas realçar a beleza natural. A mulher distinta não deve se deixar levar por uma vaidade extrema para não se aproximar da mulher vulgar. O corpo, principalmente o feminino, segue o padrão magro e leve, evidenciando um regime alimentar que dispensa alimentos gordurosos. A alimentação deve ser boa o suficiente para permitir um bom estado de saúde. Nesses anos 1920, saúde, juventude e beleza já se entrelaçam (SCHPUN, 1999).

Enfim, nos anos iniciais do século XX, já estavam lançadas as bases e estabelecidos os sentidos básicos do que Nicolau Sevcenko chama de “febre esportiva” (1998); que vinha se desenvolvendo desde meados do século XIX. Naquela primeira década, outras práticas esportivas já estavam em processo de organização: atletismo, natação, polo aquático, ciclismo, equitação, esgrima, tiro ao alvo, tênis, automobilismo e a prática que mais marcaria a cidade e o país, o futebol. A ginástica e o halterofilismo também começavam a cair no gosto da população (MELO, 2010, p. 72).

A febre do esporte se instalou no início do século XX e seguiu pelo século XXI com as mesmas propostas de superação da condição humana para outra *performance*, que nos remete a metáfora cartesiana do corpo como máquina. Corpo esse que pode ser melhorado através da disciplina das atividades físicas. Danilo atualiza essa concepção de um corpo a melhorar quando ele afirma que “no esporte, a gente consegue se melhorar olhando os nossos defeitos e corrigindo eles. É na competição que enxergamos o que precisamos melhorar. Em qualquer situação da vida, para gente melhorar, é preciso uma superação” (DANILO, entrevista III, 24 anos). O desejo de ultrapassar uma condição corporal se realiza através do movimento do corpo dentro de um determinado padrão de exercícios, que vai consertar uma estrutura de corpo herdada. Uma disciplina militar tomou corpo na modernidade, como já citado, visando a construção de uma sociedade racional, onde o corpo com músculos representa uma condição moral, se mantendo assim até os dias de hoje. Mas essa superação não acontece só na competição esportiva, ela pode e deve ser transferida para outras situações vividas no dia a dia. A vida também é uma luta, uma competição cotidiana que exige um indivíduo com um caráter fortificado pelos músculos. Um corpo pronto para o trabalho e para a competição, seja num cenário esportivo, seja num cenário existencial.

Ainda nesse contexto de uma sociedade que se mecaniza cada vez mais após a Revolução Industrial e que necessita preencher o tempo livre do indivíduo com lazer moralmente saudável, temos Eunice que com sua fala, “adoro pedalar, eu sinto que a adrenalina sobe. Eu me sinto mais feliz, mais completa” (EUNICE, entrevista IV, 69 anos), atualiza essa busca de preencher o tempo disponível do homem contemporâneo com as atividades físicas que levam a uma condição de lazer e prazer.

O item que se segue se desloca para dentro dos espaços das academias de ginástica, que ocupam um lugar importante no contexto social da atualidade dentro dessa compreensão de corpo mobilizado pelo esporte e pela massa muscular.

4.1.2 Academias de ginástica no século XXI

Vamos pensar sobre as academias contemporâneas a partir de nossa observação e vivência do trabalho de campo. A pesquisa foi realizada, em três etapas, em onze academias de ginástica localizadas no centro da cidade de Juiz de Fora e em bairros ao redor do centro. Embora fossem academias diferentes, apresentavam modos de operar e construção do espaço semelhantes. A primeira etapa aconteceu nos meses de outubro, novembro e dezembro de 2012 quando observamos os locais em horários diferentes, o que possibilitou o encontro com um público diverso. Nessa etapa, nos apresentamos e conversamos com os frequentadores com uma abordagem mais geral sobre o tema do nosso trabalho, sem adentrar muito no objetivo da pesquisa. As falas foram registradas em cadernos logo em seguida de nossa saída do local de observação. Na segunda fase do trabalho de campo, realizada nos meses de março e abril de 2013, fizemos vinte e três entrevistas semiestruturadas. Essas entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas. Finalmente, na etapa três, que aconteceu durante os meses de novembro e dezembro de 2013, realizamos entrevistas abertas com quatro participantes da segunda etapa, aprofundando a questão da relação entre corpo e religião nas academias de ginástica. Do mesmo modo que na etapa anterior, essas entrevistas foram gravadas e transcritas.

As academias de ginástica observadas estão bem localizadas, na parte central da cidade ou nos bairros, estão situadas em ruas principais, onde o movimento de pessoas é grande. A maioria das fachadas desses estabelecimentos é de vidro transparente em sua totalidade ou parcialmente, o que confere visibilidade do interior do local para os transeuntes, permitindo ver os usuários se exercitando nos aparelhos ou em outros espaços vazios. Como uma vitrine de corpos em movimentos, essas fachadas de vidro fazem lembrar os mostruários

de lojas de trajes de vestir, com a diferença que os manequins estão vivos e em atividade física.

Quando localizadas num edifício, geralmente estão situadas no primeiro andar, com entrada e saída direta nas calçadas e visíveis também pelos carros que passam pelas ruas em frente. Se por ventura há um sinal de trânsito perto, então essa visibilidade fica ampliada quando o sinal está fechado. Quando construídas para essa finalidade, o *design* do prédio costuma ser quadrado ou retangular, apolíneo, com dois ou mais andares com fachadas grandes de vidro, amplo uso de esquadrias de ferro ou alumínio, iluminação de néon e outros materiais de construção que conferem ao local um aspecto futurista e tecnológico. Em geral, a denominação do local é em inglês. Palavras como *body*, *fitness* e *tech* são constantes nos nomes das academias. São também localizadas em *shopping centers* com a entrada, dentro do possível, perto do estacionamento para facilitar o acesso ao local. A preocupação de localizar os estabelecimentos com possibilidade de estacionamento próprio ou perto de outros estacionamentos é uma estratégia para atrair clientes que moram distantes do local ou que praticam atividades físicas antes ou após o trabalho, ou durante o intervalo do almoço.

Nas fachadas das academias de ginástica, além do letreiro indicando o nome do estabelecimento, a logomarca, as atividades físicas oferecidas no local e pacotes promocionais, pode haver banners com fotografias de modelos vestidos com roupas *fitness* se exercitando. Todos os recursos visuais e também sonoros são utilizados para chamar a atenção de todos os que estão passando por esse espaço, que vem ao encontro deste imperativo contemporâneo do corpo em forma, sarado como reflexo de uma condição de ter saúde.

Essa imagem futurista, tecnológica e científica da academia de ginástica adentra para o interior dos estabelecimentos. Além dos vidros que permitem a entrada de luz natural, há muitos espelhos por todas as salas conferindo uma imagem ampliada do local. As imagens espelhadas também têm a função de tornar a imagem do corpo do cliente bem visível para ele mesmo e para os outros usuários. Desse modo, todos podem se avaliar e avaliar o outro, evidenciando uma competição de imagem corporal na qual quem tem o corpo mais em forma pode se exhibir mais, caso assim o queira. Narciso se sentiria à vontade numa academia de ginástica. Observamos que indivíduos desviantes do padrão corporal da moda são raros no local.

Nas paredes internas das salas pode haver desenhos coloridos, grafites e adesivos que dão um aspecto artístico ao local, bem como fotos de modelos de faixas etárias diferentes se exercitando. Em algumas das academias visitadas, o espaço interior é multicolorido, seja

pelos equipamentos de musculação com tecnologia mais moderna, com um *design* que, além de proporcionar um cenário de muitas cores, minimiza a imagem pesada e bruta dos aparelhos conferindo leveza, seja porque os demais equipamentos, colchonetes, pesos, bolas, cordas, elásticos, mesas e outros acessórios também são bastante coloridos. O recurso de iluminação é bastante amplo com o uso de globo de luz, luzes de LED, painéis coloridos com luzes piscando ou, ao contrário, luzes com tons suaves para criar um clima introspectivo.

O espaço é distribuído de acordo com as modalidades das atividades físicas. Esses espaços também consideram o trabalho exercido sobre o corpo e as subjetividades que são construídas através dos movimentos de modulação corporal. Corpo malhado, corpo alongado, corpo em equilíbrio, corpo com força, corpo ágil, consciência corporal, corpo relaxado, entre outras são categorias relacionadas com o tipo de atividade física executada pelos praticantes, são consequências do trabalho corporal executado com orientação dos educadores físicos.

Nesses espaços, durante as aulas, podem ser utilizados recursos de luzes e sons que complementam as aulas dos professores, que vão guiando os alunos com palavras de incentivo, com comandos de seguir, parar, animar, encorajar, de força, de resistência, criando um clima que pode simular, por exemplo, a subida de uma montanha, uma corrida, ou outro obstáculo a superar numa rota imaginária.

Geralmente, em primeiro plano, fica o local de malhação com muitos aparelhos de musculação. Complementando o local, existem outras salas com equipamentos para atividades de pilates, ioga, ciclismo, ginástica localizada e outras. Televisores estão espalhados pelo local, o que permite assistir, durante a atividade, a programação que interessa aos praticantes de acordo com o perfil de cada um ou do grupo. A música faz parte de todo ambiente, se diferenciando nas salas onde uma modalidade de exercício pede outro tipo de musicalidade e de ambiente mais introspectivo ou agitado.

Nas academias, há pontos de venda de produtos direcionados para os clientes que podem ser roupas, alimentos dietéticos e *light*, concentrados proteicos, isotônicos, etc. Esses locais de vendas têm também por finalidade socorrer algum aluno que passa mal com os exercícios pelo fato de não ter se alimentado adequadamente, o que é bem comum no cenário das academias.

Os perfis dos profissionais que atuam nas academias são informados através de catálogos ou fôlderes que mostram o currículo dos educadores físicos e/ou fisioterapeutas. E o público também se caracteriza pelos horários ao longo do dia. Em geral, na parte da manhã, o público é feminino: donas de casa, profissionais autônomas, empresárias, funcionárias públicas, aposentadas, executivas. A faixa etária varia de vinte e cinco a oitenta anos. Já no

período da tarde, o público majoritário tem, em média, idade de dezoito a trinta anos, de ambos os sexos: estudantes do ensino médio, estudantes universitários, funcionários públicos, profissionais autônomos. À noite, o público maior é masculino, faixa etária entre vinte e cinco e sessenta anos, estudantes e professores universitários, profissionais liberais, executivos, empresários, aposentados; e o exercício mais procurado é a malhação. É, em geral, o horário mais frequentado e, eventualmente, há concorrência pelo uso dos aparelhos. As academias com tecnologias mais sofisticadas apresentam um público mais jovem. A faixa etária fica concentrada entre vinte e trinta e cinco anos. Nesse perfil de academia, mais tecnológica, há poucos frequentadores com idade acima de quarenta anos e os que existem se vestem conforme o estilo do grupo jovem reproduzindo o figurino predominante. A busca de permanecer jovem se revela pelo vestuário, que iguala, pela imagem, as faixas etárias. São vestuários de malha que colam no corpo, ressaltando as formas corporais, com decotes ou tamanhos que mostram partes do corpo. Com amplo uso de cores e estampas berrantes. Com tênis e acessórios também coloridos, de marcas da moda, além de apetrechos como garrafas de água, cronômetros, faixas, bandagens e outros adornos que seguem o estilo *fitness*.

As academias têm suas subjetividades, podem ser tradicional, do bairro, familiar, marombada, radical, tecnológica, etc. É um espaço de socialização, de fazer amigos que malham juntos e que também podem fazer programas sociais fora da academia, “você convive com pessoas mais novas e mais velhas que você, há uma troca de experiências, você vê que todo mundo tem problemas, você sai junto, faz um grupo de amizades, escuta um e outro. Essa convivência social é muito boa” (CLEIDE, entrevista XVII, 60 anos).

Nas falas dos frequentadores mais antigos, constatamos um sentimento de pertença ao local, pois se sentem em casa, e há também um sentimento de autoestima e de mérito ao falarem das atividades que conseguem executar. Vimos que há um público que transita por várias academias e outro que é fiel por anos. Há clientes de três gerações na mesma academia, avô, filho e neto, o que ocasiona um sentimento diferenciado de pertença ao local. Um sentimento de tradição familiar, de fidelidade ao espaço: “faz dezesseis anos que venho aqui, todos os dias, de segunda a sexta, chego às sete horas. Faço *spinning*, ginástica localizada, malho e também ciclismo. Nove horas vou embora cuidar da minha loja. Quando não venho, sinto falta, o corpo sente, me faz muito bem, saio em paz” (fala de uma cliente).

Nessa fala, observamos que é o corpo que sente, é ele que faz parte do local. O sentimento de pertença é incorporado. Acontece uma dependência não só do exercício físico e da liberação de endorfinas como consequência das atividades, mas também uma necessidade emocional do local que se torna um espaço familiar, acolhedor e conhecido:

Todos se conhecem aqui. O ambiente é muito familiar. Sou disciplinada. Quando não venho, é estranho. Sou dependente, é como uma droga. Acho que é descarga de adrenalina. Venho cedo, depois vou para casa. Trabalho em casa. Faço tortas e doces. Agora, também estou correndo e participando de corridas rústicas junto com o grupo da academia (fala de uma cliente).

Aqui tem muitas histórias, estou aqui há muitos anos. Todos se conhecem e trocam histórias de vida (fala de um cliente).

Reforçando esse sentimento de pertença, familiaridade e acolhimento que acontece através do corpo em atividade, observamos, nessa primeira etapa, que os praticantes sentem que são cuidados pelos professores e que também estão cuidando da saúde do próprio corpo e da mente:

Aqui é ótimo, tenho 62 anos, venho três vezes na semana, sou aposentado. Os professores ficam de olho na gente. Se errarmos os exercícios, eles logo corrigem. Minha mulher tem um problema sério de saúde, se não fosse essa academia, eu não sei o que seria. Saio daqui com a mente leve e feliz. Esqueço tudo (fala de um cliente).

Com o *personal* há mais resultados em relação ao treinamento. Porque ele acompanha o que fazemos e ele cuida do nosso exercício (fala de um cliente).

A escolha das academias por parte dos praticantes é motivada principalmente pela proximidade da residência ou do local de trabalho, pela competência dos profissionais do local e pela estrutura física e estética do estabelecimento. O espaço da academia é também um local de visibilidade social, de desenvolvimento de autoestima e de um senso moral de mérito próprio pela capacidade de executar os treinos que os *personal trainers* prescrevem. É um território de competição. Essa competição tem visibilidade no corpo dos frequentadores das academias. A imagem corporal muscular revela uma vocação de força e de disciplina do praticante.

Quando perguntados os motivos que levam os indivíduos a buscarem as academias, os profissionais dos locais consideram que, entre os frequentadores mais jovens, os homens procuram as academias para ficarem mais fortes e as mulheres para ficarem mais magras. No geral, a procura é por estética e por saúde, mas também para serem mais aceitos pelo grupo desejado. Também para paquerar e ser paquerado, para ser olhado e desejado. O

verão é a época mais procurada, ocasionando filas para o uso dos equipamentos. Afirmam que muitos vão para conviver em grupo, geralmente pessoas solitárias, mais velhas ou com alguma história de exclusão social. Nesse caso, o exercício é apenas um pretexto: “há clientes que vêm todos os dias só para conversar, param em torno dos aparelhos e ficam conversando. Depois circulam pelo local e vão embora, às vezes fazem algum exercício” (fala de um *personal trainer*). “Tem clientes que chegam deprimidos, tristes e devagar vão melhorando. Quando saem, a cabeça está melhor. Quando um cliente some, a gente liga e incentiva a voltar” (fala de um *personal trainer*). A sociabilidade que a academia proporciona é um dos atrativos para frequentar o local. Fazer amigos ou malhar com os amigos é comportamento de rotina nas academias de ginástica: “atividade física é muito boa para fazer amizade. [...] Um incentiva o outro. Fazer atividade física sozinha é muito difícil para mim” (ANITA, entrevista VIII, 22 anos).

Nessa primeira fase da pesquisa de campo, percebemos que há um ritual clássico de chegada ao local. Na entrada, há a entrega da carteirinha ou identificação digital. Em seguida, os clientes trocam de roupa ou já chegam com a vestimenta adequada. Segue o aquecimento na esteira ou alongamento. Por fim, pegam a ficha feita pelo professor e iniciam os exercícios. Eles vão circulando pelos aparelhos como uma peregrinação. Os professores observam os alunos e fazem intervenções quando necessário. Também auxiliam com os aparelhos. Antes de iniciar as atividades, o aluno passa por uma avaliação antropométrica e uma anamnese alimentar. Encontramos eco, mais uma vez, nas palavras de Malysse (2008):

A avaliação físico-médica é uma verdadeira sessão de antropometria, método próprio da antropologia física que consiste em estudar o homem, tirando suas medidas [...] A avaliação acontece numa sala semelhante à do médico generalista, dá uma certa tranquilidade, limpa, científica... Antes do início dos testes, o avaliador me explica que esta primeira avaliação servirá para que ele selecione e quantifique os exercícios para montar o meu programa (MALYSSE, 2008, p. 24).

Na segunda etapa da pesquisa de campo, realizamos entrevistas semiestruturadas que foram gravadas com o consentimento do informante na própria academia em local reservado, geralmente na sala que é utilizada pelo educador físico ou pela nutricionista para avaliação antropométrica ou anamnese alimentar. Realizamos vinte e três entrevistas com o objetivo de investigar os dados coletados e lapidar nossa percepção sobre o tema da tese. As mesmas foram transcritas e analisadas para o uso das falas pertinentes e para o levantamento de possíveis campos semânticos, que direcionariam a realização da terceira etapa através de

entrevistas abertas, aprofundando os temas buscados. Essa segunda etapa compreendeu as entrevistas realizadas em março e abril do ano de 2013. Utilizamos um roteiro de perguntas⁵ que contemplou questões como: idade, sexo, estado civil, escolaridade, profissão, renda, religião e perguntas relativas às atividades físicas realizadas nas academias. Também foi investigado sobre o tempo de prática, o porquê da escolha da academia, a modalidade praticada, os motivos que os levaram a praticar e a dieta alimentar adotada. Três perguntas do roteiro foram relacionadas à palavra corpo e às expressões meu corpo e atividade física. O entrevistado deveria dizer quatro palavras que lhe viessem à mente quando se falava a palavra e as expressões citadas acima e depois escolher a mais importante. Essa parte do roteiro será explicada no item 5.1.2 no quinto capítulo. As outras perguntas que compuseram o roteiro focaram as mudanças que aconteceram na vida do praticante após iniciar suas práticas de atividades físicas e a percepção em relação ao seu corpo quando estava praticando exercícios físicos. Interrogamos se o cuidado com o corpo na academia era algo que pudesse ser comparado a uma religião, e, finalmente, se ele percebia uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião.

Entrevistamos os frequentadores de onze academias. Nosso acesso e trânsito pelos espaços das academias foram possíveis pelo fato de que muitos dos entrevistados, bem como os *personal trainers* do local, foram nossos alunos em outra universidade que trabalhávamos, geralmente em sua segunda graduação, ou são nossos alunos no curso de nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF). Com isso, a entrada na academia aconteceu num clima de confiança e acolhimento. Esses indivíduos também fizeram parte da amostragem da pesquisa e trouxeram outros participantes, geralmente seus clientes na academia.

A idade dos entrevistados variou de dezoito a sessenta e nove anos. Dez eram do sexo masculino e treze do sexo feminino. Onze solteiros, dez casados e dois divorciados. Em relação ao grau de escolaridade, dois tinham o ensino médio completo, quatro estavam cursando a universidade, cinco tinham completado o curso superior e doze eram pós-graduados. No que concerne à renda, dois declararam não possuir. A renda dos que declararam variou entre dois e vinte salários mínimos, em média. Sete participantes possuíam renda em torno de dois a cinco salários mínimos, nove em torno de seis a dez salários e cinco disseram ter uma renda entre onze e vinte salários mínimos. Da mesma forma, as profissões citadas foram: nutricionista (um), fisioterapeuta (um), empresário (dois), atleta (um), artista

⁵ O roteiro completo está no anexo A.

plástico (um), educador físico e nutricionista (dois), recepcionista (um), estudante de terceiro grau (três), dentista (um), educador físico (cinco), militar do exército (um), professor (um) e professor universitário (três). Em relação à religião, os entrevistados se dividiram em espírita (sete), espiritualista (um), agnóstico (um), católico (doze), metodista (um) e batista (um). Entre eles, apenas cinco se declararam não praticantes.

Quanto ao tempo que praticam atividade física, com exceção de seis participantes, todos afirmaram que praticavam algum tipo de atividade física desde criança por motivo de saúde ou por determinação e/ou incentivo dos pais que também praticavam. As atividades mais citadas foram: natação, judô, ciclismo, ginástica olímpica, balé, jiu-jítsu, futebol, handebol e voleibol. Na medida em que se tornaram adolescentes, algumas atividades foram mantidas, mas o local que passam a frequentar são as academias de ginástica e a atividade escolhida é a musculação.

O espaço da academia se torna central para esse trabalho corporal e outras subjetividades, que giram em torno do corpo e das diversas identidades que passam a existir a partir dessas vivências nas academias. Também, neste período de adolescência, começa a fazer parte a busca pela ioga e pela caminhada. Mas o espaço da academia é o lugar privilegiado para esse trabalho corporal, essa visibilidade do corpo e para a socialização também, tão importante neste período adolescente. As academias são escolhidas pela facilidade de acesso, competência dos profissionais, tradição familiar, estrutura física e de equipamentos e pelo treinamento personalizado. Às vezes, é o próprio local do emprego do entrevistado, que malha após seu horário de trabalho.

Motivos de saúde, aprimoramento estético e necessidade de pertença são as razões principais que levaram os entrevistados à prática de atividade física. Quando perguntados que modalidade era praticada atualmente, a musculação esteve presente em todas as respostas, como atividade principal ou como a segunda atividade para desempenhar melhor a primeira. Em geral, a musculação ainda é a principal atividade dos entrevistados. Ela passa pelo período da adolescência e continua em outras faixas etárias.

A musculação sempre foi por conta de manter o corpo mais musculoso um pouco. Para deixar a musculatura mais volumosa e para deixar a musculatura mais enrijecida. Hoje, eu pratico como prevenção para a osteoporose. É um remédio. Eu não tenho mais tempo de malhar como dez anos atrás. Então, eu a tenho como remédio [...] (HELENA, entrevista V-a, 44 anos).

A prática da musculação confere ao praticante um corpo hígido, resistente. O músculo é um tecido celular mais nobre, atua como preventivo de doenças e também é um remédio. Entretanto, o trabalho de malhar o corpo não se restringe à estrutura fisiológica e a saúde:

A musculação me dá identidade. [...] Perdi peso, ganhei músculo, então, minha autoestima mudou completamente. [...] Eu corri, nadei, fiz prova de *duathlon*, pedalei, mas, pelo meu biótipo, eu tinha melhores resultados com a musculação. Pratiquei ioga, pilates, mas a musculação sempre foi a base (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

A musculação confere identidade ao indivíduo e, de um modo positivo, muda a autoimagem do sujeito. Antônio, em seu relato, afirma que praticou diversas modalidades de atividades físicas e práticas corporais, mas se identificou, inclusive pelo corpo biológico, com a malhação, que lhe dá base, lhe proporciona segurança para desenvolver as outras atividades.

Nas respostas dos entrevistados, quando questionados sobre se praticavam algum regime alimentar, notamos que, de alguma forma, uma dieta ou um programa alimentar está presente. Há um movimento de ascese alimentar, e algumas dietas são tão restritas que nos remetem às práticas de ascese monástica. Essas mudanças alimentares são orientadas pelo educador físico ou por um nutricionista. Mas também são feitas pelo próprio entrevistado, que declara se orientar pelos conteúdos sobre o tema veiculados pela internet e por programas de televisão, que têm como tópico os cuidados com a saúde. As revistas especializadas no assunto também são buscadas, bem como outras mídias como *facebook*, *blogs*, entre outros *sites*, que abordam a matéria.

O espaço das academias é uma espécie de lugar sagrado para o corpo. Ali ele é cuidado, mimado, trabalhado, modificado e, principalmente, cultuado. Ele é o centro das atenções e dos olhares. O ambiente é construído para essa veneração do corpo. O corpo sarado, o corpo malhado é o ícone a ser reverenciado pelo sujeito que o possui e pelos outros que se espelham nele. Mas é importante ressaltar que é um corpo em movimento, que se coloca em ação, e não um corpo estático, em repouso. Quando questionada sobre a palavra mais importante sobre atividade física, Helena respondeu:

Vida, porque eu não consigo viver sem atividade física. [...] Eu preciso da atividade física para eu me sentir bem, me sentir viva. [...] Se eu não pratico atividade física, o meu corpo fica sem vida, é uma planta sem raízes, uma planta seca. Essa liberação de endorfina na corrente sanguínea é uma necessidade para mim (HELENA, entrevista V-a, 44 anos).

Em sua percepção, a atividade física é como uma seiva que alimenta sua vida, suas raízes no mundo. Outorga fundação ao seu viver. Ao liberar endorfina no sangue, a atividade física catalisa um sentimento que Helena compreende como estar viva. Um corpo em movimento é um corpo vivo, diferente do cadáver inerte e estático. A construção muscular do corpo, o trabalho da malhação é o assunto do próximo item.

4.2 Corpo escultura: o trabalho da malhação

O corpo é hoje um lugar de construção de identidades, uma identidade construída através do aumento da massa muscular. Uma identidade ancorada nos músculos do corpo. Uma identidade escrita na carne. O corpo malhado é percebido como um corpo com estética, com saúde e, principalmente, como um cartão de visita. A aparência do corpo traduz o dono que o habita. A atividade física trabalha o que é compreendido como fraqueza corporal, postura incorreta, músculos sem tônus, abdômen flácido, excesso de tecido gorduroso. A mudança da imagem do corpo promove uma melhora da autoestima.

O trabalho da malhação vai além dos exercícios físicos executados pelo indivíduo que frequenta a academia regularmente. O trabalho da malhação no corpo atinge o indivíduo em seu âmago. Ele fortalece também os músculos da personalidade. A fala de um participante da pesquisa de campo sobre a atividade física praticada na academia nos faz pensar nessa relação, não só de corpo são em mente são, mas também de um corpo esculpido em um temperamento lapidado:

[...] faço musculação na academia desde os dezesseis anos. Meu foco na musculação era trabalhar o corpo todo para equilibrar defeitos posturais na coluna. Fazia desde os onze anos um trabalho de consciência corporal por causa da escoliose, fazia alongamento, era um trabalho bem holístico. Gerou também uma construção de postura e um caráter para realizar muitas coisas que você só percebe depois de um tempo (PEDRO, entrevista XXI-a, 24 anos).

O trabalho físico no corpo produziu um trabalho no caráter. As mudanças no corpo, na massa muscular são percebidas como benéficas não só para a postura corporal, para a coluna vertebral, mas também para a construção de outra postura, subjetiva, moral, que Pedro descreve como algo sutil que só é percebido depois de um tempo. A consciência corporal deixa vestígios psicológicos, por conseguinte, permite uma consciência mais

holística. O corpo, a mente, o caráter, a consciência estão unidos entre si e se comunicam através da corporeidade, da consciência corporal de um corpo trabalhado pela atividade física.

Os discursos de saúde nas academias de ginástica fazem parte do trabalho com o corpo. O tecido muscular é construído junto com um discurso que integra musculação e vida saudável. É uma arquitetura que começa seu planejamento nas falas do *personal trainer* que faz a avaliação antropométrica do sujeito e prescreve nas fichas o programa de treinamento. As falas são muitas, de incentivo, de força e de gritos de guerra quando as atividades são finalizadas, principalmente as que pedem o levantamento dos pesos, como num treinamento militar. A cada dia, a tarefa com os equipamentos fica mais complexa, mas o praticante regular executa com mais determinação e força. A cada dia, um desafio é conquistado. E palavras confirmam e produzem essa obra corporal. O corpo é também construído no discurso. “A obra de Foucault é de alguma maneira uma das mais radicais visões de construcionismo social. Para ele, o corpo não só recebe sentido pelo discurso, mas é inteiramente constituído pelo discurso” (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 172).

Entretanto, também o cuidado com o corpo é uma faceta da dominação exercida sobre os corpos dos indivíduos numa sociedade disciplinar no sentido compreendido por Foucault (2008). Os corpos precisam ter saúde, principalmente para a produção. O corpo precisa ser produtivo num tempo de eficácia e competência. Intensificar o potencial do corpo com disciplina é também um modo de estar no domínio do mundo, quando esse mundo é vivido no corpo. Ter autoridade sobre o corpo é ter domínio sobre sua própria vida. “Para você estar bem no rendimento e explorar o seu potencial, você tem que estar bem corpo e mente” afirma Danilo. O corpo precisa estar bem para ter rendimento, para executar a tarefa competitiva do esporte. O corpo e a mente precisam estar em conexão porque “corpo e mente, eles são ligados, não é um corpo separado, são só um, principalmente para um esporte de alto rendimento” (DANILO, entrevista III, 24 anos). Mente e corpo, para Danilo, formam uma unidade na atividade de esporte que ele denomina de alto rendimento. Em sua compreensão, quando o corpo está em movimento, mente e corpo não são dicotômicos.

O domínio do corpo e da mente se consegue com a disciplina sobre o corpo. O corpo em forma possibilita o comando mental e o comando sobre a própria vida. Porém, para Ricardo (entrevista XV, 53 anos), o hábito pode se tornar uma necessidade visceral: “sou viciado, não passo um dia sem fazer atividade física. Me dá dor de cabeça, fico com tédio. Pode estar chovendo, fazendo frio, que eu vou. Nada me impede de fazer”. E o domínio sobre o corpo é um domínio sobre a dor: “sinto dor também, mas isso é normal, porque você vai

lesando as microfibras. Eu gosto de conviver com a dor” (RICARDO, entrevista XV, 53 anos).

Essa disciplina militar, esse domínio sobre si mesmo, essa tarefa sistemática com o corpo através das atividades físicas é orientada por um mestre, um guia que mostra o caminho a percorrer na trilha dos exercícios feitos na academia de ginástica. É um longo percurso e, para tal trajeto, o praticante precisa de um *personal trainer*, que é o profissional que agrega conhecimento científico e práxis de trabalho muscular com o próprio corpo. E vai ensinar a esse sujeito como esculpir o corpo, como realizar a autoescultura. Esse é o nosso próximo tópico.

4.2.1 Esculpindo o corpo: os guias corporais

O trabalho de modelar o próprio corpo com massa muscular requer um profissional especializado nessa prática. Esse profissional, que em outros tempos era conhecido como o professor de educação física, o instrutor de exercícios físicos ou simplesmente o técnico, recebe nos dias de hoje outra denominação, a de *personal trainer*. Todavia, a mudança não foi só na denominação, mas na *performance* do profissional. O *personal trainer*, entre outras tarefas, deve apresentar nele mesmo o resultado de seus ensinamentos, ou seja, é quase uma exigência que ele apresente um corpo malhado. Sua aparência corporal é a sua melhor propaganda para conquistar a confiança do cliente.

Esse profissional também desempenha um papel de cuidador do indivíduo ao qual presta serviço. A relação que se estabelece entre o *personal trainer* e os indivíduos que malham ou praticam outras atividades físicas pode se aproximar da relação que existe nas tradições religiosas entre os gurus e/ou guias espirituais e seus discípulos. O *personal trainer* pode participar da vida do indivíduo de uma maneira tal que ele se torna íntimo do cliente, podendo inclusive se tornar um confidente. Acontece muitas vezes uma relação terapêutica na qual o profissional, além de orientar sobre os exercícios físicos, instrui sobre a alimentação, sobre o sono, sobre o lazer, sobre a vida emocional do sujeito que o contratou.

O *personal trainer* dentro das academias de ginástica orienta vários clientes ao mesmo tempo, nesse momento ele é o funcionário da academia. Entretanto, dependendo do número de clientes, ele se aproxima do papel de *personal trainer* individual e personalizado para alguns indivíduos que assim percebem seu trabalho:

O pilates é mais criativo, vai me dar mais elasticidade. O professor é praticamente um *personal trainer*, porque são apenas quatro pessoas e isso dá tempo dele dedicar mais para cada pessoa. O professor vem, troca ideia, te incentiva, ensina melhor, te explica o porquê do exercício, te acompanha na atividade (JOÃO, entrevista II, 54 anos).

João percebe o professor como um *personal trainer* pelo fato dele ampliar seu trabalho de orientação da atividade física com uma proximidade maior, que João compreende como dedicação. O profissional dedica ao cliente mais do seu tempo e de seu conhecimento técnico, além de dar incentivo para a execução do exercício e compartilhar ideias, que podem ter relação com a atividade física ou não, mas que proporcionam essa intimidade, que para João é uma companhia.

Mas também o profissional pode ter um cliente que o contratou como *personal trainer* dentro da mesma academia e, desse modo, ele faz o papel de orientar individualmente esse sujeito no mesmo local. O acompanhamento do cliente pode se estender para fora das paredes das academias, acontecendo nos espaços públicos onde as pessoas praticam caminhada, corrida ou outras atividades esportivas. Muitas vezes o profissional executa a atividade junto com seu cliente e, através de palavras, vai motivando o indivíduo até ele terminar o treino. Como uma espécie de babá, o *personal trainer* hoje é elemento chave para o trabalho de escultura muscular.

A generalização da cultura narcísica, que tem no *bodybuilding* uma de suas mais evidentes expressões, se revela, paradoxalmente, na multiplicação das academias, das revistas, dos *spas*, dos centros estéticos, das clínicas de embelezamento, nos tratamentos fisioterápicos, técnicas de ginástica (alongamento, relaxamento), onde a tônica é o imperativo que se percebe nas chamadas: “emagrecer ou emagrecer”, “controle a boca”, “jogo pesado contra a celulite e flacidez”, “um cardápio com poucas opções”, etc. Não é por acaso que a mítica Madonna tenha se apaixonado por aquele que é responsável pela construção de sua imagem: seu *personal trainer* (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 63).

O *personal trainer* muitas vezes orienta os clientes sobre a alimentação diária e como se alimentar antes, durante ou depois das atividades físicas. Assim como, também indicam dietas para aumentar a construção do tecido muscular e diminuir o tecido gorduroso do corpo. Geralmente, essas dietas já estão disponíveis nas mídias. No caso da academia ter nutricionista no quadro de profissionais do estabelecimento, isso pode acontecer de uma maneira mais discreta, mas acontece.

Eu que faço minha dieta e faço para muitos amigos. Não tenho formação nessa área, mas já estudei muito. Tenho bons resultados, mais do que com as dietas de outros profissionais da área ou de quem usa anabolizante. Não estou querendo me gabar, mas é o que acontece. Isso me traz muita satisfação pessoal. Minha dieta está sempre relacionada com o esporte. [...] quanto mais empenhado eu estou na musculação, mais minha alimentação está correta, e vice-versa. Na semana que começo a malhar pesado, minha dieta regula. Eu não consigo malhar sem fazer dieta mais. Se malho há onze anos, oito foram com dieta. Mas é uma dieta calculada pelo esforço que estou fazendo, não é uma dieta maluca dessas que estão por aí (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

Antônio trabalha numa academia, é *personal trainer* e também pratica esporte. Tem o corpo malhado e, como afirma, faz dieta regularmente. Como já descrevemos, Antônio é o seu próprio cartão de apresentação, porque o que ele ensina, ele executa e, no universo das academias de ginástica onde o corpo musculoso ocupa o centro das atenções, a *performance* do corpo sarado é o currículo. A dieta caminha ao lado da malhação e das outras atividades físicas. Não basta só movimentar o corpo, é preciso comer de acordo com o trabalho corporal, e, se a meta do praticante é aumentar a massa muscular, o uso e/ou o abuso de suplementos alimentares e anabolizantes é uma regra quase generalizada pelos frequentadores de academias de ginástica. Atualmente, está se tornando comum o *personal trainer* também ter se graduado em nutrição e acumular as duas atividades. É o caso de Helena:

A gente tem duas vertentes muito fortes, o praticante de atividade física e o minifisiculturista, que é aquela pessoa que malha, que quer ganhar massa muscular, mas não tem isso como profissão, mas quer se sentir bonita, com um corpo bonito, sem barriga, ela está esbelta, está com volume muscular. Elas se agarram nisso como uma religião, ficam dependentes. E elas fazem qualquer negócio para ter esse corpo, qualquer coisa. Eu fui fazer nutrição para mostrar para as pessoas que o alimento está aí para suprir tudo isso, não há necessidade de ficar dependente de um remédio, de um pozinho. Eu trabalho nessa academia que tem pessoas de classe média alta, com bastante cultura, com nível de ensino alto e tomam anabolizante. Vão às lojas de suplemento, e o que o vendedor indicar, independente da escolaridade dele, elas tomam e gastam muito com isso. E acreditam que tomando aqueles pozinhos, em duas semanas, eles já estão um deus. Talvez isso passe a ser além de uma religião. Mas elas querendo ser um deus e sendo cultuados por outras pessoas (HELENA, entrevista V-a, 44 anos).

Helena declara que um dos motivos para ela fazer o curso de nutrição é presenciar em sua prática profissional seus clientes fazerem uso de anabolizantes e outros pozinhos, que é a forma como ela descreve os diversos suplementos ou outras misturas alimentares, que

tenham essa finalidade de complementar uma dieta com o objetivo de aumentar o aporte de músculos do corpo. Ela compreende que existem dois grupos de cliente nas academias: o que pratica atividade física e o que ela denomina como minifisiculturista, que não é o praticante do *bodybuilding*, nem é um profissional do mesmo estilo. Os minifisiculturistas, em sua compreensão, podem até ficar dependentes desses suplementos e apresentam uma atitude de fé perante o uso desses pozinho, porque acham que eles vão realizar um milagre e, dessa maneira, transformar o corpo do usuário em corpo sarado como num passe de mágica. Interessante que ela vê nessa fé quase uma religião, porque esses clientes – mesmo possuindo um conhecimento superior, sendo cultos e tendo recursos financeiros para se informarem adequadamente – escutam um leigo, no caso, o vendedor da loja de suplementos, e não questionam a veracidade da informação. Apenas escutam, acreditam e fazem uso dos suplementos, dos anabolizantes ou dos pozinho. Talvez até dos três ao mesmo tempo.

Há um pique do desenvolvimento hormonal entre os treze e dezoito anos. Nessa fase, os músculos desenvolvem bem, mas depois há uma adaptação e a testosterona fica normal, então muitos recorrem, em primeiro lugar, aos suplementos, depois aos anabolizantes, para poder mostrar um corpo sarado, é um *status* (fala de um *personal trainer*).

O discurso acima de um profissional de uma das academias que visitamos reforça o que Helena chamou de minifisiculturistas. Para esse *personal trainer*, a procura dos adolescentes por apresentar um corpo musculoso, sarado faz com que os jovens busquem o uso de suplementos e depois de anabolizantes para intensificar o efeito muscular. O corpo hipertrofiado é um símbolo de prestígio e confere um lugar distinto no grupo.

De uma maneira ou de outra, a ascese alimentar faz parte dessa construção estética do corpo malhado. O praticante da academia tem uma conduta alimentar que está inserida como condição essencial para a *performance* corporal. Uma não existe sem a outra. A disciplina e o rigor nas atividades físicas, dentro do espaço das academias, implicam numa disciplina dos apetites da boca. O pecado da gula deve ser banido desse cenário. Olívio, de uma maneira bem-humorada, diz isso: “faço aquela [dieta] que todo mundo fala, a dieta da lua e a dieta do sol, como de dia e de noite. Quando eu como um chocolate, eu fico sem almoçar. Nunca procurei uma orientação correta. Vou fazendo” (OLÍVIO, entrevista VI, 20 anos). De algum modo, ele faz uma restrição alimentar mesmo comendo chocolate, que é um dos itens que deve ser cortado de uma dieta para quem busca um corpo sarado, porque depois ele se pune e deixa de realizar a refeição do almoço. Há uma ascese na contramão.

A mudança alimentar, em seu aspecto mais simples, implica abolir do cardápio alimentos gordurosos, refrigerantes, carnes vermelhas, alimentos açucarados, alimentos com cafeína, com aditivos, alimentos refinados em geral. Mesmo afirmando que não faz dieta, há restrições alimentares. Nesse cenário lipofóbico contemporâneo, o vilão maior é a gordura e os alimentos portadores de gordura. A palavra de ordem para o quesito alimentação é saudável, o que implica um determinado padrão alimentar mediado pelo discurso médico e científico. Há um olhar sobre o cardápio diário e uma construção simbólica do que é saudável e do que faz mal ao corpo. Essa compreensão social do que é alimentação saudável reforça os discursos de saúde em vigor na sociedade e pode nos remeter aos regimes alimentares bíblicos, para os quais o excesso na ingestão alimentar sempre é um sinal de transgressão de um equilíbrio espiritual. O indivíduo deve evitar o pecado da gula tão relacionado com o pecado da carne.

A tendência da sociedade de consumo é atribuir ao indivíduo a responsabilidade pela plasticidade do seu corpo. Com esforço e trabalho físico, ele é persuadido a alcançar a aparência desejável. O que se vê na mídia, através de colunas de aconselhamento, de editoriais, é a proposta de um ideário religioso/esportivo de mandamentos e de maratonas a serem seguidos e vencidos (VILLAÇA; GÓES, 1998, p. 13).

Exercícios físicos, regras alimentares, dietas, suplementos alimentares e até os anabolizantes estão inseridos nessa fórmula para se obter um corpo malhado. A participação de um *personal trainer* é indispensável para a tarefa de conseguir o corpo desejado. A herança genética pode ser flexível desde que o indivíduo tenha força de vontade, determinação e um programa de atividades planejado por um profissional competente. A meta de modelar o corpo pode ser alcançada com coragem, com empenho. É uma luta. É preciso vencer a si mesmo e os obstáculos do dia a dia. O apelo das propagandas dessa cultura da aparência diz que é dever do cidadão, e cabe só a ele, o poder de alcançar essa mudança corporal superando, assim, seu destino biológico. O *personal trainer* é o guia para essa maratona de moldar o corpo ao gosto do freguês, seja para conseguir um corpo sarado e se exhibir, seja para produzir uma condição corporal para uma determinada *performance* esportiva. Danilo expressa bem essa relação do *personal trainer* e seu cliente:

Escolhi esse espaço porque já conhecia o profissional há muito tempo e precisava de um complemento a mais no meu treinamento fora do treinamento específico. [...] eu queria algo mais personalizado. [...] E esse

profissional interpretou bem o que eu queria [...] e me orientou [...] senti confiança (DANILO, entrevista III, 24 anos).

O sentimento de confiança faz parte dos motivos que levaram Danilo a optar pelo profissional que ele escolheu para orientar seu treinamento esportivo. Sua exigência era de um programa que fosse além do treinamento exclusivo, que tivesse uma qualidade personalizada. Ele considera que o profissional escolhido decifrou o que ele queria, captou sua subjetividade esportiva.

O próximo tópico irá tratar dos discursos de saúde que são mesclados com essa busca de um corpo sarado que existe nas academias de ginástica. Novas asceses acontecem nesse espaço, onde não só o corpo, mas a saúde também é malhada.

4.2.2 A saúde malhada e asceses contemporâneas

A saúde malhada, em nossa compreensão, é uma das subjetividades dos indivíduos da sociedade contemporânea que toma forma e se expressa no corpo sarado. Um corpo moldado pela malhação adquiriu, no imaginário simbólico, uma aura de saudável. Embora isso não tenha uma relação direta com os protocolos médicos de saúde, no senso comum um indivíduo com o corpo em forma, com porte atlético, que pratica atividade física regularmente e tem uma disciplina alimentar é percebido como um sujeito com saúde e com um caráter moral que o qualifica como um indivíduo com autodomínio e senhor de suas paixões. “Na utopia contemporânea da saúde perfeita, desenvolveu-se uma equivalência entre a essência e a aparência, já que os atributos corporais não são mais guardiões de uma identidade interior. Eles são a própria identidade a exibir o que somos” (ORTEGA; ZORZANELLI, 2010, 76).

A disciplina e o trabalho corporal que acontecem na academia de ginástica são inseridos no dia a dia. Passam a fazer parte da experiência cotidiana. Extrapolam o espaço da academia, onde acontece o esforço físico, revelando outras possibilidades de significar a vida e o viver através da superfície e postura corporal. Nesse contexto, citamos Merleau-Ponty (2006) que considera que os movimentos que o corpo executa acontecem dentro da compreensão do corpo, e seu mundo é uma intencionalidade do corpo. Os objetos precisam existir para o corpo para que ele se mova em relação a eles. O corpo através dos gestos, das posturas, do movimento cria novos significados sobre o mundo. A atividade física, se considerada como uma expressão do corpo, pode apontar para uma forma do indivíduo estar

no mundo. O corpo como o ser no mundo cria novas percepções e significados, nesse sentido, “a consciência é o ser para a coisa por intermédio do corpo. Um movimento é apreendido quando o corpo o compreendeu, quer dizer, quando ele o incorporou ao seu ‘mundo’” (MERLEAU- PONTY, 2006, p. 193). O fenômeno do corpo ativo nos faz refletir sobre essa forma corporal dinâmica de estar no mundo. O corpo em movimento representa a vida saudável, a juventude, a longevidade. Isso o diferencia da inércia que o cadáver apresenta ao sinalizar que o ser humano é um ser de finitude, um ser vivo que, como todos os outros seres biológicos, nasce e morre. Todavia, atualmente, a doença e a morte não podem ocupar lugar no dia a dia dos indivíduos e sim a saúde eterna para um viver de duração indefinida.

Em seu livro **O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea**, Francisco Ortega (2008, p. 50) afirma: “a cultura somática veio para ficar”. Essa evidência do corpo está presente e é presença na sociedade contemporânea. Paradoxalmente, para ele, se, por um lado, aumenta o controle, os olhares sobre o corpo e as tecnologias de intervenção para mudar esse corpo, por outro, aumenta também a desconfiança e as incertezas sobre o corpo. Por ser objeto de desejo, o corpo gera angústia, pois só é aceito quando transformado, quando se torna outro corpo, passando de um corpo dado a um corpo desejado segundo o imaginário do indivíduo.

Quando perguntamos para Leila qual a palavra mais importante em relação à expressão atividade física, ela respondeu:

Cuidado, porque eu tenho muito medo de envelhecer sem saúde. Fico preocupada com a minha velhice, vejo pessoas a minha volta perdendo a memória. Os exercícios na academia fazem conexões neurais que ajudam nisso. Cada exercício novo é um desafio de fazer perfeitamente o exercício, estimula a capacidade de fazer coisas novas, aumenta a minha percepção corporal. Eu me concentro no movimento porque tenho que prestar atenção na respiração, no abdômen e assim vai. Apesar de ter uma atividade que puxa muito pelo intelecto, eu acredito que é outro tipo de conexão neural (LEILA, entrevista XVIII, 49 anos).

A preocupação de Leila é com o futuro, porque quer envelhecer com saúde. O futuro com saúde implica, em sua compreensão, conservar a memória dos acontecimentos de sua vida. Para isso, ela frequenta a academia de ginástica e procura executar os exercícios com uma atenção, quase meditativa, nos movimentos de seu corpo e nos movimentos fisiológicos do seu organismo: respiração, batimento cardíaco, e outros. Acredita que, fazendo isso, ela desenvolve outras sinapses nervosas. Embora tenha uma atividade acadêmica intensa, pois é professora, e estimule sua mente em sua atividade profissional, ela compreende que os

exercícios com o corpo promovam outras interações neurais no cérebro. O corpo também é um produtor de novas cognições.

Continuando o diálogo com Leila, perguntamos como se sentia em relação ao seu corpo quando estava praticando atividade física: “é cuidar da máquina, como colocar um óleo, lubrificar por dentro. Estou cuidando dele, do corpo” (LEILA, entrevista XVIII, 49 anos). Aqui, podemos perceber uma concepção de corpo tradicionalmente cartesiana, embora, na fala anterior, ela afirme que o trabalho corporal com a malhação tenha uma amplitude de resultados com o cérebro, com um melhoramento do pensamento. Há uma transição na compreensão do corpo máquina, cartesiano, para uma percepção corporal apontada por Merleau-Ponty, na qual o corpo é o agente de produção de sentidos.

O motivo da insatisfação com o corpo é recorrente e o trabalho da malhação é o remédio para isso, pela percepção de mudar o corpo, pela composição e desenho feito com a massa muscular. Os sujeitos entendem que vão esculpindo o corpo com músculos. Esculpir o corpo com massa muscular nos remete ao trabalho do escultor na pedra para revelar a imagem artística. A imagem de corpo desejada vai aparecendo com a lapidação da malhação. Hoje, podemos perceber essa ambiguidade em relação à compreensão de corpo visto como matéria, que é disponível aos desejos dos sujeitos, como uma máquina que precisa de reparos. Podemos perceber isso na afirmação de Paula (entrevista XIV, 36 anos) quando explica que pratica atividade física desde criança, inicialmente porque tinha asma e a prescrição era praticar natação, “desde os seis anos, eu fazia natação e fui emendando com outras: vôlei, caratê, handebol, aeróbica. Tudo que você pensar eu já fiz”. Ela começou com a natação e depois não parou mais, mas pratica “hoje só a musculação” e ainda considera que “sempre fui muito magra, magra de doer e, com a musculação, eu comecei a ter mais corpo”.

E se, por um lado, o corpo é uma engrenagem mecânica, por outro lado, o corpo não é de pedra, não é inerte. O corpo é de carne, ossos, fluidos, emoções, sangue e é vivo, reage com o mundo e no mundo. É compreendido como uma fonte de novas cognições, de novos significados, de sentimentos compreendidos como bem-estar, tranquilidade, como nos esclarece Angélica (entrevista XXIII, 26 anos): “faço só a malhação, porque eu não estava satisfeita com meu corpo. [...] Com a idade, eu vi que eu estava muito flácida e com a natação não estava dando resultado”. Apesar de ter apenas vinte e seis anos, Angélica sente o corpo mais envelhecido porque ele está flácido, caído, com menos juventude, e a atividade de natação não é suficiente para reverter esse estado corporal. Ela, então, opta por praticar a malhação com exclusividade, porque, além de conseguir o resultado esperado, que é ter um

corpo sarado, com tônus, o aumento de massa muscular possibilita outras sensações: “também me dá um bem-estar, fico menos ansiosa, mais tranquila”.

As transformações que o corpo sarado pode propiciar na vida dos praticantes de atividades físicas são amplas:

Muitas mudanças de hábitos começaram com a religião. Por exemplo, parar de beber, mas o que me segura é a atividade física. Eu acho que acaba tendo uma influência muito grande entre uma e outra. No meio da musculação, é muito normal o uso de hormônios. Eu nunca tomei hormônio por causa da religião (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

Antônio explica que, para ele, a fronteira da prática da religião e da prática de atividade física é embaçada: ele conseguiu manter-se abastémio porque é um praticante de exercícios físicos, todavia, não faz uso de anabolizantes por influência da religião. As duas práticas estão em igualdade em sua vida, de certa maneira. Essa mudança é também percebida como um salto em qualidade de vida, um estágio superior de saúde. Um modo elevado de estar no mundo, porque o trabalho muscular e a disciplina que esse trabalho impõe são transferidos para aspectos morais da vida, como vencer obstáculos, superar frustrações. Há uma qualidade moral na musculação quando ela possibilita o autocontrole. A construção de músculos também é uma virtude ligada ao aprimoramento de si.

Dialogando novamente com Ortega (2008), vamos tomar emprestado o termo bioascese por ele utilizado para designar as ascetes contemporâneas. Em seu entender, as ascetes da Antiguidade, que visavam a liberdade e o bem público, num contexto político e transformador, se contrapõem às bioascetes contemporâneas, que são “[...] práticas de ‘assujeitamento’ e disciplinamento” e visam conformar os sujeitos a padrões científicos e biológicos (ORTEGA, 2008, p. 20). O autor estabelece padrões gerais que, no seu entender, existem em todo comportamento ascético. No primeiro padrão, a ascese é um processo de subjetivação, há um deslocamento de uma subjetividade para outras subjetividades. No segundo, a ascese pode construir outros limites nas relações sociais, e, no caso da bioascese moderna, não visa mudar a situação atual, mas promover um amor pela própria imagem de forma resignada e um alheamento do mundo. O terceiro padrão é que “[...] a ascese é um fenômeno social e político. O ascetismo é uma prática social” (ORTEGA, 2008, p. 21), e, na tradição cristã, a “[...] ascese é a *imitatio Christi* corporal e espiritual” (ORTEGA, 2008, p. 22), através dela, o ser humano pode retornar ao Paraíso.

A forma de subjetividade almejada (e que Foucault chama de teleologia) varia segundo a contextualização histórica das práticas ascéticas, podendo encontrar as mesmas práticas vinculadas a fins diversos, diferentes processos de subjetivação: seja a constituição de si como sujeito moral da Antiguidade greco-latina; a autorrenúncia e a pureza do cristianismo; a interioridade cristã e burguesa; ou às bioidentidades contemporâneas, nas quais o corpo possui a autorreflexividade que correspondia outrora à alma (ORTEGA, 2008, p. 20).

A busca do corpo perfeito pode ser um modo de estar em um mundo imperfeito. Praticar atividade física, malhar o corpo é um modo de estar no mundo e ser um sujeito que comanda sua vida. Quando perguntamos a uma participante da pesquisa de campo como ela se sentia em relação ao seu corpo quando estava praticando atividade física, ela respondeu o seguinte:

É o momento em que eu me sinto melhor com meu corpo. Parece que, naquele momento, eu estou em equilíbrio. Na frente do espelho, eu não me sinto bem com o corpo como quando eu estou praticando a atividade física. Parece que eu estou na busca da perfeição quando estou praticando atividade física e me faz sentir como se estivesse na perfeição, mesmo eu sabendo que não estou, mas parece que vou chegar lá (ANGÉLICA, entrevista XXIII, 26 anos).

Angélica, explicando como entende a relação entre seu corpo e a atividade física, é da opinião que este “é o momento em que eu me sinto melhor com meu corpo. Parece que, naquele momento, eu estou em equilíbrio”. E, para ela, a atividade física aponta para algo além de uma relação corpo e exercício físico, aponta para um sentimento que ela chama de equilíbrio. Angélica ainda diz que “na frente do espelho, eu não me sinto bem com o corpo como quando eu estou praticando atividade física”, a imagem estática que o espelho revela não lhe agrada, porque o sentimento que ela descreve como equilíbrio acontece com o corpo ativo. E mais que isto: “parece que eu estou na busca da perfeição quando estou praticando atividade física e me faz sentir como se estivesse na perfeição”. Apesar da idealização entre atividade física e busca da perfeição, ou inclusive do sentimento momentâneo de perfeição, ela mesma reconhece: “mesmo eu sabendo que não estou [na perfeição], mas parece que vou chegar lá”.

A busca da saúde perfeita, como um mito contemporâneo, tem como visibilidade a imagem utópica de um corpo perfeito. Um imaginário de corpo que nos remete aos corpos dos santos ou mártires religiosos que foram e são idealizados em sua corporeidade. Embora

eles, os santos e mártires, possuísem um corpo humano, havia algo que transformava esse organismo biológico em algo mais próximo de uma qualidade divina. Não eram totalmente humanos, porque podiam curar e realizar milagres. Entretanto, os corpos dos santos e dos mártires eram corpos negados e aniquilados e só serviam de instrumentos para a alma e para transcender uma condição terrena. O corpo idealizado dos tempos contemporâneos é malhado, sarado e precisa se apresentar em forma para servir aos ditames da alma e transcender o limite da finitude humana. Não mais um corpo que deve ser esquecido e maltratado.

Como essa nova abordagem do corpo se relaciona com as tradições cristãs, nas quais o corpo é o carcereiro da alma, que deve lutar contra essa prisão terrena e almejar apenas o retorno ao reino dos céus? É possível um corpo religioso sarado? O tema da terceira parte vai tratar dessa mudança [positiva] do lugar que o corpo ocupa na sociedade atual.

TERCEIRA PARTE

A FÉ SARADA: A RELAÇÃO CORPO E RELIGIÃO NAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA

O corpo, na sociedade atual, ocupa um lugar central para a produção de sentidos e bens de consumo. Giram em torno dele os desejos e as subjetividades dos indivíduos, velhos e novos desejos, velhas e novas subjetividades. Que corpo é esse, tão venerado na sociedade atual? O que evidencia o trabalho corporal, e sobre o corpo, que é realizado no espaço das academias de ginástica no século XXI? Como a religião se relaciona com isso? Como a representação religiosa do corpo se situa nesse contexto? Como o indivíduo que professa uma crença religiosa lida com essa valorização do corpo, como se relaciona com a busca do corpo em forma, sarado e saudável? Há uma ruptura entre o corpo religioso e o corpo sarado ou, ao contrário, há uma possibilidade de diálogo e uma resignificação dessa relação? Há um corpo religioso sarado?

Na primeira parte da tese, foram apresentados dois capítulos paralelos, mostrando de forma panorâmica a história do corpo no ocidente (primeiro capítulo) e o lugar que a religião reservava ao corpo nesta história (segundo capítulo), numa segunda parte evidenciamos que o lugar e o significado do corpo mudaram significativamente a partir, sobretudo, do século XIX (terceiro capítulo) e que as academias de ginástica são um lugar privilegiado para se observar esta mudança ocorrida (quarto capítulo). Nesta terceira parte, vamos fazer uma reflexão sobre essa mudança do lugar do corpo na sociedade contemporânea caminhando paralelo à segunda parte e perguntando pelas consequências desta mudança do significado e lugar do corpo em termos de religião. Se o corpo ocupa agora uma posição de maior centralidade e evidência, isto significa que houve – e em caso positivo, em que medida – uma mudança na percepção religiosa do corpo? Como é percebido esse novo lugar que o corpo ocupa na relação corpo e religião?

O propósito desta terceira parte é buscar compreender o lugar do corpo religioso nesse fenômeno contemporâneo da evidência do corpo. Perceber o lugar da religião em torno desse corpo em devir, em transformação, em mutação pelo trabalho físico nas academias. Mostrar em que medida ou maneira o deslocamento do lugar do corpo e a sua centralidade, hoje, também significam uma mudança na forma de relacionar corpo e religião. E que mudança é essa?

O fenômeno religioso ocidental, em suas múltiplas faces, caminhou em paralelo com as representações históricas da corporeidade. O cristianismo é uma religião encarnada. Jesus viveu num corpo e teve um corpo, viveu uma existência humana. A importância do cristianismo dentro do mundo contemporâneo, como construção de sentidos, é ressaltada pelas palavras que se seguem:

O fenômeno religioso estabeleceu um conjunto de valores que conduziu à racionalização das condutas dos indivíduos na sociedade. Weber o considera tão importante quanto os campos político e econômico, para se compreenderem não só a constituição da estrutura das sociedades modernas, como também a formação de suas instituições que dão sentido a existência dos sujeitos (JARDILINO, 2009, p. 16).

Nesse cenário, não temos a pretensão de esgotar o assunto nem, muito menos, fazer um tratado teológico sobre a relação corpo e religião, mas através da pesquisa de campo identificar, nas falas dos entrevistados, sinais dessa possibilidade de mudança na forma de relacionar corpo e religião na sociedade contemporânea quando outras subjetividades são construídas em torno da busca do corpo sarado. O corpo como ator coadjuvante nas muitas representações corporais da história ocidental hoje se torna o ator principal. Para onde isso aponta? Como ator principal no cenário ocidental contemporâneo, o corpo, na representação religiosa, passa a ter um aspecto positivo para a redenção e salvação da alma em contraposição ao valor negativo que lhe atribuíram ao longo da história cristã? Dentro dos conceitos e preconceitos construídos em torno do corpo e dos comportamentos civilizatórios, que se constituíram em cima do controle das pulsões, excreções e funções do corpo, o que mudou ou permaneceu sob outra roupagem na relação corpo e religiosidade?

Para responder a estas questões, a terceira parte está dividida em dois capítulos, no capítulo cinco, a fé dos sarados, nosso propósito é perceber em que acreditam os sarados, ou seja, tentar ver, na linguagem deles, aquilo que professam, com e sem preocupação com a ligação disto com uma prática religiosa institucionalizada. Por conseguinte, atinar como a fé se relaciona ou se expressa com essas práticas de atividades físicas, visando esculpir um corpo moldado pelos parâmetros de beleza/saúde tão reverenciado na atualidade. No capítulo seis, nosso objetivo é mostrar se há uma mudança do lugar do corpo no que tange à religião. O corpo ocuparia hoje um significado religioso maior? Há uma mudança na relação corpo e religião? O corpo mudou de lugar em sua compreensão/importância nos últimos tempos? O que permaneceu e o que mudou na compreensão do indivíduo na relação corpo e religião

dentro dos espaços das academias de ginástica, onde o corpo é o foco das atenções e cuidados?

Como já descrevemos no quarto capítulo, a pesquisa de campo compreendeu três etapas, a primeira ocorreu nos meses de outubro, novembro e dezembro de 2012, numa abordagem mais geral, de apresentação do objetivo da pesquisa e com a familiarização dos administradores e frequentadores do local com a pesquisadora. As conversas ocorreram de maneira mais coloquial e algumas falas pertinentes foram registradas num caderno após a nossa saída dos locais. Nos meses de março e abril de 2013, realizamos a segunda fase do trabalho de campo quando entrevistamos 23 clientes. As entrevistas foram semiestruturadas e gravadas, posteriormente foram transcritas. E, finalmente, na terceira etapa foi realizada uma entrevista aberta e aprofundada com quatro indivíduos que participaram da segunda etapa do trabalho. O motivo da escolha foi a disponibilidade e o interesse desses indivíduos de aprofundar mais o tema em questão.

CAPÍTULO 5 A FÉ DOS SARADOS

Na sociedade contemporânea, a fé se tornou um atributo do sujeito, faz parte de sua individualidade e de sua identidade social, como também é uma mercadoria a ser consumida dentro do catálogo das subjetividades individuais. Todavia, a fé não se esgota nessa condição de mercadoria. Ela compartilha com o corpo outro lugar nos dias atuais, nos espaços virtuais das mídias. No nosso contexto, podemos dizer que a fé é encarnada e pode se manifestar nos signos e símbolos que permeiam a corporeidade, porque corpo e mente não são antagônicos como na lógica cartesiana da modernidade. Eles são partes indivisíveis da totalidade do ser humano que passa a se perceber como uma unidade divina, um pequeno deus no mundo ou um ser humano que possui um canal interno que possibilita o acesso ao divino.

A fé é ressignificada como um aspecto da imanência do sujeito, faz parte de sua identidade como pessoa, conferindo ao cidadão uma qualidade religiosa pessoal numa sociedade laica e desencantada, onde saúde e cura se tornam metas a serem buscadas por toda uma vida. Viver para se curar, viver para ter saúde e ser saudável. Corpo e alma, corpo e espírito estão juntos nesse esforço pessoal e coletivo de não adoecer, não envelhecer, de não morrer. Nas palavras de Javary, “o individualismo define-se pela autonomia do indivíduo; ele implica a rejeição da tutela das autoridades, o direito de escolher, o desejo de ser reconhecido como único e de construir sua própria unidade interior. Hoje, o doente exige ser tratado como um sujeito e um ator” (2014, p. 63). Esse individualismo, como autonomia de um sujeito, se estende para sua busca de saúde e de construir uma identidade de ser saudável. A doença e o doente não podem mais ocupar espaço na sociedade contemporânea. Ficar doente é não estar em equilíbrio, não ter hábitos saudáveis, não cuidar do corpo e da alma. Acredita-se hoje que só é doente quem quer, quem tem preguiça e não tem determinação, porque há muitas possibilidades no mercado para o construto saudável. A fé passa pelo estado de saúde.

As práticas rituais ganham espaço no cenário cotidiano. Ressaltando Durkheim, Rivière afirma que ele teve “[...] o mérito de ter laicizado o rito, ao socializá-lo” (1997, p. 47). Na sua análise sobre a contribuição do autor para a compreensão da função do rito na sociedade, está o papel do rito de funcionar como agregador dos indivíduos. O rito orienta o comportamento dos seres humanos diante do que é considerado sagrado no mundo. Para Rivière (1997), essa percepção do rito ampliou a religiosidade para além dos muros das instituições religiosas, nesse sentido, acontece uma sacralização da sociedade. Os ritos sociais espelham as ações e o estar no mundo, ou seja, a cultura de um grupo social. Durkheim, segundo Rivière, encontra a sacralidade dentro do seio da sociedade, produto da força coletiva

do grupo social (RIVIÈRE, 1997). Por conseguinte, este capítulo fala dos ritos de atividades físicas que existem dentro dos espaços das academias de ginástica e como os praticantes podem revelar sua crença, exprimir sua fé religiosa ou se relacionar religiosamente com as práticas e disciplinas corporais nesse universo da construção de um corpo em forma, de um corpo sarado. Em que acreditam os sarados?

5.1 O corpo sarado e subjetividades religiosas

Na narração dos entrevistados, percebemos que os discursos de saúde estão mesclados com palavras que nos remetem a novas subjetividades religiosas. Palavras como disciplina, sacrifício, abstenção, caminho, fé, entre outras, podem assim nos fazer pensar em novas subjetividades religiosas. As atividades físicas na academia podem se configurar num caminho a ser seguido, outro modo de espiritualidade que passa pelo corpo, não um corpo parado, mas um corpo em movimento, em exercícios de musculação, aeróbicos, cotidianos. A prática de exercícios físicos também pode ser uma prática espiritual na medida em que a disciplina corporal é também uma disciplina do espírito, porque implica em sacrifício, em se abster de ter uma vida comum. É preciso força de vontade para seguir esse caminho, pois é um caminho solitário, estreito, visto que são poucos que conseguem seguir essa escolha de cuidar do corpo nesse nível de trabalho muscular.

É um processo que tem como base a autossuperação. É uma caminhada solitária, tem que se abster de muita coisa. “[...] Como eu tenho corrida e competição como prioridade, eu tenho que levar uma vida diferenciada dos meus amigos. [...] Você não pode fazer o que as pessoas de sua idade estão fazendo” afirma Danilo (entrevista III, 24 anos). Danilo evidencia que existe um sentimento de renúncia ao modo de viver do grupo a que ele pertence por faixa etária, embora essa abdicação seja uma escolha pessoal, porque ele prioriza sua atividade física. Sua escolha tem como consequência abrir mão de “coisas normais, como numa mesa com amigos matando saudade, ou na formatura de um amigo, você tem que se privar de várias coisas”, mas essa ausência da convivência social, em sua compreensão, é recompensada quando ele afirma que “por um lado, você faz um sacrifício. Mas vale a pena”. Ele crê que a privação de um prazer por um período confere um aprimoramento pessoal de caráter moral e/ou espiritual e que isso vale o penar, vale o sofrer. Há um ganho em outra dimensão da personalidade.

Assim como para Danilo vale a pena o sacrifício que ele tem que fazer, para Antônio (entrevista I, 25 anos), esse sofrimento se transforma em satisfação.

Quando consigo me manter na atividade física e não estou machucando é uma das melhores satisfações da minha vida. Fazer e completar a atividade. Talvez não tenha algo que me dê tanto prazer do que fazer atividade física. Eu ainda não encontrei outra coisa. Nem relacionamento, nem relação sexual, nem festa, nem férias, praia. Atividade física é o que me dá mais prazer. Eu consigo mesmo. Eu posso estar em qualquer lugar, trabalhando, em lazer, se eu puder fazer atividade física, eu fico bem consigo mesmo, é minha forma de centrar, de estar em equilíbrio (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

Para Antônio, a atividade física é como um chamado, porque ultrapassa a satisfação do desejo. O prazer que ele sente com o trabalho muscular do corpo é como um estado de êxtase e nada superaria essa sensação de totalidade. Esse arrebatamento o conecta com algo interior que faz com que ele se sinta pleno. A prática de atividade física precisa acompanhar qualquer outra ação cotidiana de sua vida, seria como uma prática religiosa que permite uma sensação que ele chama de equilíbrio. Ele consegue se religar com seu centro pessoal, com uma essência mais verdadeira, praticando os exercícios físicos. As considerações de Antônio se aproximam de uma expressão de fé, embora esse sentimento de plenitude, para ele, não esteja relacionado diretamente com uma religião.

Eu não compararia com uma religião, mas com um caminho. Um caminho que eu escolhi para seguir minha vida. Esse caminho pode ter uma conotação espiritual. Pode ser um modo de espiritualidade. Uma espiritualidade influencia o modo que eu vou caminhar nele. É interessante que, como eu respiro isso o dia inteiro, eu encontro pessoas que estão nesse mesmo caminho, que são poucas (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

A compreensão de caminho estreito que poucos conseguem alcançar está presente nas comunicações de Antônio e de Danilo. Praticar atividades físicas requer disciplina, ascese, sacrifício, se abster de atividades mundanas de satisfação. É crer que, ao se abrir mão de tanta coisa na vida, diferentes prazeres serão alcançados em outro nível de existência. Antônio afirma que respira atividade física o tempo todo, ou seja, a atividade com o corpo é um oxigênio que o mantém vivo. Ele não encontra muitas pessoas nessa jornada, porque, afinal, esse caminho é estreito e são poucos os escolhidos.

Essa escolha individual de um determinado caminho que diferencia o indivíduo do cidadão comum, mundano nos remete às considerações de Hervieu-Léger (2008) quando diz que, no contexto judaico-cristão, o povo de Israel, em sua aliança com Deus, entende o pacto feito com o divino como um compromisso de fidelidade da nação judaica com os desígnios do

Senhor e isso quer dizer que os indivíduos precisam fazer uma escolha perante a aliança. Ser fiel envolve combater em nome de Deus, seguir o caminho apontado pelos profetas, obedecer às leis, escrever sua história nas ações cotidianas da vida. Esse casamento sagrado faz do povo judeu o povo escolhido. Para a autora, esse pacto é a semente que resultará no chamado sujeito autônomo da modernidade. Um cidadão que tem ação concreta em seu destino, um indivíduo senhor de si. O cristianismo, em seguida, oferta essas núpcias sacrossantas com Deus a toda humanidade e deixa para cada indivíduo escolher ou não aceitar essa aliança sagrada. Nas palavras da autora, “esta concepção religiosa de fé pessoal é uma peça-mestra do universo de representações de onde emergiu, progressivamente, a figura moderna do indivíduo, sujeito autônomo que governara sua própria vida” (HERVIEU-LÉGER, 2008, p. 37).

Esse comportamento contemporâneo de um indivíduo autônomo, capaz de selar o destino da própria vida, passa pela busca de uma autossuperação. Como também passa pela busca de testar os limites do próprio corpo ultrapassando as fronteiras do humano, indo além do que é comum e corriqueiro. Por conseguinte, esse propósito é movido pela crença de que vale a pena o sacrifício e que certo estado de harmonia é encontrado com a disciplina corporal. Há uma fé na disciplina das atividades físicas para o alcance de qualidades que vão além da condição humana banal. As práticas de exercícios corporais podem dar lugar a subjetividades religiosas, a caminhos de fé, em que o corpo em movimento pode expressar um zelo religioso e um estatuto como pessoa diferenciada.

5.1.1 A disciplina na atividade física e a fé

O corpo é um lugar para o trabalho muscular, mas também acredita-se que ele pode ser um *locus* para se desenvolver qualidades de caráter, para expressar a fé através das atividades físicas. As práticas de atividades físicas, assim como as práticas de esportes, podem possibilitar esse olhar para dentro de si, para estar mais em contato com suas subjetividades religiosas, com sua alma. Danilo entende que “o esporte me ajuda muito, quando acaba o dia e eu me deito, eu tenho a sensação de ter cumprido a minha tarefa, que eu estou no caminho certo, me ajuda a fortalecer, para não ter a dúvida e agradeço a Deus” (entrevista III, 24 anos). Ao conseguir cumprir uma agenda de exercícios diários com rigor, com disciplina, com determinação, Danilo tem a certeza do dever cumprido de ter obedecido a algo superior a ele mesmo, que é revelado pelo corpo sarado e saudável. Todavia, também fortalece sua escolha e elimina a dúvida do caminho que ele escolheu seguir através do desenvolvimento das práticas

de atividades físicas. Por conseguinte, com as práticas, com os treinos, o sujeito trava uma batalha contra si mesmo. É preciso vencer a inércia, a preguiça, não se render aos apelos do mundo para outras atividades de lazer e distração, que não contemplam práticas saudáveis de vida.

Paula reforça essa luta interna para cumprir o dever de casa de se exercitar. Quando questionada o que sentia quando praticava atividade física, ela respondeu: “satisfação e prazer, principalmente quando você termina, você tem a sensação de dever cumprido, de conseguir mais uma vez” (PAULA, entrevista XIV, 36 anos).

Porém, para Marta, a prática de atividade física é uma sensação de estar viva e expressa essa percepção dizendo: “quando eu estou fazendo atividade física, eu sinto que é um momento meu, eu presto atenção na respiração, no meu coração batendo, na vida pulsando, na adrenalina, me sentindo viva”. O momento é único e possibilita a ela estar consigo mesma, em sua condição de pessoa única, de indivíduo. A autonomia do sujeito moderno e sua construção de significados se expressam na atenção às atividades fisiológicas, nos sentidos do corpo. Nessa sintonia com o corpo e suas funções e com a vida dentro de si, ela considera que “então, várias vezes, nesse momento, eu penso como Deus é perfeito, tudo se encaixa. [...] Quando você está realmente com você mesma, então você está com Deus” (MARTA, entrevista IX-a, 50 anos). Ela toma consciência da perfeição divina através da funcionalidade do corpo, através de uma prática de vida percebida como saudável. A percepção de Deus e de sua perfeição – pois tudo se encaixa, como ela afirmou acima – se assenta na condição da pessoa estar com ela mesma, em comunhão com sua própria existência corporal. A fé de Marta é expressa na atividade corporal. Atenta a sua compreensão científica do corpo – adrenalina, pulsação cardíaca e outras funções orgânicas –, ela se sente perto de Deus.

Do ponto de vista de Hervieu-Léger (2008), a sociedade contemporânea apresenta, em sua complexidade, uma contradição religiosa, na medida em que é secular e laica, como um dos pressupostos da modernidade, ao mesmo tempo em que essa racionalidade, em sua origem, tenha recebido a influência do pensamento religioso judaico-cristão. O paradigma da racionalidade moderna, na compreensão da autora, é a crença em um sujeito autônomo, responsável pelo seu próprio destino, com competência para edificar sua vida e seu futuro. Nesse raciocínio, o paradigma da modernidade ocidental teria rompido com as tradições religiosas a partir do Iluminismo e da Revolução Industrial, com suas promessas escatológicas de um mundo científico e tecnológico como solução para os conflitos e sofrimentos do ser humano. Mas a autora reafirma que “o grande paradoxo das sociedades

ocidentais está no fato de que estas extraíram suas representações do mundo e seus princípios de ação, em parte, de seu próprio campo religioso” (HERVIEU-LÉGER, 2008, p. 35).

Por conseguinte, nesse cenário científico e escatológico, Rivière (1997) afirma que a religião na modernidade não guia mais as ações do homem como em tempos atrás. Acontecem, paralelamente, outros mitos na modernidade que mobilizam os indivíduos. Mitos profanos como o mito da liberdade da libido através do sexo, o mito do trabalho como regra moral, o mito da imortalidade com as técnicas modernas da ciência e, evidentemente, o mito da ciência. Para ele “[...] tais mitos fazem apelo a um culto, manifestado por atitudes ritualizadas e constituído pelo conjunto dos sinais de deferência em relação às forças, poderes e valores que, supostamente, são superiores e transcendentais ao indivíduo” (RIVIÈRE, 1997, p. 37). O autor ainda considera que:

O rito institui no sentido em que sanciona e santifica uma ordem estabelecida. Ao notificar alguém sobre seu novo papel, o ato solene de investidura (rito de passagem) produz o que designa (“magia performática”), tem um efeito de confirmação estatutária e encoraja o promovido a viver segundo as expectativas sociais ligadas a sua posição (RIVIÈRE, 1997, p. 44).

Nesse contexto da ciência como uma narrativa mítica da modernidade, temos no mito da saúde perfeita (SFEZ, 1996) um desdobramento da pretensão da ciência de resolver todos os conflitos da existência humana relativos à dor, às doenças, à finitude, ao envelhecimento. Como consideramos, no capítulo quatro, o culto ao corpo como um rito da sociedade contemporânea, assim também essas práticas corporais se inserem nesse contexto de uma devoção ao corpo em forma. A disciplina com o corpo pode se caracterizar como rito de fé, como vimos acima, com os entrevistados relacionando o cumprimento das atividades físicas com o sentimento de dever cumprido, de superação da inércia, da preguiça. Acreditam que, agindo dessa maneira, vão vencer a si mesmos, superando algo de humano. Há a crença de que o domínio sobre o corpo e a vontade pessoal confere uma qualidade superior como criatura.

Musculação. Mas também jiu-jítsu e pilates. Mas faço mais musculação, faço melhor e dá um resultado estético. Jiu-jítsu dá prazer e me deixa relaxado. Pilates me deixa inteiro e trabalho as fraquezas do meu corpo. Fico com o corpo forte e melhora a postura. [...] Nesses últimos dois anos, a malhação mudou muita coisa em mim. Antes, eu via a musculação como atividade física, mas pelo lado estético principalmente. Mas depois que comecei a levar de forma mais séria, eu comecei a ver que aquele esforço,

aquela disciplina do exercício físico, de fazer dieta, de estar cansado e treinar, o esforço de estar ali todo dia e de levar aquilo, que não era fácil, para outro nível, eu poderia usar para o resto da minha vida. Eu poderia pegar a disciplina da academia e colocar no trabalho, no estudo (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

Ele entende que disciplinar o corpo disciplina o espírito. As regras impostas ao corpo atingem o espírito também, conferindo a este uma ordem e um comportamento adequado. Há, nas palavras de Antônio, um discurso de conversão. Com a prática da malhação, ele se transformou em outra pessoa. O esforço e a disciplina para superar obstáculos e continuar com a rotina dos exercícios físicos – e dessa maneira passar para um nível melhor no treinamento – deram outro sentido ao seu trabalho, ao seu estudo, modificando sua vida em outros aspectos.

De modo que corpo e espírito são unidos e interligados e “cuidar do corpo é cuidar daquilo que Deus lhe deu. Daquilo que Deus doou para você usar e cuidar enquanto estiver nele. Você tem que cuidar direito dele, como você cuida da mente, você tem que cuidar de seu corpo” (EUNICE, entrevista IV, 69 anos). Eunice acredita que o corpo é um presente divino. Ela faz uso do corpo, mas deve cuidar dele, porque, no ato de doação, Deus transferiu algo de si para o ser humano habitar.

A disciplina corporal cria o hábito e, aqui, nesse contexto, um bom hábito, um hábito saudável. Esse ritmo de exercícios físicos com o corpo é permeado da fé de estar seguindo um caminho que se assemelha com o caminho bíblico dos bons, dos que descobrem a porta estreita e resolvem passar por ela. A porta do saudável, da salvação. Essa construção do hábito corporal nos remete a Merleau-Ponty.

O hábito para Merleau-Ponty (2006) se revela através do trabalho corporal e expressa a capacidade de atualização que o corpo tem em seu ser no mundo. Isso acontece no movimento. A compreensão pela via do corpo em movimento constitui o hábito. O corpo habilita o hábito, que atravessa a motricidade e exprime um significado, “diz-se que o corpo compreendeu e o hábito está adquirido quando ele se deixou penetrar por uma significação nova, quando assimilou a si um novo núcleo significativo” (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 203).

O hábito é, em potência, a ampliação do ser no mundo e é intencionalidade encarnada. Novas capacidades são incorporadas em nossa existência pelo hábito, nessa direção, “habituar-se a um chapéu, a um automóvel ou a uma bengala é instalar-se neles ou,

inversamente, fazê-los participar do caráter volumoso de nosso corpo próprio” (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 199).

Nesse sentido, habituar-se às práticas de atividades físicas é a possibilidade de expressar com o próprio corpo um novo significado existencial. De forma que Pedro (entrevista XXI-a, 24 anos) entende que a palavra mais importante em relação à expressão meu corpo é amor próprio e explica o porquê: “amor próprio, porque eu não sou o dono do meu corpo, eu simplesmente sou ele”. Ele é o corpo. Em sua compreensão, não existe uma separação entre mente, espírito, alma e corpo. Pedro continua sua explicação contextualizando essa percepção em uma das atividades físicas que ele pratica: “na ioga, ter o corpo indica uma posse, mas o corpo sou eu, você não pode ser dono de si mesmo, você simplesmente é”. Pedro afirma que ele é através do corpo. O corpo não é uma posse de um sujeito pensante, não é uma representação da mente, o corpo é o ser no mundo.

Essa compreensão de corpo expressada por Pedro nos alude a Merleau-Ponty (2006). O autor entende que o corpo é o sujeito da percepção, percebemos, portanto, o mundo através da experiência vivida no corpo, e isso acontece na vida, no mundo. O corpo está associado à motricidade e à percepção, o ponto-chave é o comportamento corporal. Ele é linguagem, poesia e a própria experiência vivida. O organismo é visto como um todo, ultrapassando o modelo rígido do dualismo cartesiano, indo além da *res cogitans* e da *res extensa*. Em suas observações sobre a espacialidade do corpo próprio e a motricidade, o autor estuda casos clínicos de pacientes com distúrbios psiquiátricos e neurológicos que apresentam apraxia e considera que o corpo tem o seu mundo, e, para aprendermos e executarmos um movimento, os objetos devem existir para o corpo. Desse modo, o corpo executa um movimento no momento em que o objeto passa a fazer parte do mundo do corpo.

O movimento do corpo não está a serviço da consciência, de nossas antecipadas representações. Podemos ter conhecimento dos objetos ao nosso redor sem que o corpo os reconheça, como acontece com os doentes portadores de apraxia, que não conseguem executar movimentos em direção ao objeto. De acordo com o Merleau-Ponty (2006), o corpo “[...] *habita* o espaço e o tempo” (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 193, ênfase do autor), e quando nossa mão se move em direção ao objeto, é porque ele está ali determinado e não por ser um objeto representado, “a consciência é o ser para a coisa por intermédio do corpo” (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 193).

Em nossa observação de campo, percebemos que os indivíduos na sociedade contemporânea praticam atividades físicas mirando, principalmente, ter saúde e prevenir doenças. Mas não apenas isso, pois na contemporaneidade o sujeito pode dialogar com o

divino e exprimir sua fé a partir de si mesmo, de sua interioridade. As atividades físicas se tornaram um rito social, congregando pessoas de diferentes faixas etárias com um objetivo que mistura a saúde do corpo com a salvação da alma. Tudo junto e misturado, corpo e alma, corpo e espírito, profano e sagrado na convicção, na fé que cuidar do próprio corpo é um modo de honrar a Deus, é um exercício de piedade. A rotina ritual dessas atividades físicas, seja em grupo, seja individual, possibilita novas subjetividades religiosas e novas expressões de fé. Enfim, a declaração de Danilo quando indagamos como ele se sentia praticando atividade física sintetiza essa parte do trabalho, quando ele diz:

Eu me sinto muito bem fazendo atividade física, parece que eu vou para outro mundo, esqueço tudo [...]. Tenho um sentimento de paz. [...] após os treinos eu tenho a sensação de dever cumprido. Aquele treino foi bom, minha alimentação foi perfeita. Sinto-me bem com isso. [...] Por exemplo, uma pessoa que pratica atividade física porque se preocupa com a saúde e cuida da alimentação, ela tem fé nisso, ela acredita que vai melhorar e vai render mais no trabalho, em tudo (DANILO, entrevista III, 24 anos).

Danilo relata que tem um sentimento de paz, que vai para outro mundo quando está praticando atividade física. Um mundo de paz, de harmonia, no qual ele esquece tudo. Ele se sente transportado para outra realidade, onde nada o perturba, nada está fora do equilíbrio. Nesse mundo, sua alimentação é perfeita, é uma alimentação imaculada como um néctar divino. Ele afirma que se sente bem e tem fé nessa escolha de praticar suas atividades físicas cumprindo, assim, o seu dever com a saúde e com a espiritualidade.

A maneira como os indivíduos sarados expressam sua fé, cuidando do corpo através das atividades físicas nas academias de ginásticas, é o assunto do próximo tópico.

5.1.2 O campo semântico do corpo sarado e da expressão de fé

Na segunda parte da pesquisa de campo, realizamos vinte e três entrevistas semiestruturadas, conforme já relatado anteriormente. Em três perguntas do rol da entrevista, pedimos aos participantes que quando mencionássemos a palavra corpo e as expressões meu corpo e atividade física, respectivamente, eles deveriam responder com quatro palavras que lhes viessem imediatamente a mente, depois escolher a mais importante e explicar o porquê.

Nosso objetivo, ao incluir essas perguntas na entrevista da segunda etapa da pesquisa de campo, foi instigar no participante uma resposta rápida que não permitisse uma maior elaboração. Não foi nossa pretensão utilizar uma metodologia referente às

representações sociais ou às associações de palavras, mas nos apropriamos dessa dinâmica de perguntas e respostas rápidas, já presentes no senso comum, como uma atividade lúdica, como num jogo de perguntas e respostas.

A partir disso, montamos três quadros – um para a palavra corpo e outros dois para as expressões meu corpo e atividade física – que se seguem e nos debruçamos nessas palavras na busca de perceber o que elas poderiam expressar dentro desse universo de significados, que existem nos espaços das academias de ginástica e como essas palavras podem se aproximar umas das outras, formando grupos de significados. Desse modo, agrupamos essas palavras em grupos semânticos para refletir sobre uma possível trama ou teia de atribuições de sentidos que gravitam em torno do corpo nesse cenário.

Escolhemos analisar os significados das palavras na lexicalidade que elas formaram dentro de cada quadro. Dessa maneira, palavras que se repetem nos três quadros podem se localizar em grupos semânticos distintos por ocuparem outro sentido dentro do conjunto de respostas. Vamos agora analisar cada quadro e em seguida refletir, relacionando os três, para retirarmos deles uma síntese dentro dessa linguagem sarada.

O primeiro quadro, abaixo, foi o resultado das palavras relativas à palavra corpo.

QUADRO 1 – CORPO

	PRIMEIRA PALAVRA	SEGUNDA PALAVRA	TERCEIRA PALAVRA	QUARTA PALAVRA	MAIS IMPORTANTE
1	EXERCÍCIO	SAUDÁVEL	DISCIPLINA	DESCANSO	DISCIPLINA
2	SUSTENTABILIDADE	CAPACIDADE	PRAZER	LOCOMOÇÃO	CAPACIDADE
3	CORPO	MENTE	POTENCIAL	RENDIMENTO	TODAS
4	ESGUIO	SEXO	SAUDÁVEL	MORENO	SAUDÁVEL
5	MÚSCULO	ATIVIDADE	RESPONSABILIDADE	BEM-ESTAR	RESPONSABILIDADE
6	TEMPLO	CAIXA	VITRINE	CUIDADO	CUIDADO
7	MOVIMENTO	MODA	SAÚDE	CUIDADO	SAÚDE
8	SAÚDE	ESTÉTICA	ATRAÇÃO	AUTOESTIMA	AUTOESTIMA
9	LAZER	SAÚDE	INSTRUMENTO	DESCANSO	SAÚDE
10	MEDO	ENGORDAR	SAÚDE	IMAGEM	MEDO
11	SAÚDE	TRABALHO	MOVIMENTO	ESTÉTICA	SAÚDE
12	SAÚDE	TRANQUILIDADE	BEM-ESTAR	LONGEVIDADE	LONGEVIDADE
13	QUALIDADE DE VIDA	SAÚDE	COMPETIÇÃO	PRAZER	QUALIDADE DE VIDA
14	SAÚDE	FUNCIONALIDADE	BELEZA	FORÇA	FORÇA
15	SAÚDE	SATISFAÇÃO	BEM-ESTAR	PRAZER	SAÚDE
16	SAÚDE	DISPOSIÇÃO	MENTE	BEM-ESTAR	SAÚDE
17	SAUDÁVEL	BONITO	PRAZER	HARMONIA	SAUDÁVEL
18	PERFEIÇÃO	SAÚDE	TEMPLO DA ALMA	MÁQUINA	TEMPLO DA ALMA

19	SAÚDE	BELEZA	BOA FORMA	CLAREZA MENTAL	SAÚDE
20	ESTÉTICA	SAÚDE	<i>PERFORMANCE</i>	BEM-ESTAR	BEM-ESTAR
21	ESTÉTICA	SAÚDE	HUMANO	VIDA	HUMANO
22	BEM-ESTAR	SAÚDE	SATISFAÇÃO	EQUILÍBRIO	SAÚDE
23	SAÚDE	BEM-ESTAR	BELEZA	HARMONIA	SAÚDE

Fonte: PPC: Pesquisa Pessoal de Campo realizada em março e abril de 2013.

Observando o conjunto de palavras do quadro, a palavra saúde foi de longe a mais citada, inclusive no bloco das mais importantes. É a palavra da moda e do chamado modo saudável de viver da sociedade contemporânea. O motivo alegado pelos participantes é que a saúde é a base de tudo na vida, porque sem saúde não conseguimos viver e realizar nossos propósitos. Saúde é o termo que convoca os sentidos e o desejo para cuidar do corpo dentro das academias de ginástica. Embora a palavra saúde seja a mais citada, ela não abarca os outros sentidos que gravitam em torno da palavra corpo. E ela também não se esgota na compreensão de que é o alicerce de tudo na vida. Em torno da palavra, corpo podemos perceber uma pluralidade de sentidos que giram em torno da condição corpórea.

Num primeiro grupo, temos as palavras: corpo, exercício, músculo, movimento, atividade, locomoção, disciplina, que nos remetem a percepção de um corpo ativo, em movimento, no qual o músculo é o elemento nobre desse conjunto e precisa ser construído com exercícios, com disciplina. O músculo tem a função, em nosso organismo, de produzir movimento voluntário ou involuntário. O corpo é corpo em movimento, se exercitando, em atividade, mas uma atividade disciplinada, militarizada, regular, dentro de um planejamento racional para o desenvolvimento do tecido muscular, para a formação de um corpo malhado, para aparentar uma imagem idealizada e para executar um trabalho.

Um corpo para o trabalho nos leva ao outro grupo de palavras: máquina, capacidade, trabalho, funcionalidade, potencial, rendimento, força, competição. Palavras que colocam em evidência uma concepção cartesiana do corpo. Um corpo máquina com capacidade de trabalho, potência, rendimento como o de um equipamento mecânico. Um corpo máquina que precisa cumprir sua função prática, seu fim utilitário. O movimento do corpo se entrelaça com o movimento de uma máquina. Um corpo máquina que precisa de manutenção e abastecimento de energia.

Retomando a afirmação acima de um corpo malhado para a imagem, passamos para outro grupo de palavras que giram ao redor do corpo ativo, que nos levam ao corpo vitrine, são elas: estética, moda, bonito, vitrine, boa forma, *performance*, moreno, imagem, esguio, sexo, atração. O corpo como vitrine, atrás do vidro, em boa forma, atraente e

desejado. Um corpo com a *performance* da moda, bonito, bronzeado, divulgado pelas mídias virtuais, em forma, formatado e sarado.

Todas essas compreensões de corpo e em torno do corpo são possíveis se o corpo tiver saúde. Temos agora outro grupo de palavras: saúde, cuidado, responsabilidade, saudável, humano, vida, qualidade de vida, bem-estar, longevidade e sustentabilidade. Um corpo que é percebido como uma máquina, mas, paradoxalmente, é humano também e precisa ser cuidado, estar saudável, em estado de bem-estar, com qualidade de vida, com sustentabilidade e longevidade. A responsabilidade pelo corpo inclui o humano, a vida e o meio ambiente. Saúde se relaciona com bem-estar, um conceito que nos remete a muitas subjetividades. E, assim, chegamos a outro grupo de palavras: satisfação, disposição, tranquilidade, prazer, lazer, descanso. O corpo é compreendido dentro desse grupo de significados psicológicos.

Para esse indivíduo que pensa, sente e habita o corpo, o grupo de palavras medo, autoestima, mente, clareza mental e engordar nos conduz a pensar essa relação entre o corpo e a mente, na qual o corpo saudável é uma condição para uma clareza mental, para a autoestima, mas também para o temor. E, nesse caso, o medo é de engordar, de sair da forma e da fôrma. Chegamos ao sujeito e suas subjetividades e ao último bloco de palavras desse quadro: templo, templo da alma, caixa e instrumento, perfeição, beleza, equilíbrio e harmonia. Palavras que se entrelaçam num sentido religioso, no qual o corpo é o templo, o templo da alma. É também um instrumento de harmonia e equilíbrio que nos remete a condição de existência da alma e do espírito. Como caixa (de Pandora?), ele guarda algo maior, guarda um destino, onde existe a beleza e a perfeição, que são atributos de uma condição divina.

O segundo quadro, abaixo, foi o resultado das palavras relativas à expressão meu corpo.

QUADRO 2 – MEU CORPO

	PRIMEIRA PALAVRA	SEGUNDA PALAVRA	TERCEIRA PALAVRA	QUARTA PALAVRA	MAIS IMPORTANTE
1	FORTE	MOVIMENTO	MEDO	ÍNTEGRO	MOVIMENTO
2	SOBREVIVER	REALIZAÇÃO	COMUNICAÇÃO	PRAZER	REALIZAÇÃO
3	DESCANSO	TREINO	ALIMENTAÇÃO	COMPETIÇÃO	COMPETIÇÃO
4	MELHORAR	EMAGRECER	OPERAR	USAR	USAR
5	MAGRA	RESPONSABILIDADE	BEM-ESTAR	SAUDÁVEL	SAUDÁVEL
6	DEFEITOS	ACERTOS	VITRINE	ESPELHO	DEFEITOS
7	DANÇA	LONGILÍNEO	CUIDADO	SAUDÁVEL	CUIDADO
8	SAÚDE	ATRAÇÃO	AUTOESTIMA	SEGURANÇA	AUTOESTIMA
9	FORTE	DELICADO	SENSÍVEL	SAUDÁVEL	SAUDÁVEL

10	QUADRIL	VERGONHA	MALHAR	ALIMENTAÇÃO	MALHAR
11	TRABALHO	TEMPLO DE DEUS	SAÚDE	IMAGEM	SAÚDE
12	SAÚDE	TRANQUILIDADE	BEM-ESTAR	LONGEVIDADE	LONGEVIDADE
13	SAÚDE	OBESIDADE	MASSA MUSCULAR	PRAZER	SAÚDE
14	SATISFAÇÃO	TRABALHO	PRAZER	MATERNIDADE	MATERNIDADE
15	AMOR	SAUDÁVEL	ESBELTO	ESGUIO	SAUDÁVEL
16	INSATISFAÇÃO	SAÚDE	BEM-ESTAR	EQUILÍBRIO	SAÚDE
17	ÁGIL	ELEGANTE	POSTURA	BEM-ESTAR	ÁGIL
18	HARMONIA	BELEZA	EQUILÍBRIO	VITALIDADE	HARMONIA
19	SOBREPESO	NORMAL	MELHORANDO	BONITO	NORMAL
20	MAGREZA	SATISFEITO	<i>STRESS</i>	MAGRO	SATISFEITO
21	SAÚDE	EGOÍSMO	MAGRO	AMOR PRÓPRIO	AMOR PRÓPRIO
22	INSATISFAÇÃO	SOBREPESO	SAUDÁVEL	SAÚDE	SAÚDE
23	SAÚDE	BEM-ESTAR	BELEZA	HARMONIA	SAÚDE

Fonte: PPC: Pesquisa Pessoal de Campo realizada em março e abril de 2013.

Ponderando sobre o conjunto de palavras do quadro acima, a palavra saúde foi, mais uma vez, de longe a mais citada, inclusive no bloco das mais importantes. Meu corpo precisa ter saúde. A condição de corpo saudável se repete também em relação ao próprio corpo. Quando acrescentamos o pronome possessivo meu à palavra corpo, percebemos que algumas palavras citadas anteriormente se deslocam para outros grupos semânticos. Quando o corpo deixa de ser qualquer corpo, deixa de estar afastado, se aproxima do sujeito e torna-se o próprio corpo da pessoa, pertence a ela e não a outro indivíduo, há outra compreensão em relação à corporeidade. O grupo das palavras: forte, usar, sobreviver, trabalho, operar e competição também apresenta a visão cartesiana sobre o próprio corpo, embora não se esgote nisso. Meu corpo precisa ser forte, operativo e utilitário, não obstante, a palavra sobreviver permite uma ruptura com a compreensão máquina do corpo.

O corpo vivo e humano é que precisa permanecer vivo e continuar a viver. Nessa concepção mecânica da corporeidade, há uma fragilidade que se apresenta também em outro grupo de palavras: saúde, delicado, saudável, medo, alimentação, cuidado, sensível, vitalidade, longevidade e maternidade. Nesse grupo, as palavras delicado, sensível e cuidado reforçam essa condição frágil da existência humana. Alimentação e maternidade são condições intrínsecas de sobrevivência, e saúde e vitalidade são quesitos para uma vida longa.

Meu corpo sendo esbelto, esguio, elegante, ágil, longilíneo permite uma postura, o movimento e a dança. Esse outro grupo de palavras nos remete a uma percepção da corporeidade como alguma coisa leve, pouco consistente, sem densidade, sem espessura, quase sem o efeito da gravidade. Um corpo que precisa ser bonito, imagem, vitrine, atrativo,

espelho, realização e comunicação. Esses dois grupos de palavras se entrelaçam, e isso nos faz pensar nesse corpo diáfano, volátil que parece não ter peso nem massa. A mídia utiliza muito essa imagem quase incorpórea de corpo. De modo que malhar, massa muscular, treino e responsabilidade – outro grupo de palavras – implicam nessa necessidade contemporânea de esculpir o corpo nos espaços das academias de ginástica.

Emagrecer, magreza, magro, magra são palavras que se contrapõem às palavras sobrepeso e obesidade. Um corpo magro é um imperativo da imagem de corpo ideal e saudável, gerando angústia e culpa em quem não tem essa modalidade corporal. Normal, melhorar, defeitos, quadril, satisfação, insatisfação, acertos, vergonha, satisfeito, autoestima, amor próprio, íntegro, egoísmo formam um conjunto de palavras que giram em torno da subjetividade corporal do indivíduo. Quando o corpo tem defeitos, precisa ser passado a limpo, quando é compreendido como normal, é aceito, pois significa estar dentro do padrão magro. Pensado em partes e como acerto e erro, ele é percebido em pares classificatórios que se opõem: satisfação/insatisfação, acertos/defeitos, normal/melhorar, vergonha/autoestima, quadril/íntegro, amor próprio/egoísmo. Numa dança dicotômica, ambivalente. E, nesse sentido, ele é também fonte de bem-estar, estresse, tranquilidade, descanso, segurança e prazer. Modos de se sentir em relação à própria percepção corporal. E, seguindo na trilha da subjetividade pessoal, chegamos às subjetividades religiosas com o grupo de palavras amor, harmonia, beleza, equilíbrio e templo de Deus. Encontramos, no grupo das palavras em relação à palavra corpo, como já descrevemos anteriormente, harmonia, equilíbrio, beleza e perfeição. Aqui, se repetem harmonia, equilíbrio e beleza. A palavra perfeição se encontra ausente quando o corpo se torna meu corpo. Perfeição é uma qualidade claramente atribuída à condição divina, entretanto, meu corpo é o templo de Deus e comporta o amor.

O quadro a seguir, e o último, que vamos analisar é relativo à expressão atividade física.

QUADRO 3 – ATIVIDADE FÍSICA

	PRIMEIRA PALAVRA	SEGUNDA PALAVRA	TERCEIRA PALAVRA	QUARTA PALAVRA	MAIS IMPORTANTE
1	AUTOSSUPERAÇÃO	DISCIPLINA	PRAZER	LIBERDADE	LIBERDADE
2	DIVERSÃO	SAÚDE	SOCIABILIDADE	PRAZER	DIVERSÃO
3	DESCANSO	INTENSIDADE	INTELIGÊNCIA	ALIMENTAÇÃO	INTELIGÊNCIA
4	CORRER	PEDALAR	CAMINHAR	MALHAR	PEDALAR
5	VIDA	INSEPARÁVEL	SAUDÁVEL	BEM-ESTAR	VIDA
6	SAÚDE	EQUILÍBRIO	VONTADE	FOCO	EQUILÍBRIO
7	CANSAÇO	ESFORÇO	DEDICAÇÃO	VONTADE	DEDICAÇÃO

8	BEM-ESTAR	PRAZER	AMIZADE	DETERMINAÇÃO	AMIZADE
9	PRAZER	FELICIDADE	SATISFAÇÃO	SAÚDE	PRAZER
10	ADORO	SAÚDE	DISPOSIÇÃO	DETERMINAÇÃO	DETERMINAÇÃO
11	MOVIMENTO	SAÚDE	RELAXAMENTO	TRANQUILIDADE	SAÚDE
12	SAÚDE	TRANQUILIDADE	BEM-ESTAR	LONGEVIDADE	SAÚDE
13	PERSISTÊNCIA	SAÚDE	PRAZER	COMPETIÇÃO	SAÚDE
14	SAÚDE	NECESSIDADE	PRAZER	BELEZA	PRAZER
15	SATISFAÇÃO	VONTADE	COMPROMETIMENTO	PRAZER	COMPROMETIMENTO
16	BEM-ESTAR	AUTOESTIMA	SAÚDE	EQUILÍBRIO	SAÚDE
17	BEM-ESTAR	SAUDÁVEL	MENTE	PAZ	PAZ
18	CUIDADO	CONSCIÊNCIA	CONHECIMENTO	INTROSPECÇÃO	CUIDADO
19	SAÚDE	BOA FORMA	ESTÉTICA	ORAR	ORAR
20	DESEMPENHO	<i>PERFORMANCE</i>	QUALIDADE DE VIDA	ESTILO	QUALIDADE DE VIDA
21	VIGOR	AUTORREALIZAÇÃO	BUSCA	APRENDIZADO	APRENDIZADO
22	SAÚDE	BEM-ESTAR	RELAXAR	MOVIMENTO	RELAXAR
23	SAÚDE	ALEGRIA	BEM-ESTAR	DISPOSIÇÃO	SAÚDE

Fonte: PPC: Pesquisa Pessoal de Campo realizada em março e abril de 2013.

Continuando com a análise dos grupos de palavras, chegamos à expressão atividade física. Ainda que a palavra mais citada seja saúde, inclusive na lista das mais importantes, seguindo o mesmo padrão das duas anteriores, aqui a percepção do corpo é de um corpo em movimento, lúdico, socializado e atrelado à mente. Um corpo se deslocando, em atividade para malhar, correr, pedalar e caminhar. Esse primeiro grupo de palavras nos leva ao segundo grupo, que se prende ao primeiro de uma maneira intrínseca. Palavras como saúde, cuidado, saudável, boa forma, vida, qualidade de vida, alimentação e longevidade são compreendidas em um corpo em atividade. O exercício físico aliado à alimentação (adequada) é uma condição para uma vida saudável, com qualidade e duradoura. A atividade física é uma necessidade, implica em dedicação, autossuperação, persistência, disciplina, intensidade, esforço, vontade, disposição, comprometimento, vigor, foco, determinação, competição, estética, *performance*, estilo, desempenho e é inseparável da vida e do corpo. Esses três grupos de palavras evidenciam uma aliança subjetiva entre disciplina, hábito e qualidades morais que um indivíduo precisa construir se deseja estar em forma, sarado e saudável. Ter um corpo em forma é resultado do cultivo de virtudes e de bons hábitos.

O corpo sarado, fruto das atividades físicas, é palco de alegria, diversão, prazer, de culto (adoro), satisfação, relaxamento, cansaço, descanso e sociabilidade. A atividade física também tem um papel lúdico na compreensão dos entrevistados, assim como de autoestima, consciência, autorrealização, inteligência, conhecimento, busca, introspecção,

aprendizado e uma conexão com a mente. O corpo ativo é fonte não só de conhecimento, mas também de autoconhecimento. A atividade física é um modo de busca e mergulho em si mesmo, uma forma de orar. Há uma possibilidade de construção de subjetividades religiosas na prática de atividades físicas capaz de proporcionar, no indivíduo praticante, sentimentos e sensações de liberdade, bem-estar, equilíbrio, felicidade, tranquilidade, beleza e paz.

Corpo, meu corpo e atividade física, uma palavra e duas expressões que analisamos através do jogo de palavras dos participantes da pesquisa de campo. Dentro desse conjunto semântico, nos permitimos ouvir o que as palavras poderiam nos relatar considerando o campo pesquisado – o espaço das academias de ginástica – e a nossa inserção nesse universo. Não pretendemos esgotar todas as possibilidades semânticas dos grupos de palavras, mas sim mostrar uma linguagem, um modo de expressar que acontece dentro desse ambiente de centralidade e de cuidados do corpo. O chamado culto ao corpo é um fato social. O corpo sarado e a sua corporeidade são objetos de muitas construções de sentido, e as práticas de atividades físicas, hoje, são promotoras de significados de vida. O corpo, e ressaltamos mais uma vez, sarado, em forma é portador de muitas virtudes. As virtudes do corpo sarado é o tema do próximo item.

5.2 As virtudes do corpo sarado

Uma relação entre saúde e subjetividades religiosas existe nos espaços das academias de ginástica com o trabalho corporal. Hoje, aparência e essência estão misturadas, as duas são mutáveis e se entrelaçam no próprio corpo. Não em qualquer corpo, mas no corpo sarado. A alma, assim como a herança genética, está incorporada. Os discursos religiosos e os discursos de saúde dialogam entre si e se confundem muitas vezes. Sfez (1996) acredita que, nos tempos atuais, a relação entre o ser e a aparência tem outro entendimento, distinto da filosofia clássica, em que o corpo era mutável e perecível, e a essência do ser, o que se compreendia por alma, era permanente e imutável. Podíamos modificar a aparência sem, contudo, mudar nossa essência. Para o autor, o que se compreendia por alma se deslocou para os genes, se encontra no interior das células. Nosso material genético ocupa hoje o papel, o lugar, que cabia à alma. Os genes contêm o que de mais interior e íntimo possuímos, o que nos diferencia uns dos outros, “tocar, transformar, agir sobre meus genes é então tocar, transformar e agir sobre meu ser individuado, é manipular minha ‘alma’, aquilo que me faz eu. Um, único, e não outro” (SFEZ, 1996, p. 49).

As virtudes do corpo sarado precisam ser exercitadas, dado que elas são particularidades religiosas dos praticantes. Pedro a seguir nos responde qual a palavra mais importante em relação à expressão atividade física e o motivo para essa escolha.

[...] aprendido, porque na verdade a gente só continua praticando porque há algo em troca e a atividade física tem me proporcionado esse aprendizado da vida. O modo que eu vejo o mundo hoje foi muito influenciado por isso. A forma com que eu me aproximei das pessoas simplesmente fazendo exercícios juntos. Quando estamos praticando uma atividade juntos é o estar ali que importa, fazendo algo junto. Percebo que somos iguais, independente da condição social ou cultural. Todas aprenderam a superar obstáculos e muitas vezes maiores que os nossos (PEDRO, entrevista XXI-a, 24 anos).

A atividade física para Pedro é uma experiência de vida, através dela, ele se aproxima das pessoas. É, também, uma maneira de trabalhar em grupo. Sua visão de mundo foi inspirada pelos exercícios físicos e lhe permite desenvolver a empatia com outros seres humanos, entender suas limitações e admirar seus talentos. Existe uma qualidade religiosa para com o mundo na prática corporal de Pedro.

Eunice nos apresenta outra maneira de exercitar as virtudes do corpo sarado. Quando perguntamos se cuidar do corpo é algo que podemos comparar com uma religião, ela expressou o seguinte:

Sim, porque é aquela coisa gostosa que você sente quando você ajuda alguém. Você praticando exercício, você também sente essa coisa gostosa com o seu corpo. Então, existe uma semelhança entre as duas coisas. De estar bem com você mesma. Quando você pratica uma religião, faz uma caridade. Você se sente bem consigo mesmo e quando você pratica um exercício físico, você tem essa sensação de bem-estar com o seu corpo, de dever cumprido. Essa coisa gostosa (EUNICE, entrevista IV, 69 anos).

Eunice mostra, com sua resposta, uma relação possível entre o bem-estar corporal que ela sente quando está praticando atividade física e o sentimento de satisfação pessoal, que ela também sente, quando pratica sua religiosidade através de uma ação caridosa. O sentimento de dever cumprido acontece nas duas ações praticadas, a física e a religiosa. A caridade é uma virtude teologal e para Eunice ela é corporal.

Outro modo de representar a relação entre a prática da religião e a prática de atividade física é expresso no depoimento abaixo, quando essa relação é localizada no espaço físico da igreja comparado com o espaço físico da academia.

Eu acho que a base de uma academia e de uma igreja é a mesma. Tem clientes fiéis nos dois lugares. Aqui, na academia, tem clientes fiéis assim como o padre tem na igreja. E tem os clientes que vem só para conversar, paquerar, distrair. Do mesmo jeito que tem gente que vai na igreja só para tomar a hóstia e acha que está abençoado. A base é a mesma, o que muda é só a capela (OLÍVIO, entrevista VI, 20 anos).

Olívio compreende os espaços, da academia e da igreja, como locais sagrados, e ambos comportam fiéis. O sentido de fidelidade está ligado à seriedade da atividade. Não é só tomar a hóstia que fica abençoado, tem que ter uma disciplina, um compromisso com a fé. Esse mesmo compromisso é necessário nas atividades físicas dentro das academias. Não é só ir lá e passear, não é só lazer, é também um trabalho de fé cuidar do corpo. A benção é para o corpo sarado que é virtuoso. Ricardo (entrevista XV, 53 anos) reforça essa percepção de Olívio quando diz: “sempre fui católico praticante e acho que pode ter sim uma relação desse bem-estar que a gente tem na religião com o que sinto no esporte, na atividade física”. Ele continua sua comunicação:

Vou te dizer uma particularidade: toda vez que eu corro, eu corro rezando um pai-nosso, uma ave-maria. Posso estar estafado, mas isso me dá força. Algo diz: vamos que você consegue. Eu gosto de superar limites, eu gosto de atividade que corre risco calculado. Quando eu saltava de paraquedas, eu sentia a sensação de conversar com Deus. Quando a gente salta é uma sensação de encontrar com Deus (RICARDO, entrevista XV, 53 anos).

As ações religiosas e as ações de saúde precisam ser praticadas. Não é algo estático, mas dinâmico e executado pelo corpo. A prática de atividades físicas é um rito essencial na contemporaneidade. Ela congrega os indivíduos em torno do desejo de ter um corpo sarado. O músculo é nobre e o corpo sarado é virtuoso.

Enquanto animal social, o homem é um animal ritual. Elimine-se uma certa forma de ritual e ele reaparece sob outra forma, com tanto mais vigor quanto mais intensa for a interação social. [...] os ritos sociais criam uma realidade que sem eles nada seria. [...] não existem relações sociais sem actos simbólicos (DOUGLAS, [1966], p. 80).

A saúde e a estética são uma vitrine do corpo, mas também uma vitrine da mente, do espírito. Espelham um bem-estar não só do corpo, da saúde física, mas também um equilíbrio com uma ordem cósmica, na qual o sujeito habita com esse corpo e do qual é parte importante e central. Na prática de atividade física, é possível haver uma relação com a prática religiosa devido a esse sentimento de bem-estar que ambas proporcionam ao

indivíduo. O corpo é um presente de Deus, o veículo de algo maior, e cuidar do corpo é também uma forma de orar, de conversar com Deus. O corpo sarado pode ser um caminho para a salvação da alma. Isso é o que veremos a seguir.

5.2.1 Corpo sarado, corpo e alma salvos

Nesses tempos contemporâneos, nos quais a religiosidade se desloca para o espaço individual, nossa compreensão dos cuidados de si com a pesquisa de campo se volta para a disciplina das atividades físicas em que exercitar pode ser também uma forma de orar, de entrar em sintonia com uma dimensão dentro do indivíduo que lhe proporciona prazer e bem-estar e um sentido de se religar a um domínio divino. O corpo sarado é um mediador dessa comunicação com o divino, os nobres tecidos musculares proporcionam um bem-estar consigo mesmo e esse bem-estar também pode ser um bem-estar espiritual.

Cada participante da pesquisa relatou sua prática na academia e sua prática religiosa de acordo com sua percepção. Alguns viam uma relação entre as duas, outros achavam que eram duas coisas distintas, outros que poderia haver uma conexão indireta e alguns enxergavam semelhanças.

Para mim, não é uma religião cuidar do corpo. Mas tem gente que vive para isso e aí vira uma religião, um objetivo de vida. Eu posso comparar o meu ritmo de atividade física com o ritmo que eu vou à missa. Eu me sinto bem, mas não sou desesperada, nem para a religião nem para a atividade física. [...] [a prática na academia] É um modo de se encontrar. [...] Se você consegue ficar bem consigo mesmo, se você consegue se encontrar, você consegue encontrar Deus. Porque você precisa se encontrar primeiro (CÁSSIA, entrevista VII, 18 anos).

Cuidar do corpo na academia, para Cássia, não é uma prática religiosa, mas ela considera que tem o mesmo ritmo para as duas atividades, e a atividade física é uma maneira de se descobrir interiormente. Ela acredita que, para achar Deus, é necessário, em primeiro lugar, você encontrar a si mesmo. Esse encontro interior pode acontecer dentro da academia de ginástica com o exercício corporal. Nesta linha de raciocínio, João pensa diferente e diz:

[...] eu vou cuidar do corpo para ter bem-estar físico e uma religião é para eu ter um bem-estar mental, espiritual. Isso para mim é diferente. É fundamental corpo são em mente sã, mas não vejo que isso está envolvido com religião. Não vejo religião envolvida com prática de atividade física (JOÃO, entrevista II, 54 anos).

Embora João acredite na máxima mente sã em corpo são, para ele, as duas atividades, a religiosa e a física, são distintas. Sua percepção da relação entre mente e corpo é cartesiana. Essa visão cartesiana se estende para a conexão que ele faz entre as duas atividades. Já Raquel aproxima as duas atividades do sentimento de fé quando fala:

No domingo, eu vou à missa com a minha avó e a gente relaxa com a missa, encontra uma paz, tem uma fé. E, lá na academia, a gente também relaxa, encontra uma paz e tem uma fé que o que a gente faz vai dar resultado. Você vê alguma coisa dando efeito. E com a fé, você acredita que vai conseguir seu objetivo (RAQUEL, entrevista X, 20 anos).

A fé, para Raquel, coloca as duas práticas lado a lado. A sensação de bem-estar acontece na igreja e na academia. A fé é necessária para cuidar do corpo com as atividades físicas, para fortalecer a disciplina e alcançar um corpo sarado. O corpo sarado é uma meta de vida, um lugar a chegar. A prática da atividade física disciplinada possibilita um bem-estar que extrapola as sensações fisiológicas. É semelhante ao que a prática de uma religião pode nos trazer, como um sentimento de paz e de harmonia. Afinal, o sujeito consegue ficar bem consigo mesmo, no corpo e no espírito, com a prática de exercícios físicos. O corpo faz essa mediação. O corpo é um templo de Deus. Deus habita no corpo, e, na compreensão de Olívio, a palavra mais importante para corpo é:

Cuidado, porque o corpo para mim é uma caixa, é a sua casa, você precisa tomar cuidado. Eu sei que tem algo além do corpo. O corpo é só um lugar que você está esperando por algo maior. Você está adquirindo experiência. Você precisa ter cuidado com o corpo, não para a aparência, mas ter saúde, bem-estar. Algo maior significa que você não vai estar com esse corpo para sempre. Esse corpo está retendo conhecimento para algo maior (Olívio, entrevista VI, 20 anos).

O corpo para Olívio é um caixa que guarda um destino maior que acontecerá no futuro. Seu corpo é sua morada enquanto ele espera esse fado. Ele entende que a existência encarnada é passageira e tem como objetivo aumentar conhecimento e experiência de vida. O corpo, como caixa, guarda esse aprendizado, que terá sentido em uma dimensão que ele entende como algo maior. O corpo precisa ser bem cuidado até esse destino chegar. Nos séculos I e II d.C., “o cuidado de si é uma obrigação permanente que deve durar a vida toda”, afirma Foucault (2011, p. 80). Ocupar-se de si para poder governar os outros. É uma ação de voltar-se para si mesmo. O movimento se desloca do jovem aristocrata, do adolescente e se

dirige para o adulto e para a velhice. O cuidado de si implica numa tomada de decisão para toda a vida e separa os que assim não agem dos que se aprimoram nas ações do cuidado de si (FOUCAULT, 2011).

Na compreensão de Foucault (2011), a disciplina do cuidado de si, na Antiguidade clássica, era uma ação de caráter afirmativo, realizada por um indivíduo que estava atento a si e ao coletivo ao seu redor. Essa atitude era positiva, separava quem tinha domínio de si daqueles que não tinham e conferia proteção aos indivíduos no mundo. Para gregos e romanos, essas regras de conduta voltadas para os cuidados não tinham como finalidade outro mundo: a salvação se dava na vida presente (FOUCAULT, 2011).

Enfim, “salvar-se” significará: aceder a bens que não se possuía no ponto de partida, favorecer-se com uma espécie de benefício que se faz a si mesmo, do qual se é o próprio operador. “Salvar-se” significará: assegurar-se a própria felicidade, a tranquilidade, a serenidade, etc. [...] Salvar-se é uma atividade que se desdobra ao longo de toda a vida e cujo único operador é o próprio sujeito (FOUCAULT, 2011, p. 166).

Se para Foucault, como citado acima, os cuidados de si na Antiguidade clássica visavam assegurar uma existência humana em harmonia, para Olívio, o cuidado com o corpo é uma condição para a salvação que se alcança depois da vida do corpo, porque na tradição cristã, o reino de Deus não é desse mundo. Cuidar do corpo lhe proporciona um sentido de proteção para acessar bens espirituais.

O discurso de saúde, mais uma vez, se mescla com um discurso religioso, e o corpo está presente em ambos. O cuidado com o corpo é condição essencial para alcançar a espiritualidade como veremos com as afirmações de Anita e Fátima.

O corpo é um presente de Deus e precisamos cuidar dele. Não adianta cuidar só da moral, do espírito e deixar o corpo de lado. Estamos aqui e precisamos do corpo para viver e precisamos cuidar dele. E quanto mais eu me aproximei da doutrina espírita, mais eu deixei de ver a atividade física como uma questão estética e passei a me preocupar com a saúde (ANITA, entrevista VIII, 22 anos).

Assim como eu vou periodicamente à igreja, eu faço minhas atividades físicas. Mas acho a religião mais importante. Pode ser comparado sim com uma forma de orar. Quando eu caminho sozinha, eu observo as folhas das árvores da UFJF, as muitas cores, o brilho da água na lagoa. [...] É realmente uma oração, é falar com Deus. Agradecer toda aquela beleza. [...] Meu corpo é o templo de Deus. Acredito que Deus mora em mim, eu me sinto parte dele, ele faz parte da minha vida. [...] Eu sinto que Deus habita em mim (FÁTIMA, entrevista XI, 50 anos).

Anita, espírita, e Fátima, metodista, mostram um entendimento de corpo e religião que, sob certos aspectos, se distancia da compreensão cristã, na qual o aprimoramento do espírito é de longe mais importante do que cuidar do corpo. No cristianismo, a atenção com o corpo deve se restringir ao limite da sobrevivência. Anita afirma que o cuidado com o corpo é tão importante como cuidar da moralidade e da condição espiritual. Na tradição cristã, o corpo é o templo do Espírito Santo. Para Fátima, Deus tem morada em seu corpo, e a atividade física é uma maneira de orar, de louvar o mundo criado por Deus com toda sua beleza e esplendor. Cleide confirma essa compreensão religiosa que coloca o corpo em um lugar sagrado.

Estando bem com você, com seu corpo, você vai estar se relacionando com outra dimensão, com Deus. É possível perceber Deus estando bem com seu corpo. Estar bem com a parte espiritual. As pessoas têm uma dificuldade de fazer essa relação e acham que só se consegue com o espírito. É uma forma de meditar. A parte física tem a ver com a parte religiosa (CLEIDE, entrevista XVII, 60 anos).

Cleide acredita que um corpo malhado, sarado, ou seja, bem cuidado, é um canal de diálogo com o sagrado. Essa comunicação com Deus não é um atributo apenas do espírito. Fátima afirmou que a atividade física é uma forma de oração, e Cleide reforça essa percepção, dizendo que é um modo de meditar. Do ponto de vista de Miranda, “o corpo é uma via de experiências autênticas do si mesmo, onde a fé e a razão purificam-se, aprofundam-se e realizam-se mutuamente, num encontro de imensidades” (MIRANDA, 2007, p. 18).

Acredito que sim, principalmente pelo fato que na Igreja Católica se diz que amai-vos uns aos outros como a si mesmo, como um dos maiores mandamentos da lei de Deus e a vida é um presente, então, se você não cuida do seu corpo, que é um presente de Deus, pois foi a partir dele que Ele te deu a vida para você andar, caminhar, se cuidar, como fica então? (CÉLIA, entrevista XVI, 46 anos).

O mandamento bíblico que nos convida a amar uns aos outros como a si mesmo passa por cuidar de si, de sua saúde, de seu corpo. A vida é um presente de Deus e deve ser cuidada. Através da atividade física está se cuidando da vida. A atividade física também é uma forma de conhecimento mais integral de si mesmo. E o cuidado do corpo, o cuidado consigo mesmo é condição para desenvolver o amor ao próximo.

Cabe ao sujeito ocidental essa ação positiva como valor moral. Em nossa compreensão, a partir do campo, também “não se deve esquecer, justamente, que um dos grandes elementos da espiritualidade cristã será que a vida deve ser vida ‘regrada’. A *regula vitae* (a regra de vida) é essencial” (FOUCAULT, 2011, p. 381). O cidadão ocidental contemporâneo deve escolher sarar o corpo e, como consequência, salvar o corpo, não só para a vida aqui no mundo, mas para garantir o aval divino para um outro mundo. Enfim “[...] o ascetismo cristão como a filosofia antiga, coloca-se sob o signo do cuidado de si e faz da obrigação de ter de conhecer-se um dos elementos dessa preocupação essencial” (FOUCAULT, 2011, p. 444).

Eu observo os católicos carismáticos e eu fico pensando se, enquanto eles se movimentam na missa, com a música, se eles não estão jogando um pouco de endorfina para a corrente sanguínea e sentindo aquilo como um prazer. Porque para uma pessoa sedentária, para uma pessoa idosa qualquer movimento de braço, [...] joga endorfina no sangue. [...] eles estão matando dois coelhos apenas com uma cajadada, estão orando para sua fé e ao mesmo tempo estão fazendo bem para o coração, para a alma, para o corpo (HELENA, entrevista V-a, 44 anos).

Para Helena, o exercício físico é uma preparação para o contato com Deus. O movimento do corpo, que hoje acontece nas coreografias das celebrações religiosas, é uma oração, um modo de expressar a fé. Ou seja, o cuidado com o corpo pode ser comparado a um exercício de piedade.

Feito à imagem e semelhança de Deus, o corpo humano é postulado desde o princípio do texto bíblico como um território do sagrado (Gn 1,26). Não se trata apenas de um monte de órgãos, vísceras, fluidos e funções. Na língua hebraica, todas as partes do corpo humano são hipostasiadas e dotadas de atributos psíquicos e espirituais. Cada parte do corpo humano leva em si mesma uma consciência do verdadeiro Eu e de sua unidade (MIRANDA, 2007, p. 11).

Para Miranda (2007, p. 12), o corpo “é um santuário onde a sabedoria divina se torna visível”. O autor, em sua leitura da Cabala e do judaísmo, considera que a sociedade contemporânea, com seu processo de laicização da existência humana, dessacralizou o corpo, o que resultou numa perda imensurável para compreender o sentido da vida. O corpo se tornou um objeto manipulado, seja pelo olhar dicotômico da ciência moderna, seja pela visão dualista das religiões. Miranda (2007, p. 12) acredita que “a sabedoria judeu-cristã ajuda a

viver o corpo como um templo, em que pesem todos os equívocos castradores e abomináveis que a história ocidental e oriental proferiu (e ainda profere) sobre o corpo”.

Os indivíduos sarados expressam sua fé através do cuidado com o corpo. Cuidado que é entendido como manter o corpo ativo e aumentar a massa muscular corporal. Agindo dessa maneira, esses indivíduos compreendem que estão honrando o corpo como uma dádiva de Deus. O corpo sarado é um corpo curado, perdoado, salvo. O corpo sarado ganhou uma densidade religiosa? Esse é o tema do sexto capítulo.

CAPÍTULO 6 O CORPO RELIGIOSO SARADO

Nos tempos atuais, nos quais o corpo é o foco das atenções, qual é o lugar da compreensão religiosa cristã do corpo que marcou o mundo ocidental? Onde ficou a compreensão religiosa do corpo nos tempos atuais, onde o corpo é objeto de cuidados e de tantos mimos? O corpo mudou de lugar em sua compreensão/importância nos últimos tempos? Sim, pensamos que conseguimos demonstrar isto de maneira clara, mas ele também mudou de lugar no que tange à religião? Ocuparia hoje o corpo um significado religioso maior? Há uma mudança na relação corpo e religião? E em qual medida houve mudança nesta compreensão? Há também um corpo religioso, ou seja, o corpo passa a ter uma importância/densidade religiosa? E, se há um ideal de se buscar um corpo sarado, em forma, pode-se falar em um corpo religioso sarado? Em um corpo religioso em forma?

Um deslocamento também está acontecendo na maneira como os praticantes de exercícios físicos expressam sua fé fora do espaço das instituições religiosas de pertença. A prática de atividade física ocupa na vida desses indivíduos um lugar diferenciado não só como um quesito para ter saúde, para ter um corpo em forma, mas também como uma maneira religiosa de estar na vida. Quando perguntamos para Helena (entrevista V-a, 44 anos) se, para ela, poderia haver uma relação entre sua prática de atividades físicas e sua prática religiosa, ela respondeu que a prática de exercícios físicos “é uma forma de orar. Se eu não estou me sentindo bem fisicamente, eu me sinto muito mal, muito para baixo”. Ela entende que a disciplina com as atividades físicas é uma maneira de fazer suas orações. Ao cuidar do corpo, ela conversa com Deus e, desse modo, eleva o seu estado emocional, se sente para cima. Além disso, a atividade física funciona como uma terapia: “como eu não sou católica praticante e eu tenho um pouco de preconceito com terapia. A minha terapia é o exercício físico. [...] Eu posso estar com qualquer problema na cabeça, me sentindo um lixo, mas quando acaba a aula de *spinning* eu estou leve”. Helena se declara católica não praticante e não adepta de práticas terapêuticas, e assim ela congrega as duas atividades, a religiosa e a psicológica, na prática de atividade física. Através do corpo, ela acessa essas duas dimensões da experiência humana. A prática de atividades físicas transforma sua condição existencial de se sentir um lixo, algo estragado e imprestável em um estado que ela descreve como leveza. O que é leve pode seguir para o alto: ela se eleva com as atividades corporais. E, mais ainda, ela compreende que “praticar atividade física é uma filosofia de vida. [...] A atividade física sempre foi a minha terapia, a minha religião”. Para Helena, seu corpo em movimento reúne no seu viver as dimensões religiosa, filosófica e psicológica.

O propósito desse capítulo é mostrar que lugar o corpo religioso e sarado ocupa hoje a partir das academias de ginástica, espaços onde o corpo é o centro das atenções, dos desejos, das expectativas e de outras subjetividades religiosas que também são construídas em torno dele. O que permanece e o que muda nessas ressignificações do corpo religioso?

Nesse capítulo, vamos trabalhar sobretudo com as quatro entrevistas da terceira etapa da pesquisa de campo. As comunicações de Márcia, Helena, Pedro e Marta vão compor a base da reflexão do sexto capítulo. Retomaremos algumas falas da segunda etapa da pesquisa de campo para finalizar o capítulo.

6.1 O lugar do corpo religioso e sarado nas academias de ginástica

Como vimos nos capítulos anteriores a partir de uma visão ampla da história, o corpo, na tradição cristã, ocupa um lugar secundário em relação à alma. Mesmo nos aspectos históricos dos conceitos e compreensões de saúde e das práticas médicas a partir da Antiguidade clássica, o corpo permanece em um lugar considerado menos nobre se comparado às questões da alma e aos ditames da mente e da razão. O corpo é instrumento, cárcere, um lugar de desejos e de pecados. Sem um corpo não se pode viver no mundo e, lembrando Fredriksen (2014), o corpo é o lugar da expiação do pecado original cometido pelo primeiro casal humano, que, com sua desobediência a Deus, condenou a humanidade a expiar seu erro e pecado em um corpo que conteria em si as doenças, o sofrimento e a morte. Também vimos que a autora considera que, no Antigo Testamento, o corpo deveria ser purificado pelo arrependimento dos pecados. A redenção do ser humano nesse período histórico era uma consequência de libertar o corpo das impurezas entendidas como pecados. Já no tempo do apóstolo Paulo, o corpo se entrelaça com a fraqueza da carne e a condição do ser humano é pecadora. Desse modo, a humanidade só seria redimida após a morte do corpo, porque Jesus se sacrificou para expiar a nossa culpa teologal.

O flagelo do corpo de Jesus e o derramamento de seu sangue salvaram a humanidade do pecado, assim acreditavam os primeiros cristãos. Jesus nasceu, viveu, morreu e ressuscitou num corpo. Esse sofrimento não foi em vão, e o corpo, na teologia cristã, se é o lugar da perdição, também é o lugar da redenção. O corpo foi e é alvo de controle e vigilância por parte dos poderes religiosos e políticos em todos os tempos. De uma forma ou de outra, o imaginário social sobre o corpo ocupou espaço na cultura cristianizada, e normas de comportamento, as mais variadas, foram construídas em seu entorno. Ascetes foram tecidas

com os fios das representações sobre a corporeidade que aconteceram nas tramas da história ocidental.

A ascese e, mais ainda, o ascetismo pertencem ao domínio do vocabulário moral: trata-se do comportamento que visa ao controle dos afetos, que manifesta o controle de si - exemplarmente o do asceta tal como o apresenta as diferentes religiões, voltado para a renúncia, o desapego, as práticas de mortificação; o corpo é então percebido como aquilo que é preciso dominar, até mesmo “aniquilar”, para avançar em perfeição na vida espiritual, à qual a ascese seria essencialmente subordinada (TRÉMOLIÈRES, 2012, p.105).

A afirmação acima de Trémolières (2012) ainda é válida para a época atual? Ou podemos mudar o foco da questão para perceber que houve um deslocamento da importância do corpo, no sentido de ter mais centralidade? Houve também um deslocamento do lugar e da percepção do corpo do ponto de vista religioso? Sim, acreditamos que houve um deslocamento do lugar do corpo religioso e, com isso, outras formas de ascese que afirmam o corpo foram sendo construídas. Não mais uma ascese que aniquila o corpo. A corporeidade não precisa ser mais humilhada com regras de mortificações:

Com exceção da vulgaridade que anda por aí, o corpo não é aquela coisa pecaminosa, principalmente em relação à sexualidade, não é algo do Diabo, uma coisa ruim como costumam dizer. A relação sexual é feita no casamento, mas é uma coisa limpa, criada por Deus. Também não adianta quando você vai à igreja para um culto, para venerar a Deus e está com a cabeça cheia e não consegue fazer isso na sua mente, você está lá apenas de corpo presente, e não consegue fazer aquela prática. Da mesma forma aqui [na academia], quando eu chego e consigo desligar a minha mente do trabalho, fica mais fácil conectar com Deus (GLÁUCIO, entrevista XIX, 35 anos).

Dialogando com Gláucio (entrevista XIX, 35 anos), perguntamos se ele achava que cuidar do corpo na academia de ginástica era algo que pudesse ser comparado a uma religião, ele considerou que o corpo não é um lugar do pecado, muito menos a morada do Diabo. Ele condena o que compreende como vulgaridade e contrapõe a isso a sexualidade que deve acontecer no casamento, porque é uma condição que foi colocada por Deus. Faz uma comparação com o crente que está no culto religioso, mas com a mente em outro lugar e, assim, não se encontra por inteiro na celebração, e o indivíduo, no caso ele mesmo, que está se exercitando numa academia de ginástica e consegue desligar a mente das preocupações mundanas e entrar em contato com Deus. Nesse caso, o sujeito está por inteiro em oração com

Deus. O trabalho corporal possibilita essa unidade entre o corpo, a mente e o divino. O corpo cuidado é uma possibilidade de louvar a Deus. É um canal de comunicação com o divino.

Gláucio se declarou batista e expressa a concepção vinda da Reforma Protestante (GOMES, 2006), que afirma que o corpo, embora lugar do pecado, é a morada do Espírito Santo, e a sexualidade é uma circunstância da existência humana e, assim, deve ser realizada e mantida na sacralidade do matrimônio. A compreensão de Gláucio é tradicional em relação à união sexual e isso significa manter-se nos limites do casamento, mas aponta para outro entendimento sobre o corpo, que não é algo ruim e nem diabólico. Há uma compreensão de corpo religioso que transita entre a tradição religiosa e outras possibilidades contemporâneas de devoção.

A mesma pergunta foi feita para Angélica (entrevista XXIII, 26 anos) e sua opinião é “acho que as duas coisas andam juntas, mas não acho que uma vai substituir a outra. Acho que pode ter um diálogo e se você está bem espiritualmente tudo flui melhor e você pensa até em cuidar mais de si”. Ela entende que o cuidado com o corpo e a religião são duas atitudes que podem acontecer em paralelo, ao mesmo tempo. Dessa forma, cuidar do corpo não se contrapõe a uma prática religiosa, até porque o bem-estar espiritual é algo que incentiva um maior zelo corporal. Ela continua sua explicação dizendo: “uma coisa leva outra, é essa consciência. É o equilíbrio do corpo e da alma, um complementa o outro”. Para Angélica, a religião cuida da alma e a atividade física cuida do corpo, assim, as duas tarefas de desvelo se integram e ela entende esse conjunto como equilíbrio e um estado de consciência. Ela termina dizendo: “eu entendo que fui criada por Deus e, se eu não cuido do meu corpo, eu não estou cuidando daquilo que me foi dado por Deus, não estou cuidando da obra de Deus”. O corpo, para Angélica, é mais do que um instrumento ou o templo do Espírito Santo, o corpo é uma obra divina, sagrada, não apenas um lugar que guarda algo mais nobre, ele, em si, tem um valor superior.

Corpo e alma, numa unidade, se relacionam com Deus. E não mais como em compreensões antigas em que a alma é o canal de comunicação com Deus e o corpo é, no máximo, algo que dificulta esta comunicação com seus impulsos e desejos.

Para nomear os dois tópicos que se seguem, fizemos uso de frases ditas pelos participantes da terceira etapa, por entendermos que as frases escolhidas retratam o assunto que iremos apresentar em cada item. No 6.1.1, uma frase dita por Márcia e no 6.1.2, uma afirmação feita por Helena.

6.1.1 Fazer do corpo o templo de Deus

A segunda entrevista com Márcia (entrevista XXII-b, 31 anos) abre o nosso tópico. Nossa pergunta para abrir o diálogo foi se para ela existiria uma relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica. Márcia iniciou dizendo que “quando criança, no catecismo da igreja, aprendi que temos que fazer do corpo o templo de Deus”. Com essas palavras iniciais, Márcia considera o corpo como um santuário divino, parafraseando as palavras paulinas que afirmam o corpo como o templo do Espírito Santo. Para ela, isso significa “ter cuidado com o corpo a partir do que a religião prega. Se preservar, não cometer os pecados”. Márcia é católica e aprendeu essas regras de cuidado com o corpo na infância quando frequentava o ensino religioso na igreja. O cuidado com o corpo se revela em seu resguardo em relação aos pecados capitais: gula, avareza, luxúria, ira, inveja, preguiça e orgulho. Esclarecendo melhor, ela diz:

Trazendo para nossa realidade seria cuidar de não se expor, não fazer com que o corpo seja algo de cobiça, tomar cuidado com o que se veste e também não se prostituir que é um tipo de pecado com o corpo. Eu malho para ficar bem, se eu não faço isso, se eu não estou bem com meu corpo, eu fico deprimida. Eu malho para estar bem, para o corpo ficar bem e não para chamar a atenção, depende da pessoa o uso que ela faz do corpo.

Márcia traduz para a realidade cotidiana contemporânea esse cuidado com o corpo como a não exposição de suas partes que possam despertar o desejo de outras pessoas. Assim também temos as palavras do apóstolo Paulo: “a vontade de Deus é que vocês sejam santificados: abstenham-se da imoralidade sexual. Cada um saiba controlar o seu próprio corpo de maneira santa e honrada [...]” (2Ts 4,3-4). A escolha das vestimentas deve seguir um padrão modesto e nobre que não estimule essa luxúria. As roupas podem servir como um escudo para os olhos dos outros, de modo que eles, os outros, não pequem em pensamentos e em atos. A prostituição é abominada, pois degrada o corpo. As declarações de Márcia reafirmam as normas tradicionais da catequese cristã, embora ela acredite que atualiza os conceitos. E, de certa maneira, o faz, pois afirma o cuidado com o corpo como uma necessidade primordial, de não só preservar, mas deixar o corpo em forma, saudável e bonito. Citamos outra vez as palavras de Paulo: “vocês não sabem que são santuários de Deus e que o Espírito de Deus habita em vocês? Se alguém destruir o santuário de Deus, Deus o destruirá; pois o santuário de Deus, que são vocês, é sagrado” (1Cor 3,16-17).

Em seguida ao dizer que malha para o seu bem-estar, para o corpo ter saúde, ela faz questão de enunciar que com isso faz um bom uso do corpo. O fato dele, o corpo, ficar mais bonito, mais sarado, em forma, não é para dar visibilidade a sua pessoa. A não ser que o indivíduo utilize seu próprio corpo de maneira imoral, não há problema nenhum em malhar o corpo e torná-lo mais atrativo. Márcia com suas considerações afirma, mais uma vez, o cuidado com o corpo e a beleza física de maneira positiva.

Ao malhar o corpo para ficar bem consigo mesma, ela assegura que o corpo deve ser cuidado, pois ele é o receptáculo de uma energia proveniente de Deus. Seu olhar sobre o corpo é positivo, embora o bom uso do corpo seja critério individual. Outra vez lembramos as palavras de Paulo de Tarso: “que o próprio Deus da paz os santifique inteiramente. Que todo o espírito, a alma e o corpo de vocês sejam preservados irrepreensíveis na vinda de nosso Senhor Jesus Cristo” (1 Ts 5,23). Nas palavras de Paulo, corpo, alma e espírito devem ser preservados para o retorno de Jesus. Márcia afirma que precisamos preservar o corpo e quando ela não faz isso, fica deprimida, não fica em paz, não há alegria espiritual. Em suas palavras, o corpo deve ser cuidado porque assim a mente e a alma ficam bem. Sobre o fato do cuidado com o corpo ter uma relação com a religião, ela considera:

Mas para mim, Deus está acima de tudo. Na academia, também tem que ter disciplina, tenho o meu rigor, mas meu corpo não está acima de tudo. Eu posso comer doce uma vez ou outra, eu posso infringir a regra. Mas com Deus não, eu adoro a Deus, eu vou à missa, leio a Bíblia, tem os pecados, mas eu não posso infringir a regra, é diferente. Eu cuido do meu corpo, porque eu quero me sentir bem e quero estar bonita.

A disciplina de Márcia em relação a Deus e aos dogmas da religião não admite exceções. Os dogmas são para serem obedecidos e seguidos por mais que sejam difíceis. A disciplina com o corpo permite poucas exceções. De modo que, nas práticas de atividades físicas na academia de ginástica, também há disciplina e austeridade em relação ao corpo, caracterizando um comportamento que implica em práticas de ascese. Márcia continua seu raciocínio dizendo: “religião, no meu entendimento, é para a gente ficar bem, fazer bem ao próximo. Mas não vejo isso diretamente ligado ao corpo. Vejo isso indiretamente. Se eu estou bem, eu vou fazer bem para outra pessoa”. Um vínculo é possível entre a prática da religião e a prática das atividades físicas de um modo não muito explícito quando ambas as práticas trazem ao indivíduo um bem-estar, e isso permite que ele se volte a outro ser humano com sentimentos de cuidado e acolhimento. Márcia declarou anteriormente que se ela não malha, fica deprimida, ou seja, a condição corporal em forma, sarada é uma condição para ela estar

bem e, assim, poder auxiliar o próximo. O corpo malhado é um veículo para a caridade religiosa.

Márcia deixa bem claro que “ninguém vai para academia para pregar. Esse bem-estar na academia pode ser como o bem-estar da religião, mas só indiretamente”. Mais uma vez, ela reafirma a relação indireta entre as duas atividades, a religiosa e a física. Percebemos que há outro tipo de sermão, não religioso, mas parecido, um sermão sobre o comportamento saudável e suas consequências quando transgredido: “quando não malho e como algo que não devia, eu fico com culpa, não devia ter feito aquilo porque a gente tem um objetivo”. Nesta linha, há uma proximidade nas duas atividades que inclui não só a disciplina e o rigor com o corpo, mas também a culpa por ter caído na tentação, seja por não malhar, seja por comer algo que não é permitido nessa ascese alimentar, que faz parte da rotina dos praticantes das academias de ginástica com o trabalho muscular para obter e manter o corpo sarado, em forma, em boa forma. Afinal, como professa Paulo: “acaso não sabem que o corpo de vocês é santuário de Espírito Santo que habita em vocês, que lhes foi dado por Deus, e que vocês não são de si mesmos? Vocês foram comprados por alto preço. Portanto, glorifiquem a Deus com seu próprio corpo” (1Cor 6,19-20).

Paulo convoca os cristãos a louvar a Deus com o próprio corpo, pois os corpos não lhes pertencem e sim a Deus, e o corpo serve como altar para a glória de Deus. O corpo cuidado, sarado para Márcia é também para a glória do Senhor. Ressaltamos aqui um corpo cuidado, não negado, mas tratado com responsabilidade, com desvelo. Nas reflexões de Márcia, podemos perceber uma direção positiva nessa compreensão sobre o seu corpo e a sua religião. Contudo, o corpo não pode ser exposto de uma maneira que instigue o desejo do próximo, embora ela afirme que malha, também, para ficar bonita. E, além disso, o uso do corpo não deve ser de um modo que ela compreende como profanação, porque ele é o santuário de Deus e deve estar saudável, sarado e estar em forma. Por fim, ela diz:

Com certeza, hoje tem um endeusamento do corpo sim e a mídia incentiva isso, principalmente em relação à mulher. As mulheres comem um doce e colocam na mídia dizendo que comeu doce, que não deviam comer e que é horrível e agora terão que correr quilômetros e fazer mais exercícios, porque não podem comer nada. É um endeusamento do corpo. Tem gente que malha para chamar a atenção e tem aqueles que malham para saúde [...]. Mas eu acho que é mais pela saúde todo esse movimento de atividade física.

O culto ao corpo é afirmado por Márcia e é promovido pelas mídias em sua percepção. De seu ponto de vista, as mulheres são mais atingidas por esse processo coercitivo

do corpo sarado como padrão contemporâneo. A penitência por transgredir uma ascese alimentar é medonha e a mulher não pode comer nada. Como tradição cristã, a mulher e o corpo da mulher são vistos sob uma suspeita maior do que o homem e o seu corpo. O sofrimento por ceder à tentação e comer um doce – que é um alimento calórico, composto de açúcar e gordura, nutrientes que, nos dias atuais, são repudiados nos quesitos de uma vida saudável – é exorcizado pela atividade de corrida e pelo aumento dos exercícios praticados na academia de ginástica. O corpo é punido por um aumento da atividade física, pelo sofrimento muscular. Com a atividade aeróbica é possível queimar e eliminar calorias indesejáveis, consumidas num momento de fraqueza da carne. Calorias que são prejudiciais à saúde e que maculam o corpo, que é uma casa para o espírito. Nas palavras de Paulo de Tarso:

Sabemos que, se for destruída a temporária habitação terrena em que vivemos, temos da parte de Deus um edifício, uma casa eterna nos céus, não construída por mãos humanas [...] Pois, enquanto estamos nesta casa, gememos e nos angustiamos, porque não queremos ser despidos, mas revestidos da nossa habitação celestial, para que aquilo que é mortal seja absorvido pela vida [...] Pois todos nós devemos comparecer perante o tribunal de Cristo, para que cada um receba de acordo com as obras praticadas por meio do corpo, quer sejam boas quer sejam más (2Cor 5, 1.4.10).

Encontramos, na percepção de Márcia, a compreensão tradicional cristã do corpo como templo do Espírito Santo. Como um instrumento dos desígnios de Deus, para Márcia, o corpo não deve cometer os pecados, no entanto, ela não afirma que o corpo é um lugar de pecado. Em vez disso, ressalta que cuida do corpo com a malhação e com as restrições alimentares para ele ficar em forma, sarado e ela se sentir bem. Ela vê uma relação entre corpo e religião de uma maneira indireta, porque Deus está acima de tudo. E considera que esse movimento de culto ao corpo é para ter saúde. No item seguinte, vamos dialogar com Helena e sua percepção sobre a relação corpo e religião nas academias de ginástica.

6.1.2 Eu vejo o corpo como uma materialidade do espírito

Helena, católica, ao ser indagada sobre a relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica, considera que o corpo em sua religião tem um caráter positivo. Seguem suas palavras: “o corpo, na minha religião, é algo bom, que traz força. Se cuido do meu corpo, estou protegendo todo o meu ser, se seu corpo está saudável, sua mente também está”. Embora, no cristianismo, o corpo, tradicionalmente, seja compreendido como

um lugar do pecado e da fraqueza da carne, ela afirma que ele, o corpo, é algo bom. E, mais ainda, em sua percepção, ao cuidar do corpo, ela está resguardando todo seu organismo, sua pessoa, sua existência, enfim, seu ser no mundo, tudo o que ela é. Há, nessa percepção, um sentimento ontológico, que passa pela condição corporal, pela existência encarnada.

O corpo é fonte de força, de vigor, de potência. É fonte de vida, como também condição necessária para uma mente sã. Aqui, Helena inverte a máxima *mens sana in corpore sano*. O corpo saudável é condição para a mente saudável. Ela também entende que o corpo malhado, exercitado é um caminho para um estado de bem-estar pessoal: “vejo aqui na academia, no meu trabalho, que quando as pessoas estão satisfeitas com o próprio corpo, elas estão bem com elas mesmas, na maioria das vezes”. Para ela, “aqui [na academia] também é um lugar de tratamento. As pessoas chegam por indicação de psicólogos, de psiquiatras e melhoram”.

Helena pratica atividade física desde criança, como já afirmou em sua primeira entrevista, é educadora física há muitos anos e trabalha numa academia de ginástica. Ela vivencia o espaço da academia de ginástica de muitos modos, como *personal trainer*, professora e cliente. Sua percepção das atividades físicas, do trabalho com o corpo inclui a possibilidade de tratamento e de cura de doenças e distúrbios do campo psicológico, das doenças da alma. Estar bem com seu corpo proporciona ao indivíduo estar bem consigo mesmo. A academia de ginástica também é um espaço terapêutico, é um espaço que possibilita o alívio para a angústia existencial. Evidentemente, isso acontece através do corpo cuidado, sarado porque, para Helena, o corpo reflete o espírito, o corpo é a parte material do espírito.

Eu vejo o corpo como uma materialidade do espírito. Uma pessoa magrinha, desnutrida, ela está assim no espírito, como ao contrário também, o corpo reflete o que vai na alma. Quando eu não pratico meus exercícios, eu me sinto fraca. O meu corpo descreve como está meu espírito (HELENA, entrevista V-b, 44 anos).

De forma que, para Helena, o corpo espelha e é espelhado pelo espírito. Corpo e espírito se entrelaçam e se alimentam. A relação entre eles não é de oposição e sim de complementaridade. Em contraposição a necessidade cristã de um corpo aniquilado para a ascensão do espírito, para a salvação da alma, na compreensão de Helena, o fortalecimento muscular é um fortalecimento do espírito. O lugar do corpo se desloca do local do abandono e

da negação para uma posição que o afirma de maneira positiva. De empecilho para a alma, o corpo muda de lugar, tornando-se seu modo de expressão.

“Eu acredito que cuidar do corpo aqui [na academia] pode ter um conteúdo religioso” declara Helena e explica o porquê: “eu sou católica e, na minha religião, eles não condenam atividade física, cuidar do corpo esteticamente”. Ela entende que sua religião aprova o cuidado do corpo através da construção dos músculos com a modelagem de um corpo sarado em forma: “ontem, eu atendi um padre todo malhado, até levei um choque porque ele não tinha uma aparência de padre”. Seu espanto é evidente por ver uma autoridade religiosa, tradicionalmente associada ao recato e menosprezo ao corpo, apresentar um corpo com a musculatura desenvolvida, com o corpo sarado, como ela mesma diz: “um cara todo malhadão. Ele veio para uma consulta nutricional e ele malha todos os dias”. O sacerdote frequenta a academia diariamente, disciplinarmente, e agora buscava uma orientação alimentar, um controle sobre seus apetites de boca para melhorar sua *performance*.

Nesse contexto, Helena ainda relata que “na minha religião, os padres já estão trabalhando o corpo na missa, com as músicas e a coreografia”. Aqui, ela afirma que os padres estão cuidando do corpo através do exercício físico na cerimônia religiosa utilizando uma coreografia que estimula o movimento do corpo. Em sua compreensão, há uma celebração eucarística que, hoje, acontece com o corpo em movimento, com a atividade corporal embalada não só pela música, mas por uma coreografia específica. Ela continua seu raciocínio dizendo: “penso até que é algo para resgatar mais adeptos para a Igreja Católica”. Ela reflete que pode ser uma estratégia de chamar mais fiéis para a religião. Mas podemos perceber, nesse depoimento, que a movimentação corporal em uma cerimônia religiosa – que tem como tradição um ritual de contenção do corpo em gestos rígidos e austeros – sofreu uma transformação quanto ao uso do corpo. Se antes a musculatura era rígida, agora os músculos precisam se movimentar. Para Helena, não há contradição entre essa condição corporal trabalhada com a atividade física numa missa e o papel religioso do sacerdote que a celebra: “eu tenho um amigo que é padre leigo, é muito católico e ele tem uma academia, é super-religioso”. O padre tem uma academia e não deixa de ser religioso por causa disso. Ela reitera sua opinião sobre a relação possível entre corpo e religião nos espaços das academias de ginástica:

Acho que pode ter esse lado religioso quando estou na atividade física, porque sempre penso em melhorar, assim como na religião a gente tem que seguir um caminho e ser cada vez melhor na qualidade do que você é na vida, durante os exercícios, sinto isso e sou tradicional nos exercícios

também, faço os mesmos, não gosto de inovar muito, sigo meu caminho de exercícios.

A tradição marca sua postura em relação a sua disciplina corporal, mas também em sua conexão com sua religião, no caso a católica. A tradição está presente como norteadora de suas atitudes rituais. Interessante notar que suas afirmações anteriores sobre a movimentação corporal durante as missas – embaladas com fundo musical e coreografia, bem como celebradas por padres malhados – não caracterizam um rompimento com o que ela entende como tradicional, por mais que isso tenha lhe causado espanto num primeiro momento. Helena ainda afirma que segue o seu caminho de exercícios assim como segue seu caminho religioso, e ambos implicam, para ela, o imperativo que o sujeito tem de se aprimorar cada vez mais na virtude, no dom, na vocação que cada um possui na própria vida.

O aprimoramento físico e moral, no entendimento de Helena, andam juntos. O trabalho muscular com o corpo, resultado da atividade física, e o trabalho com o espírito, também através do trabalho com o corpo, na celebração religiosa, se mesclam e se entrelaçam, não são excludentes. De modo que:

Isso está mudando, é só ver as pessoas religiosas, os padres e freiras, que são mensageiros da religião, estão praticando atividade física. Aqui [na academia], temos pessoas muito religiosas e que praticam atividade física. Tenho uma aluna que é muito religiosa e, num determinado dia do mês, ela reza uma oração de uma em uma hora, quando nesse dia ela está aqui na academia e dá o horário de rezar, ela para, ora ali mesmo no aparelho e depois retoma a atividade.

Ela percebe que há uma mudança acontecendo na instituição religiosa em relação à aparência dos corpos dos representantes de sua religião. Os corpos de alguns padres e freiras estão malhados. Isso pode expressar uma nova compreensão religiosa do corpo e de seu lugar dentro dos ritos de celebração da igreja. A salvação da alma – na tradição cristã, que precisava de um corpo aniquilado ou apenas satisfeito em suas necessidades de sobrevivência – pode ocorrer em um corpo cuidado e sarado.

Além disso, ela entende que algo também mudou dentro da academia, e exemplifica com uma aluna que é bastante fervorosa: nos dias em que pratica um ritual de oração, que perpassa o dia todo, e está na academia praticando atividade física, interrompe a atividade e faz suas preces no próprio local, junto ao aparelho de musculação. A aluna não precisa se ausentar da academia para cumprir sua disciplina religiosa e, com isso, deixar de honrar sua disciplina física: ambas podem acontecer juntas. Aqui, o indivíduo para o corpo e

ora, já na missa relatada por Helena, o corpo se movimenta e o sujeito ora. O espaço da igreja pode acolher um corpo orando em atividade física e o espaço da academia pode acolher um corpo estático em prece.

Além da busca por uma estética corporal, a academia de ginástica é procurada também por outras subjetividades que podem ser expressas nesse espaço (sagrado) consagrado para o cuidado do corpo, onde ele recebe todas as honras e atenções. “Eu acho esse culto ao corpo uma coisa boa, pois a pessoa melhora em todos os sentidos” relata Helena e esclarece sua crença: “eu tenho uma aluna há dez anos, que veio por causa de uma osteoporose em alto grau, hoje ela está praticamente curada”. No espaço das academias de ginástica, acontece também a cura de doenças crônicas, como a osteoporose citada acima. Entretanto – como vimos anteriormente quando Helena afirmou que ali era um lugar de tratamento –, também ocorrem melhoras de sintomas psicológicos, e outros conflitos existenciais podem ser aliviados. Continuando seu relato da aluna, Helena considera ainda que:

Nesse tempo, ela [a aluna] passou por muitos problemas no casamento, perdeu um filho de doze anos por atropelamento, teve depressão, e ela afirma que só conseguiu segurar tudo isso por causa da academia. Hoje, ela pensa que pode melhorar, está cuidando mais do seu corpo. Isso é positivo. O ser humano precisa ter uma meta, precisa se superar. Na atividade física, você está sempre em tratamento. Essa aluna que falei, ela é católica, mas ela necessita da atividade física para ela sobreviver e ter energia para continuar.

Por mais que a aluna seja devota de sua religião, a prática de atividade física e o maior cuidado com seu próprio corpo é que permitiram que ela tivesse energia para continuar a viver. Sua disciplina com os exercícios do corpo não só melhorou a sua massa muscular, mas também sua capacidade psicológica e espiritual para superar a perda do filho, a depressão e os problemas conjugais. Helena percebe esse rigor do cuidado com o corpo como positivo, como uma superação pessoal. Aqui, temos novamente o tema da autossuperação através da atividade física e do corpo sarado.

Helena nos relata mais um exemplo de superação pessoal e mudança na qualidade de vida com reflexos tanto na saúde, como também no padrão emocional e espiritual de um de seus alunos:

Um outro caso interessante que posso lhe relatar é um rapaz que me procurou no consultório [de nutrição] por causa de uma artrite muito séria. Ele tem o corpo todo tatuado e é muito malhado. Ele foi buscar a atividade

física e orientação nutricional para ter uma melhor qualidade de vida. Ele quer melhorar porque ele largou o vício das drogas com a ajuda da atividade física. Isso para ele é como uma religião porque tem possibilitado ele se superar.

Do ponto de vista de Helena, o rapaz tem a atividade física como uma prática religiosa que lhe deu base para vencer a dependência química, bem como o ajuda a se manter afastado do vício. Ressalta que ele tem tatuagens pelo corpo malhado, evidenciando um trabalho corporal através dos músculos. Um corpo com inscrições gravadas na pele, marcadas na carne. Um corpo que apresenta em seus contornos uma mudança de significado emocional e espiritual que determinou a vida do indivíduo e permitiu sua recuperação pessoal. Finalmente, Helena reflete:

Agora, conversando sobre isso, eu fico pensando que pode ter uma relação mesmo do corpo com a religião nas academias. Você sabia que em Juiz de Fora tem cento e dez academias registradas na prefeitura, numa cidade de setecentos mil habitantes? É um número muito grande, não pode ser só pelo culto ao corpo [...] Não pode ser só liberação de serotonina, é algo mais, com certeza. No meu caso, por exemplo, a atividade física me dá energia, me faz ficar viva. Faço desde criança e não por estética, mas pela energia. É um cuidado. É religar, é colocar a energia de volta.

Assim, Helena deixa claro que, ao praticar atividade física, ao trabalhar os músculos do corpo, sente a energia em suas células, mas não é apenas uma circulação de elementos químicos e de sangue. Circula também vida. Há um retorno de potência em seu ser. Ela consegue se religar a algo dentro de si. Por fim, afirma e ao mesmo tempo se espanta com o número de academias de ginástica por número de habitantes na cidade de Juiz de Fora, pensando se esses estabelecimentos que tradicionalmente são lugares de cuidar do corpo, não estão também cuidando da alma.

Com as declarações de Helena, podemos perceber o espaço das academias de ginástica como um lugar onde acontecem expressões de fé junto aos aparelhos. O cuidado com o corpo fortalece o caráter do indivíduo, preservando-o do vício. O corpo sarado é um escudo para o pecado, para as tentações que aniquilam o ser humano, como a dependência química. O corpo sarado é um tratamento para as doenças que afligem os indivíduos. Na academia, no entendimento de Helena, acontecem curas. O cuidado com o corpo nas academias de ginástica, para ela, possibilita bendizer o divino. Outro modo de significar o corpo religioso é possível com o corpo sarado? O que permanece e o que muda? Esse é o tema que veremos a seguir.

6.2 Resignificações do corpo religioso: permanências e mudanças

As muitas compreensões de corpo na história ocidental mostram um olhar de desconfiança. O corpo é observado através das lentes que enxergam a alma e o espírito, mas é uma visão posterior e embaçada que o colocam em um lugar também posterior. O valor do corpo está aquém do que é considerado essência. Com o cristianismo, o corpo se tornou a morada do pecado; embora os tormentos da tentação e da fraqueza da carne girem em volta do corpo e seus desejos diabólicos, paradoxalmente, a redenção e a salvação divina também rodam em seu entorno. O corpo é um lugar do paradoxal na cultura ocidental.

Embora Beaud e Weber afirmem que “[...] a pesquisa de campo é necessariamente limitada, estreitamente circunscrita, local, específica, sem vocação para fornecer resultados gerais” (BEAUD; WEBER, 2007, p. 21-22), as comunicações advindas da pesquisa de campo mostram uma compreensão do corpo como algo de valor positivo, seja por si mesmo, seja em relação à alma e ao espírito. Cientes dessa limitação, percebemos, no espaço das academias de ginástica, que compreensões religiosas tradicionais sobre o corpo convivem com novas subjetividades religiosas.

Você se cuida para viver mais, você tem um rumo a seguir com a atividade física, você consegue jogar a depressão para fora. Se você quer viver mais, você tem uma religiosidade junto com isso. [...] O corpo é matéria, não vale nada. Cuido para ter saúde, para ter longevidade, para evitar lesões (ZAQUEU, entrevista XII, 49 anos).

Zaqueu em sua afirmação demonstra, por um lado, o cuidado do corpo como algo positivo – o novo lugar do corpo -, mas, por outro, ainda carrega uma compreensão antiga – matéria não vale nada. Parece que se vive, de um lado, numa transição entre o sentimento e a ação, e, de outro, na tradição do pensamento. A atividade física oferece um rumo na vida e também possibilita viver mais, e, na percepção de Zaqueu, querer longevidade implica em ter uma qualidade religiosa ao lado do desejo de ter saúde. Entretanto, afirma que o corpo não tem valor, porque é matéria, todavia, declara que o corpo precisa ser cuidado para evitar que seja ferido. O corpo não tem que sofrer.

Helena (entrevista V-a, 44 anos) enxerga uma relação entre atividade física e religião, “em vinte e dois anos de profissão, eu posso ver que a atividade física teve uma mudança muito grande. Há dez anos, aumentou o número de pessoas mais idosas praticando atividade física. E eu não deixo de ligar isso a uma religião [...]”. Helena explica o motivo

disso “[...] porque as pessoas começaram a ter isso como uma continuidade da vida delas. Chega num determinado ponto que o médico diz: ou você pratica atividade física ou você vai começar a sentir dor, a ter problemas”. O desejo de continuar a viver, de viver mais e sem dor retorna, relacionando o cuidado com o corpo a uma religiosidade nessa ação. Helena continua seu raciocínio: “eu trabalho em um horário que estão essas pessoas mais velhas. Mais velhas, assim, acima de quarenta anos, porque antes academia era só para jovens”. Os mais velhos estão frequentando o espaço atribuído aos jovens. Interessante notar, nesse discurso de Helena, duas questões: a primeira que as pessoas acima de quarenta anos já são percebidas como mais velhas, um vestígio da chamada geração saúde dos anos 1980, quando ser jovem era ter menos de trinta anos.

A segunda questão é a modificação do perfil dos frequentadores de academia, que inicialmente era um lugar para a juventude. Helena explica que o motivo dessa mudança é “para tentar correr atrás do tempo perdido, que elas não praticaram, mas também tentar ter uma qualidade de vida. E não deixa de ser uma religião você acreditar que você não acabou, que você pode melhorar”. Os indivíduos estão correndo nas academias também em busca de um tempo perdido, talvez da juventude que ficou para trás. Praticar atividade física é um modo de se sentir jovem outra vez, como se o movimento do corpo sintonizasse a juventude escondida na carne. Para Helena, é uma forma de piedade cuidar do corpo, uma expressão de fé que faz o indivíduo praticar exercícios acreditando que está vivo e pode ser melhor em sua condição humana.

Novamente, por exprimir o conteúdo do tópico, os itens 6.2.1 e 6.2.2 serão designados por frases expressadas, uma por Pedro e outra por Marta. Esse movimento das permanências e das mudanças da compreensão corporal continua a seguir.

6.2.1 Eu busco integrar corpo e alma

Na primeira entrevista, Pedro já havia nos relatado que, além da malhação e da atividade do esporte, ele pratica ioga. Nessa segunda entrevista, quando indagamos da relação possível entre a prática da religião e a prática de atividades físicas, ele retomou sua fala sobre o corpo e o hinduísmo e como ele percebe essas relações a partir de seus estudos e práticas religiosas da ioga e suas experiências corporais com as atividades físicas.

Eu tenho aproximação com a cultura oriental, principalmente com o hinduísmo, com as práticas da ioga. Tem coisas que não conseguimos

explicar, que são alheias as nossas vontades e a religião tenta explicar isso doutrinando, e eu não concordo com isso. A religião está buscando mudanças em seu discurso, porque está percebendo que a nossa geração não pode mais pensar o mundo como algo fixo. Hoje, graças a Deus, temos o conhecimento de várias religiões e podemos buscar outros caminhos, um caminho mais livre.

Nesses tempos contemporâneos de uma religiosidade centrada no indivíduo, permeada pela multiplicidade de possibilidades de se relacionar com o sagrado, Pedro considera que o conhecimento de outras religiões permite ao sujeito mais liberdade para escolher qual caminho religioso, ou caminhos, quer seguir. E isso com a graça de Deus. Ele compreende que a religião está transformando seu discurso doutrinário para se atualizar e ficar próxima de uma ou mais gerações de indivíduos que lidam com uma compreensão de mundo que se modifica o tempo todo. O mundo mudou e com ele a religião. E para Pedro, atualmente, não cabem mais dogmas rígidos e excludentes, e isso está diretamente ligado a corporeidade e a outro lugar que o corpo pode ocupar na religião ou nas religiões contemporâneas.

Pedro afirma que “o corpo tem um lado bom e um lado ruim. Tem desejos, sentimentos e aflições que podem te conduzir a situações de descontrole que são situações que você não consegue se colocar no melhor caminho”, ou seja, o corpo tem uma ambiguidade que pode dificultar o seu controle por parte do sujeito, e, com isso, a caminhada na vida do indivíduo pode não se dirigir o tempo todo para a melhor direção. “Mas isso é natural do homem, sofrer, ter desejos, ter conflitos. O corpo é sim um lugar de problemas, mas que levam a soluções” ressalta Pedro, reafirmando sua percepção da condição do sujeito desejoso e da ambiguidade corpórea. O sujeito sente com seu corpo, por inteiro, e o conflito acontece como sofrimento. Para ele, essa luta é da natureza do ser humano e de sua condição encarnada num corpo. Mas o corpo não é o vilão, pois é também o lugar do equilíbrio, da harmonia do indivíduo. A relação, tradicionalmente, aceita entre corpo e pecado no cristianismo, para ele, tem a ver com o catolicismo.

Agora a questão do pecado tem a ver com a doutrina católica, com a nossa cultura católica e isso é para gerar controle, principalmente em relação ao sexo. Para mim, não existe pecado, é uma questão de ponto de vista, do que levou alguém a agir daquela maneira. A natureza não tem a ver com o pecado.

Mesclar pecado e corpo tem por finalidade monitorar o uso sexual do corpo. Ele considera que a vigilância sobre a sexualidade dos indivíduos foi construída pelos cânones da religião católica, já que o corpo é natureza e a natureza não é pecadora. Dessa forma, Pedro não concorda com a concepção de pecado relacionada com a condição corporal, isso depende da consciência de cada um em relação ao uso do corpo. Nesse contexto, a compreensão de Pedro difere da tradição cristã a partir de Agostinho (FREDRIKSEN, 2014), que considera que o pecado cometido por Adão condenou toda a humanidade porque, por ser o primeiro ser humano da criação divina, continha em si toda a humanidade. Para Agostinho, a natureza humana pecou, e a punição de Deus para Adão desceu sobre todos os seus descendentes.

O mau uso do corpo pode ser um pecado, mas a ação pecadora é uma escolha do sujeito e não de uma condição da matéria, do corpóreo, da carne. Para Pedro, não cuidar do corpo é uma ação equivocada. O corpo deve ser cuidado. Em suas palavras: “eu cuido do meu corpo porque o princípio de estar bem, de querer se sentir bem é importante, porque se sentindo bem você quer também que os outros se sintam bem, isso agrega as pessoas, gera compreensão, gera uma sensação de união com os outros”. O cuidado com seu próprio corpo pode proporcionar um sentimento de amor ao próximo. Essa expansão amorosa é mediada pela corporeidade. O bem-estar físico pode ser gregário. Desenvolvendo mais seu raciocínio, ele é de opinião que:

O esporte, os exercícios físicos geram essa sensação de bem-estar com outras pessoas, têm um caráter lúdico. Se você fizer exercícios só pensando no prazer imediato, pensando só no externo, na força, aí é só físico. Mas se você busca algo mais do que esse aspecto, você pode perceber algo mais. Isso é uma aproximação com a religião porque sai do interesse cotidiano. A religião busca encontrar algo mais na vida, tem um caráter transcendental.

Interessante perceber aqui dois pontos. O primeiro é a compreensão de Pedro sobre essa aproximação entre os seres humanos através do corpo sarado, através do bem-estar corporal que acontece pela prática de atividades físicas e implica em exercitar o corpo, não apenas pelo prazer pessoal, hedonista, ou pelo desenvolvimento dos músculos que essas ações possam gerar, mas por uma busca pessoal que vai além da imagem corporal, que ultrapassa o que ele considera ser externo ao corpo. O segundo ponto é a percepção de Agostinho (2011) que afirma que a necessidade de se alimentar e cuidar do corpo deveria se ater ao, estritamente, indispensável para a saúde do corpo, porque a fronteira com o prazer era perigosa. Cuidar do corpo não era uma questão de bem-estar, isso era alcançado com a proximidade com a alma, que é a interioridade humana. Desse modo, o homem deve buscar o

seu interior. Pedro se aproxima, de certa maneira, da percepção antiga quando fala que a atividade física não deve se restringir à busca do prazer imediato e nem contemplar apenas o corpo externo. Não explica o que ele entende como corpo externo. As atividades físicas com o corpo configuram também uma busca interior que leva o indivíduo a escapar das preocupações rotineiras e comuns da vida. Isso, para ele, se relaciona com a proposta da religião de religar o sujeito a algo que o transcende. Para Pedro, “as pessoas procuram se estabelecer como ser humano. Mostrar o que a gente é e ser reconhecido por isso. O exercício físico entra muito nessa lógica”. Isso porque “às vezes, alguma área da vida da pessoa não vai bem, família, emprego, relação amorosa ou ela está desmotivada, então ela busca isso no esporte, uma forma de colocar a existência dela em foco”, porque “a gente quer fazer a nossa vida valer a pena”. Enfim, nesse contexto, ele diz que a atividade física, esportiva, que agrega os indivíduos, é uma maneira de comungar com outros seres humanos porque:

Só conquistar uma posição social hoje já não satisfaz, então a pessoa busca algo mais, uma interação com outras pessoas, estar mais próxima de outros. O homem é um ser social. Ele busca fazer algo em conjunto com outras pessoas e isso é possível com as atividades físicas, com o esporte. O esporte é um meio de reencontro com as pessoas. Se o esporte fosse algo arraigado em nossa sociedade, ajudaria essa comunhão das pessoas. O esporte de modo saudável, menos competitivo.

Amar o próximo como a si mesmo pode ser alcançado através das atividades físicas desenvolvidas em grupo, junto com outras pessoas nas reflexões de Pedro, pois é da condição humana se relacionar com outros indivíduos em sociedade. O corpo sendo cuidado e valorizado conduz a uma fraternidade humana, porque tudo no indivíduo é inteiro, completo, junto. Ele não compreende o ser humano fragmentado. “Eu busco integrar corpo e alma. As coisas na vida estão integradas. Quando você fala com alguém, você fala com a pessoa toda: corpo, mente e espírito. E você também está inteiro ali”. Pedro considera que corpo e alma ocupam o mesmo lugar valorativo, se situam na mesma condição perante o sagrado e o profano, ou seja, não há uma escada a subir, onde o corpo se situaria em um degrau abaixo da alma e do espírito. Nessa compreensão, ele se afasta da tradição agostiniana que preza menos o corpo em relação à alma, que está em um lugar acima da corporeidade. Para Pedro, os três – corpo, mente e espírito – estão situados no mesmo nível, numa condição linear na completude humana. Ele continua sua fala dizendo:

Está tudo junto, o lado físico e espiritual, mas do modo que fomos criados aprendemos a separar isso. Não há como separar, é apenas um modo

didático. Você não vai encontrar o seu eu interior fazendo ioga, na verdade você já está com ele, mas você parou de perceber isso. Isso é uma visão cartesiana, que começou a dividir, a nomear as coisas. Isso não é errado, mas o excesso disso trouxe confusão. O corpo na sociedade contemporânea está começando a se tornar algo substituível e isso é muito complexo.

A racionalidade cartesiana – que dividiu o ser humano em corpo e mente e atribuiu à mente um valor superior e determinante para a existência corporal, na qual o *cogito* determina a materialidade –, para Pedro, foi motivo de perturbação da compreensão do indivíduo como um ser inteiro e completo em sua condição encarnada. Como ele esclarece, ninguém vai encontrar sua essência, sua alma, seu espírito, que ele chama de eu interior, praticando ioga. O ser humano já é no aqui e no agora, embora tenha esquecido sua condição de ser. Se vivemos em uma sociedade que considera o corpo uma máquina que pode ter suas partes substituídas, moldadas e até clonadas, isso, para ele, é complicado porque, se o ser humano é indivisível em sua existência, a substituição de partes do corpo implica também em modificar a alma. E a interação entre ambos acontece numa via de duas mãos, “quando você muda um pensamento, você já está mudando o corpo. Isso é muito sutil”.

Para Pedro, isso implica numa maneira diferente de compreender corpo e religião, “acho que a relação do corpo com a religião mudou, a sociedade mudou e com ela o corpo. Esse lugar mudou. Os dogmas em relação ao corpo foram caindo. O corpo é instrumento de poder, de emancipação hoje em dia”. A condição cristã tradicional, que vê o corpo como algo menor, decaído, fraco como uma consequência do pecado, já não cabe mais atualmente numa sociedade que se transformou e modificou a maneira de perceber o corpo. O corpo tem poder, ele pode libertar o indivíduo, assim entende Pedro. O corpo mudou de lugar: antes um cárcere, agora uma condição de liberdade. Seguindo nesse contexto, ele diz: “a gente olha o corpo de uma pessoa e já faz uma opinião sobre ela. As marcas do corpo contam a nossa história”. Nossa história humana está gravada no corpo. O corpo é um arquivo vivo, e Pedro ressalta que a meditação é um modo de escuta desse registro. “Eu procuro meditar todos os dias, a espiritualidade precisa ser cultivada diariamente, precisa ser nutrida”, e esclarece um pouco mais a relação entre o corpo e a prática de meditar: “mesmo eu não seguindo a religião hinduísta, eu respeito algumas posições corporais para meditar. A postura corporal ajuda a controlar a mente. A meditação me ajuda a compreender mais os outros, compreender mais a vida”. A espiritualidade é possível a partir de uma rotina, é uma busca diária e precisa do corpo, pois determinadas posturas corporais permitem o controle da mente. Ele entende isso a partir dos conhecimentos que obteve com o hinduísmo, embora não seja um praticante da

religião. O corpo em equilíbrio pode comandar a mente e essa escuta meditativa aproxima Pedro de outros seres humanos e de uma percepção ampliada da vida.

Outra vez, Pedro traz essas reflexões sobre o corpo. Seja em posturas de ioga, seja em atividades físicas, o corpo está no centro da questão e é a base para uma espiritualidade. Finalizando a entrevista, Pedro relata a integração entre corpo e mente que já vivenciou na própria pele:

Tem uma hora na atividade física, no esporte que sua mente e corpo se integram. Você entra num estado tão grande de integração e concentração da tarefa que você perde a noção de você mesmo. Você fica em êxtase. Mas você se sente integrado com o meio, você está percebendo o que acontece, mas é um estado alterado de consciência.

Pedro relata um estado de êxtase, de arrebatamento em sua prática esportiva, não fica só em si mesmo, porque seus limites se expandem além do limite corporal com a sensação de estar conectado a uma realidade maior que a condição humana, um estado de transcendência no aqui e no agora. Essa sensação de enlevação nos conduz a pensar no êxtase religioso descrito pelos profetas e santos da história cristã que conseguiam essa condição através do jejum e de práticas que mortificavam o corpo. O corpo é cuidado e alimentado e possui poder e força na atividade que está executando. Continuando, Pedro afirma: “isso é relatado na psicologia do esporte. Não é só pelo bem-estar ou pelo prêmio pela conquista. A pessoa se sente maior do que ela mesma. Ela transcende seu estado natural. Ela sente que a existência dela é exaltada com aquela atividade física, dá um significado para a vida”.

Um sentido para a vida é possível através das práticas de atividades físicas, através do corpo malhado, em boa forma, porque o corpo precisa ser cuidado e amado. O corpo é o lugar da existência humana, não apenas como um local do sagrado, ou um templo do Espírito Santo, mas como totalidade do ser humano, que para Pedro é uma unidade que engloba corpo, alma e espírito. Pedro ora se aproximando, ora se afastando da tradição cristã entremeando suas considerações com conceitos do hinduísmo, deixa claro que, em sua compreensão, o corpo humano é divino e precisa ser cuidado. Nesse contexto, seguimos para o tópico seguinte dialogando com a segunda entrevista de Marta.

6.2.2 Na minha religião, o corpo é bom e deve ser cuidado

Na segunda entrevista com Marta (entrevista IX-b, 50 anos), que foi uma das quatro pessoas selecionadas para participar da terceira fase da pesquisa de campo, colocamos a mesma questão levantada para os outros três participantes: se, para ela, poderia haver uma relação entre a prática religiosa e a prática de atividades físicas numa academia de ginástica. Sua resposta iniciou com a seguinte afirmação: “eu vejo meu corpo como um aparelho, quanto mais eu cuidar dele, mais eu posso colaborar com as pessoas, isso para mim tem um sentido religioso. Eu, como espírita, tenho que cuidar do meu corpo”. Marta se declarou espírita já na primeira entrevista e aqui ela reafirma sua prática religiosa norteada pelo espiritismo de Alan Kardec e, segundo o seu entendimento da doutrina, é preciso haver um zelo com o corpo.

Ao afirmar que o corpo é um aparelho, Marta se aproxima da compreensão tradicional cristã de corpo como um instrumento de Deus. O corpo serve para o espírito encarnado e também é um aparelho para mediar comunicações do mundo dos espíritos. Desse modo, ele tem que estar saudável e bem cuidado. E, assim, ela tem condição de cooperar com outros seres humanos nesta vida. Ela aprofunda mais sua compreensão: “na minha religião, o corpo é bom e deve ser cuidado. Quanto mais eu cuidar dele, quanto mais tempo de vida eu tiver, mais eu vou poder atuar na minha área e cuidar das pessoas, melhorar a saúde delas, a gente não veio aqui para passeio”. Ela, em sua profissão de nutricionista e educadora física, atua na área de saúde e considera que, para ajudar e ensinar outras pessoas a cuidar da saúde pessoal, precisa ser saudável. De acordo com seu entendimento religioso, na ótica da doutrina espírita, o corpo é algo bom, tem um valor positivo.

Ela compreende que o desvelo com o corpo pode proporcionar uma vida mais longa e, conseqüentemente, ampliar seu tempo de trabalho profissional, visto que é também uma vocação pessoal. De modo que, em seu entendimento, ninguém está nessa vida só para passear, há um propósito maior de estarmos aqui nessa existência, e o corpo é a base desse desígnio que ultrapassa a condição humana. Marta com essas considerações nos remete a compreensão protestante para qual o trabalho é uma vocação e serve a um propósito divino. O mundo é um lugar para louvar o trabalho e, no ascetismo protestante intramundano, a ociosidade é o maior dos pecados (WEBER, 1974).

Assim, nessa compreensão, ela continua: “quanto mais saúde eu tiver, mais exemplos bons eu vou poder dar com minha profissão, se eu adoecer, eu não tenho mais contato com as pessoas, quanto mais saúde eu tiver, mais eu vou poder atuar na minha área”.

Ter saúde e cuidar para ser sempre saudável é uma atitude exemplar. Estando saudável, ela consegue ser um modelo de vida para outras pessoas das quais se aproxima em sua atividade profissional. Seguindo sua reflexão em torno de sua vocação profissional e sua crença religiosa, ela se questiona:

Até que ponto esse emagrecer é estético ou é saudável? Eu fico me perguntando. As pessoas precisam de informação correta. A mídia prega o estético, mas o meu motivo é ter uma pressão arterial boa, ter saúde, não ter resistência a insulina, estar feliz com o corpo, independente de estar uns quilos a mais. Isso para mim é religioso, porque é o meu papel em relação às pessoas que entram na minha vida. O meu papel está nessa área alimentar, do corpo. Eu cuido das pessoas nesse sentido, através da alimentação do corpo. Até que ponto você tem um papel com as pessoas que entram na sua vida? Eu me pergunto isso sempre.

Marta continua nesse contexto da necessidade de cuidar do corpo para ter saúde, entendendo essa dinâmica corporal também como uma atitude religiosa que pode possibilitar ao indivíduo se religar a si mesmo através de um autocuidado. Em suas palavras, ela esclarece um pouco mais essa compreensão:

Eu me preocupo com a saúde, mas 80% das pessoas que eu atendo no consultório está buscando estética. Mas, através disso, as pessoas que eu atendo vão percebendo que elas estão com muito pouco cuidado consigo mesmas. Está com a pressão alta, com muito peso e outros sintomas. Através dos cuidados necessários para voltar a ter saúde, a pessoa vai olhando para si mesma, olha para dentro, isso é algo religioso. Com a melhora, com a perda de peso, a autoestima melhora ela aprende a ter disciplina, que é algo que a religião prega, além do respeito aos outros. Ela aprende a se respeitar, a se cuidar para depois cuidar de outras pessoas.

A estética corporal, ficar com o corpo sarado é o que move a maioria das pessoas nesses tempos contemporâneos, nos quais o corpo ocupa um lugar central no desejo dos indivíduos. Marta confirma essa tendência atual que leva seus clientes a buscarem suas orientações profissionais, mas vê nisso um caminho para algo maior do que apenas a busca de saúde ou a busca de uma estética movida pelo desejo narcísico do indivíduo. Ela entende esse sentimento como uma possibilidade para uma disciplina corporal que também pode levar a uma atitude religiosa, já que tradicionalmente a religião prega uma disciplina e uma ascese com o corpo. O cuidado com o corpo pode levar a uma compreensão espiritual porque “você precisa ter equilíbrio entre o corpo e a mente. Não só o corpo estético. O corpo orgânico precisa estar centrado para o espiritual desenvolver. É difícil o caminho contrário, melhorar o

espiritual para melhorar o corpo”. Para Marta, se o sujeito aperfeiçoa o corpo, ele possibilita uma reforma espiritual. Nesse sentido, ela coloca a corporeidade em um patamar paralelo ao espírito e eleva o lugar tradicionalmente ocupado pelo corpo no cristianismo. Há uma mudança de lugar do corpo em sua confissão de fé.

A partir desse ponto de vista, ela afirma: “eu vejo as pessoas no centro espírita obesas, descuidadas do corpo, infelizes. O corpo pode ser um caminho para a espiritualidade. Porque você começa a fazer uma limpeza colocando bons alimentos em seu corpo”. Interessante perceber que, com essa expressão, ela inverte o ensinamento bíblico que diz que o mais importante é o que sai da boca do homem e não o que entra pela boca. A qualidade do alimento que o indivíduo ingere é importante e necessária para uma purificação corporal que pode levá-lo a uma condição espiritual mais nobre. De maneira que “devagar você vai cuidando do corpo e do espírito”. Marta encerra suas reflexões dizendo:

Eu, no meu consultório, preciso tocar o coração do meu paciente, eu quero que ele confie em mim, que ele acredite no que eu estou fazendo porque eu acredito. Se ele não acreditar que podemos trabalhar esse corpo carnal, esse corpo religioso não adianta nada. Se eu não sentir essa confiança que é possível mudar, eu prefiro não tratar. Isso para mim é uma forma de religiosidade, ensinar a comer, a cuidar de si.

Uma confissão de fé deve existir nessa relação profissional e terapêutica, porque se ela não crê no que pratica e ensina, não há como tocar o outro, não há como converter aqueles que procuram seu atendimento clínico. Ela passou pela conversão através de cuidar, de zelar pelo próprio corpo, então é possível trabalhar e cuidar do corpo religioso.

Marta, também, em um movimento que oscila entre a tradição cristã e novas subjetividades religiosas, confirma a necessidade de cuidar do corpo, porque só através do cuidado com o corpo sarado é possível cuidar e tocar o corpo religioso. As fronteiras entre o sentimento e a ação positiva em relação ao corpo e a tradição do pensamento cristão ainda estão nebulosas.

6.2.3 Fronteiras do corpo religioso sarado

Por mais que o corpo, ambíguo e obscuro, seja objeto de interesse em muitos campos do conhecimento, pensar o corpo nos envolve em uma questão religiosa. O significado da palavra fronteira se refere a um determinado limite, a uma linha de demarcação entre o fim de um determinado lugar, real ou metafórico, e o começo de outro, ou vice-versa.

A compreensão de corpo a partir da tradição cristã marcou uma fronteira nos primeiros anos do cristianismo no Império Romano. O lugar do corpo após esse limite se estabeleceu no pecado e na suspeita. Se, por um lado, o corpo é o lugar da fraqueza da carne, por outro, numa contradição, ele é a possibilidade da redenção do ser humano, mas para isso acontecer é preciso negar os desejos do corpo e ele deve sofrer. Na sociedade contemporânea, o lugar que o corpo ocupa deixa evidente que outras fronteiras surgiram para pensá-lo a partir da religião.

Uma das minhas metas de vida é chegar aos cem anos ativo, fazendo atividade física num nível avançado. Temos uma reencarnação e estamos nela para se melhorar [...]. Esse corpo não me pertence, ele foi um presente que recebi e preciso cuidar dele. Se fizer mau uso desse presente, ele pode não durar e, desse modo, não vou poder cumprir os compromissos que tenho nessa reencarnação (ANTÔNIO, entrevista I, 25 anos).

Nessa fala, aparece uma compreensão claramente utilitarista do corpo: o espírito tem um destino a cumprir e o corpo é útil à medida que serve a este destino. Antônio exprime uma posição ligada à ideia da subordinação do corpo ao espírito. O corpo é um instrumento da missão que trouxe em sua reencarnação atual. Reencarnar em um corpo para cumprir as obrigações de uma vida passada é um presente divino, por isso ele precisa cuidar desse corpo para viver o maior número de anos possíveis nessa vida e resgatar suas dívidas. O corpo de Antônio precisa estar sempre ativo, visto que seu desejo é viver muito, de uma maneira saudável e em atividade.

Na verdade, o corpo não é o lugar do pecado, mas tudo aquilo o que eu faço que prejudique o meu corpo, que vai contra a minha natureza, eu estou pecando. Se eu não faço atividade física, se eu sou tabagista, ou busco prazeres que vão matando o corpo, isso é pecado. Mas cuidar do seu corpo para se valorizar, para cuidar da saúde, isso não é pecado (ANGÉLICA, entrevista XXIII, 26 anos).

Angélica nos apresenta uma percepção interessante, ligando a ideia de pecado à ideia de cuidado do corpo. Há uma continuidade na ideia da moralização, deslocando, porém, o seu objeto: não mais os desejos do corpo são motivo de pecado, mas o não cuidar do corpo é pecado. Ou seja, o corpo tornou-se tão central e sagrado que o descuido dele é pecado. Ir contra a natureza é que é um ato pecaminoso. O prazer que adoce o organismo é condenado, todavia, a ação prazerosa de cuidar do corpo para ter saúde, e, além disso, valorizar a si mesmo, não é pecado. Pecado é negar o próprio corpo e descuidar dele.

Templo da alma, porque quando eu estou feliz, eu estou feliz com meu corpo. [...] Eu acredito que tem um espírito habitando o corpo, então se esse templo está bem cuidado é como se a alma habitasse um lugar bacana. Se eu como ou bebo demais, eu estou desrespeitando algo que tem que estar em harmonia. [...] Templo para mim é uma palavra ligada ao sagrado [...] (LEILA, entrevista XVIII, 49 anos).

Leila, em relação à palavra corpo, respondeu que ele é o templo da alma. Ela acredita que em seu corpo habita um espírito. O corpo dela precisa estar cuidado porque, como morada do espírito, o local deve ser mais do que adequado, deve ser um lugar bonito, bom e saudável. Mais uma vez, temos uma ideia de moral, de ascese corporal, mas o maior problema são os pecados que prejudicam a condição de bem-estar corporal. O corpo, para ela, é um lugar sagrado e deve estar em harmonia.

Acredito que não, acho difícil, porque a religião entende-se uma espécie de diálogo com um ser superior, e aqui [na academia] não acontece isso. Você tenta ter um diálogo com seu corpo, que você tenta torná-lo melhor, mas não é um ser superior. Você comanda, dá ordens, então, nesse sentido, eu acredito que não (GLÁUCIO, entrevista XIX, 35 anos).

A afirmação acima foi a resposta de Gláucio quando perguntamos a ele se era possível uma relação entre a prática da academia e a prática da religião. Para ele, a religião acontece em torno de uma divindade, de um ente eterno e através de um diálogo. Na prática de atividades física, pode haver um diálogo com o corpo, mas é um diálogo autoritário para melhorar a *performance* corporal. O corpo, para ele, não é algo superior, embora em outro momento da entrevista afirmasse que ao desligar a mente dos problemas diários na academia de ginástica, conseguia se conectar com Deus. O corpo é um meio de comunicação com o divino, um modo de louvar a Deus.

Não vejo uma ligação direta. Pode ser uma ligação indireta quando você se sente bem com seu corpo e você se torna mais sociável, mais colaborador você pode estar mais ligado com Deus. Mas ligado assim diretamente com um ser superior não vejo isso. Quando você fala em bem-estar, quando você vai à igreja é uma coisa interior, de paz, de renovação interior. Na academia, é um bem-estar de tirar o estresse, é diferente. É tudo bem-estar, mas são diferentes (MÁRCIA, entrevista XXII-a, 31 anos).

Márcia, ao responder a mesma pergunta feita a Gláucio, já considera que pode haver uma relação indireta entre as duas práticas, a da academia e a da religião. Quando o indivíduo está em harmonia com sua corporeidade, ele pode se tornar um sujeito melhor, um

cidadão mais solidário e assim aumentar sua ligação com o divino. O bem-estar que a cerimônia religiosa proporciona é algo que acontece no interior da pessoa e se relaciona a uma comunicação com uma entidade eterna. Márcia se aproxima da compreensão de Gláucio, para quem a prática religiosa envolve a ligação com um ser superior. Na academia, também acontece um sentimento de bem-estar, mas se relaciona a diminuir o estresse da rotina da vida. Do mesmo modo, fizemos a mesma pergunta a Pedro que assim respondeu:

Se praticar atividade física sem base, a gente se perde, e falo isso além do conhecimento científico, falo de praticar como um modo de vida, como um modo de união com o meio em que eu vivo. Isso acontece também na religião, quando a pessoa reza, medita, ela ganha um estado de aproximação com as coisas inanimadas ou com o grupo. [...] Eu ainda entro em conflito se há uma entidade superior, mas acredito que pode não existir uma entidade superior representativa, mas antes de tudo existe uma condição espiritual para todos. Todos podem desenvolver essa condição do amor verdadeiro, do autodesenvolvimento. De desenvolver o amor para outras pessoas, a compaixão. A religião não é o único modo de acessar isso. [...] Essa autorreflexão pode existir com a atividade física (PEDRO, entrevista XXI-a, 24 anos).

Pedro afirma que a crença em um ser supremo ainda é um drama pessoal, mas acredita em uma possibilidade de espiritualidade acessível a toda a humanidade. O sentimento de compaixão e de amor universais pode ser desenvolvido pelo indivíduo a partir de seu autodesenvolvimento. Essa condição de estar no mundo, imerso em uma qualidade amorosa e compassiva para com todas as criaturas que nele habitam, e em harmonia com o meio ambiente é possível através das práticas de atividade física. Para ele, o cuidado com o corpo com as atividades físicas é um modo de ser no mundo. O corpo é uma maneira de estar no mundo e de compreender o meio em que se vive. Pedro novamente nos leva a Merleau-Ponty (2006), que afirma que a existência corporal antecede o pensar sobre o que é ou não um corpo. A existência acontece em um corpo, nossa vida é encarnada. Os movimentos corporais acontecem, se repetem e se tornam um hábito porque foram compreendidos pelo corpo e podem construir novos significados para a vida. E, ainda para o autor, as contradições da existência humana são contradições corporais, porque o corpo é ao mesmo tempo objeto e sujeito. Retomando as declarações de Pedro, ressaltamos que, para ele, essa maneira espiritual de estar no mundo é acessível através da prática de atividade física e a religião não é o único canal possível para conectar-se com o espírito. O corpo sarado é uma maneira religiosa de ser e estar no mundo.

Acreditamos que existam outras fronteiras, hoje, entre o corpo percebido a partir da religião cristã e o corpo percebido através da ciência moderna e das novas subjetividades contemporâneas. O corpo ocupa na sociedade contemporânea um lugar central. Em seu entorno, outros sentidos e significados foram e são construídos. A fronteira demarcada pela compreensão cristã do corpo foi invadida e o corpo na contemporaneidade já não precisa ser negado e sim bem cuidado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em nossa caminhada panorâmica pela história ocidental desde a civilização greco-romana, percebemos que o corpo ocupou um lugar secundário em relação à alma e ao espírito. Todavia, no período clássico, ele deveria, embora inacabado, ser belo e refletir a perfeição dos corpos dos deuses. Platão, com seu mundo idealizado, eterno e perfeito, preteria o corpo em relação à alma, pois sendo matéria e abrigando os sentidos humanos, ele era considerado menos nobre. Entretanto, ele compreendia que o corpo era necessário para a alma existir no mundo. Para Platão, a beleza e a virtude andavam juntas, e um cidadão virtuoso era senhor de suas paixões, tinha domínio sobre sua corporeidade. O sábio grego recomendava a ginástica e a filosofia para os jovens. A prática de exercícios era também uma prática do espírito. Filosofia e saúde andavam de mãos dadas e teciam o caráter do cidadão civilizado. Foucault (1994b) afirma que o domínio sobre si mesmo e o cultivo da virtude eram condições necessárias para o cidadão grego alcançar um conhecimento superior, ético e político e acessar a verdade.

O herói virtuoso, que é capaz de se desviar do prazer como de uma tentação à qual sabe resistir, é uma figura familiar ao cristianismo, do mesmo modo que foi corrente a ideia que essa renúncia é capaz de dar acesso a uma experiência espiritual da verdade e do amor que a actividade sexual excluiria. Mas é igualmente conhecida, na Antiguidade pagã, a figura desses atletas da temperança que são suficientemente senhores de si e da sua avidez para renunciar ao prazer sexual (FOUCAULT, 1994b, p. 27).

Ao adentrarmos na história da tradição judaico-cristã, encontramos no corpo humano o ponto de convergência dos ritos e preceitos do Antigo Testamento. Para Fredriksen (2014), as leis proferidas por Moisés e os ritos de purificação do corpo guiavam os judeus nas ações necessárias para expurgar os pecados, e Jeová esperava o retorno de seu povo ao compromisso feito com Ele.

Na dimensão cristã, o corpo ocupa o centro do mistério e dos dogmas porque “o Verbo se fez carne e habitou entre nós” (João 1:14). Jesus viveu entre os seres humanos e num corpo. A natureza do corpo de Jesus Cristo é, até os dias de hoje, motivo de controvérsias religiosas. Jesus sofreu, morreu e ressuscitou por amor aos seres humanos. Seu flagelo corporal salvou a humanidade do pecado da carne.

Nesse contexto religioso, Dunn (2003) acredita que, de todos os personagens que participaram dos primeiros anos do cristianismo e escreveram sobre Jesus, de longe, Paulo de

Tarso é o teólogo mais importante para a história do advento cristão. O autor considera que as cartas de Paulo são os registros críveis do cristianismo primevo. Paulo reuniu o corpo com o pecado da carne. A carne é fraca e pecadora. Por essa razão, o ser humano é penalizado com as doenças e com o sofrimento. A redenção da alma só acontece após a morte, com o arrependimento dos pecados.

Seguindo essa via religiosa, vimos que os escritos de santo Agostinho marcam o cristianismo fortemente até os dias de hoje. O bispo de Hipona recebeu influência do neoplatonismo e, evidentemente, de Paulo. Para Mammi (2003), os neoplatônicos e Agostinho afastaram corpo e alma de uma maneira radical, e Agostinho, ao apossar-se do conceito paulino de carne, condenou todos os seres humanos pelo pecado original, pois compreendia que Adão e Eva continham em si toda a humanidade. Para Agostinho, o corpo ocupa o lugar do pecado e da perdição, e a natureza humana é pecadora.

Vimos nesse trabalho, também, que Agostinho enredou o pecado original com a luxúria, e assim o corpo da mulher paga um preço alto até os dias de hoje. A condição feminina ficou enredada com a tentação e com os perigos sexuais (LE GOFF; TRUONG, 2010). As ideias de Agostinho não melhoraram a compreensão do corpo da mulher, que continuou sendo inferior ao corpo do homem.

Dando um salto no tempo, chegamos a Tomás de Aquino, teólogo importante, também, para a compreensão da corporeidade cristã. Embora o que conhecemos como pecados capitais – avareza, luxúria, gula, orgulho, preguiça, inveja e a ira – não sejam de autoria de Tomás de Aquino, Galimberti (2004) afirma que foi ele quem estabeleceu no cristianismo seus preceitos em sua *Suma Theologiae*. Tomás de Aquino considerava o ser humano o centro da criação divina, constituído de corpo e alma. A alma era livre em relação ao corpo e causa de sua vitalidade, porém dependia dele para compor o ser humano (BOEHNER; GILSON, 2003). Para Le Goff e Truong (2010), as obras de Tomás de Aquino foram influenciadas por Aristóteles, e, mesmo ele não concordando com Agostinho sobre a origem do corpo e da alma, a condição da mulher no cristianismo não melhora e o corpo feminino continua sendo algo inacabado.

A compreensão de corpo no medievo é de martírio. As chagas de Jesus e dos santos são emblemáticas e expressam os sofrimentos que o corpo precisa receber para purgar os pecados e não cair na tentação da carne. Gélis (2008) afirma que o ascetismo cristão era uma maneira de estar no mundo no período medieval, e controlar os apetites do corpo aproximava a pessoa de Deus. Para o autor, a arte na Renascença, que preconizava um retorno

aos ideais clássicos, retratou essa ascese através das imagens de corpos leves, sem defeitos, com a proporção numérica dos deuses greco-romanos e iluminados pela luz da razão.

Adentrando mais um pouco no universo religioso, chegamos ao século XVI, quando acontece a Reforma Protestante desencadeada por Lutero ao afixar as 95 teses na porta da igreja do castelo de Wittenberg. A Reforma Protestante rompeu com a hegemonia da Igreja Romana e pregou o retorno ao cristianismo dos primeiros séculos. Lutero e Calvino receberam influência dos ideais humanistas do Renascimento e se inspiraram nos textos de Paulo e de Agostinho. Gomes (2006) afirma que assim como o corpo era entendido nas cartas paulinas como o templo do Espírito Santo, assim vai ser considerado por Lutero. E a sexualidade, sendo uma condição humana, é permitida apenas dentro do matrimônio.

O protestantismo trouxe para o centro de sua prática a vida cotidiana. O dia a dia da vida do crente passa a ser sagrado, pois é vivido em louvor a Deus. A ascese protestante, para Weber (2009), glorifica o trabalho que é entendido como vocação, e, na vertente puritana, o trabalho é moralmente positivo, está a serviço de Deus e forja o espírito do indivíduo. A preguiça é condenada e perder tempo é um pecado. O corpo, nesse contexto, precisa ser saudável e forte.

A ciência e a ascese protestante, principalmente de vertente puritana, andaram lado a lado na modernidade, demarcando o homem civilizado e moralmente correto que começa a ser parte da sociedade industrial e capitalista, que nasce e impulsiona o chamado século das Luzes. Entendemos que, na sociedade moderna, as medidas sanitárias vão dialogar com a ascese cristã. As normas de higiene corporal, os preceitos de alimentação e o controle médico sobre a sexualidade e a vida cotidiana dos indivíduos vão determinar os comportamentos sociais. Nesse cenário, o corpo ganha luzes, e uma compreensão de corpo forte para o trabalho ganha espaço junto com a importância da aparência. De modo que Courtine (2005) entende o cuidado com o corpo, que incluía a prática de exercícios físicos, como uma das questões do puritanismo, que colocava a ginástica, a disciplina corporal e os hábitos saudáveis ao lado de um rigor moral e cristão essenciais para uma sociedade burocrática e padronizada.

Ao longo desse estudo, vimos que todo o pensar sobre o corpo tem uma questão religiosa, mesmo que seja para negá-la, mas os limites do cristianismo foram atravessados pela racionalidade cartesiana e pela utopia da ciência positivista de decifrar e controlar os mistérios da vida. A medicina, como parte dessa quimera de uma juventude eterna, busca decodificar as informações contidas nos genes para lutar contra a finitude e a morte que acometem não só os seres humanos, mas todos os seres vivos.

O interesse e cuidado com a própria saúde não é um fato social apenas nesse período histórico. Gadamer (2006) diz que é uma manifestação humana primária a inquietação com a saúde pessoal e que a doença e a morte nos apresentam os limites possíveis da vida. Todavia, o século XX é marcado pela busca da saúde. Ter saúde e viver para ter saúde é o tema dessa época que já cruzou o raiar dos primeiros anos do século XXI. Ser saudável e eternamente jovem a qualquer custo. Sfez (1996) declara que estamos vivendo o mito da saúde perfeita como substituto das grandes narrativas que, hoje, não conseguem dar significado a vida humana. A utopia de uma vida livre de doenças, sem dor, sem sofrimento e eterna, para o autor, é como um retorno ao paraíso cristão antes da saída de Adão e Eva.

Na sociedade contemporânea, a ilusão de uma saúde perfeita tem como um dos pilares a busca de um modelo de corpo idealizado dentro de padrões que priorizam o tecido muscular. O músculo é nobre. Um corpo em forma, malhado, sarado se tornou um critério de saúde e de beleza. O discurso da ciência midiático e o discurso das mídias com conteúdos científicos permitem hoje a construção de muitas subjetividades e identidades efêmeras com a imagem corporal. No espaço virtual, é possível recriar o próprio corpo e a própria aparência de muitas formas. O corpo hoje é uma identidade viva. Um corpo magro, sarado mostra um sujeito moralmente correto e senhor de si mesmo.

A busca do corpo perfeito não acontece apenas no mundo *online*, ela toma corpo através das práticas de atividades físicas, dos recursos das modernas técnicas de cirurgias e dos produtos das indústrias de cosméticos. Para Le Breton (2009), o corpo já não é mais um fardo genético, ele é um rascunho e pode ser passado a limpo. O que o sujeito entender como errado em seu corpo, ele pode consertar dentro dessa oferta de procedimentos corretivos a disposição no mercado. Mattos (2012) diz que estamos vivendo numa sociedade que valoriza a magreza e rejeita a gordura. O indivíduo gordo é visto como um indivíduo fraco, sem vontade de mudar a própria aparência. Na compreensão do autor, o padrão de magreza é associado a um padrão moral de comportamento que espelha um cidadão competente e bem sucedido. Vivemos numa sociedade moralmente lipofóbica. As palavras de Olívio, quando explica o que mudou na vida dele após a prática de atividade física, retratam essa imposição de ser magro e o sofrimento do indivíduo quando não está dentro do padrão corporal exigido.

Ninguém me chama mais de gordo. Isso é o melhor de tudo. Eu me lembro de uma música que meus colegas cantavam para mim que era assim: Gordo, baleia eu vou te esculachar, peito de borracha, bunda de maracujá. Eu gravei essa musica até hoje, me marcou. Hoje, ninguém me chama mais de gordo e quando volto na minha cidade eu fico com aquela pontada de vaidade de ver que quem me chamou de gordo está gordo agora. Eu sou muito equilibrado

porque o preconceito era muito, na escola, em casa, em qualquer lugar que eu entrava e até de mim mesmo. Eu tinha preconceito comigo. Hoje, eu penso que nascer diferente é muito bom. Nascer com algum problema te motiva a mudar (OLÍVIO, entrevista VI, 20 anos).

Esses cuidados com o corpo e os diversos consumos que giram em torno dele podem ser observados, de uma maneira privilegiada, nos espaços das academias de ginástica. Locais onde o corpo ocupa um lugar central. Nas academias, a avaliação antropométrica e nutricional de cada frequentador, geralmente, é feita pelo *personal trainer*, que avalia o resultado e prescreve uma ficha de exercícios e orienta a dieta alimentar de acordo com o objetivo do cliente. O *personal trainer* tem um papel importante nessa cruzada muscular e, de maneira geral, também tem o próprio corpo esculpido pelos músculos. Seu corpo é o seu currículo.

O número de academias de ginástica aumentou muito a partir da década de 1980. O hábito de frequentar uma academia de ginástica popularizou-se e passou a fazer parte de um estilo de vida saudável. O discurso de saúde que existe dentro desse universo é resultado de uma mistura de conceitos científicos, dietas da moda, técnicas de exercícios que estão em voga, diversas receitas para melhorar a *performance* física e melhorar a aparência. Mas também há um campo semântico que reflete essa saúde malhada.

Percebemos, no decorrer da pesquisa, que, dentro dessa construção de sentidos através do trabalho corporal, as compreensões de saúde são misturadas com novas subjetividades religiosas. A fé também é malhada dentro das academias de ginástica. A atividade física é também entendida como um caminho a ser seguido. Para manter-se nessa trilha, é necessário um comportamento de ascese. O praticante deve ter disciplina, força de vontade, abster-se de determinados comportamentos e de determinados alimentos, entre outras condutas. Danilo expressa essa determinação:

Numa competição eu tenho que traçar um cronograma de treinos e seguir. O dia a dia faz parte desse caminho. [...] Tem que evitar dúvidas. Se você escapar do caminho você tem que retornar. [...] Temos que investigar a nós mesmo e nos superarmos. Isso tudo tem a ver diretamente com a religião (DANILO, entrevista III, 24 anos).

Acreditamos, num primeiro momento, que conseguimos demonstrar com clareza que o corpo mudou de lugar nos tempos contemporâneos e de maneira positiva. Num segundo momento, cremos, também, que mudou a relação corpo e religião, e o corpo, hoje, passou a ocupar um significado religioso maior. O corpo passou a ter uma densidade religiosa e

ousamos afirmar que podemos falar em um corpo religioso sarado. Quando perguntamos a Pedro qual a palavra mais importante em relação à palavra corpo, ele respondeu:

Humano, porque a gente não se torna humano sem o corpo. Algumas religiões, infelizmente, historicamente separam isso, o espiritual seria uma coisa e o corpo outra, mas é possível eu ser um ser espiritual, ter minha fé vivendo em condições insalubres? [...] Eu não acredito nisso, o corpo tem que estar em equilíbrio para poder abstrair as coisas bem. É preciso o organismo estar em bom funcionamento para que a gente possa transcender e ser alguém melhor (PEDRO, entrevista XXI-a, 24 anos)

Essa pesquisa, também, buscou apontar o corpo como a matéria-prima dessa utopia contemporânea. Em sua ambiguidade, o corpo é ao mesmo tempo casualidade e impossibilidade. Embora dissecado, vasculhado em suas entranhas, observado, retalhado e nomeado em partes, o corpo ainda é um mistério para a ciência. Mas há muito mais tempo ele é um *mysterium* para a religião cristã.

Na teologia cristã, o corpo deve ser dominado, mantido sob rígido controle em seus desejos. A ascese cristã entende que o corpo se inclina para o pecado. O corpo não é o lugar da salvação, mas muito mais o caminho/lugar da perdição. Ao nos familiarizarmos com o campo da pesquisa, percebemos uma ligação entre corpo cuidado na academia e atitude moral ou virtude, duas coisas que têm uma longa tradição religiosa. No entanto, ao longo da pesquisa, compreendemos que os praticantes da academia não enxergam, hoje, os desejos do corpo – pela estética, pela forma, pelo belo, pelo cuidado dos detalhes e seus caprichos – como lugar do pecado. Muito pelo contrário: ele é até o caminho da salvação. São e salvo. Compreendem que é preciso cuidar do corpo que Deus deu. Cuidar da saúde é um dever sagrado. O cuidado com o corpo levou a mudar/converter a vida.

Nosso trabalho foi delimitado ao espaço de onze academias de ginástica localizadas na cidade de Juiz de Fora e temos consciência do limite que ele carrega em suas reflexões. Todavia, desejamos que, mais do que findar questões, esse trabalho possa contribuir para um maior entendimento das subjetividades religiosas que envolvem o corpo em sua rede de significados dentro de uma sociedade percebida como racional e laica. Estamos cientes que a temática abordada é muito ampla e outros aspectos poderiam ser ainda explorados. Ao analisarmos as entrevistas, percebemos, por exemplo, que o conceito de religião não é unívoco para os participantes da pesquisa.

Ao final dessa pesquisa, acreditamos que conseguimos mostrar um deslocamento paralelo no lugar/sentido do corpo e sua relação com a religião. Apesar da centralidade do

corpo na atualidade e de todas as construções de sentidos em torno da corporeidade, um modo cristianizado de perceber e relacionar-se com o corpo acontece ao lado desse hedonismo, consumismo e narcisismo presentes na sociedade contemporânea. Procuramos mostrar que a compreensão cristã do corpo se apresenta com uma nova roupagem numa *performance* sarada.

REFERÊNCIAS

- AGOSTINHO, Santo. **Confissões**. Tradução de J. Oliveira e A. Ambrósio de Pina. Petrópolis: Vozes, 2011. 389 p. (Coleção Vozes de Bolso). Título original: Confessiones.
- BAKHTIN, Mikhail. **A cultura popular na Idade Média e no Renascimento: o contexto de François Rabelais**. Tradução de Yara Frateschi Vieira. 7. ed. São Paulo: Hucitec, 2010. 419 p. (Linguagem e Cultura, 12).
- BARBARAS, Renaud. Alma: A alma e o corpo. In: MARZANO, Michela (Org.). **Dicionário do Corpo**. São Paulo: Edições Loyola, Centro Universitário São Camilo, 2012. p. 65-70.
- BEAUD, Stéphane; WEBER, Florence. **Guia para a pesquisa de campo: produzir e analisar dados etnográficos**. Tradução de Sérgio Joaquim de Almeida. Petrópolis: Vozes, 2007. 235 p. Título original: Guide de l'enquête de terrain: produire et analyser des données ethnographiques.
- BENTO, José Olímpio. Corpo e Desporto: reflexões em torno desta relação. In: MOREIRA, Wagner Wey (Org.). **Século XXI: A era do corpo ativo**. Campinas, SP: Papirus, 2006. p. 155-182.
- BÍBLIA. Português. **Bíblia sagrada**. Tradução de Ivo Storniolo, Euclides Martins Balancin e José Luiz Gonzaga do Prado. São Paulo: Paulus, 1990. 1584 p. Edição Pastoral.
- _____. Português. **Bíblia sagrada: Nova Versão Internacional**. Tradução da Comissão de Tradução da Sociedade Bíblica Internacional. São Paulo: Vida, 2007. 1026 p.
- BOEHNER, Philotheus; GILSON, Etienne. **História da Filosofia Cristã: Desde as origens até Nicolau de Cusa**. Tradução de Raimundo Vier. 8. ed. Petrópolis: Vozes, 2003. 582 p. Título original: Christliche Philosophie - von ihren Anfaengen bis Nikolaus von Cues.
- BRAUNSTEIN, Florence; PÉPIN, Jean-François. **O lugar do corpo na cultura ocidental**. Tradução de João Duarte Silva. Lisboa: Instituto Piaget, 1999. 195 p. (Coleção Epistemologia e Sociedade, 162). Título original: La place du corps dans la culture occidentale.
- BROWN, Peter. Antiguidade tardia. In: VEYNE, Paul (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009. Cap. 2. p. 213-284. Título original: Histoire de la vie privée: vol. 1: de l'Empire romain à l'an mil.
- _____. **Corpo e Sociedade: O homem, a mulher e a renúncia sexual no início do cristianismo**. Tradução de Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1990. Título original: The Body and Society: Men, Women and Sexual Renunciation in Early Christianity.
- CARVALHO, Yara Maria de. Corpo e história: o corpo para os gregos, pelos gregos, na Grécia Antiga. In: SOARES, Carmen Lúcia (Org.). **Corpo e História**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2006. Cap. 9. p. 163-175. (Coleção educação contemporânea).

COMBLIN, José. Cristianismo e corporeidade. In: SOTER - SOCIEDADE DE TEOLOGIA E CIÊNCIAS DA RELIGIÃO (Org.). **Corporeidade e teologia**. São Paulo: Paulinas, 2005. p. 7-20.

COURTINE, Jean-Jacques. Os Stakhanovistas do Narcisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (Org.). **Políticas do Corpo: elementos para uma história das práticas corporais**. 2. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2005. p. 81- 114.

DAOLIO, Jocimar. Corpo e Identidade. In: MOREIRA, Wagner Wey (Org.). **Século XXI: A era do corpo ativo**. Campinas, SP: Papirus, 2006. p. 49-62.

DOUGLAS, Mary. **Pureza e Perigo**. Tradução de Sónia Pereira da Silva. Lisboa: Edições 70, [1966]. 213 p. (Perspectivas do homem, 39). Título original: Purity and Danger.

DROBNER, Hubertus R. **Manual de patrologia**. Tradução de Orlando dos Reis e Carlos Almeida Pereira. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2008. 653 p. Título original: Lehrbuch der Patrologie.

DUNN, James D. G. **A teologia do apóstolo Paulo**. Tradução de Edwino Royer. São Paulo: Paulus, 2003. 907 p. (Biblioteca de estudos bíblicos). Título original: The theology of Paul the apostle.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador**. Tradução de Ruy Jungmann. Rio de Janeiro: Zahar, 1994. 2 v. (v. 1. Uma história dos costumes). Título original: Über den Prozess der Zivilisation, vol. 1.

FITTIPALDI, Maristela. O corpo clonado da contemporaneidade. **Logos: Comunicação & Universidade: Corpo, arte e comunicação**, Rio de Janeiro, ano 11, n. 20, p. 26-40, Primeiro semestre de 2004. Semestral. Faculdade de Comunicação Social, UERJ.

FONTES, Joaquim Brasil. O Corpo e sua Sombra. In: SOARES, Carmen Lúcia (Org.). **Corpo e História**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2006. Prefácio. (Coleção educação contemporânea).

FOUCAULT, Michel. **A Hermenêutica do Sujeito**: curso dado no Collège de France (1981-1982). Tradução de Márcio Alves da Fonseca e Salma Tannus Muchail. 3. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2011. (Obras de Michel Foucault). Título original: L'herméneutique du sujet.

_____. **História da Sexualidade I: A Vontade de Saber**. Tradução de Pedro Tamen. Lisboa: Relógio D'Água, 1994a. 165 p. (Antropos). Título original: Histoire de la Sexualité 1: La volonté de savoir.

_____. **História da Sexualidade II: O Uso dos Prazeres**. Tradução de Manuel Alberto. Lisboa: Relógio D'Água, 1994b. 295 p. (Antropos). Título original: Histoire de la Sexualité 2: L'usage des plaisirs.

_____. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. Tradução de Raquel Ramallete. 35. ed. Petrópolis: Vozes, 2008. 288 p. Título original: Surveiller et punir.

FREDRIKSEN, Paula. **Pecado**: a história primitiva de uma ideia. Tradução de Gentil Avelino Tilton. Petrópolis: Vozes, 2014. 245 p. Título original: Sin: the early history of an idea.

GADAMER, Hans-Georg. **O caráter oculto da saúde**. Tradução de Antônio Luz Costa. Petrópolis: Vozes, 2006. 176 p. (Coleção Textos Filosóficos). Título original: Über die Verborgenheit der Gesundheit.

GALIMBERTI, Umberto. **Os vícios capitais e os novos vícios**. Tradução de Sérgio José Schirato. São Paulo: Paulus, 2004. (Coleção Temas de Atualidade). Título original: I vizi capitali e i nuovi vizi.

GALLO, Sílvio. Corpo ativo e a filosofia. In: MOREIRA, Wagner Wey (Org.). **Século XXI**: A era do corpo ativo. Campinas, SP: Papyrus, 2006. p. 9-30.

GÉLIS, Jacques. O corpo, a Igreja e o sagrado. In: VIGARELLO, Georges (Dir.). **História do corpo**: 1. Da Renascença às Luzes. Tradução de Lúcia M. E. Orth. Petrópolis: Vozes, 2008. Cap. 1. p. 19-130. Título original: Histoire du corps 1. De la Renaissance aux Lumières.

GOELLNER, Silvana Vilodre. A produção cultural do corpo. In: LOURO, Guacira Lopes; FELIPE, Jane; GOELLNER, Silvana Vilodre (Orgs.). **Corpo, gênero e sexualidade**: um debate contemporâneo na educação. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2005. p. 28-40.

GOMES, Antônio Maspoli de Araújo. As Representações Sociais do Corpo e da Sexualidade no Protestantismo Brasileiro. **Rever: Revista de Estudos da Religião**, São Paulo, v. 1, p.1-38, jan. 2006.

GONZÁLEZ RUIZ, José María. **O Evangelho de Paulo**. Tradução de Nancy B. Faria. Petrópolis: Vozes, 1999. 236 p. Título original: El evangelio de Pablo.

GROSSI, Vittorino. Agostinho (santo). In: BORRIELLO, L. et al (Dir.). **Dicionário de Mística**. São Paulo: Paulus; São Paulo: Edições Loyola, 2003. p. 22-28. (Dicionários). Título original: Dizionario di mistica.

HERVIEU-LÉGER, Danièle. **O peregrino e o convertido**: a religião em movimento. Tradução de João Batista Kreuch. Petrópolis: Vozes, 2008. 238 p. Título original: Le pèlerin et le converti: La religion en mouvement.

JARDILINO, José Rubens L. **Lutero & a Educação**. Belo Horizonte: Autêntica, 2009. 124 p. (Pensadores & Educação).

JAVARY, Christelle. **A cura**: quando a salvação toma corpo. Tradução de José Augusto da Silva. Aparecida, SP: Santuário, 2014. 165 p. Título original: La guérison - quand le salut prend corps.

LE BRETON, David. A Síndrome de Frankenstein. In: SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (Org.). **Políticas do Corpo**: elementos para uma história das práticas corporais. 2. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2005. p. 49-67.

_____. Individualização do corpo e tecnologias contemporâneas. In: COUTO, Edvaldo Souza; GOELLNER, Silvana Vilodre (Orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis: Vozes, 2012. Cap. 1. p. 15-32.

_____. **Adeus ao corpo: Antropologia e sociedade**. Tradução de Marina Appenzeller. 4. ed. Campinas, SP: Papirus, 2009. 240 p. Título original: L'adieu au corps.

LE GOFF, Jacques; TRUONG, Nicolas. **Uma história do corpo na Idade Média**. Tradução de Marcos Flamínio Peres. 2. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010. 207 p. Título original: Une histoire du corps au Moyen Age.

MAIA, Antônio Cavalcanti. Biopoder, biopolítica e o tempo presente. In: NOVAES, Adauto (Org.). **O homem-máquina: a ciência manipula o corpo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2003. p. 77-108.

MALYSSE, Stéphane. **Diário acadêmico**. Tradução de Vera Lúcia Vieira. São Paulo: Estação das Letras e Cores, 2008. 149 p.

MAMMÌ, Lorenzo. O espírito na carne: o cristianismo e o corpo. In: NOVAES, Adauto (Org.). **O homem-máquina: a ciência manipula o corpo**. São Paulo: Companhia das Letras, 2003. p. 109-121.

MARWICK, Arthur. **Uma história da beleza humana**. Tradução de Luiz A. de Araújo. São Paulo: Senac, 2009. 310 p. Título original: A History of Human Beauty.

MARZANO, Michela. Abjeto: abjeção e pureza. In: _____ (Org.). **Dicionário do Corpo**. São Paulo: Edições Loyola, Centro Universitário São Camilo, 2012. p. 15-18.

MATTHEWS, Gareth B. **Santo Agostinho: a vida e as ideias de um filósofo adiante de seu tempo**. Tradução de Álvaro Cabral. Rio de Janeiro: Zahar, 2007. 231 p. Título original: Augustine.

MATTOS, Rafael. **Sobrevivendo ao estigma da gordura**. São Paulo: Vetor, 2012. 204 p.

MAUSS, Marcel. **Sociologia e antropologia**. Tradução de Paulo Neves. São Paulo: Cosac Naify, 2003. 536 p. Título original: Sociologie et anthropologie.

MELO, Victor Andrade de. O esporte como forma de lazer no Rio de Janeiro do século XIX e década inicial do XX. In: MARZANO, Andrea; MELO, Victor Andrade de (Orgs.). **Vida divertida: histórias do lazer no Rio de Janeiro (1830-1930)**. Rio de Janeiro: Apicuri, 2010. p. 49-74. (Sport História)

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção**. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006. (Tópicos). Título original: Phénoménologie de la perception.

MESSIAS, Arminda Saconi; LIMA, Jorge Cândido de. A química do corpo: Abordagem Interdisciplinar. In: CORREIA JÚNIOR, João Luiz; COSTA, Marcos Roberto Nunes (Orgs.). **Os mistérios do corpo: uma leitura multidisciplinar**. Recife: INSAF, 2004. Cap. 1. p. 11-23.

MIRANDA, Evaristo Eduardo de. **Corpo: Território do Sagrado**. 4. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2007. 285 p.

MOULIN, Anne Marie. O corpo diante da medicina. In: COURTINE, Jean-Jacques (Dir.). **História do corpo: 3. As mutações do olhar. O século XX**. Tradução de Ephraim Ferreira Alves. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2008. p. 15-82. Título original: Histoire du corps – 3. Les mutations du regard. Le XX^e siècle.

NADEAU, Jean-Guy. Dicotomia ou união da alma e do corpo? As origens da ambivalência do cristianismo em relação ao corpo. **Concilium Revista Internacional de Teologia: Corpo e religião**, Petrópolis, v. 2, n. 295, p.63[199]-72[208], 2002.

OLIVEIRA, Fátima Régis de. Apresentação: Corpo, comunicação, arte e tecnologia. **Logos: Comunicação & Universidade: Corpo, arte e comunicação**, Rio de Janeiro, ano 11, n. 20, p. 9-11, Primeiro semestre de 2004. Semestral. Faculdade de Comunicação Social, UERJ.

ORTEGA, Francisco. **O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea**. Rio de Janeiro: Garamond, 2008. 256 p.

_____; ZORZANELLI, Rafaela. **Corpo em evidência: a ciência e a redefinição do humano**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010. 189 p. (Coleção contemporânea: Filosofia, literatura e artes).

PORTER, Roy. **Das tripas coração: uma breve história da medicina**. Tradução de Vera Ribeiro. Rio de Janeiro: Record, 2004. Título original: Blood and guts.

POULAIN, Jean-Pierre. **Sociologias da alimentação: os comedores e o espaço social alimentar**. Tradução de Rossana Pacheco da Costa Proença, Carmen Sívila Rial, Jaimir Conte. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2006. 311 p. (Série Nutrição). Título original: Sociologies de l'alimentation: Les mangeurs et l'espace social alimentaire.

QUESNEL, Michel. **Paulo e as origens do cristianismo**. Tradução de Paulo Ferreira Valério. São Paulo: Paulinas, 2004. 143 p. (Coleção Bíblia e história). Título original: Paul et les commencements du christianisme.

REALE, Giovanni. **Corpo, alma e saúde: o conceito de homem de Homero a Platão**. Tradução de Marcelo Perine. São Paulo: Paulus, 2002. 282 p. (Coleção Filosofia). Título original: Corpo, anima e salute: il concetto di uomo da Omero a Platone.

RIVIÈRE, Claude. **Os Ritos Profanos**. Tradução de Guilherme João de Freitas Teixeira. Petrópolis: Vozes, 1997. 326 p. Título original: Les Rites Profanes.

RODRIGUES, José Carlos. **O Tabu do Corpo**. Rio de Janeiro: Achiamé, 1979. 174 p. (Série Universidade).

ROUCHE, Michel. Alta Idade Média Ocidental. In: VEYNE, Paul (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009. Cap. 4. p. 403-532. Título original: Histoire de la vie privée: vol. 1: de l'Empire romain à l'an mil.

RUTTEN, Thijs. Orígenes. In: BORRIELLO, L. et al (Dir.). **Dicionário de Mística**. São Paulo: Paulus; São Paulo: Edições Loyola, 2003. p. 812-814. (Dicionários). Título original: Dizionario di mistica.

SANFORD, John A. **Mal, o lado sombrio da realidade**. Tradução de Sílvio José Pilon e João Silvério Trevisan. 4. ed. São Paulo: Paulus, 2007. 194 p. Título original: Evil, the shadow side of reality.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea**. 2. ed. São Paulo: Estação Liberdade, 2005. 127 p.

SCHPUN, Mônica Raisa. **Beleza em jogo: cultura física e comportamento em São Paulo nos anos 20**. São Paulo: Boitempo; São Paulo: Senac, 1999. 165 p.

SFEZ, Lucien. **A saúde perfeita: crítica de uma nova utopia**. Tradução de Marcos Bagno. São Paulo: Edições Loyola; São Paulo: Unimarco, 1996. 408 p. Título original: La santé parfaite - critique d'une nouvelle utopie.

SHELLEY, Mary. **Frankenstein**. Tradução de Miécio Araujo Jorge Honkins. Porto Alegre: L&PM, 2010. 256 p. (Coleção L&PM POCKET; v. 54).

SIBILIA, Paula. Imagens de corpos velhos: a moral da pele lisa nos meios gráficos e audiovisuais. In: COUTO, Edvaldo Souza; GOELLNER, Silvana Vilodre (Orgs.). **O triunfo do corpo: polêmicas contemporâneas**. Petrópolis: Vozes, 2012. Cap. 6. p. 145-160.

_____. Tiranias do “software humano”: redefinições de saúde e doença. **Logos: Comunicação & Universidade: Corpo, arte e comunicação**, Rio de Janeiro, ano 11, n. 20, p. 41-60, Primeiro semestre de 2004. Semestral. Faculdade de Comunicação Social, UERJ.

_____. **O homem pós-orgânico: corpo, subjetividade e tecnologias digitais**. 3. ed. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2002. 228 p. (Conexões; 17).

SILVA, Ana Márcia. A natureza da *physis* humana: indicadores para o estudo da corporeidade. In: SOARES, Carmen Lúcia (Org.). **Corpo e História**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2006. Cap. 2. p. 25-41. (Coleção educação contemporânea).

SIMHA, André. **A consciência, do corpo ao sujeito: análise da noção: estudo de textos: Descartes, Locke, Nietzsche, Husserl**. Tradução de Ephraim Ferreira Alves. Petrópolis: Vozes, 2009. 246 p. Título original: La conscience. Du corps au sujet: analyse de la notion, étude de textes: Descartes, Locke, Nietzsche, Husserl.

TAYLOR, Charles. **As fontes do Self: a construção da identidade moderna**. Tradução de Adail Ubirajara Sobral e Dinah de Abreu Azevedo. 3. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2011. 670 p. Título original: Sources of the Self - The Making of the Modern Identity.

TERRIN, Aldo Natale. **O sagrado off limits: A experiência religiosa e suas expressões**. Tradução de Euclides Balancin. São Paulo: Edições Loyola, 1998. 278 p. Título original: Il sacro off limits. L'esperienza religiosa e il suo travaglio antropologico.

TRÉMOLIÈRES, François. Ascese. In: MARZANO, Michela (Org.). **Dicionário do Corpo**. São Paulo: Edições Loyola, Centro Universitário São Camilo, 2012. p. 105-107.

VEYNE, Paul. Introdução. In: _____ (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009a. p. 11-13. Título original: Histoire de la vie privée: vol. 1: de l'Empire romain à l'an mil.

_____. O Império Romano. In: _____ (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009b. Cap. 1. p. 17-211. Título original: Histoire de la vie privée: vol. 1: de l'Empire romain à l'an mil.

VIGARELLO, Georges. **História da beleza: o corpo e a arte de se embelezar, do Renascimento aos dias de hoje**. Tradução de Léo Schlafman. Rio de Janeiro: Ediouro, 2006. 247 p. Título original: Histoire de la beauté.

VILLAÇA, Nízia; GÓES, Fred. **Em nome do corpo**. Rio de Janeiro: Rocco, 1998. 224 p. (Artemídia).

WEBER, Max. **Ensaio de Sociologia e outros escritos**. São Paulo: Abril Cultural, 1974. Seleção de Maurício Tragtenberg.

WETZEL, James. **Compreender Agostinho**. Tradução de Caesar Souza. Petrópolis: Vozes, 2011. 214 p. (Série Compreender). Título original: Augustine: a guide for the perplexed.

WILDE, Oscar. **O Retrato de Dorian Gray**. Tradução de Pietro Nasseti. São Paulo: Martin Claret, 2001. 198 p. (Coleção A obra-prima de cada autor, 12).

ANEXO A – Roteiro de perguntas das entrevistas realizadas entre março e abril de 2013.

Entrevista ____

Realizada em _____, em Juiz de Fora, MG.
(data)

Nome:

Idade:

Sexo:

Estado civil:

Escolaridade:

Profissão:

Renda em torno de:

Religião:

Praticante?

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há quanto tempo frequenta essa academia? Porque da escolha?

Que modalidade de atividade física você pratica? Porque da escolha?

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

ANEXO B – Entrevistas⁶

Entrevista I

Realizada em 29 de março de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Antônio.

Idade:

25 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Fisioterapeuta.

Renda em torno de:

9 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há vinte anos, desde criança.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há um ano. Porque posso treinar num nível avançado e tem peso, carga para minha *performance* atual.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Musculação. Mas também jiu-jítsu e pilates. Mas faço mais musculação, faço melhor e dá um resultado estético. Jiu-jítsu dá prazer e me deixa relaxado. Pilates me deixa inteiro e trabalho as fraquezas do meu corpo. Fico com o corpo forte e melhoro a postura.

⁶Todos os participantes assinaram o consentimento livre e esclarecido de participação em pesquisa de doutorado, autorizando o registro e transcrição das informações fornecidas em entrevista para utilização na pesquisa. Os nomes dos entrevistados foram trocados e os dados mantidos em caráter confidencial e sigiloso.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Sinto-me bem. É um vício que me faz bem. Desde pequeno tenho prazer em fazer as coisas físicas. A musculação me dá identidade.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Faço de acordo com o que eu estou estudando. Eu que faço minha dieta e faço para muitos amigos. Não tenho formação nessa área, mas já estudei muito. Tenho bons resultados, mais do que com as dietas de outros profissionais da área ou de quem usa anabolizante. Não estou querendo me gabar, mas é o que acontece. Isso me traz muita satisfação pessoal. Minha dieta está sempre relacionada com o esporte. Não acho isso muito correto, mas é o que me acontece, mas é algo que ainda não consegui separar, quanto mais empenhado eu estou na musculação, mais minha alimentação está correta, e vice-versa. Na semana que começo a malhar pesado, minha dieta regula. Eu não consigo malhar sem fazer dieta mais. Se malho há onze anos, oito foram com dieta. Mas é uma dieta calculada pelo esforço que estou fazendo, não é uma dieta maluca dessas que estão por aí.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Exercício, saudável, disciplina, descanso. Disciplina, porque quanto mais disciplina em relação ao nosso corpo, mais disciplina em relação ao nosso espírito, ao nosso trabalho, à nossa mente, em relação a tudo. Há fatos que não controlamos, mas se tivermos disciplina vamos conseguir nos manter o mais saudável possível.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Forte, movimento, medo, íntegro. Movimento, tenho medo de não poder fazer atividade física. Na fisioterapia, a gente lida com o corpo doente o tempo todo. Há até uma dificuldade de tratar alguém que não tem nada com medo de lesionar. A gente lida com lesão o tempo todo. Eu não tenho medo do meu corpo ficar fraco por pouco exercício físico, não pretendo largar o exercício físico e já sei que preciso me planejar para estar sempre fazendo exercício. O medo é não saber respeitar os limites e me prejudicar. Eu já ultrapassei os limites umas quatro vezes. A gente vê depois que ultrapassou os limites, porque no esporte rola uma síndrome de super-homem. Você vai forçando, forçando, por mais que esteja fazendo da forma correta. Na hora você não sente, mas três meses depois isso aparece. Já tive problema de coluna, hormonal, lesão em articulação, *overtraining* (excesso de treinamento e depois fica difícil de recuperação). Você quer se autossuperar. Você vê atletas treinando muito para diminuir um ou dois segundos no seu tempo. Acho que se superar é uma das coisas que dá mais autoprazer ao ser humano. A gente está aqui para se melhorar em tudo que a gente está fazendo. Essa parte física sempre foi mais forte. Eu estando bem fisicamente o resto vai bem. Se ela começa a desmoronar, a minha mente começa a bagunçar. Quanto mais meu corpo está bem trabalhado, mais afiada minha mente está, o humor, tudo, tenho até uma dependência disso. Tenho feito outros exercícios, mas não estou malhando há um mês e isso me deixa para baixo. Hoje, a gente consegue saber de pessoas, vendo fotos, lendo a história, que chegaram aos cem anos ativos. Eu faço ioga há uns cinco anos e conheço uma professora de ioga com noventa e um anos que faz ioga melhor do que eu. Uma das minhas metas de vida é chegar aos cem anos ativo, fazendo atividade física num nível avançado. Temos uma reencarnação e estamos nela para se melhorar e precisamos planejar nossa reencarnação toda. Se podemos

viver cem anos, então vamos cuidar disso. Agora, eu tenho vinte cinco anos e preciso me dedicar muito ao trabalho para ter uma boa aposentadoria. Não só no sentido financeiro, mas emocionalmente, espiritualmente. Vai ser um momento que vou poder me dedicar mais do meu lado religioso com uma frequência maior. Estudar mais e trabalhar mais na instituição religiosa. Esse corpo não me pertence, ele foi um presente que recebi e preciso cuidar dele. Se fizer mau uso desse presente, ele pode não durar e, desse modo, não vou poder cumprir os compromissos que tenho nessa reencarnação. Um dos motivos de não focar só na musculação e fazer outras atividades físicas é para prolongar meu tempo de qualidade de vida ativo para cumprir esses compromissos que eu fiz nessa vida. Se eu chegar aos cem anos ativo, eu faço tudo o que eu deveria fazer nessa reencarnação, a nível familiar, de cuidar do próximo, a nível de cuidar de mim mesmo, de iluminação, de estudo. É uma programação que eu fiz segundo o que me dá prazer, me ajuda me equilibrar, que é ecológico. Não sei se vou conseguir completar isso, mas foi a forma que eu achei de passar por aqui sem me perder e conseguir me melhorar. Esse é um caminho puxado. Conheço poucas pessoas que querem seguir esse caminho de se cuidar em todos os sentidos (família, trabalho, amigos, etc.) e o esporte me ajuda a me manter nele. E vou conseguir chegar a um lugar difícil de ser alcançado, que muita gente quer chegar nele e não consegue. A caminhada tem vários desafios. Tem que se abster de muita coisa. É uma caminhada que é mais solitária. Só no ano passado que eu encontrei pessoas que fazem essa caminhada semelhante a minha. Por exemplo, reencontrei isso num amigo de infância, que já fez futebol comigo, capoeira, já pedalou, já malhou comigo. Hoje a gente faz jiu-jítsu e malha junto. É muita sintonia. Já encontrei outras pessoas recentemente, mas a gente está isolada de 98% das pessoas, mas já encontrei, mas já fiquei muito sozinho, então, para mim é normal. Porque um dos sacrifícios desse caminho é que requer tempo, porque é muita coisa, é preciso ter muita disciplina. Então, acho que é um caminho que são poucas pessoas que querem caminhar contigo ou próximo. É difícil deixar alguém entrar nesse caminho. Alguém no sentido da namorada principalmente, eu prefiro me manter no caminho que eu quero seguir do que deixar alguém entrar e correr o risco de desviar desse caminho. Eu acho que poucas pessoas entenderiam. E eu acho que é difícil eu pedir para alguém se sacrificar e querer caminhar comigo. Eu acho que eu conseguiria deixar alguém entrar no meu caminho se eu visse que alguém tem um caminho semelhante.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Autossuperação, disciplina, prazer, liberdade. Liberdade, é uma forma que você está cuidando só de você. Você está se libertando do peso do resto do dia, das preocupações, da fraqueza do seu corpo.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu sempre pratiquei desde pequeno, mas eu acho que, no início ou até uns 16 anos, a atividade física servia para eu enturmar, entrar em contato com gente nova, serviu para eu fazer amizade. Também me ajudou a não ficar gordinho, pois quando eu era criança eu comia muito, eu tinha uma gula insaciável. Quando eu estava no 1º ano, eu tinha um perfil mais estudioso, mais *nerd*. Nessa hora, a atividade física me ajudou, primeiro que eu enturmei com pessoas que eu não iria enturmar quando comecei a pedalar, eu teria dificuldade de enturmar por questão de autoconfiança mesmo, e enturmado com elas eu comecei a pedalar e eu vi o quanto eu gostava de esporte e do 1º ao 3º ano eu comecei a levar o esporte de uma maneira mais séria, não pensando em atleta, mas com uma frequência maior eu comecei a malhar e aí foi interessante porque eu tive muita mudança física. Perdi peso, ganhei músculo, então, minha autoestima mudou completamente. Acabou que eu vi que não queria fazer ciência da

computação, que era minha primeira opção de curso, porque era algo que não tinha nenhum esforço físico, só esforço mental. E acabou que a atividade física direcionou o curso que eu ia fazer. Primeiro, pensei em educação física, mas como não é um curso muito valorizado optei em fazer fisioterapia. Quando eu entrei na fisioterapia e comecei a estudar movimento de corpo, fisiologia, técnica de tratamento, etc., aí eu entendi que aquela atividade física, que eu tinha praticado até então, ia me ajudar na minha formação porque na minha família todo mundo era muito estudioso e ninguém fazia atividade física regularmente. Todo mundo era mais o lado mental. Eu até me sentia culpado por gastar tanto tempo com esporte e eu não gastava o mesmo tempo em estudo, mas quando estava no curso vi que eu não gastei meu tempo à toa, que tudo aquilo me ajudaria de uma forma ou de outra. Então, tive uma satisfação pessoal nesse sentido. Na faculdade, eu tive vontade de virar professor de *muay thai*, estava treinando para competir, para ganhar mesmo, então, eu tive uma lesão e não consegui voltar ao esporte. Então, foi minha primeira grande frustração no esporte, foi descobrir um limite meu em algo que eu estava indo bem e não esperava encontrar um limite mesmo fazendo fisioterapia. Eu estava no início do curso, talvez hoje eu pudesse reverter isso. Acabou que experimentei vários esportes na faculdade. Eu corri, nadei, fiz prova de *duathlon*, pedalei, mas, pelo meu biótipo, eu tinha melhores resultados com a musculação. Pratiquei ioga, pilates, mas a musculação sempre foi a base. De uns dois anos para cá, a musculação mudou muito para mim. Há muito preconceito com a musculação e nunca eu tinha praticado do modo que eu queria. Por questão de identidade mesmo, eu nunca levei a musculação do jeito que eu queria, eu chegava a um ponto, então, as pessoas começam a criticar e eu parava de praticar. Há uns dois anos, eu comecei a ignorar isso e vi que o que eu estava fazendo era ecológico, era saudável, a maioria das pessoas que criticavam não conseguiam fazer o que eu fazia e também tinham comportamentos errados, então eu comecei a levar o treino mais sério, até ficar um pouco fissurado. Nesses últimos dois anos, a malhação mudou muita coisa em mim. Antes, eu via a musculação como atividade física, mas pelo lado estético principalmente. Mas depois que comecei a levar de forma mais séria, eu comecei a ver que aquele esforço, aquela disciplina do exercício físico, de fazer dieta, de estar cansado e treinar, o esforço de estar ali todo dia e de levar aquilo, que não era fácil, para outro nível, eu poderia usar para o resto da minha vida. Eu poderia pegar a disciplina da academia e colocar no trabalho, no estudo. Então, comecei a ver o esporte de outro modo. Como autossuperação, autoaperfeiçoamento, um modo de ser mais focado, ter mais força de vontade. Tudo aquilo que era natural no esporte, eu vi que eu poderia puxar para o resto da minha vida. E se alcancei isso no esporte, eu poderia alcançar em outros aspectos da minha vida. Eu já fiz uns raciocínios paralelos sobre o esforço de autossuperação ter uma relação com a prática religiosa. De uma forma ou de outra, as coisas que eu acho que é certo ou errado acaba vindo de dentro da religião. Então, eu comecei a pensar que eu gastar aquele tempo, aquela energia com o esporte era pouco. Se eu queria gastar aquele tempo todo com a musculação, eu tinha que retirar um maior proveito para minha vida, acho que se fosse só pelo lado estético era pouco. Eu tinha que aproveitar aquele tempo de treino para estar me ajudando em alguns comportamentos para valer aquele tempo gasto. Muitas mudanças de hábitos começaram com a religião. Por exemplo, parar de beber, mas o que me segura é a atividade física. Eu acho que acaba tendo uma influência muito grande entre uma e outra. No meio da musculação, é muito normal o uso de hormônios. Eu nunca tomei hormônio por causa da religião. A gente observa que comportamentos errados lá fora se repetem na academia. Quem já usou drogas corre um risco maior de usar hormônios na musculação a meu ver. A religião serviu mais para eu não errar o caminho dentro do esporte. E para eu perceber que aquele momento fica pequeno se eu usar ele só para cuidar do corpo, tem que tirar mais proveito desse momento.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Muito bem. Quando consigo me manter na atividade física e não estou machucando é uma das melhores satisfações da minha vida. Fazer e completar a atividade. Talvez não tenha algo que me dê tanto prazer do que fazer atividade física. Eu ainda não encontrei outra coisa. Nem relacionamento, nem relação sexual, nem festa, nem férias, praia. Atividade física é o que me dá mais prazer. Eu consigo mesmo. Eu posso estar em qualquer lugar, trabalhando, em lazer, se eu puder fazer atividade física, eu fico bem consigo mesmo, é minha forma de centrar, de estar em equilíbrio. Se eu não puder fazer atividade física, eu vou ter que ter outros lados bem trabalhados para ficar bem consigo mesmo.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Eu não considero uma religião, porque eu tenho outro conceito de religião, mas é um estilo de vida. O estilo de vida tem vários ramos, a religião também. Esse estilo de vida que eu encontro na atividade física me influencia mais que a religião. É uma forma de ver o mundo, de viver o mundo, de estar passando pelo mundo. Eu não compararia com uma religião, mas com um caminho. Um caminho que eu escolhi para seguir minha vida. Esse caminho pode ter uma conotação espiritual. Pode ser um modo de espiritualidade. Uma espiritualidade influencia o modo que eu vou caminhar nele. É interessante que, como eu respiro isso o dia inteiro, eu encontro pessoas que estão nesse mesmo caminho, que são poucas. Alguns são amigos que eu tenho desde criança, outros que conheço há pouco tempo. Temos a mesma linha de raciocínio. Nossa identidade, nossa espiritualidade, nosso esporte foi construído junto. E, ao mesmo tempo, encontrei pessoas que têm a mesma linha de raciocínio e que não estão na minha religião. Que eu encontrei e você vê que não foi à toa, mas que encontrou esse caminho sem ser pela mesma espiritualidade, sem ser pelo mesmo raciocínio religioso, mas quando você vê, fala a mesma coisa. Agora para mim tem uma conotação não religiosa, mas que mistura muito com a forma que eu quero caminhar no esporte com a religião. Teve esportes que eu parei de fazer por motivo religioso e depois, com o amadurecimento, minha cabeça mudou. Por exemplo, artes marciais e interpretações do espiritismo. Porque eu tenho uma tendência a ser violento, mas com o amadurecimento eu vi que eu podia ter controle sobre isso. Só que, às vezes, quando vêm as dores e as lesões, o que é comum nas artes marciais, eu me pergunto até onde essas lesões são por forçar demais alguma estrutura ou se é um sinal para eu não estar lá. Às vezes, a religião é um porto seguro, mas me gera insegurança só nas artes marciais. Porque na minha religião se diz que as artes marciais vão acabar e que não é mais para focarmos nela. O caminho que eu escolhi tem um preço e foi algo que o esporte falou mais alto, mais forte em mim do que a religião. É um preço que eu resolvi pagar porque me dá muita satisfação. Há textos na religião que pratico que diz que as mudanças que estão acontecendo no mundo não vão ter mais espaços para as artes marciais. E que devemos tentar largar esse nosso lado primitivo e nos espiritualizarmos. Não é bem com essas palavras, mas é a minha interpretação. Mas eu gosto bastante do meu lado primitivo. E, embora a gente sempre procure se espiritualizar, eu acho que se eu largar esse lado primitivo, que em uns é mais forte, como em mim, eu não vou chegar aonde eu posso chegar.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Tem, e para mim, eu tenho um desafio em relação a isso, não é nem a ligação entre a prática de um e de outro, mas o tempo de dedicação para cada coisa. Hoje eu me dedico dez vezes mais para a prática da academia do que para a da religião. Eu acho que a prática tem que ser harmônica. Mas eu acredito que vou ter uma vida bem longa, e, ficando mais velho e com mais tempo por causa de menos trabalho, eu vou poder me dedicar mais à religião. Sendo que, se eu chegar aos 60 anos bem e isso hoje é possível, eu vou ter mais tempo para me dedicar à

religião. Isso também pode não acontecer e eu achar que gastei muito tempo com a academia. O exercício físico me dá prazer e equilíbrio, e eu acho que o equilíbrio também é buscado na religião, mas temos que gastar mais tempo cuidando do outro, e menos tempo cuidando da gente, eu já gasto muito tempo cuidando de mim. Até certo ponto é necessidade cuidar do corpo, mas eu já passei desse ponto. E tem um ponto extra que eu cuido do meu corpo que eu não precisaria estar cuidando, mas eu tenho consciência disso.

Entrevista II

Realizada em 30 de março de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

João.

Idade:

54 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Casado.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Empresário.

Renda em torno de:

10 salários mínimos.

Religião:

Acredito em Deus, Cristo e simpatizo com o espiritismo.

Praticante?

Não.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde a infância.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há um mês. Escolhi porque é perto da minha residência e pela competência dos profissionais que lá trabalham.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Tênis e pilates. Já pratiquei futebol de salão, natação e caminhada. Já fiz musculação um tempo. Gosto de jogar tênis. Foi o esporte o qual eu me adaptei muito. O pilates para promover mais flexibilidade e ter mais tônus muscular, para ajudar nos avanços da idade e melhorar a prática do tênis evitando lesões. O tênis é um esporte muito repetitivo.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Pelo prazer de jogar tênis e condicionamento físico.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não. Procuro restringir um pouco algumas comidas que possam vir a me causar algum problema de saúde, mas dieta específica não. Procuro não comer nada em excesso de alimentos que tradicionalmente podem fazer mal a uma pessoa quando em exagero.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Sustentabilidade, capacidade, prazer, locomoção. É capacidade, porque eu gosto de trabalhar, me sentir útil. Eu gosto de desenvolver atividades, fazer coisas novas, criar.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Sobreviver, realização, comunicação, prazer. É realização, porque eu gosto de realizar coisas, de construir, comprar uma máquina, conquistar espaço no mercado e é meu corpo que me proporciona isso.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Diversão, saúde, sociabilidade, prazer. É diversão, porque eu preciso me divertir um pouco, eu trabalho muito e fazendo exercício eu me divirto.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Não é o que mudou, mas o que poderia ter acontecido se eu não praticasse exercícios. Eu sempre fiz atividade física. Com certeza, eu teria mais problemas de saúde, teria mais peso. A partir do momento que você escolhe uma atividade física, no meu caso o tênis e a academia, você acaba melhorando a sua alimentação, tendo uma alimentação mais saudável, diminuindo um pouco a comida. Porque sendo o tênis um esporte competitivo, a gente acaba tomando alguns cuidados paralelos porque a gente não quer perder do parceiro.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Que ele é um corpo saudável, capaz de desenvolver esforço, de superação.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Não. Porque eu vou cuidar do corpo para ter bem-estar físico e uma religião é para eu ter um bem-estar mental, espiritual. Isso para mim é diferente. É fundamental corpo são em mente são, mas não vejo que isso está envolvido com religião. Não vejo religião envolvida com prática de atividade física. Eu sinto alegria, prazer, mas nunca fiz relação com a religião. O esporte para mim é um lazer, faz bem para minha cabeça, deixa meu corpo são para desenvolver as minhas atividades de sobrevivência. Se eu for uma pessoa muito estagnada fisicamente, eu, com certeza, vou ter problemas de saúde que vão me trazer doenças, posso vir a falecer. Pessoas muito sedentárias, geralmente, elas têm problemas de saúde, obesidade, de circulação, de diabetes, arteriosclerose. Não é que, fazendo exercícios, você não vai ter problemas de saúde, mas a tendência é de você ter uma saúde melhor. Quando eu tenho um problema físico, eu não posso jogar tênis, não posso fazer uma horta, não posso roçar a granja, podar uma árvore, etc. E eu gosto dessas atividades e se eu não cuidar do meu corpo

para ele ter mais durabilidade, eu não posso realizar essas atividades por mais tempo. Eu quero estar mais apto, ter mais tempo de vida para realizar essas atividades. O tênis entra como diversão e o trabalho na academia entra para fazer com que o meu corpo tenha mais durabilidade, esteja mais apto para eu fazer essas coisas que gosto e as que são necessárias.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Não. Nunca fiz um atrelamento entre as duas coisas. Eu entrei na academia para ter uma condição de continuar desenvolvendo o tênis. Com isso eu busco uma alimentação melhor, me cuido mais. A academia é algo paralelo ao tênis. Hoje é isso, mas quando eu tiver mais idade, eu posso até a vir praticar academia para me dar um bem-estar físico, para continuar a ter tonicidade, flexibilidade. Eu procuro atrelar o esporte à diversão, não pode ser uma obrigação. Hoje estou gostando muito do pilates, mais do que da musculação. O pilates é mais criativo, vai me dar mais elasticidade. O professor é praticamente um *personal trainer*, porque são apenas quatro pessoas e isso dá tempo dele dedicar mais para cada pessoa. O professor vem, troca ideia, te incentiva, ensina melhor, te explica o porquê do exercício, te acompanha na atividade. Como já falei antes, eu gosto de fazer os exercícios, é como se eu estivesse trabalhando, mas não vejo ligação com a religião. Depois que faço, eu sinto prazer talvez pelo fato de liberar endorfinas.

Entrevista III

Realizada em primeiro de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Danilo.

Idade:

24 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Graduando em Educação Física.

Profissão:

Atleta.

Renda em torno de:

2 salários mínimos.

Religião:

Católico.

Praticante?

Não. Rezo, mas não tenho ido à missa.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há mais de dez anos, comecei a competir em 2002, já tinha interesse pelas corridas de *mountain bike*, 2003 eu competi o ano inteiro, 2004 também. Em 2005, eu parei de competir, mas logo eu comecei a musculação e fiquei até 2008. Em 2009, voltei para as corridas de *bike*. Em 2013, entrei no pilates também. O pilates é uma atividade nova para mim.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há quatro meses. Escolhi esse espaço porque já conhecia o profissional há muito tempo e precisava de um complemento a mais no meu treinamento fora do treinamento específico. Eu não queria mais musculação, porque ela é muito boa, mas fica devendo de profissionais voltados para o que você quer. Ela é muito boa para quem está com objetivo de saúde ou estética, mas para o *mountain bike* eu queria algo mais personalizado. Estava em dúvida entre treinamento funcional e pilates. E esse profissional interpretou bem o que eu queria, valorizou os dois e me orientou que mesclando os dois seria mais benéfico, então, eu resolvi fazer os dois, senti confiança.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Porque desde novo eu já era apegado e já participava de passeios ciclísticos. Então comecei a ver que havia corridas bem parecidas, aí por curiosidade comecei a competir e gostei muito. Quando mais novo, eu já passei pela natação e pelo judô. Em 2002, também corri prova de *triathlon*, mas meu forte é a bicicleta, aí resolvi focar onde eu me destacava mais e tinha mais patrocínio.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Sigo. Eu procuro tomar um café da manhã com pão integral com nutella. Tomo chá ou café, assim tenho uma cafeína antes dos treinos. Durante os treinos, eu costumo levar um malto nas garrafinhas ou um carbogel, que é um carboidrato de rápida absorção ou até mesmo uma banana. Depois do treino, eu faço uma reposição através de um suplemento, de um R4, que é a combinação de carboidrato com proteína. Procuro almoçar normal, os lanches eu como um pão integral com azeite. À noite, eu gosto de jantar, faço um arroz integral com peito de frango ou um ovo. Não bebo, mas não abro mão de beber às vezes uma *long neck* ou uma taça de vinho, até porque isso tem um efeito benéfico. Exceder, isso não. A não ser numa ocasião especial, num jantar com um amigo, mas virar noite bebendo, fazendo algazarra, dormir tarde, isso não, procuro seguir uma linha aí.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Corpo, mente, potencial, rendimento. Para mim são todas interligadas. Para você estar bem no rendimento e explorar o seu potencial, você tem que estar bem corpo e mente. Corpo e mente, eles são ligados, não é um corpo separado, são só um, principalmente para um esporte de alto rendimento. Não adianta estar bem fisicamente, mas com problemas fora daquele mundo e isso interfere diretamente no seu rendimento. Quanto mais você tiver corpo e mente sãos, você rende mais e atinge seu potencial.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Descanso, treino, alimentação, competição. Competição, porque ela é o resultado final e através dela você vê o quanto você tem que melhorar. Nela você enxerga tudo o que é mais benéfico para melhorar. Com os outros itens, você tem que buscar a disciplina para chegar bem na competição. Você segue mais um parâmetro.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Descanso, intensidade, inteligência, alimentação. Inteligência, porque você tem que saber usar o corpo da maneira certa, os outros são em vão. Você tem que respeitar os seus limites, saber perder, saber ganhar, saber valorizar as melhoras para você estar conseguindo atingir sempre a melhor *performance*. Tem que saber pensar.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu sempre fui ligado a atividades físicas. Você consegue uma melhor disposição no dia a dia, seu intestino funciona melhor, consegue ter mais apetite, se alimentar melhor, você melhora num todo. Através da atividade física, você percebe várias coisas, sua disciplina te favorece melhorar várias coisas, para você traçar um desafio contra você mesmo. Você vê que tem que subir numa escada de cada vez para você atingir seu objetivo. Isso você leva para sua vida pessoal, seu trabalho, nos problemas do dia a dia. Você vê que tem que ir fazendo por partes para ser melhor no todo. A gente aprende a ter paciência, a dar um passo de cada vez, a respeitar o próximo. Por exemplo, você perde numa competição, mas respeita, sabe que ele tem o seu valor, que fez por merecer. Isso na sua vida, quando você olha uma pessoa que ocupa um cargo que você ocuparia, num carro muito bonito ou numa melhor posição, você tem em mente que a pessoa lutou para estar ali. Seu olhar não é invejoso. Você começa a olhar tudo com um olhar mais maduro. Tudo é prioridade nessa vida, como eu tenho corrida e competição como prioridade, eu tenho que levar uma vida diferenciada dos meus amigos. No Brasil, o esporte é pouco valorizado e você vê um amigo estudando para um concurso, alcançando aquele objetivo, você se sente sacrificado. Você não pode fazer o que as pessoas de sua idade estão fazendo. Coisas normais, como numa mesa com amigos matando saudades ou na formatura de um amigo, você tem que se privar de várias coisas. Por um lado, você faz um sacrifício. Mas vale a pena.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Eu acho que a maior dificuldade de uma pessoa quando ela começa a fazer atividade física ou uma competição é ela não ter essa percepção do seu corpo. Eu sei como eu estou me sentindo na hora, quando estou cansado, quando eu vou gripar, eu já sei se minha alimentação não está boa, porque a gente tem um conhecimento muito grande do corpo. Por seguir aquela rotina rigorosa, quando você dá um deslize, pega uma friagem rigorosa, essa coisas, você sente demais. Quando você não faz atividade física, você sente. Eu me sinto muito bem fazendo atividade física, parece que eu vou para outro mundo, esqueço tudo, principalmente quando você está em contato com a natureza, porque a gente tem várias paisagens bonitas aqui na região de Juiz de Fora que poucos têm a oportunidade de ver isso. Tenho um sentimento de paz. É também uma obrigação, após os treinos eu tenho a sensação de dever cumprido. Aquele treino foi bom, minha alimentação foi perfeita. Sinto-me bem com isso.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Cada um tem seu objetivo e tem que estar bem consigo mesmo. Se ela consegue isso através da religião, é o refúgio dela. É uma prioridade também. Porque ela vai cuidar do corpo? Se isso faz ela se sentir bem, então tem uma ligação. Se juntar tudo que for positivo é bem-vindo, a gente tem que ter fé. Depois de um treino bom, que você consegue ser superior ao que você já é, você tem que agradecer mesmo, agradecer a Deus porque tudo isso é muito gratificante, independente da religião que você acredita. Deus é maior. É muito gratificante contar com esse Deus, que está ali te cuidando. Não é ser uma pessoa que não peca, mas que faz bem ao

próximo, uma pessoa que pensa duas vezes antes de tomar uma atitude. Agindo assim, Deus vai te ajudar a alcançar seus objetivos. Quando a gente faz um treino, a gente quer se superar para aquilo se tornar motivador para você. Você quer provar para si mesmo que você está melhor. E isso vai influenciar no seu rendimento e assim você melhora numa competição. Você quer andar melhor do que já andou. Mas vai ter que subir as escadinhas. É uma batalha contra si mesmo. E quando você vence uma batalha te ajuda para vencer a seguinte.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Nunca havia pensado dessa forma, mas acho que sim, pode ter ligação sim, porque a pessoa acredita em Deus e vai à igreja, ajuda nas ações de sua religião, ajuda o próximo, crê naquilo e ela vai se sentir melhor. Quando você pega na academia, a pessoa às vezes é complexada com a estética, ela vai ter que ter essa mesma disciplina para se sentir bem consigo mesma. No alto rendimento, eu acho que os dois têm muita ligação sim. Porque a pessoa acredita em Deus e pede uma proteção sim, para iluminar todos os atletas. Todos fazem um sacrifício, saem de suas casas para ir lutar em tal cidade. Pode cair e machucar. Eu rezo, agradeço, peço proteção. E que ganhe sempre aquele que mereceu mais, que fez por onde ele está sempre colhendo frutos. No esporte, a gente consegue se melhorar olhando os nossos defeitos e corrigindo eles. É na competição que enxergamos o que precisamos melhorar. Em qualquer situação da vida, para a gente melhorar, é preciso uma superação. Para seguir esse caminho precisa ter uma prioridade. Nesse caminho, você precisa ter uma disciplina para seguir e atingir o seu objetivo. Você traça um caminho para atingir sua prioridade. Esse caminho é você com você mesmo. Você traça ele na sua mente e evita sair dele, não sai da alimentação, não vai para barzinho com seus amigos. Numa competição, eu tenho que traçar um cronograma de treinos e seguir. O dia a dia faz parte desse caminho. E a cada dia que você faz o que traçou certo isso te ajuda a alcançar objetivos mais fortes. Você vai fortalecendo seu psicológico, seu eu mesmo, não vai ter dúvidas. Tem que evitar dúvidas. Se você escapar do caminho, você tem que retornar. Quem traça um caminho, um objetivo na vida, ela vai conseguir, mas se sai do caminho, quando vier à prova final e você não alcançar o objetivo, você vai culpar essa saída e ficar na dúvida. Vai querer culpar aquilo que você saiu do caminho. Será que foi aquilo? Será que eu saí da minha trajetória? O esporte me ajudou a amadurecer desse jeito, mas também uma pessoa vai seguir uma religião e vai alcançar isso também e seguir esse caminho. Tudo é ligado um no outro. Por exemplo, uma pessoa que pratica atividade física porque se preocupa com a saúde e cuida da alimentação, ela tem fé nisso, ela acredita que vai melhorar e vai render mais no trabalho, em tudo. Tudo que for positivo vai ajudar nesse caminho. Temos que investigar a nós mesmos e nos superarmos. Isso tudo tem aver diretamente com a religião. O esporte me ajuda muito, quando acaba o dia e eu me deito, eu tenho a sensação de ter cumprido minha tarefa, que eu estou no caminho certo, me ajuda a fortalecer, para não ter a dúvida e agradeço a Deus.

Entrevista IV

Realizada em 03 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Eunice.

Idade:

69 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Ensino médio completo.

Profissão:

Artista plástica.

Renda em torno de:

8 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há 30 anos mais ou menos. Antes eu fazia, mas era menos porque eu tinha três empregos e estava criando filhos.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há uns três anos. Devido a uma cirurgia que fiz há três anos e o pilates é o adequado a esse momento. O professor é especializado para isso. E como eu operei e há outras mulheres no mesmo caso, nosso corpo melhora com o alongamento, diminui o incômodo após a cirurgia. Melhora a parte estética de todas. Eu tenho observado isso. O corpo de todas tem melhorado muito. A gente vê que faz efeito com a gente e com outras pessoas. A ginástica dá coragem de fazer determinados movimentos que após a cirurgia você não tinha coragem de fazer. Ficamos com mais autoconfiança.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Atualmente, eu pratico pilates, tem muito alongamento. Faço também caminhadas com alongamentos, orientadas por um professor. Já fiz *spinning*, três vezes por semana, fazia aula de danças e fazia o GAP (glúteo, abdominal e perna). Com isso, eu fazia exercícios todos os dias da semana e ainda fazia caminhada. Foi numa dessas aí que eu tive o problema da hérnia de disco. Foi um peso excessivo que coloquei na perna e deu um pinçamento. Então, eu tive que parar com tudo. De imediato, os médicos pediram para eu parar. Com isso, meu corpo sentiu muito, eu engordei quase vinte quilos. Eu gostava das atividades, de fazer exercícios, principalmente o *spinning*, porque eu gosto de adrenalina.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Primeiro, com o intuito de emagrecer. A gente sempre acha que está gorda, para manter o peso. E por me sentir bem mesmo, eu realmente gosto de fazer ginástica. Me dá prazer. Eu não faço por obrigação. Eu gosto.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Sim. Procuo manter uma alimentação mais saudável. Entre verduras, legumes, carne branca, algumas farinhas, algumas vitaminas. Eu tento fazer uma dieta controlada.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Esguio, sexo, saudável, moreno. Saudável, porque com o corpo saudável a gente se sente melhor, você está bem de saúde com certeza você está bem.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Melhorar, emagrecer, operar, usar. Usar, porque, atualmente, não estou sendo usada (risos).

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Correr, pedalar, caminhar, malhar. Pedalar, porque eu tenho a pulsação muito fraca. Adoro pedalar, eu sinto que a adrenalina sobe. Eu me sinto mais feliz, mais completa.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Me tornei uma pessoa mais animada. É mais fácil para eu fazer o serviço de casa, ir à rua. Eu gosto de usar salto, me facilitou usar, enfim, me ajudou bastante.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Eu me sinto bem. É um bem-estar forte, que me dá prazer.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Sim, porque é aquela coisa gostosa que você sente quando você ajuda alguém. Você praticando exercício, você também sente essa coisa gostosa com o seu corpo. Então, existe uma semelhança entre as duas coisas. De estar bem com você mesma. Quando você pratica uma religião, faz uma caridade. Você se sente bem consigo mesmo e quando você pratica um exercício físico, você tem essa sensação de bem-estar com o seu corpo, de dever cumprido. Essa coisa gostosa.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Sim, como eu já falei, é aquela sensação de dever cumprido. Por exemplo, quando você atende no SOS prece, você conversa com as pessoas, você sente que as pessoas se abrem, elas vão se abrindo aos poucos. Daqui a pouco, elas se sentem bem e elas mesmas se abrem e falam que estão bem. Isso é um prazer muito grande. E esse prazer eu também sinto quando eu faço exercício físico, principalmente quando eu pedalo. Essa sensação muito gostosa. De uma relação com Deus. Cuidar do corpo é cuidar daquilo que Deus lhe deu. Daquilo que Deus doou para você usar e cuidar enquanto estiver nele. Você tem que cuidar direito dele, como você cuida da mente, você tem que cuidar de seu corpo. É aquele instrumento que Deus te deu para você cuidar. Essa convivência também com outras pessoas é muito importante.

Entrevista V- a⁷

Realizada em 17 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

⁷ Primeira entrevista com Helena.

Nome:

Helena.

Idade:

44 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Mestranda.

Profissão:

Educadora física e nutricionista.

Renda em torno de:

9 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Não.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há mais ou menos 28 anos, mas se contar com a minha atividade infantil, que eu já fui atleta de ginástica olímpica, desde meus oito anos que eu pratico frequentemente atividade física. Desde pequena que eu sempre falei que iria fazer educação física, eu não tinha outra opção.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há dezessete anos. Porque eu vim trabalhar aqui. Eu malhava na academia [...] e passei a malhar aqui também.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Musculação e o *spinning*. A musculação sempre foi por conta de manter o corpo mais musculoso um pouco. Para deixar a musculatura mais volumosa e para deixar a musculatura mais enrijecida. Hoje, eu pratico como prevenção para a osteoporose. É um remédio. Eu não tenho mais tempo de malhar como dez anos atrás. Então, eu a tenho como remédio, eu malho segunda, quarta e sexta. E o *spinning*, de segunda a sábado, eu dou a aula e faço junto. Eu comecei a fazer por conta da inclusão dessa atividade na academia há treze anos. Eu estava retornando da licença maternidade e comecei a dar aula, e não parei de fazer.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Sim e muito rigorosa por causa da área da nutrição. Desde 2003 que eu comecei a me preocupar com isso. Consultei um nutricionista da academia que eu malhava e animei até a

fazer o curso de nutrição. Faço uma dieta bem regular, coloco horário fixo. Como muita fruta, alimentos integrais e muitos grãos. Posso estar viajando que eu carrego os meus grãos.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras, qual a mais importante? Por quê?

Músculo, atividade, responsabilidade, bem-estar. Responsabilidade. Primeiro, porque dentro das minhas duas profissões eu sou muito cobrada pelo meu biótipo. E, segundo, eu acabo sendo um espelho para muita gente. Eu tenho meus 44 anos com boa qualidade de vida. Meu corpo não é escultural, mas muita gente me pergunta como é que consigo manter esse corpo após ter duas filhas.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Magra, responsabilidade, bem-estar, saudável. Saudável. Eu me sentir saudável é muito importante para mim, ver que o esforço que eu faço me deixa saudável. Não estou cultuando o corpo, mas eu quero ter qualidade de vida. Eu me preocupo com ficar mais velha, não pela idade, mas para manter qualidade de vida. E hoje eu me sinto muito mais saudável do que quando eu tinha vinte anos.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Vida, inseparável, saudável, bem-estar. Vida, porque eu não consigo viver sem atividade física. Eu não tenho essa loucura de gastar porque eu consumi mais. Eu preciso da atividade física para eu me sentir bem, me sentir viva. A minha única preocupação é ter qualidade de vida. Eu não consigo entender essas pessoas que tem dor e não fazem nada para melhorar. A atividade física sempre foi a minha semente. Qualidade de vida para mim é eu poder fazer e praticar o meu dia a dia sem ter uma reclamação, sem sentir dor, sem ter nenhum problema de saúde, estar bem tanto na cabeça quanto no corpo.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

A minha vida sempre foi atividade física. Eu aprendi a nadar aos três anos de idade e nunca mais parei. Eu deixava minha mãe enlouquecida. Eu já fiz de tudo na minha vida. Já fiz natação, vôlei, ginástica olímpica, handebol, tiro ao alvo, esgrima, atletismo, esqui, tudo que você pode imaginar. Hoje, eu pratico muito menos essa diversidade por conta de ter menos tempo. Mas, nas minhas férias desse ano, eu fiquei 26 dias em Cabo Frio praticando canoa havaiana. Acordava às 6h30 da manhã, todos os dias, para praticar.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Quando eu não pratico me sinto mal, com dor nas articulações, o meu corpo fica ruim, a musculatura fica flácida, me sinto mole. Quando eu acabava de ter filho, eu sentia tudo isso porque não podia praticar. Minha primeira filha foi de parto normal, então, depois de quinze dias, eu já estava sem barriga e praticando a minha caminhada e coisa e tal. Meu segundo parto foi cesárea e com quinze dias eu me olhava no espelho e via aquela barriga de quatro meses e, então, eu endoidei e comecei a fazer abdominal como uma louca e meus pontos infeccionaram, eu levei uma bronca do médico. Esperei uma semana para eles secarem e voltei antes do término da licença maternidade, e comecei a dar aula de *spinning* e isso resolveu todos os meus problemas, porque eu voltei para o meu peso muito rápido. Voltei para o meu corpo muito melhor do que ele era antes, e me sentia muito bem com um condicionamento cardiorrespiratório excelente. Se eu não pratico atividade física, o meu

corpo fica sem vida, é uma planta sem raízes, uma planta seca. Essa liberação de endorfina na corrente sanguínea é uma necessidade para mim.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Com certeza. A gente tem duas vertentes muito fortes, o praticante de atividade física e o minifisiculturista, que é aquela pessoa que malha, que quer ganhar massa muscular, mas não tem isso como profissão, mas quer se sentir bonita, com um corpo bonito, sem barriga, ela está esbelta, está com volume muscular. Elas se agarram nisso como uma religião, ficam dependentes. E elas fazem qualquer negócio para ter esse corpo, qualquer coisa. Eu fui fazer nutrição para mostrar para as pessoas que o alimento está aí para suprir tudo isso, não há necessidade de ficar dependente de um remédio, de um pozinho. Eu trabalho nessa academia que tem pessoas de classe média alta, com bastante cultura, com nível de ensino alto e tomam anabolizante. Vão às lojas de suplemento, e o que o vendedor indicar, independente da escolaridade dele, elas tomam e gastam muito com isso. E acreditam que tomando aqueles pozinhos, em duas semanas, eles já estão um deus. Talvez isso passe a ser além de uma religião. Mas elas querendo ser um deus e sendo cultuados por outras pessoas.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

É uma forma de orar. Se eu não estou me sentindo bem fisicamente, eu me sinto muito mal, muito para baixo. Como eu não sou católica praticante e eu tenho um pouco de preconceito com terapia. A minha terapia é o exercício físico. Meu marido tem ciúme da minha aula de *spinning* porque é minha terapia. Eu posso estar com qualquer problema na cabeça, me sentindo um lixo, mas quando acaba a aula de *spinning* eu estou leve. Praticar atividade física é uma filosofia de vida. Em vinte e dois anos de profissão, eu posso ver que a atividade física teve uma mudança muito grande. Há dez anos, aumentou o número de pessoas mais idosas praticando atividade física. E eu não deixo de ligar isso a uma religião, porque as pessoas começaram a ter isso como uma continuidade da vida delas. Chega num determinado ponto que o médico diz: ou você pratica atividade física ou você vai começar a sentir dor, a ter problemas. Essas pessoas são as mais fiéis que eu tenho. Elas vêm todos os dias. Tem praticante que vem há dezessete anos. Eu trabalho em um horário que estão essas pessoas mais velhas. Mais velhas, assim, acima de quarenta anos, porque antes academia era só para jovens. Para tentar correr atrás do tempo perdido, que elas não praticaram, mas também tentar ter uma qualidade de vida. E não deixa de ser uma religião você acreditar que você não acabou, que você pode melhorar. Eu escuto elas dizerem que estão melhor hoje do que a anos atrás, e eu quero ver isso em mim também, que eu chegue aos sessenta, eu quero estar melhor do que quando eu tinha vinte, quando eu fazia umas dietas malucas, e, hoje, eu penso que temos que ter uma qualidade de vida através de sua rotina. Com a ideia de uma prevenção, um remédio, uma homeopatia. Eu observo os católicos carismáticos e eu fico pensando se, enquanto eles se movimentam na missa, com a música, se eles não estão jogando um pouco de endorfina para a corrente sanguínea e sentindo aquilo como um prazer. Porque para uma pessoa sedentária, para uma pessoa idosa qualquer movimento de braço, por dois minutos, joga endorfina no sangue. E você observa, hoje, que os movimentos não são só nos braços, eles aumentaram, vão para frente, para trás. Então, eles estão matando dois coelhos apenas com uma cajadada, estão orando para sua fé e ao mesmo tempo estão fazendo bem para o coração, para a alma, para o corpo. A atividade física sempre foi a minha terapia, a minha religião.

Entrevista V – b⁸

Realizada em 23 de novembro de 2013, em Juiz de Fora, MG

Existe, para você, uma relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica?

O corpo, na minha religião, é algo bom, que traz força. Se cuido do meu corpo, estou protegendo todo o meu ser, se seu corpo esta saudável, sua mente também está. Vejo aqui na academia, no meu trabalho, que quando as pessoas estão satisfeitas com o próprio corpo, elas estão bem com elas mesmas, na maioria das vezes. Aqui também é um lugar de tratamento. As pessoas chegam por indicação de psicólogos, de psiquiatras e melhoram.

Eu acredito que cuidar do corpo aqui pode ter um conteúdo religioso. Eu sou católica e, na minha religião, eles não condenam atividade física, cuidar do corpo esteticamente. Ontem, eu atendi um padre todo malhado, até levei um choque, porque ele não tinha uma aparência de padre. Um cara todo malhadão. Ele veio para uma consulta nutricional e ele malha todos os dias.

Eu vejo o corpo como uma materialidade do espírito. Uma pessoa magrinha, desnutrida, ela está assim no espírito, como ao contrário também, o corpo reflete o que vai na alma. Quando eu não pratico meus exercícios, eu me sinto fraca. O meu corpo descreve como está meu espírito. Quando eu malho, não gosto de ficar conversando, gosto de ficar introspectiva. Mas também fico olhando as outras pessoas, os alunos, fico cuidando. Isso também é uma forma de ser menos egoísta. Quando não tem aluno, eu fico mais concentrada ainda.

Acho que pode ter esse lado religioso quando estou na atividade física, porque sempre penso em melhorar, assim como na religião a gente tem que seguir um caminho e ser cada vez melhor na qualidade do que você é na vida, durante os exercícios, sinto isso e sou tradicional nos exercícios também, faço os mesmos, não gosto de inovar muito, sigo meu caminho de exercícios.

Na minha religião, os padres já estão trabalhando o corpo na missa, com as músicas e a coreografia. Penso até que é algo para resgatar mais adeptos para a Igreja Católica. Eu tenho um amigo que é padre leigo, é muito católico e ele tem uma academia, é super-religioso.

Os mais jovens procuram a academia só por estética, alguns emagrecem antes de vir malhar. Depois de certa idade, uns 25 anos, a busca é por qualidade de vida, mas à medida que vai melhorando, o cuidado com o corpo vai aumentando. Eu acho esse culto ao corpo uma coisa boa, pois a pessoa melhora em todos os sentidos.

Eu tenho uma aluna há dez anos, que veio por causa de uma osteoporose em alto grau, hoje ela está praticamente curada. Nesse tempo, ela passou por muitos problemas no casamento, perdeu um filho de doze anos por atropelamento, teve depressão, e ela afirma que só conseguiu segurar tudo isso por causa da academia. Hoje, ela pensa que pode melhorar, está cuidando mais do seu corpo. Isso é positivo. O ser humano precisa ter uma meta, precisa se superar.

⁸ Segunda entrevista com Helena.

Na atividade física, você está sempre em tratamento. Essa aluna que falei, ela é católica, mas ela necessita da atividade física para ela sobreviver e ter energia para continuar.

Um outro caso interessante que posso lhe relatar é um rapaz que me procurou no consultório por causa de uma artrite muito séria. Ele tem o corpo todo tatuado e é muito malhado. Ele foi buscar a atividade física e orientação nutricional para ter uma melhor qualidade de vida. Ele quer melhorar porque ele largou o vício das drogas com a ajuda da atividade física. Isso para ele é como uma religião porque tem possibilitado ele se superar.

Agora, conversando sobre isso, eu fico pensando que pode ter uma relação mesmo do corpo com a religião nas academias. Você sabia que em Juiz de Fora tem cento e dez academias registradas na prefeitura, numa cidade de setecentos mil habitantes? É um número muito grande, não pode ser só pelo culto ao corpo. Vou abrir meu olhar para perceber melhor isso após essa reflexão. Não pode ser só liberação de serotonina, é algo mais, com certeza. No meu caso, por exemplo, a atividade física me dá energia, me faz ficar viva. Faço desde criança e não por estética, mas pela energia. É um cuidado. É religar, é colocar a energia de volta.

Isso está mudando, é só ver as pessoas religiosas, os padres e freiras, que são os mensageiros da religião, estão praticando atividade física. Aqui, temos pessoas muito religiosas e que praticam atividade física. Tenho uma aluna que é muito religiosa e, num determinado dia do mês, ela reza uma oração de uma em uma hora, quando nesse dia ela está aqui na academia e dá o horário de rezar, ela para, ora ali mesmo no aparelho e depois retoma a atividade.

Eu estou trabalhando e malhando nessa academia há dezessete anos, é a minha casa. Não me vejo sem ela, é muito presente na minha vida. É como uma religião, se precisar parar o que estou fazendo para acudir alguém aqui, eu paro. Fico atento a todos. Já tive muitos alunos que passaram mal aqui. Cuidar do outro é algo religioso também. Isso é partilhar. Ninguém passa despercebido enquanto estou aqui. Eu faço a minha parte aqui dentro. Eu cuido dos meus alunos, muitos vêm para cá sem comer. É uma religiosidade sim todo esse cuidado.

Entrevista VI

Realizada em 17 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Olívio.

Idade:

20 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Ensino médio completo.

Profissão:

Recepcionista.

Renda em torno de:

2 salários mínimos.

Religião:

Católico.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Cinco anos.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há sete meses. Porque eu trabalho aqui.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Natação, vôlei, tênis, peteca. Aqui, na academia, faço abdominal, esteira.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Eu era muito gordo. Sofri *bullying* durante a infância e adolescência. Comecei a fazer natação com vontade de emagrecer. Sempre sofri muito preconceito por ser gordo. Todo mundo da família falava, até minha avó falava para eu fazer regime. Um dia, deu um estalo e comecei a fazer natação e com dois anos eu cheguei perto do que eu queria chegar, ainda estou chegando. Todo mundo lá em casa é sarado, até a minha avó. Um dia, meu tio me maltratou muito, me chamou de gordo, obeso, que eu não carregava o sangue da família. Nesse dia, eu não consegui dormir. Então, fui fazer uma flexão, consegui fazer só cinco. Na manhã seguinte, eu senti um inchado no peito, eu fiquei surpreso. Aí fiz seis, no outro dia fiz sete e assim em diante. Eu ia fazendo flexão em intervalos de novelas, antes de sair de casa, etc. Ia me obrigando a fazer. Hoje faço cem. Se eu não faço flexão, o meu dia não rende.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Faço aquela que todo mundo fala, a dieta da lua e a dieta do sol, como de dia e de noite. Quando eu como um chocolate, eu fico sem almoçar. Nunca procurei uma orientação correta. Vou fazendo.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Templo, caixa, vitrine, cuidado. Cuidado, porque o corpo para mim é uma caixa, é a sua casa, você precisa tomar cuidado. Eu sei que tem algo além do corpo. O corpo é só um lugar que você está esperando por algo maior. Você está adquirindo experiência. Você precisa ter cuidado com o corpo, não para a aparência, mas ter saúde, bem-estar. Algo maior significa que você não vai estar com esse corpo para sempre. Esse corpo está retendo conhecimento para algo maior.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Defeitos, acertos, vitrine, espelho. Defeitos, porque na realidade ninguém está satisfeito com o que temos. Eu ainda não estou satisfeito com ele, então eu prefiro ver os defeitos para não me acomodar. Assim, eu luto para mudar.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, equilíbrio, vontade, foco. Equilíbrio, porque tendo equilíbrio entre o corpo, entre a mente, você consegue manter seu corpo como você quer e deixar ele do jeito que você quer. O equilíbrio é fundamental.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Ninguém me chama mais de gordo. Isso é o melhor de tudo. Eu me lembro de uma música que meus colegas cantavam para mim que era assim: Gordo, baleia eu vou te esculachar, peito de borracha, bunda de maracujá. Eu gravei essa musica até hoje, me marcou. Hoje, ninguém me chama mais de gordo e quando volto na minha cidade eu fico com aquela pontada de vaidade de ver que quem me chamou de gordo está gordo agora. Eu sou muito equilibrado porque o preconceito era muito, na escola, em casa, em qualquer lugar que eu entrava e até de mim mesmo. Eu tinha preconceito comigo. Hoje, eu penso que nascer diferente é muito bom. Nascer com algum problema te motiva a mudar.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Eu me sinto forte, resistente. Se eu consigo andar muito, eu fico satisfeito. Numa ocasião, eu andei 30 km a pé e, quando consegui isso, eu me superei. A sensação foi de: eu venci, eu não tenho limites. As pessoas me deram rótulos, limites, mas eu tive o prazer de tirar esses rótulos. Eu era capaz. Se eu consegui isso, eu era capaz de qualquer coisa.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

No início, eu culpava minha família e Deus, e perguntava: porque o Senhor me fez gordo desse jeito nessa família, me fez uma bola no meio desse monte de palito? Minha família é muito religiosa. E, então, eu pensei que Deus não me queria igual, normal. Se eu não tivesse esse diferencial, eu não tinha me destacado tanto para mim. E eu consegui reconhecer isso, foi muito valioso ver que eu lutei para isso e consegui. A religião me ajudou muito a ter equilíbrio emocional, porque eu não podia contar com ninguém. Todo mundo me achava gordo e já tinham uma opinião formada de que eu não ia conseguir. Que eu comia muito, etc. Era só eu e Deus. Eu acredito que Deus está comigo e eu converso com ele a todo o momento. Deus não está numa igreja. Eu sou uma criação de Deus, e conversando comigo, eu estou conversando com Deus.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Pode sim ter uma relação. Eu acho que a base de uma academia e de uma igreja é a mesma. Tem clientes fiéis nos dois lugares. Aqui, na academia, tem clientes fiéis assim como o padre tem na igreja. E tem os clientes que vêm só para conversar, paquerar, distrair. Do mesmo jeito que tem gente que vai na igreja só para tomar a hóstia e acha que está abençoado. A base é a mesma, o que muda é só a capela.

Entrevista VII

Realizada em 18 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Cássia.

Idade:

18 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Solteira.

Escolaridade:

Graduanda em nutrição.

Profissão:

Estudante.

Renda em torno de:

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde dois anos e meio, eu faço balé. Gosto muito. Faço até hoje. Hoje, malho há três anos. Quando eu paro, como no vestibular, parece que falta alguma coisa, me sinto mal, já faz parte da minha rotina.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há três anos, porque minha mãe trabalha aqui e eu frequento o local desde pequena por conta de esperar ou ficar com a minha mãe. Gosto de todo mundo aqui.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

A musculação e a dança.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Por eu ser muito magra, a musculação dá uma encorpada. Todo mundo sempre me achou muito magra, mas não me incomodava, gosto do meu corpo.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não sigo dieta. Como de tudo. Sempre fui acostumada a comer integrais por conta de ter lá em casa, mas como de tudo.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Movimento, moda, saúde, cuidado. Saúde, porque para você fazer tudo o que deseja na vida você precisa ter saúde.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Dança, longilíneo, cuidado, saudável. Cuidado, porque o resto não aconteceria se eu não tivesse cuidado com meu corpo.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Cansaço, esforço, dedicação, vontade. Dedicação, porque quando você busca a atividade física, você tem que ter uma meta. E se você não tiver dedicação, você não alcança. Minha meta é me manter saudável. Não é ganhar um corpo de tal maneira. Eu não consigo ficar parada. Preciso me movimentar. Eu preciso liberar minha energia em alguma coisa. Para eu estar saudável e me sentir bem com o meu corpo, disposta, sair, encontrar pessoas, etc.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu sempre fui muito calma, sou preguiçosa, o que mudou foi que eu me sinto mais disposta com a malhação. O balé para mim nunca foi uma atividade física, me dá muito prazer. Eu faço até hoje, inclusive me apresento dançando.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Quando eu malho, o exercício é muito repetitivo, o meu corpo fica mais leve, me sinto com o dever cumprido. Com o balé é diferente, eu entro no espírito da música, meu astral fica de acordo com a música. Se for uma música triste, eu fico triste, ou se é alegre, eu fico alegre. Eu malho três dias na semana e faço dança dois dias.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Para mim, não é uma religião cuidar do corpo. Mas tem gente que vive para isso e aí vira uma religião, um objetivo de vida. Eu posso comparar o meu ritmo de atividade física com o ritmo que eu vou à missa. Eu me sinto bem, mas não sou desesperada, nem para a religião nem para a atividade física.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Pode sim, porque eu acho que quem vai sempre à missa se sente bem, mostrando que tem fé, que gosta disso. Igual na academia, eu vou quando eu estou disposta, quando eu quero, assim como eu vou à missa quando estou disposta. Tudo é possível, minha mãe, por exemplo, ela vive disso. A primeira vez que eu vi minha mãe dando aula, eu fiquei impressionada, ela chora quando dá aula de *spinning*, para ela é uma terapia, é uma forma de orar. Para mim não é uma oração do dia. Mas para muita gente é, com certeza. É um modo de se encontrar, principalmente os homens, eles querem ficar fortes, bombados. Eu acho que eles procuram no corpo um bem-estar que às vezes não encontram na personalidade. Se você consegue ficar bem consigo mesmo, se você consegue se encontrar, você consegue encontrar Deus. Porque você precisa se encontrar primeiro.

Entrevista VIII

Realizada em 18 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Anita.

Idade:

22 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Solteira.

Escolaridade:

Graduanda em nutrição.

Profissão:

Estudante.

Renda em torno de:

2 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Muito.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde os seis anos de idade. Eu fazia balé, também fiz dança de rua com dez anos. Também fiz *jazz*, capoeira. Aos treze, eu comecei a fazer boxe. Aos catorze anos, comecei a malhar bem, comecei na academia [...]. Depois de dois anos, vim para a academia [...] e fiquei quatro anos. Fiz *kangoo jumps*, fazia *spinning* também, fazia ioga, fazia todas as aulas.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Hoje, eu nado no clube [...] e malho na praça do [...], com a academia [...], que é um estúdio *personal*. É um treinamento funcional, com TRX, estabilização, força abdominal.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Natação e o treinamento funcional. Na verdade, eu queria fazer tudo, mas o dinheiro não dá. Então, resolvi melhorar o nado e com a corrida meu joelho começou a doer. Fiz treino para participar de uma prova que é corrida e natação, o *Aquathlon*. Fiz no Rio, em Copacabana. Adorei.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

No início, foi por estética, eu era muito magrela, eu não pensava em saúde. Eu era muito ligada na estética, queria ter músculos. Sempre fui magrela, não me incomodava, mas queria ter músculos, era mais estético. Eu malhava com meu ex-namorado, malhávamos bem e ele tinha uma empresa de eventos, aí eu vivia em festa, então era pura estética. Depois, comecei a cursar nutrição e conheci meu atual namorado, e, então, meu objetivo mudou, passei a fazer

por saúde e por ser prazeroso. Hoje, também quero voltar para a dança. Eu gosto muito de dançar. Vejo dança e me emociono. Dança é leveza.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não faço. Controlo a alimentação devido ao que a gente aprende no curso.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, estética, atração, autoestima. Autoestima, porque quando o corpo está bem, nossa autoestima é outra. Meu irmão é obeso e isso afeta a autoestima dele, ele luta com o peso. O corpo interfere com a autoestima. Interfere nas nossas funções, nas atividades.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, atração, autoestima, segurança. Autoestima, porque quando eu estou bem com meu corpo, eu estou bem para fazer tudo ou não. Por exemplo, eu estou abaixo do peso, então eu acho que estou ossuda e quero usar um vestido tomara que caia no casamento semana que vem que eu vou ser madrinha e com o cabelo preso e estou em dúvida.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Bem-estar, prazer, amizade, determinação. Amizade, porque o tanto que eu fiz de amigo... Atividade física é muito boa para fazer amizade. A [...] tem essa característica, é um grupão. Um incentiva o outro. Fazer atividade física sozinha é muito difícil para mim.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Muito bem. Por exemplo, nado de biquíni ou de maiô, não me incomoda ficar mais exposta. Quando é na pracinha é tranquilo. Não sinto dificuldade em respiração, em capacidade física, não sinto tontura. Me sinto muito bem mesmo.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Eu acho. Dentro da Doutrina Espírita, a gente vê que é uma doutrina de busca de melhoria das más tendências, das imperfeições. Aí eu comparo com as atividades físicas porque é um desafio, assim como se melhorar moralmente. A natação foi um desafio, era totalmente escuro para mim, era algo para eu superar. Se eu ficar, na vida, só encarando o que é fácil, é muito sem graça, eu não vim na vida para isso. Assisti a uma palestra que falava sobre felicidade, que uma das coisas que mais excita a região do cérebro da felicidade é aprender alguma coisa nova. Cada vez, eu quero aprender alguma coisa nova. Pode haver uma relação com a religião nesse sentido de trabalhar as nossas dificuldades, nossos desafios.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Sim. Quando eu vou à psicóloga, ela sempre fala que eu me exijo muito, que estou sempre querendo melhorar, você se olha sem amor. Eu olho tanto o que preciso melhorar que esqueço o que já tenho e conquistei de bom. Quando eu fazia ioga, era muito bom, um momento de relaxar e de fazer conexão com alguma coisa. Eu me pegava muitas vezes fazendo uma prece enquanto fazia ioga e agora com a natação consigo me conectar. Hoje, na minha prática religiosa, eu me exijo até mais do que com as atividades físicas. Hoje, eu estou mais preocupada com a minha questão moral do que com a questão estética. Se a gente não cuidar do corpo, da parte material... O corpo é um presente de Deus e precisamos cuidar dele. Não

adianta cuidar só da moral, do espírito e deixar o corpo de lado. Estamos aqui e precisamos do corpo para viver e precisamos cuidar dele. E quanto mais eu me aproximei da doutrina espírita, mais eu deixei de ver a atividade física como uma questão estética e passei a me preocupar com a saúde.

Entrevista IX-a⁹

Realizada em 18 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Marta.

Idade:

50 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Educadora física e nutricionista.

Renda em torno de:

6 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde os sete anos eu ingressei na natação. Eu tinha um irmão que era obeso e para levar um tinha que levar os outros três. Parei com uns dezesseis anos, mas entrei numa academia de ginástica. Nesse tempo, eu também caminhava, sempre gostei de caminhar.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há dois anos, desde que ela começou. Porque é um espaço do lado da minha casa e eles me chamaram para trabalhar com eles como nutricionista.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

⁹ Primeira entrevista com Marta.

Faço aeróbico e musculação. O aeróbico para o trabalho cardiovascular e a musculação para manter a massa muscular com tônus, principalmente na minha idade. Com cinquenta anos, a gente vai tendo sarcopenia, perde massa muscular, perde o equilíbrio, vai definhando. Então é importante cuidar.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

No início por causa do meu irmão e depois por eu gostar muito. Eu tenho paixão, sempre fui ativa. Eu faço atividade física todos os dias. No domingo, eu caminho na universidade ou na beira de praia, nem que seja só um pouco, eu coloco meu corpo para trabalhar.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Faço, procuro ingerir poucas gorduras saturadas, me alimento bem. Meu pai morreu de infarto fulminante, então minha genética não é propícia, mas eu não deixo ela se manifestar, pelo menos até agora. Eu tenho três irmãos obesos, hipertensos, um também é diabético. Como alimentos integrais. Me alimento de três em três horas com um volume condizente com meu gasto. Afinal, eu tenho de fazer o que eu prego.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Lazer, saúde, instrumento, descanso. Saúde, porque com saúde eu posso continuar fazendo tudo que eu faço, produzindo. O meu intuito na vida é produzir alguma coisa, deixar algo que preste para as pessoas. Eu preciso da minha mão para escrever, meus olhos para ver, meus braços para cuidar. A saúde me dá esses mecanismos de estar indo e vindo.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Forte, delicado, sensível, saudável. Saudável, porque ele sendo saudável eu tenho longevidade. Para ter uma melhor qualidade de vida. Para mostrar para as pessoas que se cuidando, tendo uma boa alimentação, praticando atividade física, você tem uma qualidade de vida e pode viver mais, ser mais produtivo. Para não passar o que a minha mãe passa. Você pode ser mais feliz.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Prazer, felicidade, satisfação, saúde. Prazer, porque eu me sinto bem. Eu coloco a minha música, eu desligo, eu consigo estar dentro do meu mundinho, consigo sentir meus músculos trabalhando, que meu corpo fica diferente, que ele responde bem, que ele dorme melhor. Isso me dá muito prazer.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Feliz.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Hoje eu consigo ver a atividade física como um patamar para me ajudar na minha vida espiritual, na minha religiosidade. Meu corpo é um instrumento da minha alma, do meu espírito. Quanto mais eu cuidar do meu corpo, mais eu consigo fazer o que meu espírito precisa fazer nessa vida. Ajuda nesse sentido.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Acho. E acho que muito das pessoas que estão buscando atividade física de início o foco é a saúde, mas vejo que isso vai se transformando em algo que ajuda ter disciplina para ir ao Centro Espírita, para se alimentar, para cuidar mais da própria vida. Quando eu estou fazendo atividade física, eu sinto que é um momento meu, eu presto atenção na respiração, no meu coração batendo, na vida pulsando, na adrenalina, me sentindo viva. Então, várias vezes, nesse momento, eu penso como Deus é perfeito, tudo se encaixa. No tempo das cavernas, o homem corria para buscar comida, se proteger. Hoje estamos enclausurados e acredito que por isso as pessoas estão aí correndo. Buscando também se relacionar, fazer amizades, participar de um grupo. A atividade física pode mudar o perfil de uma pessoa isolada, sozinha. Eu vejo isso na academia, as pessoas chegam fechadas, com barreiras e isso vai mudando com o tempo, com o entrosamento. Quando você está realmente com você mesma, então você está com Deus. Dificilmente eu retorno de uma atividade física e não estou melhor, ajuda nos meus questionamentos nessa fase da minha vida. Ajuda a olhar melhor as pessoas e perceber o que realmente importa.

Entrevista IX-b¹⁰

Realizada em 14 de dezembro de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Existe, para você, uma relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica?

Eu vejo meu corpo como um aparelho, quanto mais eu cuidar dele, mais eu posso colaborar com as pessoas, isso para mim tem um sentido religioso. Eu, como espírita, tenho que cuidar do meu corpo. Na minha religião, o corpo é bom e deve ser cuidado. Quanto mais eu cuidar dele, quanto mais tempo de vida eu tiver, mais eu vou poder atuar na minha área e cuidar das pessoas, melhorar a saúde delas, a gente não veio aqui para passeio. Quanto mais saúde eu tiver, mais exemplos bons eu vou poder dar com minha profissão, se eu adoecer, eu não tenho mais contato com as pessoas, quanto mais saúde eu tiver, mais eu vou poder atuar na minha área.

Até que ponto esse emagrecer é estético ou é saudável? Eu fico me perguntando. As pessoas precisam de informação correta. A mídia prega o estético, mas o meu motivo é ter uma pressão arterial boa, ter saúde, não ter resistência a insulina, estar feliz com o corpo, independente de estar uns quilos a mais. Isso para mim é religioso, porque é o meu papel em relação às pessoas que entram na minha vida. O meu papel está nessa área alimentar, do corpo. Eu cuido das pessoas nesse sentido, através da alimentação do corpo. Até que ponto você tem um papel com as pessoas que entram na sua vida? Eu me pergunto isso sempre.

Eu me preocupo com a saúde, mas 80% das pessoas que eu atendo no consultório está buscando estética. Mas, através disso, as pessoas que eu atendo vão percebendo que elas estão com muito pouco cuidado consigo mesmas. Está com a pressão alta, com muito peso e outros sintomas. Através dos cuidados necessários para voltar a ter saúde, a pessoa vai olhando para si mesma, olha para dentro, isso é algo religioso. Com a melhora, com a perda de peso, a autoestima melhora, ela aprende a ter disciplina, que é algo que a religião prega, além do respeito aos outros. Ela aprende a se respeitar, a se cuidar para depois cuidar de outras pessoas.

¹⁰ Segunda entrevista com Marta.

Você precisa ter equilíbrio entre o corpo e a mente. Não só o corpo estético. O corpo orgânico precisa estar centrado para o espiritual desenvolver. É difícil o caminho contrário, melhorar o espiritual para melhorar o corpo. Eu vejo as pessoas no centro espírita obesas, descuidadas do corpo, infelizes. O corpo pode ser um caminho para a espiritualidade. Porque você começa a fazer uma limpeza colocando bons alimentos em seu corpo. Devagar você vai cuidando do corpo e do espírito. Eu, no meu consultório, preciso tocar o coração do meu paciente, eu quero que ele confie em mim, que ele acredite no que eu estou fazendo porque eu acredito. Se ele não acreditar que podemos trabalhar esse corpo carnal, esse corpo religioso não adianta nada. Se eu não sentir essa confiança que é possível mudar, eu prefiro não tratar. Isso para mim é uma forma de religiosidade, ensinar a comer, a cuidar de si.

Entrevista X

Realizada em 22 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Raquel.

Idade:

20 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Solteira.

Escolaridade:

Graduanda em nutrição.

Profissão:

Estudante.

Renda em torno de:

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde criança, desde meus seis anos. Eu sempre fui uma criança muito gordinha. Sempre fiz natação. Na adolescência, eu fiz vôlei e sapateado também. Depois parei a natação porque comecei a ficar com as costas muito grandes.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Tem sete anos. Porque é perto da minha casa. Fácil acesso. Meu tio fazia lá e falava que o pessoal era legal. Gosto muito de lá.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Hoje faço musculação, *spinning* e corria muito na esteira, mas me deu um problema no joelho, tenho encurtamento. Agora eu faço o elíptico que não tem impacto. Na musculação, você vai à hora que quer, não enjoa, às vezes malho às 6horas da manhã antes de ir para a faculdade. Eu vou todos os dias, eu me obrigo, não é para ficar musculosa, é para ter saúde.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Porque eu era gordinha e minha mãe me colocou na natação. Eu emagreci 22 quilos e não fiquei flácida porque emagreci fazendo atividade física.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Sim, por minha conta e pelos estudos do curso. Cada hora eu vejo uma coisa e vou acrescentando. Inclusive incluo pratos novos no cardápio aqui em casa. Vou pesquisando e vou testando.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Medo, engordar, saúde, imagem. Medo, porque eu tenho pavor de engordar. Hoje eu tenho *personal* porque eu sento e fico observando o espaço que eu ocupo na cadeira. Desde que eu emagreci, tem seis anos, eu tenho medo de engordar. E não engordei mais depois que perdi esse peso, mas tenho esse medo. Uma época, eu pesava de quinze em quinze minutos. Fazia xixi, eu pesava, fiquei meio maluca, quase desenvolvi bulimia. Comecei a fazer terapia e passou. Hoje eu não peso, vejo pela roupa. Quando vou fazer avaliação na academia, que é de três em três meses, eu não peso porque usa o padrão do IMC e ninguém tem o mesmo corpo e acontecem enganões e aí tem gente magra com 26% de gordura. Uma vez fiz uma avaliação e fui classificada como obesa, chorei muito, então não peso mais.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Quadril, vergonha, malhar, alimentação. Malhar, porque toda vez que eu olho para o meu corpo eu penso que tenho que malhar, aí vou malhar.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Adoro, saúde, disposição, determinação. Determinação, porque ninguém acorda com disposição para malhar, é preciso ter determinação e ter um objetivo.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

O dia rende mais quando eu malho, você fica mais acordada, dá um bem-estar. A gente fica mais alegre. Principalmente se é de manhã. A gente fica mais disposta.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Me sinto muito bem. Meu medo diminuiu, então, quando eu fico com medo, eu malho. Acho meu quadril muito grande, brigo com isso todos os dias, mas é da minha genética. Minha psicóloga diz que eu tenho um espelho de circo que quando eu me olho vejo tudo diferente. Já teve ocasiões que eu não ia numa festa porque eu me achava gorda ou saía de uma festa porque achava que todo mundo estava me olhando. Hoje isso está melhor. Isso é muita pressão do social. E a mídia não se preocupa com saúde e os artistas ficam mudando o corpo toda hora para fazer alguns papéis. Isso não é vida.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Pode ter sim. No domingo, eu vou à missa com a minha avó e a gente relaxa com a missa, encontra uma paz, tem uma fé. E, lá na academia, a gente também relaxa, encontra uma paz e tem uma fé que o que a gente faz vai dar resultado. Você vê alguma coisa dando efeito. E com a fé, você acredita que vai conseguir seu objetivo.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Eu tenho esse bem-estar com o corpo na missa igual eu tenho na academia, nem vejo o tempo passar. Eu fico relaxada, esqueço tudo que acontece em volta. Eu vou escutando a missa e vou relaxando. Na academia, quando eu faço o *spinning* ou o elíptico, eu vou relaxando, esqueço de tudo. Teve uma maratona de *spinning* de três horas e eu participei, não acreditava que eu iria conseguir. Quando saí, eu estava morta, mas durante eu estava relaxada. Todos os professores deram aula. Foi tipo eu tenho que conseguir como se tivesse um pote de ouro no final. Foi uma sensação de alegria, fiquei muito feliz. Minha autoestima ficou em alta. Saí de lá me sentindo supermagra. Sou muito perfeccionista comigo. Se eu fizer uma coisa errada, eu desmonto. A pessoa tem que ir na academia com prazer, senão não resolve, não adianta o esforço.

Entrevista XI

Realizada em 25 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Fátima.

Idade:

50 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Divorciada.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Dentista.

Renda em torno de:

10 salários mínimos.

Religião:

Metodista.

Praticante?

Sim, total.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Sempre fiz modalidades diferentes, desde criança. Já fiz balé, ioga, natação, ginástica, hidroginástica. Cada período da minha vida, eu fiz uma atividade. Já malhei muito.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há dois meses, porque é ao lado da minha casa.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Uma época, cansei de academia e fazia só caminhada. Caminho 7 km, três vezes por semana, na UFJF, e agora voltei para a academia também. Estou fazendo pilates que é bom para a coluna. Devido à profissão, estou precisando cuidar da coluna.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Condicionamento físico, saúde em geral, problemas circulatórios por causa da profissão, estética.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não. Sou eclética, como tudo. Mas adoro frutas, como três por dia, como pão integral, uso muito queixo branco, muita salada bem completa. Mas isso não impede de ter massa, estrogonofe, etc.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê

Saúde, trabalho, movimento, estética. Saúde, porque se eu tiver saúde eu vou conseguir trabalhar, vou poder me movimentar, tudo gira em torno disso para mim.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Trabalho, templo de Deus, saúde, imagem. Saúde, porque é o centro de tudo, eu tenho alegria de viver. Esse final de semana eu tive um pequeno distúrbio de saúde que me atrapalhou a semana toda, não consegui caminhar, trabalhei menos, atrapalhou a minha digestão. Isso por conta de uma virose que me desconectou a semana toda.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Movimento, saúde, relaxamento, tranquilidade. Saúde, porque é a base da nossa vida. Se você tem saúde, o resto você também pode ter.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Diminuiu minha limitação de movimento, diminuiu o cansaço, diminuiu minhas dores. Melhora meu humor, eu emagreci e através dela as dores e a tensão diminuíram. Fico mais relaxada, mais feliz. O dia que eu caminho cedo, meu dia é mais *light*, fico mais disposta, libera endorfina.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

No início da atividade física, eu sinto cansaço, mas se eu insisto, no final, eu sinto muito prazer. Estou ajudando o meu corpo.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Assim como eu vou periodicamente à igreja, eu faço minhas atividades físicas. Mas acho a religião mais importante. Pode ser comparado sim com uma forma de orar. Quando eu caminho sozinha, eu observo as folhas das árvores da UFJF, as muitas cores, o brilho da água na lagoa. Acho a lagoa maravilhosa. É realmente uma oração, é falar com Deus. Agradecer toda aquela beleza.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

A gente precisa se cuidar. Eu emagreci 23 quilos em dois anos. Foi lento. Estou muito feliz com o corpo que estou agora. Meu corpo é o templo de Deus. Acredito que Deus mora em mim, eu me sinto parte dele, ele faz parte da minha vida. Eu queria que as pessoas vissem isso em mim. Ele é meu Paizinho, ele cuida de mim. Deus quer a gente feliz. Eu sinto que Deus habita em mim.

Entrevista XII

Realizada em 25 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Zaqueu.

Idade:

49 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Superior completo.

Profissão:

Empresário.

Renda em torno de:

10 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

A vida inteira, desde pequeno, desde os seis anos que eu jogava futebol, depois vôlei no Colégio [...], comecei a treinar vôlei no clube [...]. Fui à hípica. Depois vim para o clube [...] jogando futebol e quebrei o tornozelo. Tenho oito pinos no tornozelo. Depois que melhorei, eu vim para a academia para recuperação e não parei mais, então eu comecei com o tênis e não parei mais.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Devido à recuperação do joelho. E essa academia é dentro do clube e é perto da minha casa. É prático.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Eu gosto de tudo. Ando de *bike*. Esquio na represa. Adoro esporte, ele está dentro da minha vida. Eu não consigo dormir se não praticar esporte, o corpo precisa disso.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

O esporte está na minha vida, eu não me vejo sem praticar esporte.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não, mas minha alimentação é leve, muita salada, a carne, evito fritura, para manter o corpo saudável.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, tranquilidade, bem-estar, longevidade. Longevidade, porque você com isso está tendo saúde, evitando alguma anomalia, alguma doença no corpo.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, tranquilidade, bem-estar, longevidade. Longevidade, pelos mesmos motivos da pergunta anterior.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, tranquilidade, bem-estar, longevidade. Saúde, porque é a base de tudo.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu acho que não mudou nada. Eu já nasci com isso, está no meu eu, então eu não sei o outro lado. Não sei estar sem uma atividade física, nunca fiquei uma semana sem praticar atividade física. Eu não conheço o outro lado. Até nas viagens de férias, eu estou praticando atividade física.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Muito bem, eu me sinto muito bem. Pela idade que eu tenho e pela atividade física que eu faço, tem pouca gente que consegue me acompanhar.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Acho que pode haver uma correlação. Você se cuida para viver mais, você tem um rumo a seguir com a atividade física, você consegue jogar a depressão para fora. Se você quer viver mais, você tem uma religiosidade junto com isso.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Com o bem-estar meu e de todos que estão envolvidos nisso. O corpo é matéria, não vale nada. Cuido para ter saúde, para ter longevidade, para evitar lesões. Não acho que tem relação com a religião, mas com essa vivência com a saúde.

Entrevista XIII

Realizada em 25 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

André.

Idade:

40 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Casado.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Educador físico.

Renda em torno de:

8 salários mínimos.

Religião:

Católico.

Praticante?

Já fui, hoje menos.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Há 25 anos, comecei com quinze anos.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Desde 1994, desde que eu me formei, montei e administro essa academia. Naquela época, não tinha quase nada, foi inovador. Tive uma fiscalização do conselho e ele me falou que Juiz de Fora é uma das cidades mineiras que mais tem academias, é uma por esquina.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Eu faço aeróbica, corrida, musculação na academia. Até meus catorze anos, eu fui muito obeso e reverti isso com a atividade física. Mas já fiz judô por muito tempo, parei por que tive um problema na coluna. Na faculdade, eu fiz tudo.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Por me identificar com as atividades físicas e pelo fato da educação física da escola ter sido muito ruim, eu tinha vontade de melhorar isso. Eu me identificava com a área de saúde e por eliminação optei por fazer educação física na faculdade.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não, mas faço uma reeducação alimentar. Como de três em três horas, evito comida gordurosa, evito comer carboidrato à noite, evito bebida alcoólica. Minha alimentação é bem regrada. Eu deixo um dia da semana liberado para acelerar o metabolismo, senão também ninguém aguenta.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Qualidade de vida, saúde, competição, prazer. Qualidade de vida, porque ela engloba tudo. Você praticando uma atividade física bem orientada você tem qualidade de vida. Higiene mental, você tem saúde, previne certas doenças. Principalmente a mulher no período da menopausa. Prevenção de osteoporose, osteopenia. Tenho alunas fazendo por prescrição médica para essas patologias. Na minha academia, eu não admito o uso de anabolizantes e outros medicamentos. A atividade física deve ser para garantir a saúde. Estão virando do avesso os objetivos da atividade física.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, obesidade, massa muscular, prazer. Saúde, porque é a base de tudo. Eu luto contra a obesidade desde os meus quinze anos, todos os dias.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Persistência, saúde, prazer, competição. Saúde sempre. O principal é a qualidade de vida que só temos com a saúde. Isso faz parte da minha vida, inclusive virou minha fonte de renda. Todas as pesquisas da área médica indicam a importância da atividade física. Eu vivo dentro disso.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu vivo dentro disso como já falei, não sei pensar sem isso.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Bem-estar. Às vezes, chego aqui com um problema particular, com dor de cabeça, desanimado, começo a fazer atividade física, eu melhora. Começo a produzir endorfina, adrenalina e tudo melhora.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Eu acho que sim. Um exemplo claro que já tive aqui na academia, já chegou aluno aqui com um problema grave de saúde, hérnia, hipertenso, etc., e a maioria são também praticantes na religião e nunca se esquecem de pedir a Deus para sua saúde, eles falam: já orei bastante e estou cuidando da minha parte com a atividade física, se Deus quiser vou conseguir. É junto.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Pode ser uma forma de meditação praticar atividade física. Estou sempre com Deus no meu trabalho, que é na atividade física.

Entrevista XIV

Realizada em 25 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Paula.

Idade:

36 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Superior completo.

Profissão:

Educadora física.

Renda em torno de:

3 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde os seis anos, eu fazia natação e fui emendando com outras: vôlei, caratê, handebol, aeróbica. Tudo que você pensar eu já fiz.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Desde que eu conheci o [...], desde os dezenove anos, então tem quinze anos, então eu comecei a praticar musculação. Namoramos e casamos. Hoje eu trabalho e depois eu malho.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Hoje só a musculação. Sempre fui muito magra, magra de doer e, com a musculação, eu comecei a ter mais corpo.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

No início, porque eu tinha asma, depois por gostar mesmo e para ganhar mais corpo.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não. Não tenho nenhuma restrição. Como de tudo, bebo no final de semana. Nunca engordei.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, funcionalidade, beleza, força. Força, porque consigo a beleza, a funcionalidade, porque eu estarei malhando.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Satisfação, trabalho, prazer, maternidade. Maternidade, porque eu fiquei muito satisfeita quando eu fiquei grávida, gostei muito de ter barriga, de amamentar, de gerar, e foi o meu corpo que me deu isso. Me achei bonita grávida. Amei a maternidade.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, necessidade, prazer, beleza. Prazer, porque se não tiver prazer você não consegue as outras.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Eu não me lembro da minha vida sem. Inclusive hoje, eu trabalho com isso. Minha saúde melhorou muito com o fim da asma. Mudou tudo.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Satisfação e prazer, principalmente quando você termina, você tem a sensação de dever cumprido, de conseguir mais uma vez.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Eu não consigo associar os dois. Para mim religião é com mais pessoas e atividade física é algo comigo mesma, eu me desligo. Quando eu malho, eu coloco música e só presto atenção em mim.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Quando eu estou rezando, eu até me imagino sozinha, me elevo, mas quando eu estou praticando atividade física, eu estou só pensando nas reações do meu corpo. Eu preciso de silêncio, relaxamento para pensar em Deus e quando eu malho a música é alta, agitada. Nessa hora, não dá.

Entrevista XV

Realizada em 26 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Ricardo.

Idade:

53 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Casado.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Militar do Exército.

Renda em torno de:

20 salários mínimos.

Religião:

Católico.

Praticante?

Sim, fervoroso.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde criança, quatro, cinco anos eu pratico futebol, até porque meu pai foi jogador profissional no Piauí, ele foi militar também.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Chegamos de Porto Alegre em 2010 e já frequentamos várias academias aqui ao redor, para sair da rotina.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Hoje eu corro por lazer. Nado, jogo bola e malho. Malho muito.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Na minha adolescência, eu joguei no Santos. Aprendi a gostar de esporte. Aos quinze anos, meu pai foi transferido para Manaus na fronteira com a Bolívia e eu abandonei o Santos, porque naquela época o futebol não era rentável, então eu entrei no colégio militar. Em Manaus, eu continuei jogando futebol. Depois meu pai veio para Juiz de Fora e eu fui para o colégio militar de BH terminar o ensino médio. De lá, fui para a Academia de Agulhas Negras e continuei participando das equipes de atletismo do exército e jogando futebol. Fui paraquedista também, por volta dos dezoito anos. Formei muito profissional no Brasil.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não. Eu como de tudo. O meu metabolismo é muito rápido. Adoro doce e como com arroz e feijão, coisa de nordestino. Eu bebo em torno de dez litros de água por dia. Acordo e tomo cinco copos de água antes de escovar os dentes. Sou um verdadeiro camelo. Não fumo e hoje não bebo mais.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, satisfação, bem-estar, prazer. Saúde, porque eu faço atividade física sempre pensando em ser um garoto velho, não quero precisar de ajuda para subir uma escada.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Amor, saudável, esbelto, esguio. Saudável, porque eu procuro sempre manter o corpo e mente sãos.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Satisfação, vontade, comprometimento, prazer. Comprometimento, porque a gente tem que estar comprometido a fazer uma atividade física todo dia. Tem que ter muita vontade.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Isso já está incorporado há anos. Sempre gostei do bem-estar que a atividade física proporciona.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Sou viciado, não passo um dia sem fazer atividade física. Me dá dor de cabeça, fico com tédio. Pode estar chovendo, fazendo frio, que eu vou. Nada me impede de fazer. Com isso, é difícil a gente adoecer. Há anos eu não gripo, e só tomo banho gelado. Sinto-me tranquilo. Sinto dor também, mas isso é normal, porque você vai lesando as microfibras. Eu gosto de conviver com a dor.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Vou te dizer uma particularidade: toda vez que eu corro, eu corro rezando um pai-nosso, uma ave-maria. Posso estar estafado, mas isso me dá força. Algo diz: vamos que você consegue. Eu gosto de superar limites, eu gosto de atividade que corre risco calculado. Quando eu saltava de paraquedas, eu sentia a sensação de conversar com Deus. Quando a gente salta é uma sensação de encontrar com Deus.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

A sensação de saltar de paraquedas é uma coisa indescritível. Os riscos são muito pequenos. O trânsito mata mais que o paraquedismo. O equipamento é seguro, as técnicas também. Nos primeiros saltos, a gente sai de olho fechado, mas depois a gente começa a dominar, mas não podemos negligenciar. Cada salto é um salto. Sempre fui católico praticante e acho que pode ter sim uma relação desse bem-estar que a gente tem na religião com o que sinto no esporte, na atividade física. Eu incentivo todo mundo a praticar esporte.

Entrevista XVI

Realizada em 26 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Célia.

Idade:

46 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Superior completo.

Profissão:

Educadora física.

Renda em torno de:

4 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde pequena. Sempre gostei muito de andar de bicicleta, correr, subir em árvores. Aos doze anos, me mudei para JF e comecei a frequentar academia. Na época, não havia musculação, era o começo da aeróbica, da ginástica localizada.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há pouco tempo porque fomos mudando para não cair na rotina. Porque é perto de casa.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Faço mais *spinning* porque tem um professor que me incentiva ir até lá, tem uma metodologia boa, tem música. Gosto de atividade que tenha muito movimento.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Gostar, fazer desde pequena. É pelo gosto mesmo de se movimentar.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Faço, a vida inteira. Procuo comer alimentos integrais, leite desnatado, legumes, frutas. Isso desde pequena.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, disposição, mente, bem-estar. Saúde, porque sem saúde você não faz mais nada na vida. É igual a uma máquina, se não estiver funcionando todas as engrenagens, não conseguimos fazer nada.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Insatisfação, saúde, bem-estar, equilíbrio. Saúde, porque para você estar bem com seu corpo você precisa ter saúde, precisa se alimentar bem. A nutrição é muito importante.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Bem-estar, autoestima, saúde, equilíbrio. Saúde, com certeza, é o mais importante.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

A disposição diária. A atividade física te põe mais disposta a fazer suas atividades diárias. O tempo que eu não pude fazer, fiquei mais indisposta. Você fica cansada quando faz atividade física, mas é um cansaço diferente.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Na hora, a gente sente muita dor, muito cansaço. Mas depois é uma beleza quando termina, a gente sente um bem-estar imenso. Na hora, há um desgaste muito grande, mas, com a vinda da serotonina, fica um bem-estar grande.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Acredito que sim, principalmente pelo fato que na Igreja Católica se diz que amai-vos uns aos outros como a si mesmo, como um dos maiores mandamentos da lei de Deus e a vida é um presente, então, se você não cuida do seu corpo, que é um presente de Deus, pois foi a partir dele que Ele te deu a vida para você andar, caminhar, se cuidar, como fica então? Pelos estudos sabemos que desde os tempos das cavernas, na evolução do ser humano é necessário o homem se movimentar para a engrenagem funcionar direito.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Sim. A pessoa que não se cuida está deixando o presente de Deus de lado. Você pode ser um excelente intelectual, mas se não cuidar da parte física, você vai ter problema. Para quem acredita em Deus, a atividade física é realmente necessário em relação à vida que você teve como prêmio.

Entrevista XVII

Realizada em 27 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Cleide.

Idade:

60 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Divorciada.

Escolaridade:

Superior completo.

Profissão:

Professora.

Renda em torno de:

20 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Sempre pratiquei porque fiz balé quando pequena. Depois fiz aeróbica. Depois ginástica, pilates, hidroginástica, só não fiz musculação. Desde os vinte anos que faço ginástica.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Porque eu tive boas recomendações, algumas amigas já faziam e é perto da minha casa. Já tenho uns dez anos de [...].

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Hidroginástica. Fiz pilates e outros exercícios, mas a hidroginástica é a que causa menos impacto e porque tenho tendinite também, pela profissão, por ter dado muita aula, e na época do giz e do tempo do giz de cal que furava até a mão.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Por gostar mesmo, eu sempre gostei, sempre fiz caminhada. Sempre coloquei meus filhos para praticar atividade física. A parte física é boa para a mente também, não só para o corpo. Nos meus tempos mais tensos, a caminhada sempre me aliviou, faz muito bem.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não, mas evito comer bobagens na rua, nada de frituras, eu gosto muito de saladas de frutas, pouca gordura. Meu pai sempre foi assim também, aprendemos com ele essa alimentação saudável como diz a minha netinha. Ela pergunta assim: isso é saudável, vovó?

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saudável, bonito, prazer, harmonia. Saudável, porque você precisa ter saúde para viver bem. Se sua saúde não está bem, nada fica bem. A mente, o corpo gira em torno da saúde.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Ágil, elegante, postura, bem-estar. Ágil, porque eu sou muito ágil, eu sou muito dinâmica, eu gosto de estar sempre em movimento, não gosto de ficar parada, não gosto de rotina.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Bem-estar, saudável, mente, paz. Paz, porque depois que você faz a atividade física você esvazia sua mente. Você fica num estado de paz. Eu sempre volto mais disposta para começar o dia. Você começa desanimada com os exercícios, mas na volta é ótimo, uma calma. Eu volto andando devagar, com a mente tranquila.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Claro que muda, até a convivência social. Você convive com pessoas mais novas e mais velhas que você, há uma troca de experiências, você vê que todo mundo tem problemas, você sai junto, faz um grupo de amizades, escuta um e outro. Essa convivência social é muito boa.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Eu gosto muito do meu corpo, me sinto muito bem com ele. É uma relação de troca de energia com o corpo. Principalmente numa caminhada, você troca energia com o ambiente, com

outras pessoas que passam. Você gasta um tipo de energia, mas está ingerindo outra. Eu sinto uma paz muito grande com meu corpo.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Eu acho que tem realmente uma relação. Principalmente na parte de paz, de tranquilidade, que é o que você tem que sentir quando está na prática de uma religião. Você tem que sentir bem naquele lugar. Na atividade física, quando você gosta e se sente bem, você sente essa paz, esse bem-estar. Mas se você vai para academia só para ter um corpo bonito e não gosta do que você está fazendo então não há relação.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Essa relação com a religião e a atividade física tem que ser com a mesma balança de se sentir bem e em paz nos dois lugares. Estando bem com você, com seu corpo, você vai estar se relacionando com outra dimensão, com Deus. É possível perceber Deus estando bem com seu corpo. Estar bem com a parte espiritual. As pessoas têm uma dificuldade de fazer essa relação e acham que só se consegue com o espírito. É uma forma de meditar. A parte física tem a ver com a parte religiosa. Achei interessante perceber isso nessa conversa.

Entrevista XVIII

Realizada em 29 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Leila.

Idade:

49 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Solteira.

Escolaridade:

Doutorado.

Profissão:

Professora universitária.

Renda em torno de:

13 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Não.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Regularmente eu comecei após os meus 38 anos. Parei por um ano por causa de cuidar do meu pai doente. Retornei há um ano.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Desde 2004. Tenho um professor porque não gosto de fazer exercício. E ele topou me tratar sem que eu tenha que ficar escrava de dieta. Gosto de arroz e de feijão.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Faço aeróbico, *spinning* e a musculação, intercalados. Sinto-me muito bem, deve ser por conta de serotonina que falam. Quando posso vou todos os dias. Também comecei a andar de patins com trinta e tantos anos por conta da minha sobrinha, então quando posso eu ando de patins ouvindo música. É muito bom.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Comecei a fazer por vaidade, eu não estava gostando de me ver no espelho. Apesar de saber os motivos de saúde, eu comecei por vaidade. Eu preciso me sentir bem nas roupas que eu gosto de usar, as roupas me dão as medidas do corpo. Meu percentual de gordura ficou alto por conta de muito trabalho e cuidado do meu pai. Hoje o percentual já abaixou.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não como frituras, praticamente eu cortei o açúcar, que sei que não faz bem para a saúde. Cuido da alimentação, mas não faço dieta. Faço exercício para poder comer de tudo.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Perfeição, saúde, templo da alma, máquina. Templo da alma, porque quando eu estou feliz, eu estou feliz com meu corpo. É cuidar da casa. Eu acredito que tem um espírito habitando o corpo, então se esse templo está bem cuidado é como se a alma habitasse um lugar bacana. Se eu como ou bebo demais, eu estou desrespeitando algo que tem que estar em harmonia.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Harmonia, beleza, equilíbrio, vitalidade. Harmonia, porque eu me sinto bem disposta quando estou fazendo atividade física. Eu penso nas forças que estão agindo nesse corpo, na energia. Se meu corpo está bacana, existe uma harmonia nisso, nessa fisiologia, então isso repercute no meu espírito e aparece em meu rosto, eu me sinto feliz.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Cuidado, consciência, conhecimento, introspecção. Cuidado, porque eu tenho muito medo de envelhecer sem saúde. Fico preocupada com a minha velhice, vejo pessoas a minha volta perdendo a memória. Os exercícios na academia fazem conexões neurais que ajudam nisso. Cada exercício novo é um desafio de fazer perfeitamente o exercício, estimula a capacidade de fazer coisas novas, aumenta a minha percepção corporal. Eu me concentro no movimento porque tenho que prestar atenção na respiração, no abdômen e assim vai. Apesar de ter uma atividade que puxa muito pelo intelecto, eu acredito que é outro tipo de conexão neural. Eu já fiz ioga também, e aumentei muito minha consciência corporal.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

A atividade física melhorou meu equilíbrio corporal, principalmente com a ioga. Então parece que o equilíbrio corporal me ajuda ter um equilíbrio mental. Trouxe um conhecimento mais integral de mim mesma, vai além daquilo que eu vejo no espelho. É olhar para dentro porque eu tenho que me concentrar. É um momento que eu olho para dentro. Estou colhendo um benefício naquele momento que eu estou cuidando e olhando para mim. Estou aprendendo a envelhecer.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

É cuidar da máquina, como colocar um óleo, lubrificar por dentro. Estou cuidado dele, do corpo.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Acredito que possa haver uma relação. Eu me sinto bem dentro de uma igreja, adoro o momento da missa. Mas também já frequentei o Centro Espírita assistindo palestras. Eu gosto muito da música do filme O Último Samurai e até me conecto com outro plano, como se eu sáísse desse plano. Às vezes me pego rezando e às vezes me pego lembrando de pessoas queridas que já partiram dessa vida. Templo para mim é uma palavra ligado ao Sagrado, é diferente de casa. Tem um poeta inglês que numa metáfora diz que uma cadeira ainda é uma cadeira ainda que ninguém esteja sentado nela, mas uma casa não é um lar quando não há ninguém lá para abraçar apertado, quando não há ninguém lá que te dê um beijo de boa noite. Então quando eu penso no meu corpo como templo, eu penso nessa relação de afeto comigo mesma. É o que eu posso fazer comigo mesmo que ninguém faz. É no plano do afeto, é como eu posso me amar.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Eu gosto de colocar músicas calmas quando eu ando de patins e penso em muitas coisas. Mas na academia não, o barulho até me incomoda. Mas, quando está mais calmo, até na academia, eu sinto um bem-estar. Vendo o corpo como um templo pode haver uma relação nas duas práticas.

Entrevista XIX

Realizada em 29 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Gláucio.

Idade:

35 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Casado.

Escolaridade:

Doutorado.

Profissão:

Professor universitário.

Renda em torno de:

13 salários mínimos.

Religião:

Batista.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Sempre fiz esporadicamente futebol, caminhada, ou algum outro esporte. Há um ano que consigo ter uma rotina.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há um ano, porque eu gostei muito da estrutura, da higiene, tem médico, fisioterapeuta, nutricionista e vários professores que te acompanham o tempo todo. O preço é mais salgado, mas vale a pena.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Eu gosto muito de corrida, fico muito tempo na esteira. Faço a musculação para fortalecimento.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

No final do doutorado, eu fiquei mais sedentário e comecei a ganhar peso. Também depois que me casei também aumentei o peso. Ganhei uma barriguinha que me incomoda. Então, quando eu entrei para a universidade e me estabeleci em Juiz de Fora, eu vim para cá e já perdi uns três quilos nessa brincadeira.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Eu como de tudo, mas evito comidas gordurosas na medida do possível, mas sou eclético, como de tudo.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, beleza, boa forma, clareza mental. Saúde é a palavra que mais me chama a atenção. Sem saúde as outras coisas não vêm.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Sobrepeso, normal, melhorando, bonito. Normal, porque a sociedade é muito cruel em muitos momentos. Se você não está naquele padrão, você vai ser discriminado de alguma forma. Você estar no padrão é importante para você viver bem em comunidade. Não que eu concorde, mas é importante.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, boa forma, estética, orar. Orar, porque é um refúgio, uma forma de sair do normal, uma forma de espairer, um momento de orar. Esse é um momento que você consegue colocar mente e corpo funcionando bem. Quando você está trabalhando, você está só trabalhando com a mente e o corpo fica parado. Quando você faz atividade física, você consegue relaxar a mente e colocar o corpo para funcionar.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Acredito que já respondi antes, perdi peso, relaxo a mente...

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Após fazer uma cirurgia do joelho, eu tento perceber mais o meu corpo. Então, enquanto estou praticando, eu tento prestar atenção no músculo, em tudo. Sinto um prazer, um bem-estar muito grande quando estou fazendo exercícios. Às vezes, saio da universidade com a cabeça quente, é muito papel, muita burocracia, a gente tem n coisas para pensar e chego aqui, coloco o fone no ouvido e desligo, relaxo. É uma higiene mental. Quem tem um corpo sarado tem mais clareza mental.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Com exceção da vulgaridade que anda por aí, o corpo não é aquela coisa pecaminosa, principalmente em relação à sexualidade, não é algo do Diabo, uma coisa ruim como costumam dizer. A relação sexual é feita no casamento, mas é uma coisa limpa, criada por Deus. Também não adianta quando você vai à igreja para um culto, para venerar a Deus e está com a cabeça cheia e não consegue fazer isso na sua mente, você está lá apenas de corpo presente, e não consegue fazer aquela prática. Da mesma forma aqui, quando eu chego e consigo desligar a minha mente do trabalho, fica mais fácil conectar com Deus.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Acredito que não, acho difícil, porque a religião entende-se uma espécie de diálogo com um ser superior, e aqui não acontece isso. Você tenta ter um diálogo com seu corpo, que você tenta torná-lo melhor, mas não é um ser superior. Você comanda, dá ordens, então, nesse sentido, eu acredito que não.

Entrevista XX

Realizada em 29 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Eugênio.

Idade:

29 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Superior completo.

Profissão:

Educador físico.

Renda em torno de:

2 salários mínimos.

Religião:

Espírita.

Praticante?

Não.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Minha vida toda, desde criança. Desde os quatro anos de idade, pratico esporte coletivo ligado ao clube. Muito pique também. Educação física sempre foi a aula que mais gostava. Acabei me tornando educador físico.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Eu fui convidado a trabalhar. Tem mais de um ano. Eu fiz o estágio da universidade com as atuais donas da academia e quando me graduei fui convidado a trabalhar aqui à noite e foi bom porque faço o curso de nutrição pela manhã e estava desempregado.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Hoje eu gosto mais de jogar um tênis, correr, jogar um futebol. Não sou muito apegado a treinamento de força.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Isso já está na minha vida, nasci com isso mesmo, competição. Ganhei um pouco de peso e fiquei mais feliz comigo mesmo.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não, como de tudo. Não gosto de repolho, mas é só. Evito gorduras.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Estética, saúde, *performance*, bem-estar. Bem-estar, porque se a gente está bem na mente e no corpo, bem consigo mesmo, a gente reflete isso para fora e saúde tem a ver com o bem-estar.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Magreza, satisfeito, *stress*, magro. Satisfeito, no sentido que hoje eu estou satisfeito com meu corpo porque eu era muito magro. Quando eu era adolescente, isso me incomodava, mas hoje vejo como um benefício.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Desempenho, *performance*, qualidade de vida, estilo. Qualidade de vida, porque você dorme bem, come bem. Isso tudo o exercício traz.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Comecei a olhar as atividades com mais profundidade quando estava na graduação de educação física. Era bacana que a gente ia malhar estudando, recordando o que os professores ensinavam. Contexto social e melhor aceitação de mim mesmo.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Altamente bem. O dia que faço atividade física meu dia é outro.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Acredito que sim porque eu sei de pessoas que acreditam no esporte, nas atividades físicas. Pessoas que melhoraram sua relação com o corpo com o esporte e elas acreditam fielmente no esporte, acreditam mesmo que o esporte é algo maior que eles. Em relação a mim, eu não consigo fazer essa conexão. Eu vejo isso também nos fisiculturistas. Eles são muito disciplinados em tudo, comida, bebida, exercícios, vivem para isso.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Acho que pode ser uma forma de orar, principalmente as atividades individuais. Você precisa de concentração. É o momento de você ver o seu corpo por dentro. Eu vejo pessoas que a atividade física é a vida delas. O dia que elas não fazem o dia foi incompleto. Eu não, mas eu consigo enxergar isso nas pessoas. A atividade física cuida do bem-estar físico, mental e muito do espiritual.

Entrevista XXI-a¹¹

Realizada em 30 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Pedro.

Idade:

24 anos.

Sexo:

Masculino.

Estado civil:

Solteiro.

Escolaridade:

Especialização.

Profissão:

Educador físico.

Renda em torno de:

2 salários mínimos.

¹¹ Primeira entrevista com Pedro.

Religião:

Não tenho, sou agnóstico.

Praticante?

Há quanto tempo pratica atividade física?

Desde os quatro anos de idade. Meus pais me colocaram para fazer natação desde os quatro anos, eu tinha uma alergia respiratória. Também jogava futebol no colégio. Aos catorze comecei a fazer corridas e fui para o *triathlon* aos dezesseis anos e faço até hoje.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Faço *triathlon* e faço musculação na academia desde os dezesseis anos. Meu foco na musculação era trabalhar o corpo todo para equilibrar defeitos posturais na coluna. Fazia desde os onze anos um trabalho de consciência corporal por causa da escoliose, fazia alongamento, era um trabalho bem holístico. Gerou também uma construção de postura e um caráter para realizar muitas coisas que você só percebe depois de um tempo. Quando parei essa prática, eu comecei a fazer ioga. Faço até hoje também.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Influência direta do meu pai que começou a praticar aos quarenta anos e tomou a atividade física como modo de vida. Ele fumava muito. Ele também é da área de saúde. Meu irmão mais velho também recebeu essa influência e foi atleta profissional um bom tempo. Também meu outro irmão também pratica. E eu continuei até hoje.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não sigo dieta, como de tudo. Mas evito alguns alimentos em excesso como doces e gordura. Para tudo que eu faço, eu preciso comer várias vezes ao dia. Não é só a questão de não engordar, mas se alimentar de alimentos que tenham qualidade, tenham vitalidade.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Estética, saúde, humano, vida. Humano, porque a gente não se torna humano sem o corpo. Algumas religiões, infelizmente, historicamente separam isso, o espiritual seria uma coisa e o corpo outra, mas é possível eu ser um ser espiritual, ter minha fé vivendo em condições insalubres? Entendendo que as coisas precisam se equilibrar? Eu não acredito nisso, o corpo tem que estar em equilíbrio para poder abstrair as coisas bem. É preciso o organismo estar em bom funcionamento para que a gente possa transcender e ser alguém melhor. Tem que somar para viver melhor.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, egoísmo, magro, amor próprio. Amor próprio, porque eu não sou o dono do meu corpo, eu simplesmente sou ele. Na ioga, ter o corpo indica uma posse, mas o corpo sou eu, você não pode ser dono de si mesmo, você simplesmente é.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Vigor, autorrealização, busca, aprendizado. Aprendizado, porque na verdade a gente só continua praticando porque há algo em troca e a atividade física tem me proporcionado esse aprendizado da vida. O modo que eu vejo o mundo hoje foi muito influenciado por isso. A forma com que eu me aproximei das pessoas simplesmente fazendo exercícios juntos. Quando estamos praticando uma atividade juntos é o estar ali que importa, fazendo algo junto. Percebo que somos iguais, independente da condição social ou cultural. Todas aprenderam a superar obstáculos e muitas vezes maiores que os nossos.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Essa vivência toda com essas práticas me fez crescer muito pessoalmente porque você consegue acessar outras coisas, ter mais concentração, mais paciência para resolver os problemas. Você não trabalha o físico só pelo físico, mas outros aspectos de sua vida também.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Trabalhei muito a consciência corporal, me sinto muito bem.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Minha mãe deixou a gente bem livre para seguir qualquer religião, isso fez com que eu convivesse com minha avó e minha tia que são muito religiosas e poder perceber a religião de fora, mesmo sendo criança. E ver que isso era uma coisa boa. A religião é uma questão importante para desenvolver a espiritualidade, ela é criada pelo homem e permite esse desenvolvimento. Hoje acho que a questão é mais ampla da espiritualidade e para mim a religião não mais se encaixa na minha busca. Hoje consigo ver várias religiões e ver seus acertos e defeitos.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Se praticar atividade física sem base, a gente se perde, e falo isso além do conhecimento científico, falo de praticar como um modo de vida, como um modo de união com o meio em que eu vivo. Isso acontece também na religião, quando a pessoa reza, medita, ela ganha um estado de aproximação com as coisas inanimadas ou com o grupo. A forma com que você pratica atividade física pode aproximar ou afastar essa harmonia com o seu grupo, com o meio em que vive. Por exemplo, excesso de competição vai afastar as pessoas do grupo. O fato de duas pessoas praticarem exercício físico e se sentirem felizes por isso, se aproximarem pelo afeto, pelo respeito, isso já é um ganho muito grande. Eu vejo pelo lado interpessoal. Eu ainda entro em conflito se há uma entidade superior, mas acredito que pode não existir uma entidade superior representativa, mas antes de tudo existe uma condição espiritual para todos. Todos podem desenvolver essa condição do amor verdadeiro, do autodesenvolvimento. De desenvolver o amor para outras pessoas, a compaixão. A religião não é o único modo de acessar isso. Mas servem para gerar esse amor ao próximo e uma humanização. Essa autorreflexão pode existir com a atividade física. Hoje essa autorreflexão tem estado perdida. A atenção total na vida precisa estar no momento presente.

Entrevista XXI-b¹²

Realizada em 12 de dezembro de 2013, em Juiz de Fora, MG.

¹² Segunda entrevista com Pedro.

Existe, para você, uma relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica?

Eu tenho aproximação com a cultura oriental, principalmente com o hinduísmo, com as práticas da ioga. Tem coisas que não conseguimos explicar, que são alheias as nossas vontades e a religião tenta explicar isso doutrinando, e eu não concordo com isso. A religião está buscando mudanças em seu discurso, porque está percebendo que a nossa geração não pode mais pensar o mundo como algo fixo. Hoje, graças a Deus, temos o conhecimento de várias religiões e podemos buscar outros caminhos, um caminho mais livre.

O corpo tem um lado bom e um lado ruim. Tem desejos, sentimentos e aflições que podem te conduzir a situações de descontrole que são situações que você não consegue se colocar no melhor caminho. Mas isso é natural do homem, sofrer, ter desejos, ter conflitos. O corpo é sim um lugar de problemas, mas que levam a soluções. Agora a questão do pecado tem a ver com a doutrina católica, com a nossa cultura católica e isso é para gerar controle, principalmente em relação ao sexo. Para mim, não existe pecado, é uma questão de ponto de vista, do que levou alguém a agir daquela maneira. A natureza não tem a ver com o pecado.

Eu cuido do meu corpo porque o princípio de estar bem, de querer se sentir bem é importante, porque se sentindo bem você quer também que os outros se sintam bem, isso agrega as pessoas, gera compreensão, gera uma sensação de união com os outros. O esporte, os exercícios físicos geram essa sensação de bem-estar com outras pessoas, têm um caráter lúdico. Se você fizer exercícios só pensando no prazer imediato, pensando só no externo, na força, aí é só físico. Mas se você busca algo mais do que esse aspecto, você pode perceber algo mais. Isso é uma aproximação com a religião porque sai do interesse cotidiano. A religião busca encontrar algo mais na vida, tem um caráter transcendental.

Eu busco integrar corpo e alma. As coisas na vida estão integradas. Quando você fala com alguém, você fala com a pessoa toda: corpo, mente e espírito. E você também está inteiro ali. Está tudo junto, o lado físico e espiritual, mas do modo que fomos criados aprendemos a separar isso. Não há como separar, é apenas um modo didático. Você não vai encontrar o seu eu interior fazendo ioga, na verdade você já está com ele, mas você parou de perceber isso. Isso é uma visão cartesiana, que começou a dividir, a nomear as coisas. Isso não é errado, mas o excesso disso trouxe confusão. O corpo na sociedade contemporânea está começando a se tornar algo substituível e isso é muito complexo.

As pessoas procuram se estabelecer como ser humano. Mostrar o que a gente é e ser reconhecido por isso. O exercício físico entra muito nessa lógica. Às vezes, alguma área da vida da pessoa não vai bem, família, emprego, relação amorosa ou ela está desmotivada, então ela busca isso no esporte, uma forma de colocar a existência dela em foco. A gente quer fazer a nossa vida valer a pena. Só conquistar uma posição social hoje já não satisfaz, então a pessoa busca algo mais, uma interação com outras pessoas, estar mais próxima de outros. O homem é um ser social. Ele busca fazer algo em conjunto com outras pessoas e isso é possível com as atividades físicas, com o esporte. O esporte é um meio de reencontro com as pessoas. Se o esporte fosse algo arraigado em nossa sociedade, ajudaria essa comunhão das pessoas. O esporte de modo saudável, menos competitivo.

Quando você muda um pensamento, você já está mudando o corpo. Isso é muito sutil. Acho que a relação do corpo com a religião mudou, a sociedade mudou e com ela o corpo. Esse lugar mudou. Os dogmas em relação ao corpo foram caindo. O corpo é instrumento de poder,

de emancipação hoje em dia. A gente olha o corpo de uma pessoa e já faz uma opinião sobre ela. As marcas do corpo contam a nossa história. Eu procuro meditar todos os dias, a espiritualidade precisa ser cultivada diariamente, precisa ser nutrida. Mesmo eu não seguindo a religião hinduísta, eu respeito algumas posições corporais para meditar. A postura corporal ajuda a controlar a mente. A meditação me ajuda a compreender mais os outros, compreender mais a vida.

Tem uma hora na atividade física, no esporte que sua mente e corpo se integram. Você entra num estado tão grande de integração e concentração da tarefa que você perde a noção de você mesmo. Você fica em êxtase. Mas você se sente integrado com o meio, você está percebendo o que acontece, mas é um estado alterado de consciência. Isso é relatado na psicologia do esporte. Não é só pelo bem-estar ou pelo prêmio pela conquista. A pessoa se sente maior do que ela mesma. Ela transcende seu estado natural. Ela sente que a existência dela é exaltada com aquela atividade física, dá um significado para a vida.

Entrevista XXII-a¹³

Realizada em 30 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

Márcia.

Idade:

31 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Solteira.

Escolaridade:

Doutorado.

Profissão:

Professora universitária.

Renda em torno de:

13 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

¹³ Primeira entrevista com Márcia.

Eu comecei a fazer balé desde os seis anos. Depois sempre fazia alguma coisa. Com treze anos, eu comecei a frequentar a academia e fazia ginástica localizada, depois fui para a musculação.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Tem um mês, assim que acabei de mudar para Juiz de Fora. Eu escolhi porque é próximo de onde estou morando. Também gostei da estrutura e dos professores.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Musculação e *spinning* e também pratico corridas.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Eu era bem gordinha na infância, depois emagreci. Então eu faço para manter. Mas também eu gosto muito de praticar atividade física. Sinto falta quando não faço.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Não como carne vermelha, evito frituras a não ser em festas. Evito doces. Procuo produtos desnatados, produtos sem açúcar. Como muitas verduras e legumes.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Bem-estar, saúde, satisfação, equilíbrio. Saúde, porque a saúde engloba tudo, o bem-estar, a satisfação. Se tenho saúde, eu tenho equilíbrio.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Insatisfação, sobrepeso, saudável, saúde. Saúde, porque ela é mais importante, ela que vai mostrar se tenho alguma doença no futuro.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, bem-estar, relaxar, movimento. Relaxar, porque quando eu faço atividade física eu esqueço tudo, libero o estresse. É um momento que a gente está cuidando do corpo e relaxando a mente. Tem uma conexão do corpo com a mente.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

Muda o condicionamento. A gente fica com mais ânimo para fazer as coisas. Quando faço atividade física pela manhã, eu fico mais ativa de modo geral. Tem a socialização, você começa a fazer parte de outro grupo, conhece novas pessoas.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

Muita diferença porque, quando não faço, eu sinto a flacidez, mais celulite, o corpo mais desanimado. E é uma bola de neve, se não faço atividade física, eu relaxo em relação à comida. Então, quando eu estou fazendo, tudo fica mais equilibrado.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Você vê de tudo na academia. Acho que não cabem extremos de achar que é só narcisismo, mas ligar diretamente com Deus, eu não vejo isso.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Não vejo uma ligação direta. Pode ser uma ligação indireta quando você se sente bem com seu corpo e você se torna mais sociável, mais colaborador você pode estar mais ligado com Deus. Mas ligado assim diretamente com um ser superior não vejo isso. Quando você fala em bem-estar, quando você vai à igreja é uma coisa interior, de paz, de renovação interior. Na academia, é um bem-estar de tirar o estresse, é diferente. É tudo bem-estar, mas são diferentes.

Entrevista XXII-b¹⁴

Realizada em 19 de dezembro de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Existe, para você, uma relação possível entre corpo e religião no espaço das academias de ginástica?

Quando criança, no catecismo da igreja, aprendi que temos que fazer do corpo o templo de Deus, ter cuidado com o corpo a partir do que a religião prega. Se preservar, não cometer os pecados. Trazendo para nossa realidade seria cuidar de não se expor, não fazer com que o corpo seja algo de cobiça, tomar cuidado com o que se veste e também não se prostituir que é um tipo de pecado com o corpo. Eu malho para ficar bem, se eu não faço isso, se eu não estou bem com meu corpo, eu fico deprimida. Eu malho para estar bem, para o corpo ficar bem e não para chamar a atenção, depende da pessoa o uso que ela faz do corpo.

Religião, no meu entendimento, é para a gente ficar bem, fazer bem ao próximo. Mas não vejo isso diretamente ligado ao corpo. Vejo isso indiretamente. Se eu estou bem, eu vou fazer bem para outra pessoa. Ninguém vai para academia para pregar. Esse bem-estar na academia pode ser como o bem-estar da religião, mas só indiretamente. Quando não malho e como algo que não devia, eu fico com culpa, não devia ter feito aquilo porque a gente tem um objetivo.

Mas para mim, Deus está acima de tudo. Na academia, também tem que ter disciplina, tenho o meu rigor, mas meu corpo não está acima de tudo. Eu posso comer doce uma vez ou outra, eu posso infringir a regra. Mas com Deus não, eu adoro a Deus, eu vou à missa, leio a Bíblia, tem os pecados, mas eu não posso infringir a regra, é diferente. Eu cuido do meu corpo, porque eu quero me sentir bem e quero estar bonita.

Com certeza, hoje tem um endeusamento do corpo sim e a mídia incentiva isso, principalmente em relação à mulher. As mulheres comem um doce e colocam na mídia dizendo que comeu doce, que não deviam comer e que é horrível e agora terão que correr quilômetros e fazer mais exercícios, porque não podem comer nada. É um endeusamento do corpo. Tem gente que malha para chamar a atenção e tem aqueles que malham para saúde como as pessoas mais idosas que eu vejo na academia. Inclusive ela conversa mais do que malha com o *personal*. Mas eu acho que é mais pela saúde todo esse movimento de atividade física.

Entrevista XXIII

Realizada em 30 de abril de 2013, em Juiz de Fora, MG.

Nome:

¹⁴ Segunda entrevista com Márcia.

Angélica.

Idade:

26 anos.

Sexo:

Feminino.

Estado civil:

Casada.

Escolaridade:

Mestrado.

Profissão:

Nutricionista.

Renda em torno de:

7 salários mínimos.

Religião:

Católica.

Praticante?

Sim.

Há quanto tempo pratica atividade física?

Quando criança eu fiz balé e natação. Porque eu tinha muita alergia, mas o balé foi minha mãe que colocou e eu gostei. Comecei a malhar com doze anos e fiquei na academia até dezoito anos, fazia aula e musculação. Parei na época de faculdade a malhação pela distância e porque tive um problema de joelho, e voltei a fazer a natação e a corrida. Há pouco retornei a academia.

Há quanto tempo frequenta essa academia? Explique o porquê da escolha.

Há um ano. Porque é perto de minha casa, gostei do local e da equipe e também tem lugar para estacionar.

Que modalidade de atividade física você pratica? Explique o porquê da escolha.

Faço só a malhação, porque eu não estava satisfeita com meu corpo.

Quais os motivos que levaram você a praticar atividade física?

Com a idade, eu vi que eu estava muito flácida e com a natação não estava dando resultado. E voltei também porque a glicemia do meu marido estava alterada e pensei em dar uma força. Acabou que ele teve que sair e eu continuei. Também me dá um bem-estar, fico menos ansiosa, mais tranquila.

Você segue alguma dieta alimentar? Qual?

Faço por causa da esofagite. Atualmente eu tento evitar o leite e a farinha. Tento evitar gorduras, comer alimentos integrais, mas a dieta mesmo é para a esofagite.

O que lhe vem em mente quando se fala corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, bem-estar, beleza, harmonia. Saúde, porque sem saúde a gente não tem nada, não se sente bonita, não consegue trabalhar, não adianta ser linda e maravilhosa se a gente não tem saúde.

O que lhe vem em mente quando se fala meu corpo? Fale quatro palavras. Dessas palavras, qual a mais importante? Por quê?

Saúde, bem-estar, beleza, harmonia. Saúde, porque quando eu não estou saudável e não estou bem, nada acontece. Sempre que eu estava preocupando muito só com beleza, vem alguma coisa que me faz repensar a minha vida. A doença vem e te ensina a se cuidar mais.

O que lhe vem em mente quando se fala atividade física? Fale quatro palavras. Dessas palavras qual a mais importante? Por quê?

Saúde, alegria, bem-estar, disposição. Saúde, porque tudo cai na saúde, é o foco principal. Sem saúde não conseguimos praticar atividade física, e uma coisa leva a outra.

O que mudou em sua vida com a prática de atividade física?

A autoestima de maneira geral mudou e muda. Também me ajuda com as cólicas menstruais, elas diminuem, também melhora a TPM. Fico mais alegre, mais bem humorada.

Como se sente em relação ao seu corpo quando está praticando atividade física?

É o momento em que eu me sinto melhor com o meu corpo. Parece que naquele momento, eu estou em equilíbrio. Na frente do espelho, eu não me sinto bem com o corpo como quando eu estou praticando a atividade física. Parece que eu estou na busca da perfeição quando estou praticando atividade física e me faz sentir como se estivesse na perfeição, mesmo eu sabendo que não estou, mas parece que vou chegar lá.

Você acha que cuidar do corpo na academia é algo que pudesse ser comparado a uma religião?

Acho que as duas coisas andam juntas, mas não acho que uma vai substituir a outra. Acho que pode ter um diálogo e se você está bem espiritualmente tudo flui melhor e você pensa até em cuidar mais de si. Uma coisa leva outra, é essa consciência. É o equilíbrio do corpo e da alma, um complementa o outro. Eu entendo que fui criada por Deus e, se eu não cuido do meu corpo, eu não estou cuidando daquilo que me foi dado por Deus, não estou cuidando da obra de Deus.

Há para você uma ligação entre a prática da academia e a prática da religião?

Na verdade, o corpo não é o lugar do pecado, mas tudo aquilo o que eu faço que prejudique o meu corpo, que vai contra a minha natureza, eu estou pecando. Se eu não faço atividade física, se eu sou tabagista, ou busco prazeres que vão matando o corpo, isso é pecado. Mas cuidar do seu corpo para se valorizar, para cuidar da saúde, isso não é pecado.