

pontourbe

ISSN 1981-3341



revista do núcleo de antropologia urbana da usp

Ano 2, Versão 2.0, fevereiro de 2008

As chaves do templo

Mirela Berger

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES)

Estar bela, malhada, sentir-se bem consigo mesma. Não ter gordurinhas sobrando. Ter um corpo rígido, cabelos e pele impecáveis. Ser admirada por sua beleza ou por seu corpo em forma. Ter um corpo perfeito. Encaixar-se nos padrões de beleza massificados. Cultuar o corpo, desejá-lo belo, mas, ao mesmo tempo, malhá-lo. Submetê-lo a esforços para que ele desabroche em sua melhor forma.

Estas falas, todas nativas (ver tese de doutorado "Corpo e Identidade Feminina", disponível em <http://www.mirelaberger.com.br>), apontam para um processo central das últimas décadas (1980-2000), que é o de culto ao corpo. É possível afirmar que o corpo virou uma religião, um culto permanente e diário, que se desenrola nos templos de mármore, vidro e ferro das academias de ginástica, e cujos mentores são a mídia, os *personaltrainers*, os nutricionistas, os cirurgiões plásticos e inúmeros outros profissionais que alardeiam a beleza enquanto capital simbólico (Berger, 2006).

Embora seja quase impossível estabelecer com certeza quando as expressões "culto ao corpo" e "cultura do corpo" surgiram, sociólogos e historiadores vêm se utilizando destes termos para designar um comportamento em que o corpo figura como elemento central e definidor de identidades. Mais do que ser apenas um meio, o corpo transforma-se no próprio fim, ou, como diria Maffesoli: o que parece desconcertante, atualmente, é que o corpo é tomado em si mesmo; há uma espécie de culto ao corpo que ganha cada vez mais importância na vida social. Veste-se o corpo, cuida-se do corpo, constrói-se o corpo, e é neste sentido que se pode falar de um culto ao corpo como sendo (um pouco por todo lado do mundo) uma das marcas deste hedonismo (Maffesoli, 1998).

O fenômeno do culto ao corpo explode de maneira definitiva a partir da década de 80 nos Estados Unidos da América e chega ao Brasil nos anos 90, impulsionado, entre outros fatores, pela difusão da ginástica aeróbica feita pela atriz Ioná Magalhães, semelhantemente ao que aconteceu nos EUA com a atriz Jane Fonda. Surpreendentemente, constatei que a expressão "culto ao corpo" é corrente no universo da academia de ginástica pesquisada e todas as entrevistadas precisam seu surgimento no mesmo período

apontado pelos pesquisadores. É significativo que entre as mulheres pesquisadas, 88% percebem nitidamente um processo de culto ao corpo, 9% o percebem mais ou menos e somente 3% desconhecem sua existência.

Não enveredaremos aqui pelas justificativas citadas pelas mulheres para o culto ao corpo, mas, podemos ao menos mencioná-las. São elas: importância do momento presente, da técnica e do esforço individual; importância do corpo na conquista de parceiros sexuais e no mercado de trabalho; exposição e desnudamento constante do corpo; existência de modelos de beleza rígidos que culminam no culto à perfeição física; excessiva cobrança social da beleza e influência da mídia e da moda.

Como em todo culto, temos, por um lado, os atores – no caso, os “*Body-buildings*” ou “*Bodybuilders*” –, a ideologia que o alimenta, seus mecanismos de veiculação e sustentação e, em especial, uma série bastante codificada de ritos corporais.

Interessa-me, no curto espaço desta comunicação, investigar os mitos (também chamados aqui de “chaves simbólicas”), tais como: a mística da perfeição física, inspirada nos modelos dos deuses gregos, a idéia do corpo enquanto marcador totêmico, a ideologia de que o corpo é mutável, a importância atribuída ao presente, ao esforço do indivíduo e à técnica, o ethos ascético que norteia o comportamento do *bodybuilder* e que rituais (rotina de exercícios, alimentação, uso de suplementos alimentares e/ou remédios para emagrecer e cirurgias plásticas) permitem ao neófito ingressar no tão sonhado templo das pessoas “belas e malhadas”.

As mulheres urbanas contemporâneas (e, cada vez mais, os homens, também), quando alcançam o corpo desejado (para 63,75% da amostra, isto quer dizer “corpo magro e malhado”), sentem-se próximas ao mundo das mulheres que elas admiram e pertencentes a um grupo seletivo, que é caracterizado, entre outras coisas, pelo poder “cuidar de si”; pelo sinal de que “*não se entregam às tentações alimentares de uma maneira desregrada*” (Mulher 68, 34 anos, professora universitária). Enfim, correspondem aos padrões corporais da sociedade em que vivem. Nas academias, ao adquirir um corpo “malhado”, o (a) aspirante a *bodybuilder* vai sendo consagrado a um novo papel. Esses ritos vão demarcando as posições entre dominados e dominantes, entre aqueles que são – como dizem os informantes – “fortes, saudáveis e bonitos” e os que são “fracos, doentios e feios”. Neste sentido, é possível repetir, com Bourdieu, que as instituições são “atos de magia social”, pois “criam a diferença ex-nihilo” (Bourdieu, 1996:100).

No templo das academias de ginástica, podemos identificar os seguintes atores: a) os *bodybuilders*, que se dividem principalmente entre neófitos (aqueles que estão se iniciando na religião do culto ao corpo) e veteranos (aqueles que, em função do tempo de atividades físicas e do próprio sucesso corporal, auxiliam os neófitos e possuem forte ascendência sobre os mesmos); b) os *personal trainers*, professores de ginástica, nutricionistas, fisioterapeutas e esteticistas, que são os “sacerdotes”: aqueles que possuem os conhecimentos e segredos próprios do campo e que têm o poder de transformar o corpo e a identidade de seus neófitos, sendo glorificados pelos mesmos. Fora do ambiente da academia de ginástica, temos, também, os cirurgiões plásticos, considerados, por muitos, os verdadeiros demiurgos da religião do corpo perfeito, pois têm o poder de, literalmente, construir novas corporalidades e, como veremos, novas identidades.

Ideários Místicos do culto ao corpo

Construir a si mesmo...

Para os *bodybuilders* a transformação do corpo é central no processo de construção ritual da pessoa.

Falar em "ritual" remete-nos à clássica obra de Turner ("O Processo Ritual", 1974), na qual o autor nos mostra que uma das chaves centrais para o entendimento de qualquer cultura reside nos ritos, já que estes são indícios para a compreensão de pensamentos, sentimentos e relações entre os nativos e o seio de suas comunidades. Entre os vários ritos sociais, destacam-se os chamados "Ritos de Passagem", ou seja, "ritos que acompanham toda mudança de lugar, estado, posição social, idade" (Arnold Van Gennep, 1960, *apud* Turner, 1974) e que se caracterizam por três fases: **1)** separação, **2)** margem ou limem e **3)** agregação. A primeira fase marca o afastamento do indivíduo (aqui chamado de "neófito") de um determinado grupo ou ponto fixo na estrutura social. A segunda, marca o processo de transição, quando o neófito inicia o lento aprendizado das regras, valores e linguagem do grupo ao qual quer ascender. A terceira fase consome a passagem e reintegra o indivíduo ao grupo, agora com os direitos e deveres de sua nova posição.

A academia de ginástica e seus frequentadores configuram-se como uma "tribo urbana"⁹, cuja adesão passa pela estética corporal e cuja tônica incide nos corpos esculpidos como uma marca de status e diferenciação social. 75% das entrevistadas assumem-se como pertencentes à uma "tribo urbana", como atesta o seguinte depoimento:

O culto ao corpo vira até uma tribo. Eu acredito. Porque, se você não estiver dentro (pra algumas pessoas, tá?), se você não estiver dentro, você é excluída. É exclusão social. Então, tem muita gente que está dentro desta tribo para não ser excluída. (Mulher 48, 40 anos, comerciária)

Podemos entender esta visão que as entrevistadas têm de si mesmas evocando, novamente, Victor Turner: as mulheres, ao ingressarem em uma academia, desejam, em sua maioria, construir um corpo magro e levemente musculoso, para se separarem e se contraporem ao grupo das "não-malhadas", "gordas", "desleixadas". Elas querem sentir-se integradas e aceitas em uma sociedade que valoriza a forma física como referencial de status e sucesso e tentarão adequar seu corpo à forma correspondente dos novos papéis que desejam assumir. Assim, elas se afastam do grupo das sedentárias, o que corresponde à primeira fase do processo ritual, qual seja, a "separação". Durante a segunda fase, encontram-se num processo de "liminaridade". São ainda neófitas e precisam aprender as regras do grupo que, no caso, envolvem praticar exercícios com regularidade, consumir produtos específicos, manter uma dieta alimentar, conhecer o nome das aulas, socializar-se no campo da musculação e dos outros setores das academias. O processo é permeado de rituais, envolvendo vestimentas, condutas, dialeto próprio e a manipulação de um universo instrumental e simbólico que não está livre nem mesmo da já consagrada "eficácia simbólica" (Lévi-Strauss, 1991), ou seja: do poder, próprio do rito, de atuar

sobre a realidade agindo sobre a representação que estes indivíduos fazem da mesma. Quem é adepto de exercícios físicos sabe que a simples realização do treino previsto já dá ao praticante a sensação de ter melhorado seu corpo, ainda que ele saiba que os resultados não são tão rápidos e exigem regularidade. Mas, ao menos, ele sente que fez a sua parte quanto ao corpo. Como dizem as entrevistadas, é "uma missão cumprida". Pelo menos, ele não poderá ser rotulado de "fraco", "desleixado": ele "luta" (já que há uma verdadeira cruzada contra as adiposidades) para mudar o seu corpo e empenha-se para isso, o que, no limite, lhe confere até fibra moral, segundo os valores postulados pela ideologia do corpo perfeito. Na terceira fase, a de "agregação", são consagradas ao papel de "malhadoras": suas atitudes e, principalmente, seus próprios corpos, atestam que cada uma delas é, agora, uma *"nova mulher, que não se conformou com o que Deus lhe deu, correu atrás, batalhou, ficou mais bonita e mais segura"* (Mulher 70, 30 anos, artista plástica). O corpo, enfim "malhado", lhes conferirá uma nova identidade, um novo lugar no seio da comunidade a que pertencem.

Uma vez em consonância com os padrões estéticos difundidos pela sociedade, que no caso das mulheres, envolvem magreza, tônus muscular e seios avantajados, o corpo será cultuado e glorificado.

Ser uma Deusa grega...

Um dos referenciais simbólicos e míticos que orientam a religião do corpo é o da imagem apolínea, ou seja, é o corpo dos deuses da Antigüidade clássica que serve de modelo para os bodybuilders. Várias das mulheres entrevistadas disseram querer *"se parecer com uma deusa grega"* (Mulher 68, 34 anos, professora universitária), *"A Gisele Bündchen é uma grega"* (Mulher 2, 31 anos, professora de educação física). É comum também que as mulheres se refiram aos homens "sarados" e, portanto, considerados bonitos, como "deuses gregos". Em ambos os casos, elas indicam imagens em revistas que ilustrem essa associação. Trata-se de imagens de mulheres em geral bem magras, com seios firmes, nádegas bem desenhadas, pele sem manchas, com aparência firme e proporcionalidade de traços. Já os homens são musculosos, com aspecto viril e sedutor. [Vernant](#) (1986) afirma que a expressão "corpo dos deuses" remonta ao período arcaico grego, quando não eram conhecidas as distinções corpo/alma e natural/sobrenatural. O corpo humano era visto como tendo a necessidade de reproduzir o corpo dos deuses. Deuses e homens faziam parte de um mesmo universo de sentido, embora exibissem diferenças. O corpo humano era percebido em sua efemeridade, enquanto o corpo dos deuses não perecia. Mas havia sempre a tentativa de se chegar ao esplendor de Deus, esplendor este que seria manifesto quando o corpo fosse como deveria ser, ou seja, *"radiating, youth, vigor and beauty, similar to a god, like unto the Immortals"* ([Vernant](#), 1986: 28). Para que o corpo atingisse estas qualidades e se aproximasse do corpo dos deuses, artefatos como maquiagem, jóias, roupas e outros adornos sobre o corpo, além de uma pele que parecesse lisa, polida, firme e jovem, eram fundamentais. Havia um "supercorpo", que envolvia perfeição e beleza, e que se afirmava como um testemunho da imortalidade:

If the gods are immortal and imperishable, it is because, unlike men, their corporality possesses, by nature and even in the very heart of nature, that constant beauty and glory with the social imagination shiver to invent for mortals when they no longer have a body to display their beauty or an existence that can win

them glory. Living always in strenght and beauty, the **gods** have a superbody: a body made entirely and forever of beauty and glory (Vernant, 1986: 34).

O corpo divino deveria ser, ao mesmo tempo, pesado e leve, etéreo, impalpável, devendo se parecer com uma estátua de materiais nobres. A identidade individual passava pela aquisição de um nome e pelo próprio corpo. O corpo era visto como substrato da identidade e marca de pertencimento e de distinção.

No nosso caso, as mulheres urbanas também acreditam que este corpo "malhado" seja indício da perfeição e fundamental para a construção de uma identidade altamente valorizada neste período histórico e na nossa cultura, que é a identidade de "malhadora". Mas elas não estão interessadas na imortalidade diante dos deuses e nem no ingresso ao paraíso celestial: estão preocupadas com uma outra forma de imortalidade, a alcançada pelo sucesso atestado no corpo e pelo corpo, não para a aprovação divina, mas para a aprovação de seus pares, que podem ser tanto os parceiros afetivos, quanto a família, os amigos, o restante da sociedade e em especial, as outras mulheres. Sucesso este que também conduz à imortalidade, pois se cristaliza nos olhares e nas formas midiáticas como fotografias e vídeos. Se a mulher em questão for "VIP" (very important people) e/ou famosa, o sucesso de seu corpo e de si mesma pode se eternizar em revistas, comerciais de televisão e até mesmo no cinema.

O Corpo e a Publicidade enquanto marcadores totêmicos

É impossível dissociar, na contemporaneidade, os fenômenos do culto ao corpo e a importância da mídia. A importância dada ao corpo é tão grande que **Lucien Sfez** (1996) chegou a proclamar a substituição do culto à informação por uma "religião" biogenética, calcada na "utopia do corpo". No entanto, ao contrário de Sfez, acredito, que a comunicação está vivíssima e é a grande aliada e ao mesmo tempo veiculadora desta utopia do "corpo perfeito". O desafio, para mim, está em mostrar como estes dois pilares muitas vezes se entremeiam, como precisam disto para sobreviver e como dizem muito a respeito da concepção de pessoa e de valores centrais à nossa sociedade.



Figura 1 - Feiticeira

Quando questionadas sobre a relação entre mídia e culto ao corpo, a esmagadora maioria, 96%, afirmou que sim, a mídia influi no processo de culto ao corpo. Absolutamente nenhuma mulher respondeu que não, e apenas 4% da amostra responderam "mais ou menos". As mulheres por mim entrevistadas sempre mencionam a leitura de revistas ligadas à aparência física, como "Boa Forma", "Dieta Já", entre outras, que são consideradas "verdadeiras bíblias da beleza. O que você precisa saber para ter um corpo legal tá nestas revistas" (Mulher 31, 54 anos, designer). Dois depoimentos ilustram o papel da mídia na propagação do culto ao corpo:

"Eu acho que a mídia influencia em tudo: nas revistas, na televisão, em tudo quanto é lugar. Muito. Você só vê aquela perfeição. Eu acho, também, que não se pode chegar ao exagero, mas na televisão você vê aquele corpo, aquele cabelo. A mídia bombardeia a gente com imagens, então você tem que trabalhar a cabeça pra você não chegar a se sentir feia, se sentir mal" (Mulher 43, 39 anos, arquivista).

"Mais uma vez a mulher, coitada, se vê escrava do culto ao corpo. O que é uma pena; a gente luta, luta, luta e mais uma vez a mídia... Eu não vou fazer cirurgia de peito por causa da estética, mas muitas estão fazendo; nós estamos sendo massacradas pela mídia." (Mulher 69, 45 anos, fonodíloga).

Um dado interessante sobre a influência da mídia, e que foi comentado de maneira espontânea por três entrevistadas, é que o culto ao corpo veio na esteira da popularidade dos grupos de pagode e axé como o grupo "É o Tchan" e com a valorização do corpo semi-desnudo e malhado das personagens televisivas "Tiazinha" e "Feiticeira" – de forte apelo erótico, criados em 1999 pela mídia. O corpo "perfeito" destas personagens era claramente um fetiche e alvo dos desejos masculinos. Criou-se um clima de erotização que passava pela exposição dos corpos "malhados" e que contribuiu para a divulgação de um padrão de corpo que, por sua vez, invadiu as casas via televisão ou por meio de revistas como "Playboy", "Sexy" e "Boa Forma". Aliás, justamente na época de explosão destes grupos e das personagens citadas, Joana Prado saiu na capa da Revista Boa Forma, cuja chamada era "O feitiço do corpo perfeito".



Figura 2 - Mídia e modelos de beleza

Em outra capa, Figura 2, desta vez da revista "Corpo", temos a chamada "Fique gostosa como elas", com a exibição da modelo Luma de Oliveira, também muito citada como referencial de beleza. Se associarmos a capa com a fala da própria modelo, enfatizando que considera a plástica uma aliada, temos a clara associação entre modelos/plásticas/mídia exercendo forte impacto sobre o imaginário de mulheres comuns. Até mulheres que não faziam ginástica sentiram-se ameaçadas por estas imagens de mulheres sedutoras, que poderiam enfeitiçar seus companheiros e roubar-lhes a atenção. Aderir à malhação, para algumas destas mulheres, foi uma

tentativa de diminuir a distância entre elas, simples mortais, e as "gostasas" da televisão:

"Eu acredito. Eu acho que muita gente nega. Mas eu acho que tem isso, tem nas novelas, em todo lugar. Não é só o sexo, é mostrar o corpo, aí eu acho que acaba sim, virando um culto. Eu acho que começou na época daquele grupo 'É o Tchan', que começou a dar ênfase na mulher mostrar o bumbum, ficar dançando daquele jeito, depois veio a Tiazinha, a Feiticeira, tudo isso contribuiu para que todo mundo se ligasse mais no corpo, no visual, na gostosona, malhar pra ficar durinha." (Mulher 22, 32 anos)

Featherstone afirma que a centralidade da manipulação comercial das imagens, mediante publicidade, mídia, exposições, performances e espetáculos da trama urbanizada da vida diária, determina uma "constante reativação de desejos por meio das imagens" (Featherstone, 1995: 100). De tanto ver o corpo malhado exposto, seja no dia a dia, seja na mídia, acostumamo-nos a desejá-lo, e de tanto desejá-lo, ele se tornou vital para nós.

As imagens têm um papel novo e central na cultura de consumo. Para Baudrillard (s/d), a concentração, a densidade, a abrangência da produção de imagens na sociedade contemporânea nos empurra para uma sociedade qualitativamente nova, o mundo simulacional, no qual se aboliu a distinção entre realidade e imagem, estetizando-se a vida cotidiana. Tudo se transforma em espetáculo, como já diria Debord: "*Toda a vida das sociedades nas quais reinam as modernas condições de produção se apresenta como uma imensa acumulação de espetáculos. Tudo o que era vivido diretamente tornou-se uma representação*" (Debord, 1992: 13). No que se refere à religião do corpo na contemporaneidade, a imagem é central, primeiro porque toda cultura do corpo passa por imagens reais do corpo, projetadas como espetáculos e, segundo, porque as imagens veiculadas pelos meios de comunicação são indissociáveis deste processo de desejar e construir um corpo ideal.

Sabemos que as imagens são formas privilegiadas de recorte, apreensão e organização do real e do imaginário. Através dos múltiplos elementos que põem em cena, as imagens constroem idéias, contam histórias, enfim, registram tempos, lugares, sentimentos. Assim como um "fato social total" (Mauss, 1974), condensam uma série de eventos e representações (ver GEISA, disponível em <http://www.geisa.mirelaberger.com.br>). No universo dos *bodybuilders*, proliferam revistas específicas destinadas aos cuidados com o corpo. Revistas como "Boa forma", "Dieta-Já", "Corpo", são alguns dos exemplos. Além destas, é evidente o quanto a preocupação com o corpo tomou conta de várias outras revistas como "Veja", "Época" e de jornais como "Folha de S. Paulo", "Estado de São Paulo" etc.

As revistas citadas são prenes de imagens que priorizam corpos considerados bonitos. Além disto, é comum fotos que contrastam situações chamadas de "antes" e "depois". As fotos do "antes" são imagens corporais de mulheres que eram "gordas e infelizes"; já as do "depois" mostram imagens destas mesmas, agora "magras e bonitas, através do produto 'X' ou da clínica tal". Vincula-se felicidade à beleza e, por sua vez, beleza à magreza. É uma espécie de mantra, não só sonoro, mas também visual, que constrói e reafirma modelos corporais, bem como representações de gênero

a eles associados. Os termos para uma construção de gênero ocorrem por meio de tecnologias (como o cinema, a televisão, as revistas) e discursos institucionalizados com o poder de "controlar o campo do significado social e assim, promover e implantar representações de gênero"(Lauretis, 1994: 228). Constroem, por meio das formas midiáticas, a representação da mulher bonita como preocupada com a aparência, que "se cuida", que é admirada por homens e mulheres graças a seus atributos físicos.

Tais imagens induzem à correlação entre obter o corpo perfeito e alcançar a felicidade. A publicidade surge neste processo como uma espécie de operador totêmico (Rocha, 1995), e as formas perfeitas como totens midiáticos. Sabino concorda com Rocha e diz que:

"tal como um 'selvagem' saberá identificar o comportamento e a aparência de uma pessoa do clã do urso ou da Águia, podemos identificar, pela aparência ou conduta, alguém que é marombeiro ou se dedica regularmente ao mundo da musculação e das academias" (2002: 145).

Os corpos dos *bodybuilders* estão permanentemente em construção, mas também em exibição: são corpos-mensagens, verdadeiros totens que falam pelos sujeitos. São, ao mesmo tempo, produtos, e veiculadores da religião do corpo.

Presenteísmo, técnica e esforço individual

Uma, entre várias entrevistadas, afirma:

Você vê pessoas que se drogam, tomam anabolizantes, esteróides, pelo corpo e esquecem da saúde. Isto também é um culto ao corpo, porque esquecem que amanhã isto pode prejudicar muito, é um culto ao corpo, porque não pensam no que vai fazer mal, só pensam no agora, ficar bem bonita agora, mas depois eles vão ver as conseqüências, porque só pensam no agora, no que estão fazendo agora (Mulher 24, 18 anos, instrutora de ginástica, ênfase dela).

Esta fala aponta para dois pontos importantes: primeiro, que o culto ao corpo está ligado ao que Maffesoli chamou de presenteísmo (Maffesoli, 1998), ou seja, a demasiada primazia do presente na contemporaneidade: vive-se para o agora, para o instante imediato; a tradição, tão rica no período anterior à contemporaneidade, é descartada e o futuro está demasiado longe para se pensar nele. Cultua-se o momento presente e o triunfo do corpo: quando questionadas sobre as conseqüências de atitudes como regimes extremos, bronzamento artificial, uso de drogas para emagrecer ou mesmo de anabolizantes, as mulheres afirmaram que não vale a pena se preocupar demais com os seus efeitos nocivos em longo prazo, que o importante é estar bonita agora. O outro ponto que merece destaque é que a entrevistada aponta para um dado que se repetirá e é fundamental para se entender a modernidade e o processo de culto ao corpo: a questão da técnica. Vejamos um depoimento:

As salas de musculação, se você for ver, o que tinha antigamente e o que tem hoje, hoje você tem aparelhos que

you put the key and he tells you what you have to do, technology helps, with the muscle machines, and even the sound. Today the thing is much richer than when I gave classes (Woman 14, 34 years, physical education teacher).



Figura 3 – Influência da técnica

[Courtine](#) (1995) reinforces the importance of technique and the regulated behavior in the construction of the *bodybuilder* after the 1980s. According to him, the development of the muscle market and the consumption of products and services destined to the maintenance of the body, in addition to all the technology of the suor ("high-tech sweat"), are some of the items that differentiate the current from the old practices of muscle building and that in this sense, mark a process of cult to the body different from other processes linked to the body in the past. According to him, the tone of the current is that it is necessary "sofrer se distraindo: a sofisticação eletrônica do material quer fornecer novos meios para favorecer a constância exigida pela disciplina e combater a dor do esforço e também o tédio da rotina" (p. 84).

Sylvie Malisse (*apud Del Priori*, 2000:91), affirms that, from 1970, along with the Barbie dolls coming to Brazil the *body business*, or rather, machines and techniques of the body that would promote a marketing of corporeal experiences and we would pass from a feminine aesthetic to a feminine ethic, an ethic that would oblige the woman to be responsible for her own aging and to consume products and techniques to avoid it. The woman passes to be responsible for her image and is charged with it, reinforcing stereotypes and constructions of gender. She incorporates that one of her responsibilities, as a woman, is to be/beautiful. ◻

Esta associação entre técnica e marketing corporal é claramente visível na academia de ginástica *Cia Atlética*. Há um grande investimento no aparato técnico, seja dos equipamentos de ginástica em si (esteiras, transport, bicicletas, aparelhos de musculação), seja de televisores e circuitos integrados de televisão que permitem monitorar todo o ambiente da academia. Há também painéis onde se afixam fotos de freqüentadores que se destacam, dos professores e *personal trainers*, além de uma revista interna cuja foto e manchete sobre algum aluno convertem-se em troféus a serem exibidos e guardados. A academia adquiriu recentemente esteiras com monitor de televisão de tela plana acoplado, ou seja, é possível caminhar na esteira assistindo à televisão fixada na altura certa dos olhos e individual, pois cada esteira possui uma. É possível sintonizar o canal preferido e se exercitar/distrair ao mesmo tempo. Nas academias mais sofisticadas, as máquinas de exercício (*techno gym*) têm entrada para uma chave própria de cada aluno, que registra todas as informações sobre o que ele deve fazer e do que efetivamente foi feito (desde o número de séries e de repetições, até potência do exercício, batimentos cardíacos, enfim, não só o treino em si, mas o "desempenho" do aluno no treino). Ao final de alguns meses, o *personal trainer* acessa a chave do aluno e supervisiona o treino, controlando de perto os passos de seu neófito e decidindo se este pode ascender algumas fases no lento processo de construção ritual do corpo. Tudo isto parece nos dizer: "A tecnologia para obtenção de um corpo perfeito está disponível e você só não a utiliza se não quiser." (vide figura 3). E pior : também só não conquista um corpo perfeito se não quiser. Desta forma, atribui-se à conduta do aspirante a portador do corpo perfeito consegui-lo ou não. A estética se vale do discurso da ciência, se legitima por ele e culpabiliza aqueles que, por algum motivo, não aderem à esta lógica.

Outro pilar que sustenta a religião do corpo perfeito é que o mesmo passa pelo esforço do "indivíduo", ou seja, a ênfase em que o indivíduo sozinho, utilizando-se de aparelhos, pesos, muita ginástica, alimentação e produtos químicos, pode construir seu corpo ideal, tão veiculado e reforçado pela mídia. Ou seja, ele não precisa e nem deve "se conformar com o que Deus lhe deu", já que, com seu esforço, ele pode corrigir o que não corresponde ao padrão cultural de sua época e lugar. Estamos na era da "tecnologia do suor" (high-tech sweat) e, através dela, acredita-se, podemos escolher o corpo desejado: "Você pode se tornar a pessoa que sonha ser", dizem os *body-builders*. "Você pode desafiar, ao mesmo tempo, o inato e o adquirido e fazer de você um outro" (S. Fussel, 1991: 73). O mito de que "é possível construir a si mesmo" é central no processo de culto ao corpo (embora, na prática, não existam tantas escolhas, já que temos que seguir os padrões de corpo estabelecidos pela sociedade). Mas, de todo modo, a ideologia que se vende aos adeptos do culto ao corpo é a de que o indivíduo - e somente ele - prestará contas ao olhar "crítico" e hierarquizante de seus pares (e não mais de um Deus transcendente), além de se submeter ao escrutínio da fita métrica, da balança e do espelho, em um processo que exige dele uma conduta ascética, racional e individualista. E mais: além de ser produto do esforço individual, passa pela conquista de um corpo que só ele vai ter e, posteriormente, da forma física como veículo de afirmação de status, conquista de parceiros sexuais em mesmo nível estético e inserção social, além de oportunidades no mercado de trabalho. [Goldenberg e Ramos](#) (2002) também apontam que, para se atingir a forma ideal e expor o corpo sem constrangimentos, é preciso investir na força de vontade e na autodisciplina, como reforçam, inclusive, as revistas de estética.

É como se a possibilidade de construir um corpo ideal, com o auxílio desta tecnologia do suor se confundisse com a construção de um destino, de uma obra: o homem moderno procura inventar a si próprio, construir-se através de seu próprio corpo, o que reforça a idéia de que no culto ao corpo atual,

este é, ao mesmo tempo, o ponto de partida e o ponto de chegada. O corpo não está a serviço de uma missão religiosa: ele é a própria missão. Está a serviço de uma ideologia – o culto à perfeição –, mas é também a própria ideologia.

Ethos ascético

Sabino percebe que após 1980 surge um novo *ethos*, que ele chama de ascético, e que se caracteriza pela profunda preocupação de integração aos valores constitutivos da cultura dominante, combatidos anteriormente pelos grupos da contracultura. Isto ocorreria tanto no plano simbólico (portanto, no plano da mitologia) quanto no das práticas, caminhando no sentido de uma estética corporal que valoriza o cultivo muscular e hierarquiza a realidade a partir de valores relacionados a este cultivo. Ou seja, estaríamos vivendo “um processo de construção do corpo onde a forma física apresenta-se como atitude não desviante” ([Sabino](#), s/d: 5).

[Turner](#) (1974) mostra que a recompensa pelo corpo ascético não é a salvação espiritual, mas a aparência embelezada, um eu mais disputado. Na mesma linha de raciocínio, Baudrillard destaca que o culto higiênico e dietético, bem como a obsessão pela juventude, elegância e feminilidade, associados ainda com práticas sacrificiais, suplantam a importância da alma: “O Mito do prazer [...] o circunda – tudo hoje testemunha que o corpo se tornou objeto de salvação. Substitui literalmente a alma, nesta função moral e ideológica” (Baudrillard, s/d: 136).

Se, no ideário místico e religioso, as concepções sobre a vida sóbria e temperada tinham como referência uma defesa contra as tentações da carne, a subjugação do corpo – por meio das “rotinas de manutenção corporal” – é a pré-condição para a conquista de uma aparência mais aceitável, para a liberação da capacidade expressiva do corpo. Neste sentido, [Del Priore](#) (2000) afirma que

Diferentemente de nossas avós, não nos preocupamos mais em salvar nossas almas, mas em salvar nossos corpos da desgraça da rejeição. Nosso tormento não é o fogo do inferno, mas a balança e o espelho (p. 52).

Já que o corpo perfeito é colocado, estrategicamente, como estando ao alcance de todos, ele traz em si a culpa caso não seja conquistado. Estamos longe dos preceitos religiosos dos anos 20 que condenavam as mulheres que se preocupavam demasiadamente com a aparência. Neste caso, a própria aparência torna-se objeto de culto e a culpa vem da impossibilidade de ascender ao reino mítico da beleza. É preciso assim exercitar o corpo até o limite para expiar a própria culpa da não-perfeição, ou de uma refeição mais calórica, vista como um desvio de conduta. E o algoz do corpo em pecado por não ser perfeito é o espelho, tanto o de vidro quanto o de carne e osso das pessoas nas quais nos miramos em busca da perfeição. Hoje, ser belo é ser aceito e valorizado e isso passa pelo trabalho árduo e pelo comportamento ascético frente ao corpo.

Wacquant afirma a respeito do boxe:

“O que de imediato choca é seu caráter repetitivo, árido, ascético: suas diferentes fases repetem-se ao infinito, dia após dia, semana após semana, com ínfimas variações” ([Wacquant](#), 2002: 78).

Quando falamos de comportamento ascético, obviamente estamos retomando os trabalhos de Max Weber, em especial *A Ética Protestante e o Espírito do Capitalismo* (1904), em que ele mostra que as sociedades modernas e ocidentais se distinguem das demais sociedades do passado tanto como locus do saber quanto do capitalismo. Segundo ele, a racionalidade, a técnica e um ethos específico, que ele chamou de “ascético”, seriam fundamentais seja para o triunfo do capitalismo, seja para o progresso da ciência e caracterizariam o mundo moderno. Não será possível aqui detalhar o pensamento de Weber, mas é importante frisar que a idéia de auto-controle, bem como o sentimento da obrigação de realizar tarefas e munir-se da técnica e da ciência como aliadas, vão aparecer fortemente no universo dos bodybuilders.

Na maioria das vezes, este processo de construção ritual da pessoa é dolorido, tanto do ponto de vista dos exercícios quanto dos tratamentos estéticos: injeções de botox nos músculos faciais, choques elétricos na estimulação russa, injeções de colágeno para preenchimento dos sulcos, mesoterapia, entre outros, produzem sofrimento físico em prol do próprio físico que, depois dos tratamentos, ascenderia a uma nova e melhor forma. Isto sem mencionar a cirurgia plástica que, devido à manipulação dos tecidos, cortes e pontos, produz dores por semanas e, às vezes, por meses. Estamos aqui muito distantes dos tratamentos de beleza da década de 20 que - perto dos atuais - podem ser considerados paliativos e leves, já que envolviam, em sua maioria, exercícios moderados e, principalmente, cremes e poções que disfarçavam a “feiúra”. Estão distantes, também, da idéia veiculada nos anos de 1960 de que era possível e desejável embelezar-se sem dor e com prazer. Aqui, ainda que o prazer exista, ele advém da dor, ou melhor, da eficácia simbólica - e real - de observar, por meio do empenho, uma nova identidade aflorar por conta do esforço, pois entre os informantes é corrente a expressão “se o músculo está doendo, está crescendo” e, além disto, é o sofrimento infligido ao corpo que faz com que os rituais sejam o que são, já que os indivíduos aderem de maneira tanto mais decidida a uma instituição quanto mais severos e dolorosos tiverem sido os rituais iniciáticos a que se submeteram (cf. *Clastres apud Turner*, 1974).

Segundo *Travaillot* (1998) o exercício, além de conferir essa imagem de um corpo empreendedor, conquistador, ativo, também aproxima as noções de beleza, forma e saúde.

Nada de beleza sem saúde. Nada de saúde sem exercício. É a religião do esforço, adotando um modelo de escola, mas sob um regime não escolar, alegre e erotizado ([Travaillot](#), 1998: 154).

A beleza passa a ser responsabilidade feminina: a construção do corpo perfeito advém do esforço do indivíduo e é preciso fazer o que for para que o corpo perfeito seja alcançado. É muito comum nas aulas de ginástica que se faça referência à necessidade de fazer o corpo sofrer, para o seu próprio bem:

Força, ânimo, vai estar todo mundo pronto para o verão, interno de coxa e bumbum durinho” (balé clássico, 23/05/2005); “judia do abdômen, vamos deixar ele trincado” (aula de abdômen, 7/06/2005); “Dói, mas é bom! Tudo duro agora, bumbum e

perna, sem moleza" (aula de body pump, 08/08/2005).

A etnografia revelou também que, para as entrevistadas, realizar um "treino puxado" é também purificador, na medida em que expia culpas (ligadas ao consumo de alimentos considerados calóricos), raiva, mágoas e outros sentimentos. De todo modo, o que mais desponta na etnografia é a idéia de disciplina:

Malhar exige disciplina, fazer ginástica exige disciplina, porque malhar...você tem que ter uma continuação, então você tem que ter uma disciplina para você saber coordenar as atividades com o seu ritmo de vida, com seu ritmo de trabalho, de sono, de alimentação; tudo exige uma disciplina (Mulher 54, 26 anos, professora de educação física).



Figura 4 - Importância da Disciplina

Quando analisamos o universo das academias de ginástica, fica evidente a um olhar atento que o processo de culto ao corpo está permeado de rituais onde o autocontrole é fundamental - há uma rotina a ser seguida desde que o *bodybuilder* acorda: o que comer antes, durante e depois do treino, que exercícios fazer, com que potência e quantas séries de repetições, enfim, um comportamento ascético em que tudo é racionalmente calculado para atingir um fim específico: a construção do corpo perfeito. "Ter disciplina" (vide figura 4) passa a ser uma mensagem constante nos meios publicitários e encontra eco nos discursos de pessoas anônimas, como nossas entrevistadas. Neste processo, é fundamental que o indivíduo observe, julgue a si mesmo e estabeleça os canais para melhorar o que for preciso, seja na intensidade do treino, seja na alimentação. Entre as mulheres pesquisadas, a disciplina é uma espécie de código de honra, de

preceito, sem o qual a mulher não pode ser considerada de fato uma iniciada no templo da malhação; ela é só uma "turista", alguém "não compromissada de verdade" com os ideais da ética/estética professados pelos *bodybuilders*. ➡



On-line desde fevereiro de 2008.

USP 12,586