

## Comida de verdade: uma heroica tentativa de superação da morte<sup>1</sup>

Bruno Anselmo da SILVA<sup>2</sup>

Karla Regina Macena Pereira PATRIOTA<sup>3</sup>

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE

### RESUMO

Assistimos, na atualidade, diversas tentativas de ‘salvar o mundo’ que parecem concentrar-se no âmbito do consumo. Escolhas relativamente banais e ações do dia a dia passam a comportar novos significados para indivíduos e podem adquirir elevados níveis de prestígio social, especialmente se criticam a lógica moderna e capitalista. Nesse sentido, o consumo alimentar parece ilustrar o fenômeno de maneira singular e é sobre ele que nos debruçamos neste artigo, refletindo sobre os valores éticos, morais e religiosos discursivamente associados à alimentação saudável e sustentável, para aproximar alimentação e heroísmo na contemporaneidade. Como objeto de análise e ponto de partida para nossas reflexões, temos os discursos midiáticos da nutricionista, chef de cozinha e apresentadora de tevê Bela Gil.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação saudável; Heroísmo; Morte; Religião; Sustentabilidade.

### INTRODUÇÃO

Apesar da racionalidade de pretensões, por vezes, científicas que caracteriza as sociedades modernas ocidentais, aparentemente, ainda abrigamos no recôndito de nossa interioridade a crença inconfessa de que somos poderosos para, parafraseando os versos da emblemática canção de Patti Smith, transformar o mundo, redimir o trabalho dos tolos e, até mesmo, mudar a rotação da terra<sup>4</sup>. O heroico, ainda hoje, exerce sobre nós notável fascínio. Basta notar o crescimento vertiginoso – e, há muito, não mais restrito ao público infantil – de filmes e séries baseados em super-heróis na atualidade. O 19º longa-metragem da Marvel nos cinemas, Vingadores Guerra Infinita, para ficar em apenas um exemplo, não apenas ultrapassou a marca de 1 bilhão de dólares nas bilheterias mundiais, como o fez em tempo recorde: apenas 11 dias de exibição (VINGADORES, 2018)!

Para além da cultura pop, como nos lembra Becker (2017), o heroísmo constitui o ser humano desde os primórdios e expressa o nosso anseio profundo por destacar-nos, por

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no GP Comunicação e Religião, XVIII Encontro dos Grupos de Pesquisas em Comunicação, evento componente do 41º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação.

<sup>2</sup> Doutorando do Programa de Pós-Graduação em Comunicação da Universidade Federal de Pernambuco – PPGCOM-UFPE, e-mail: brunoanselmo.br@gmail.com.

<sup>3</sup> Doutora em Sociologia e mestre em Comunicação. Professora do PPGCOM-UFPE, e-mail: k.patriota@gmail.com.

<sup>4</sup> Nos referimos a “*People have the power*”, lançada pela cantora, compositora, poetisa e madrinha do movimento *Punk*, Patti Smith, em 1988, no álbum *Dream of Life*. A música figura até hoje como uma espécie de “hino” nas apresentações da artista, que também é ativista política e possui envolvimento com causas especialmente ligadas aos direitos humanos.

“dar a maior contribuição possível para a vida no mundo” (BECKER, 2017, p.18). No dicionário, o verbete relaciona-se à coragem, grandeza de espírito, bravura, generosidade, dedicação extrema ao próximo ou a uma causa<sup>5</sup>. Conforme discutiremos neste trabalho, nossas tentativas de ‘salvar o mundo’ persistem e parecem concentrar-se, na fase atual da modernidade, no âmbito do consumo e, especificamente, do consumo responsável nos aspectos social e ecológico. Escolhas relativamente banais e ações do dia a dia passam, assim, a comportar novos significados para indivíduos e podem adquirir elevados níveis de prestígio social, especialmente se criticam a lógica moderna e capitalista. Dessa forma, a manifestação atual do heroísmo, ao que parece, assume uma postura relativamente ambígua: conquanto critique o consumo moderno, depende, se expressa e nele ancora-se. O consumo alimentar parece ilustrar o fenômeno de maneira singular.

A marca brasileira de sucos Do Bem, por exemplo, procura desvincular-se de qualquer identificação comercial ao se definir como uma “cultura” de celebração da saúde e do bom-humor e afirmar estar aqui para “mudar o mundo” por meio da produção de bebidas feitas com ingredientes naturais<sup>6</sup>. Por semelhante modo, a rede de restaurantes Madero, especializada em hambúrgueres *gourmet* e dirigida pelo *chef* Junior Durski em sociedade com o apresentador de TV Luciano Huck, segue em franco crescimento investindo no slogan “O hambúrguer do Madero faz o mundo melhor”<sup>7</sup>, uma vez que utiliza ingredientes “menos processados, cultivados e produzidos de forma mais natural e livres de produtos químicos”<sup>8</sup>. Diversas pesquisas têm demonstrado vigorosamente que a alimentação saudável e sustentável se consolida como uma tendência no Brasil e no mundo (MADI; PRADO; REGO, 2010; MINTEL, 2016). Os produtos do segmento atendem às demandas de consumidores exigentes e ávidos por uma “alimentação mais saudável, uma indústria mais transparente e uma produção mais sustentável” (POR, 2018).

Intrigados pelo frescor e vitalidade desse fenômeno de consumo e, tendo em vista, antes de tudo, os valores éticos, morais e religiosos discursivamente associados à alimentação saudável e sustentável, os quais vem sendo diuturnamente reforçados por meio das abrangentes estratégias midiáticas de comunicação das marcas, consideramos muitíssimo apropriada a aproximação entre alimentação e heroísmo na

<sup>5</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2sHSFub> >. Acesso em: 08 jun. 2018.

<sup>6</sup> Disponível em: < <https://goo.gl/SXNHbw> >. Acesso em: 26 mai. 2018.

<sup>7</sup> Disponível em: < <https://goo.gl/3qyQzr> >. Acesso em: 06 jun. 2018.

<sup>8</sup> Disponível em: < <https://goo.gl/q6b1Ep> >. Acesso em: 06 jun. 2018.

contemporaneidade. À medida que ativistas classificam alimentos como “bons”, “limpos” ou “justos” (AMON, 2014, p. 207), num mundo em que “cada escolha culinária está cheia de significado, propósito e virtude” (LEVINOVITZ, 2015, p.120) e no qual a opção por comidas ditas “de verdade” (GIL, 2015, p.11) passa a significar “autonegação abstêmia” (GUINNESS, 2006, 2017), algumas personalidades ganham notoriedade como verdadeiros heróis dos nossos dias. É o caso da nutricionista, *chef* de cozinha e apresentadora de tevê Bela Gil, alvo mais imediato e ponto de partida para nossas reflexões no breve espaço do presente artigo.

## DEFENSORA DA COZINHA NATURAL

Nascida em 1988, Isabela Giordano Gil Moreira, ou simplesmente Bela Gil, já se aventurou em filosofias alimentares diversas, como o veganismo, o vegetarianismo, a macrobiótica e a ayurvédica, mas, hoje, sustenta ter transcendido os rótulos<sup>9</sup> e é reconhecida no Brasil como “defensora da cozinha natural”<sup>10</sup>. Além de apresentar, desde 2013, o programa televisivo “Bela Cozinha”, no canal por assinatura GNT, a filha do cantor e compositor Gilberto Gil tem atuado como escritora<sup>11</sup>, palestrante, professora de culinária e desenvolvido parcerias comerciais com algumas marcas brasileiras, mesmo fora do setor nutricional, como a Cantão, pela qual lançou, sua primeira coleção de roupas, e a Morada da Floresta, marca que assina com ela as linhas de fraldas e absorventes femininos de pano e ecológicos. Como veremos, demonstrações de coragem e bravura são tão recorrentes no discurso de Bela, seja na “luta” contra os agrotóxicos ou contra indústria alimentícia, quanto propostas grandiosas de transformação do mundo. A nutricionista não apenas defende que a “cultura alimentar ocidental precisa mudar”<sup>12</sup> como propõe a reformulação do currículo escolar brasileiro. Além disso prescreve atitudes altruístas de dedicação ao próximo e ao meio ambiente, reveladas, por exemplo, em sua propalada opção alimentar pela agroecologia<sup>13</sup>.

<sup>9</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2Ma8AcF> >. Acesso em: 08 jun. 2018.

<sup>10</sup> Conforme descrição encontrada no *website* do Seminário Fruto, evento ocorrido em São Paulo, de 26 a 27 de janeiro de 2018, que reuniu *chefs*, ativistas e especialistas em alimentação e sustentabilidade para discutir o futuro da comida no planeta. Disponível em: < <https://fru.to/> >. Acesso em: 08 jun. 2018.

<sup>11</sup> Suas três primeiras incursões no mercado editorial foram livros de receita (Bela Cozinha 1, 2 e 3). O livro “Bela Maternidade”, recém-lançado, traz as experiências de Bela Gil como mãe, além de dicas e conselhos relacionados à maternidade.

<sup>12</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2JwM5RL> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>13</sup> A agroecologia pode ser definida como “uma forma de viver e produzir alimentos em maior cooperação, cuidado com a natureza” (VARGAS; SILVA, 2016). De acordo com o Guia alimentar para a população brasileira, documento oficial produzido pelo Ministério da Saúde do Governo Federal, alimentos de base agroecológica protegem a

Bela parece, de fato, encarnar o *ethos* de heroína, especialmente quando explicita as maneiras pelas quais pretende implementar suas propostas. Após analisarmos as ênfases, recorrências e terminologias que aparecem no discurso da apresentadora, em alguns dos vídeos que compõem a *playlist* Pensamentos da Bela, no canal de vídeos produzidos por ela para o *Youtube*, que compõem o nosso *corpus* de análise neste artigo<sup>14</sup>, percebemos que alguns verbos conseguem sintetizar as principais ideias levantadas por Bela Gil para realizar transformações no planeta, a saber: cozinhar, comer e propagar.

Esses três atos – que no discurso da apresentadora, configuram-se como espécie de armas – bem como os inimigos aos quais se destinam, tornaram-se alvo de nossa atenção conforme expomos abaixo. Pretendemos, assim, investigar o modo pelo qual a alimentação passou a habitar o espaço do heroico na atualidade, relacionando, brevemente, alimentação e modernidade, com base nas reflexões de Amon (2014). Por fim, julgamos pertinente unir às reflexões sobre alimentação algumas perspectivas filosóficas, sociológicas e teológicas sobre a morte – ou mais precisamente sobre o terror que ela suscita no ser humano – a partir de Kierkegaard (2017), Becker (2007), Pondé (2017) e Elias (2001), as quais ajudam a situar o nosso objeto num espaço que transcende o econômico e o político, a religião.

## ENFRENTAR A MODERNIDADE POR MEIO DO COZINHAR

Como bem apontou Max Weber, o conceito de desencantamento do mundo<sup>15</sup>, que remete ao complexo processo histórico-cultural de racionalização da vida que tornou possível a modernidade, “produz com ele a necessidade de seu reencantamento” (SCHLUCHTER, 2014, p.47). Numa linguagem simples, o estabelecimento da modernidade estimula o aparecimento de reações à própria modernidade, as quais, na sociedade atual, começam a se materializar como ações admiráveis, inspiradoras,

---

biodiversidade, contribuem para a desconcentração de terras produtivas e para a criação de trabalho, são livres de contaminantes e respeitam formas tradicionais de produção (BRASIL, 2014, p.32).

<sup>14</sup> Analisamos os seguintes vídeos, listados a seguir em ordem cronológica de publicação: 1) “Quem é Bela Gil?”, publicado em 31/05/2017 e disponível em: < <https://bit.ly/2HKtJH4> >. Acesso em: 13 jun. 2018; 2) “Alimentos Transgênicos”, publicado em 25/04/2018 e disponível em: < <https://bit.ly/2ydImmC> >. Acesso em: 13 jun. 2018; 3) “Educação Alimentar”, publicado em 16/05/2018 e disponível em: < <https://bit.ly/2JNkrz3> >. Acesso em: 13 jun. 2018; 4) “PL do Veneno”, publicado em 23/05/2018 e disponível em: < <https://bit.ly/2JIm5yT> >. Acesso em: 13 jun. 2018; 5) “Merenda Escolar”, publicado em 30/05/2018 e disponível em: < <https://bit.ly/2HLSaDV> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>15</sup> Importante conceito da sociologia da religião weberiana, analisado por Pierucci (2003) e Schluchter (2014) – sobre o qual também nos debruçamos com mais detalhes em outro local (SILVA, 2017) – que diz respeito à progressiva racionalização da vida, que teve origens no processo histórico e gradual de desprezo da magia e normatização moral da vida religiosa e transbordou para as demais áreas da cultura, por meio, especialmente, do cientificismo iluminista.

---

exemplares e, em suma, heroicas. Como afirmamos anteriormente, o heroico na atualidade encontra espaço privilegiado nas práticas de consumo, sem, entretanto, deixar de expressar-se em outras esferas, a exemplo do trabalho. Nesse sentido, Bela Gil constrói, discursivamente, um *ethos* de oposição à modernidade no âmbito da alimentação e, mais especificamente, no ato de cozinhar.

Assim, é possível concebermos a comida rápida como um paradigma da racionalidade contemporânea (AMON, 2014, p.204), processo descrito pelo sociólogo George Ritzer por meio do conceito de “McDonaldização” que se revela na busca da sociedade moderna por fatores como “maximização da eficiência, aumento da quantidade em detrimento da qualidade e da subjetividade, padronização dos serviços e substituição do trabalho humano por tecnologias não humanas” (AMON, 2014, p.204).

É precisamente neste ponto que a expressão do heroico, por meio da alimentação saudável e sustentável, começa a revelar suas faces. Bela Gil afirma que seu “trabalho” objetiva democratizar a comida saudável, definida por ela como aquela que “faz bem pro nosso corpo, respeita a terra e valoriza os pequenos produtores”<sup>16</sup>. Segundo a apresentadora, para que um alimento seja considerado “comida de verdade”, ele precisa beneficiar não apenas a saúde dos seres humanos, mas também a “saúde do meio ambiente”<sup>17</sup>. Percebe-se que a definição de Bela Gil para o alimento saudável equivale à supracitada conceituação de alimento agroecológico, a qual ultrapassa os aspectos nutricionais do alimento para abranger aspectos ambientais e sociais relativos à produção do mesmo. Ideias estas sintetizadas no prefácio de seu segundo livro: “Considero a comida e o ato de cozinhar ferramentas políticas, econômicas, sociais, ambientais e de saúde” (GIL, 2015, p.11).

Dessa forma, Bela Gil transforma a ação de cozinhar numa espécie de arma de combate aos efeitos provocados pela modernidade. Mas cozinhar de que maneira? Certamente, com o mínimo processamento, sem manipulações e aditivos. Nos vídeos intitulados “Alimentos Transgênicos” e “PL do Veneno”, Bela Gil desfere severas críticas às práticas agropecuárias que fazem uso de agrotóxicos e prejudicam a biodiversidade do planeta, pelo fato de serem ancoradas em monoculturas como trigo, soja e milho. Uma vez que a biodiversidade é fundamental para a “nossa sobrevivência como espécie”, preparar “receitas com alimentos saudáveis, com alimentos frescos, com produtos

---

<sup>16</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2JIm5yT> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>17</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2HKtJH4> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

orgânicos e agroecológicos”, isto é, comida “sem veneno”<sup>18</sup>, torna-se a contrapartida protetora da humanidade e do planeta. Sua ênfase recai, portanto, na escolha minuciosa dos ingredientes e na preocupação com a origem dos alimentos. Desse modo, Bela eleva simbolicamente a atividade cotidiana e, talvez, para muitos de nós, banal, de cozinhar, possibilitando que o heroísmo seja vivenciado por qualquer pessoa, por meio de pequenas ações, que vão da compra dos ingredientes até o preparo de refeições.

A própria opção de preparar ao invés de comprar a refeição já se reveste de muita significação, aproximando o discurso de Bela Gil, por exemplo, das propostas do mundialmente influente movimento *Slow Food*<sup>19</sup>, que tem a lentidão, a convivialidade, a hospitalidade e a redescoberta dos sabores das cozinhas regionais como valores manifestos contra os efeitos nocivos dos *fast-foods* e da vida rápida (AMON, 2014, p.205). Bela Gil reveste o ato de cozinhar de uma forte carga heroica ao afirmar ser este capaz de “empoderar”<sup>20</sup> as pessoas e torna-las livres do controle da indústria alimentícia.

## RECEITA PARA ESCAPAR DA MORTE

Uma das chaves para compreender o heroísmo é perceber o narcisismo que o constitui (BECKER, 2017, p.16). Retomando o mito grego de Narciso, a psicanálise demonstra que a percepção do ser humano acerca de si mesmo e das próprias potencialidades tende a ser exagerada. Grosso modo, a pessoa narcisista é alguém que devido a alguma circunstância, lidou “de modo inconsistente” (PONDÉ, 2017, p.45) com as experiências de sofrimento vivenciadas na primeira infância, tendo desejado instintiva e egoisticamente preservar a vida, a fim de proteger-se. Tais experiências da infância repercutiriam no indivíduo transformando-o numa pessoa insegura e excessivamente voltada para si mesma.

Ancorado em Freud e Fromm, Becker complementa que o egoísmo parece advir da natureza animal do ser humano e assinala que “se nos preocupamos com alguém, em geral é conosco, antes de qualquer outra coisa” (BECKER, 2017, p.16). Levando em

<sup>18</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2HKtJH4> >. Acesso em: 13 jun. 2018

<sup>19</sup> Movimento surgido na Itália em 1986, cuja preocupação é buscar conexões entre o prato e o planeta.

<sup>20</sup> Entende-se empoderar, de modo geral, como um processo dinâmico, que abarca aspectos cognitivos, afetivos e condutuais, sendo compreendido “a partir de dimensões da vida social em três níveis: psicológica ou individual; grupal ou organizacional; e estrutural ou política”, quando pensado no nível pessoal é tipo por emancipador dos indivíduos, pela geração de autonomia e liberdade (KLEBA & WENDAUSEN, 2009, p.733). Bela Gil utilizou o termo em conexão com o ato de cozinhar, em palestra recente sobre alimentação saudável e educação alimentar, ministrada no supracitado Seminário Fruto, ao afirmar que “quando o jovem cozinha, ele se sente mais empoderado, mais independente”. Disponível em: < <https://bit.ly/2JNAPk9> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

consideração que o ser humano é um “animal hiper-ansioso” (BECKER, 2017, p.31), o autor advoga que o temor da morte é a manifestação do nosso instinto de autopreservação, que influencia todos os outros temores que experimentamos no cotidiano (BECKER, 2017, p.28) e corresponde ao avesso do heroísmo (BECKER, 2017, p.25). Landowski tece um comentário particularmente elucidativo sobre esse ponto, quando discorre a respeito da valorização extremada da segurança em nossa sociedade:

É ela [a segurança] que se aspira, aquilo que se exige, o que se impõe em todos os âmbitos. É em seu nome que, doravante, justifica-se quase tudo, desde a supervisão escrupulosa dos comportamentos individuais – incluindo aqueles que poderiam ser considerados como os mais inofensivos e anódinos – até às piores violações ao direito internacional. (LANDOWSKI, 2014, p.17).

Ainda que a ideia de morte esteja sempre presente ou, pelo menos, rondando um determinado indivíduo – Neuhaus, por exemplo, afirma que ir para cama dormir é “um ensaio para a verdadeira morte” (NEUHAUS apud STEVENS, 2006, p.207) – seu instinto de autopreservação tenderia a afastá-la, ocultá-la e substituí-la por ideias mais aprazíveis, nas quais a morte não seja uma opção. A recorrência da frase “nunca achei que poderia acontecer comigo” parece ilustrar bem essa nuance do comportamento humano.

O desejo narcisista de se destacar, para Becker, reside no âmago do ser humano (BECKER, 2017, p.17) e anda de mãos dadas – num aparente paradoxo – com a crença na própria imortalidade (BECKER, 2017, p.16). A contradição é apenas aparente. A fim de vivermos melhor o presente, tendemos a reprimir o temor da morte, não pensar ou falar sobre ele, circunscrevendo-o ao nível do inconsciente. Stevens destaca que, no mundo ocidental, a morte “tem sido saneada, removida de casa para o hospital e, em geral, propositadamente negada” (STEVENS, 2006, p.207). A esse respeito, Becker afirma:

A ideia da morte, o medo que ela inspira, persegue o animal humano como nenhuma outra coisa; é uma das molas mestras da atividade humana – atividade destinada, em sua maior parte, a evitar a fatalidade da morte, a vencê-la mediante a negação, de alguma maneira, de que ela seja o destino final do homem. (BECKER, 2017, p.9)

O autor sugere que apostamos em nossas capacidades de transformar, salvar e impactar o planeta, por estarmos “tão absortos em nós mesmos” ao ponto de acreditarmos que o mundo não passa de uma extensão do nosso ser (BECKER, 2017, p.16). Heróis, por definição, exibem coragem e bravura diante do perigo, do sofrimento ou do desconhecido e não se esquivam de enfrentar os riscos pertinentes às aventuras. Embora

---

talvez não seja auto evidente, a conexão entre heroísmo e morte, como veremos, nos transporta às reflexões sobre alimentação saudável no estágio atual da modernidade.

A cultura do narcisismo, de acordo com Pondé, convive muito bem com o capitalismo contemporâneo, o qual provê os indivíduos com uma vasta gama de produtos de significado, estes capazes de obstruir o “crescente sentimento de isolamento e insegurança” (PONDÉ, 2017, p.45). O foco do consumidor contemporâneo na saudabilidade física, mental e espiritual (PONDÉ, 2017, p.47) – incluindo, obviamente, as práticas alimentares – pode encontrar aqui a sua expressão, já que o narcisista tende a “buscar caminhos retos que o façam viver sempre mais confortavelmente” (PONDÉ, 2017, p.44).

Conforme argumentamos, o discurso em prol da alimentação saudável acionado por Bela Gil tem se conformado como um dos “caminhos retos” – e supostamente capaz de gerar segurança – em nossa sociedade. De fato, o meticuloso cuidado com a alimentação, a atenção à procedência dos alimentos, a vigilância de todos os processos que perpassam a comida, incluindo a seleção dos ingredientes e os modos de preparo, sinalizam a integração de estratégias contemporâneas que visam prolongar uma vida segura e, em última análise, afastar a morte. Por beneficiar a saúde dos indivíduos e preservar a biodiversidade – aspecto, segundo Bela Gil, “fundamental para a nossa sobrevivência como espécie”<sup>21</sup> – a “comida de verdade” figuraria como uma das expressões de apagamento da morte no contemporâneo.

O discurso em prol da alimentação saudável mostra-se potente para revelar as tentativas humanas de transcender os limites pessoais para controlar o próprio destino. O conhecimento relativo aos alimentos seria, segundo Bela Gil, indispensável para que esse controle se torne possível: “o meu objetivo é fazer com que, um dia, todos possam poder escolher o que comer. Isso se chama soberania alimentar”<sup>22</sup>. Além de cozinhar e comer, a apresentadora elege o ato de propagar a informação como a terceira arma no heroico empreendimento de preservar o futuro da humanidade. Para tanto, faz uso das mídias tradicionais e digitais, profere palestras, ministra aulas de culinária por todo o Brasil e propõe, como vimos, mudanças no currículo escolar do país.

Ao sugerir que o conhecimento é capaz de proporcionar soberania, libertação e autonomia, Bela Gil avizinha-se das considerações feitas por Elias (2001) acerca da

---

<sup>21</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2ydImmC> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>22</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2HKtJH4> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

---

modernidade. Esta, segundo o autor, acarretou no aumento do “conhecimento social orientado para os fatos”, o qual é “capaz de conferir uma sensação de segurança” (ELIAS, 2001, p.89). Elias enfatiza que, no processo civilizador, a morte tem sido “empurrada mais e mais para os bastidores da vida social” (ELIAS, 2001, p.19) e relaciona morte, conhecimento e controle:

O estoque de conhecimentos da sociedade em relação aos aspectos biológicos do envelhecimento e da morte aumentou muito nos dois últimos séculos (...) nossa capacidade de controle aumentou com o conhecimento. (ELIAS, 2001, p.89).

Semelhantemente, Bela Gil sugere que a maximização do conhecimento a respeito dos alimentos possibilitaria à sociedade um controle mais preciso da vida, com a eliminação dos riscos à saúde, o que resultaria, conseqüentemente, no prolongamento da existência: “a gente precisa entender quanto, quando e por que a gente tá consumindo cada alimento (...) o que a gente escolhe comer hoje vai definir o futuro da humanidade”<sup>23</sup>. Todavia, a experiência da morte ainda indica, relembra Elias, “que o controle humano sobre a natureza tem limites” (ELIAS, 2001, p.90). Já que escapar da experiência universal da morte revela-se uma tarefa impossível ao ser humano, posto que “todos morreremos e experimentaremos a perda de outros” (STEVENS, 2006, p.208), a terceira arma de Bela Gil, o “propagar”, careceria de outros argumentos, além da difusão do conhecimento, para sustentar-se como plausível. A apresentadora, como veremos a seguir, resolve essa lacuna por intermédio de afirmações mais ousadas, situadas no campo da ética e, portanto, próximas do religioso.

## **VOCÊ PODE SUBSTITUIR A MORTE PELA COMIDA DE VERDADE**

A rígida seleção daquilo que deve, ou não, entrar em nosso prato demonstra a preocupação atual em ser correto no modo de comer (PONDÉ, 2017, p.117) e, ao mesmo tempo, institui novos padrões de bondade, justiça, virtude e, retomando nosso argumento, de heroísmo. A figura do herói, capaz de subjugar o próprio corpo e mantê-lo sob estreita disciplina, em demonstração exemplar de autocontrole, especialmente quando motivada por razões altruístas, tende a atrair crescente admiração no Ocidente. Atitudes do tipo, na esfera alimentar, por se constituírem como atos de “sacrifício pessoal” (LEVINOVITZ, 2015, p.17), passam a atrair adeptos, com força cada vez maior, no contemporâneo.

---

<sup>23</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2JNAPk9> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

Afirmações de forte teor moral ou moralizante não são raras no discurso de Bela Gil. Num dos vídeos analisados, ela critica a opção de quem “tem informação, tem dinheiro, tem feira orgânica do lado de casa e prefere ir na padaria comprar um pão francês com margarina”, por achar que esse “não é ato justo pelo cenário que a gente vive no Brasil hoje”<sup>24</sup>. Em outro momento, ela argumenta que “pensar na comida só pelo prazer do paladar é uma maneira egoísta de pensar”<sup>25</sup>. O próprio trocadilho “Bela Cozinha”, presente no nome do programa que apresenta e nos títulos de seus três primeiros livros é bastante elucidativo a esse respeito, assim como a canção de abertura do programa, ao dizer que “a virtude dela é tudo que vai na panela” (GIL, 2015, p.8).

Listamos aqui as sete “recomendações” (GIL, 2015, p.14-15) da apresentadora relativas à alimentação, as quais manifestam-se na forma de imperativos e proibições: “1. Coma devagar e mastigue muito bem os alimentos; 2. Troque o supermercado pela feira; 3. Consuma carnes e ovos com moderação; 4. Perceba como você se sente após comer certos alimentos; 5. Coma quando estiver com fome!; 6. Compre alimentos orgânicos e locais sempre que possível; 7. Não cozinhe os alimentos em excesso.”

O discurso de Bela Gil, como se vê, estabelece prescrições de comportamento que convocam os consumidores a ajustarem suas vidas a uma ética peculiar. Esta, conforme explanamos a seguir, por seu caráter otimista em relação às potencialidades humanas e pelo rigor ascético, parece assumir contornos próprios de uma forma de religiosidade<sup>26</sup> peculiar à fase atual da modernidade.

O filósofo dinamarquês Kierkegaard<sup>27</sup> (2017, p.31) faz três afirmações a respeito da ética que merecem destaque neste ponto de nossa reflexão. Ele diz que 1) a ética tem por objetivo “introduzir a idealidade na realidade efetiva”; que 2) ela mostra a “idealidade como tarefa”; e que, por esta razão, 3) “quanto mais ideal é a ética, tanto melhor”. O autor contrapõe a ética à teologia judaico-cristã<sup>28</sup> argumentando que, enquanto esta pressupõe o pecado e a necessidade de redenção, concentrando-se na “realidade efetiva”

<sup>24</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2HKtJH4> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>25</sup> Disponível em: < <https://bit.ly/2JNAPk9> >. Acesso em: 13 jun. 2018.

<sup>26</sup> Definimos religião como o “empreendimento humano, de caráter comunitário, através do qual o ser humano consegue sair de si, transcendendo os aspectos ordinários da existência, para religar-se ao outro, obtendo com isso segurança e a felicidade almejada” (SILVA; PATRIOTA, 2017, p.43). Salientamos que o consumo integra fortemente as estratégias contemporâneas de religação e transcendência, configurando-se, ele mesmo, como uma espécie de religião.

<sup>27</sup> Considerado o primeiro dos filósofos existencialistas e pai da chamada “teologia da existencial” (CAIRNS, 1995, p.420).

<sup>28</sup> A qual ele chama de dogmática.

---

(KIERKEGAARD, 2017, p.31) da incapacidade humana de ajustamento às leis divinas, aquela estabelece ideais de conduta a serem perseguidos como tarefas pelos homens.

Duas facetas do ser humano são realçadas nas reflexões do filósofo existencialista: a psíquica e a corpórea. Enquanto a primeira relaciona-se com as dimensões da alma, do eterno e, por conseguinte, do que ele chama de idealidade, a segunda diz respeito ao real, concreto, físico e temporal. Para Kierkegaard (2017, p.82), pois, o ser humano é esta “síntese” do psíquico e do corpóreo. Nessa perturbadora ambiguidade, inerente à condição humana, segundo o autor, reside a angústia, pois a relação entre realidade e idealidade põe em evidência os limites humanos. Kierkegaard afirma precisamente que “a possibilidade de descobrir todas as finitudes” tem o poder de fazer “mergulhar o indivíduo na angústia” (KIERKEGAARD, 2017, p.31). O heroico, porém, como vimos, em essência, busca contradizer esse paradoxo existencial. Esta é a tese sustentada por Becker<sup>29</sup>, sob o pano de fundo da psicanálise:

Vemos que as duas dimensões da existência humana – o corpo e o eu – nunca poderão ser conciliadas sem deixar marca (...) A psicanálise nos revelou as complexas punições que incidem sobre o homem por ele negar a sua verdadeira condição, aquilo que poderíamos chamar de os custos de fingir que não se é louco (BECKER, 2017, p.42).

Becker põe em relevo o aspecto do autoengano narcisista de negação da morte e ilusão de imortalidade que, como vimos, integra o ser humano, ao expor com mais detalhes o pensamento de Kierkegaard sobre a negação de nossa “condição de criatura” (BECKER, 2017, p.95), isto é, o fato de que ser humano é “eu simbólico interior” relativamente livre, porém limitado por “um corpo finito” (BECKER, 2017, p.84):

A tentativa de ignorar qualquer um desses aspectos da situação do homem, de reprimir ou negar a necessidade, significa que o homem irá viver uma mentira, deixará de concretizar a sua verdadeira natureza.

Tais tentativas de negação, de acordo com Becker, representam para Freud, o complexo de Édipo, processo em que a criança desenvolve “estratégias e técnicas para manter o amor-próprio diante do terror da situação” (BECKER, 2017, p.94), as quais podem aprisionar o indivíduo por toda a vida. Para Kierkegaard, conforme explica Becker, “a prisão do caráter da pessoa é trabalhosamente construída para negar uma coisa, e apenas uma coisa: a sua condição de criatura” (BECKER, 2017, p.95).

---

<sup>29</sup> Para o qual a obra de Kierkegaard é a que melhor consegue demonstrar a fusão entre as categorias religiosas e psiquiátricas (BECKER, 2017, p.77).

Parte dessas estratégias de negação da angústia expressa-se, atualmente, no consumo. Também ancorado na filosofia existencialista kierkegaardiana, Pondé (2017, p.19-23) destaca quatro dessas estratégias, as quais Kierkegaard chama de estágios: 1) o estágio estético, que representa a busca da dissolução da angústia por meio das sensações; 2) o estágio ético, isto é, a negação da angústia por meio de uma vida ética; 3) o estágio religioso 1, que se aproxima do estágio ético, porém em conexão com uma instituição religiosa e um corpo doutrinário; e 4) o estágio religioso 2, a respeito do qual falaremos adiante. Pondé (2017) propõe que o mercado atual se especializou em identificar essas demandas presentes nos consumidores e, então, passou a criar e oferecer, para cada um desses mecanismos, produtos específicos. Para atender ao estágio ético – no qual situamos o consumo alimentar saudável e sustentável – Pondé identifica algumas das ofertas do mercado:

Produtos éticos voltados para um capitalismo consciente (*business do bem*) e para uma geração de jovens que exige uma sociedade de mercado em que só sejam consumidos produtos associados à ideia de um ‘mundo melhor’ (PONDÉ, 2017, p.20).

Levinovitz destaca o modo como a sociedade atual voltou a adotar largamente regras dietéticas fundadas em mitos alimentares antigos, baseados em “magia simpática” (LEVINOVITZ, 2015, p.76), que podem ser resumidos em um “clichê familiar: você é o que você come” (LEVINOVITZ, 2015, p.76). O autor afirma que “a crença de que você absorve as qualidades físicas – e morais – do seu alimento é uma superstição quase universal” (LEVINOVITZ, 2015, p.76) e exemplifica citando casos provenientes de povos tão diversos quanto os nativos norte-americanos, os zulus tradicionais e os aborígenes do norte australiano. Ingerir comida de verdade seria capaz, de fato, de tornar-nos pessoas mais autênticas? Consumir bebidas “do bem” me tornariam uma pessoa melhor? Ainda que não seja o nosso foco neste trabalho, recorreremos brevemente à explicação de Pierucci a respeito da magia a fim de destacar o forte aspecto humano que caracteriza a magia: “a crença mágica reside na suposição de que alguns seres humanos são capazes de controlar forças ocultas (pessoais ou impessoais) e intervir nas leis da natureza por intermédio de técnicas e rituais” (PIERUCCI, 2001, p.9). Práticas e rituais para “controlar” realidades. Percebe-se, pois, o otimismo em relação às capacidades humanas que perpassa a magia e que, conforme as análises de Levinovitz (2015), inferimos estarem presentes no consumo alimentar atual.

Por outro lado, o discurso de Bela Gil em defesa da “comida de verdade”, com todas as suas “recomendações”, regras, proibições, restrições e valorações, parece aproximar também essas práticas de consumo de uma religiosidade de cunho ascético<sup>30</sup>, especialmente ao condenar o prazer, classificando como “egoísta” o comer “só pelo prazer do paladar”. Levinovitz relaciona essa forma de encarar os alimentos a outra forma de religiosidade, o protestantismo americano de linha puritana. Segundo ele, os puritanos “viam pecado em toda parte – na música, na dança, em roupas coloridas e alimentos prazerosos. Em um mundo alimentar puritano, vemos perigos de saúde por toda parte” (LEVINOVITZ, 2015, p.120). A sociedade contemporânea estaria alçando a alimentação ao *status* de religião? As aproximações entre religião e alimentação são inquietantes e, do nosso ponto de vista, merecem novas investigações.

Fato é que, diante de nossa vulnerabilidade e em busca de segurança, reagimos no sentido de nos ajustarmos do ponto de vista psicológico, ético e moral ao sagrado. Berger explica esse processo de cunho religioso: “Achar-se numa relação ‘correta’ com o cosmos sagrado é ser protegido contra o pesadelo das ameaças do caos. Sair dessa ‘relação correta’ é ser abandonado à beira do abismo da incongruência” (BERGER, 1985, p.40). Mas, seria o ajustamento ético-religioso da alimentação saudável uma possibilidade real de salvação e superação da morte? Para Kierkegaard e a longa tradição de pensadores pessimistas<sup>31</sup>, aos quais ele faz eco, certamente não. Pondé, destaca que três dos quatro mecanismos ou “estágios” de fuga da angústia aos quais Kierkegaard se refere fracassam, levando o ser humano ao desespero e ao retorno à angústia (PONDÉ, 2017, p.22). Apenas um deles, o “estágio religioso 2” tem bom êxito, pois corresponde ao famoso “salto na fé” que tipifica a tradição existencialista (PONDÉ, 2017, p.22). A seu modo, Kierkegaard propõe o substituto para a negação da angústia: aceitar corajosa e honestamente nossa condição humana de criatura e usá-la como “mola para prosperar para novas dimensões do pensamento e confiança” (BECKER, 2017, p.99).

Em outras palavras, propõe que o ser humano abandone as pretensões heroicas, de redimir-se, de salvar o mundo por seus próprios esforços ou mesmo de “alterar a rotação da Terra”, a fim de encontrar descanso nas mãos do Deus Criador, fazendo uso

---

<sup>30</sup> O ascetismo pode ser definido como o exercício da autodisciplina cristã, cujas raízes remontam tanto a alguns ensinamentos contidos na Bíblia Sagrada quanto à cultura e filosofias gregas, especialmente o dualismo platônico.

<sup>31</sup> A teologia existencial inaugurada por Kierkegaard relaciona-se, historicamente, às tradições teológico-filosóficas agostiniana, luterana (BECKER, 2017, p.96) e jansenista (PONDÉ, 2017, p.17), as quais notabilizaram-se por uma visão pessimista da natureza humana.

da fé. Para Kierkegaard, portanto, a angústia é tida positivamente como aquilo que conduz à fé (KIERKEGAARD, 2017, p.285) e, nesse sentido, afirma: “aquele que aprendeu a angustiar-se corretamente, aprendeu o que há de mais elevado” (KIERKEGAARD, 2017, p.286).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Se a Bela Cozinha é, nos dias atuais, a cozinha saudável e sustentável proposta por Bela Gil e a “boa” comida, a “comida de verdade”, razão pela qual “devemos escolher bem o que comemos e oferecemos à nossa família” (GIL, 2015, p.11), a comida certamente transcendeu a satisfação de necessidades biológicas ou mesmo sociais, para inscrever-se no âmbito da idealidade, do heroico. Dessa perspectiva, o fenômeno do consumo saudável e sustentável poderia ser explicado como uma das demandas dos consumidores contemporâneos por produtos que os ajudem a escapar da angústia provocada pela percepção de sua finitude, isto é, pelo terror da morte.

De que maneira alimentos saudáveis, orgânicos e agroecológicos poderiam colaborar na dissolução da angústia gerada por nossa inerente condição de criatura? A construção discursiva e midiática de um *ethos* heroico relacionado a esse tipo de alimento parece mostrar o caminho. Mais do que uma reação à vida rápida moderna, expressão do supracitado processo de “reencantamento do mundo”, a construção discursiva de valores morais relacionados aos alimentos parece permitir ao indivíduo a transcendência ou a redenção por meio da alimentação. O ser humano, por meio de seus próprios atos, escolhas e esforços ligados à alimentação, seria capaz de mudar o seu próprio futuro e condição.

## REFERÊNCIAS

- AMON, D. **Psicologia social da comida**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.
- BECKER, Ernest. **A negação da morte**. Rio de Janeiro: Record, 2017.
- BERGER, Peter L. **O dossel sagrado: elementos para uma sociologia da religião**. São Paulo: Paulus, 1985.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira 2. ed.** Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- CAIRNS, E. **O cristianismo através dos séculos: uma história da Igreja cristã**. São Paulo: Vida Nova, 1995.

- 
- ELIAS, Norbert. **A solidão dos moribundos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2001.
- GIL, B. **Bela Cozinha 2**. São Paulo: Globo, 2015.
- GUINNESS, O. **Sete pecados capitais**: navegando através do caos em uma época de confusão moral. São Paulo: Shedd Publicações, 2006.
- KIERKEGAARD, S. **O conceito de angústia**: uma simples reflexão psicológico-demonstrativa direcionada ao problema dogmático do pecado hereditário. Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.
- KLEBA, Maria; WENDAUSEN, Agueda. **Empoderamento**: processo de fortalecimento dos sujeitos nos espaços de participação social e democratização política. Revista Saúde Soc. São Paulo, v.18, n.4, p.733-743, 2009.
- LANDOWSKI, Eric. **Interações arriscadas**. São Paulo: Estação das Letras e Cores: Centro de Pesquisas Sociosemióticas, 2014.
- LEVINOVITZ, A. **A mentira do glúten**: e outros mitos sobre o que você come. Porto Alegre: CDG, 2015.
- MADI, L.; PRADO, A.; C. REGO, R, A. **Brasil food trends 2020**. São Paulo: Ed. Fiesp-Ital, 2010. Disponível em: <<http://bit.ly/OBOr0f>>. Acesso em: 09 jan. 2018.
- MINTEL. **Tendências em alimentos e bebidas 2017**. Mintel International Group, 2016. Disponível em: <<http://bit.ly/2tFi62e>>. Acesso em: 12 set. 2017.
- PIERUCCI, Antônio Flávio. **A magia**. São Paulo: Publifolha, 2001.
- \_\_\_\_\_. **O desencantamento do mundo**: todos os passos do conceito em Max Weber. São Paulo: Editora 34, 2005.
- PONDÉ, L.F. **Marketing existencial**: a produção de bens de significado no mundo contemporâneo. São Paulo: Três Estrelas, 2017.
- POR que a indústria da alimentação está se transformando. In: **Época Negócios**, 02 abr. 2018. Disponível em: <<https://goo.gl/VtsFu3>>. Acesso em: 07 jun. 2018.
- SCHLUCHTER, Wolfgang. **O desencantamento do mundo**: seis estudos sobre Max Weber. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2014.
- SILVA, Bruno; PATRIOTA, Karla. **Reencantamento via consumo**: intersecções entre religião e consumo nas redes sociais digitais. 2017. Dissertação (Mestrado). Programa de Pós-Graduação em Comunicação, Centro de Artes e Comunicação, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2017.
- STEVENS, P. **A espiritualidade na prática**: encontrando Deus nas coisas simples e comuns da vida. Viçosa, MG: Ultimato, 2006.
- VARGAS, Maria; SILVA, Nívia (Orgs.). **De onde vem nossa comida**. São Paulo: Expressão Popular, 2016.
- VINGADORES: Guerra Infinita ultrapassa US\$ 1 bilhão em tempo recorde. In: **Veja**, 07 mai. 2018. Disponível em: <<https://goo.gl/nhkKUH>>. Acesso em: 26 mai. 2018.