

## GINÁSTICA E PLATÃO: QUE DUPLA É ESSA?

Rita de Cássia Garcia VERENGUER\*

### RESUMO

Este ensaio pretende mostrar que a referência platônica à ginástica de modo algum é um elogio à mesma, mas é, sim, um instrumento para o alcance de objetivos intrínsecos ao pensamento filosófico de Platão. A partir da análise do quadro conceitual platônico procura-se elucidar as declarações de Platão acerca da ginástica e, por conseqüência, defender a idéia de que a utilização destas declarações deu-se através de uma leitura superficial, na tentativa de justificar a importância da ginástica no contexto da educação infantil.

UNITERMOS: História da educação física; Ginástica; Platão.

"Deuses secretos passeiam no território  
dos homens.

Tramam, destramam nossa realidade...'

(Drummond, 1980)

### INTRODUÇÃO

Ao se deparar com os trabalhos em História da Educação Física qualquer estudante é capaz de observar a variedade de conceitos (denominações) que a área possui; um leque de opções que vai desde o termo "esporte" até "recreação" passando por "ginástica", "jogo", "brincadeira", "dança" e que, de alguma forma, sugerem uma atividade motora com objetivos mais ou menos determinados.

Em especial, para desenvolvimento deste ensaio, o termo "ginástica" será o foco de análise. Entretanto, não será tratado aqui da "ginástica aeróbica", "ginástica localizada", "hidroginástica", "ginástica calistênica" ou algo semelhante. Tratar-se-á da referência platônica à ginástica.

Se de um lado, os livros de História da Educação Física reservam um capítulo especial ao período da Grécia antiga, notadamente, ao que se refere às considerações de Platão sobre a "ginástica"; de outro, os manuais de Educação Física, quando da defesa da prática das atividades motoras, buscam, entre outras referências, aquela feita por Platão no livro III d'A República.

É notório que para a sociedade grega da antiguidade, a busca do Homem harmonioso sempre foi o grande ideal a ser alcançado e isso só poderia se dar com o equilíbrio entre corpo e alma. Daí a célebre afirmação: ... Depois da música, é na ginástica que se devem educar os jovens.' (Platão, 1987, p.136).

\* Licenciada em Educação Física e bacharelada em Filosofia pela Universidade de São Paulo.

Isto posto, uma questão se apresenta, a saber:

Por que Platão creditava à ginástica importância na formação do jovem grego?

Essa preocupação já esboçada por Verenguer (1989) será, agora, objeto de uma análise mais detalhada. Para tanto, será necessário situar a obra de Platão no universo grego do século V a.C. e, mais, compreender o quadro conceitual platônico.

## O CONTEXTO HISTÓRICO DA GRÉCIA ANTIGA

Para que se possa compreender de forma rigorosa o pensamento de Platão é necessário localizar esse pensamento no cenário correspondente à civilização grega da antiguidade, à luz dos condicionantes históricos do século V a.C.

Em função de suas características geográficas, território árido e montanhoso, a riqueza da Grécia não foi fruto da exploração agrícola mas do comércio e da atividade marítima. No século V a.C., Atenas era uma cidade de intensa atividade cultural devido ao grande fluxo de pessoas ligadas à economia local.

O brilho artístico e intelectual de Atenas provinha, não só da superioridade econômica, mas também, da política, sobretudo do regime democrático. Nas instituições atenienses, os cidadãos (atenienses, filhos de atenienses, excluídas as mulheres e os escravos) decidiam o seu destino político pelo voto das leis, em assembleias.

Em função da liberdade do regime democrático, aos artistas era permitido desenvolver seus talentos sem preocupação de agradar algum rei ou tirano e, à toda população ateniense (homens, mulheres e escravos), participar das atividades culturais fossem elas manifestações religiosas ou teatrais.

A evidente superioridade de Atenas foi responsável pelos conflitos envolvendo cidades desgostosas com essa situação. Origina-se, pois, a divisão do mundo grego em dois: Atenas, de um lado, e Esparta, do lado oposto.

Como é conhecido, o regime de Esparta em nada se assemelhava ao de Atenas, pois a atividade econômica era pouco desenvolvida e a atividade artística e cultural quase inexistente. No entanto, do ponto de vista militar era uma potência e ao jovem espartano foi reservado, prioritariamente, a formação guerreira em detrimento da educação intelectual e artística.

Do conflito entre Esparta e Atenas configurou-se a Guerra do Peloponeso (431-404 a.C.) que em função de sucessivas derrotas fez Atenas sucumbir. Esparta, embora vitoriosa, tornou-se uma cidade enfraquecida e o mundo grego tornou-se presa fácil ao expansionismo do Império Macedônio.

Assim, o nascimento de Platão em 428 a.C. coincide com o fim do apogeu ateniense permitindo a ele, ainda na juventude, testemunhar a Guerra do Peloponeso, o declínio de Atenas e a decadência das cidades gregas. É a partir deste universo histórico e sob sua influência que Platão escreve sua obra.

### A obra platônica

Após esses esclarecimentos é possível compreender que a obra de Platão, em especial *A República*, constitui um projeto para devolver ao povo grego o "status" de civilização próspera, ou seja, Platão descreve um programa a ser seguido visando a construção de uma cidade-modelo.

Ademais, o próprio título "*A República*" (*politéia*) significa, etimologicamente, "constituição" ou "forma de governo", portanto tudo aquilo que está relacionado com a vida pública de um estado. A obra não é só um tratado de política, por excelência, mas uma obra em que vários temas são

abordados: política, ética, psicologia, metafísica, sociologia, educação, religião e outros (Koyré, 1979).

Tendo como objetivo construir a cidade ideal, Platão afirma que a origem de uma cidade dá-se pela incapacidade do Homem em se bastar por si mesmo e pela necessidade que tem de algumas coisas, ou seja, "... uma cidade tem sua origem, no facto de cada um de nós não ser auto-suficiente, mas sim necessitado de muita coisa(...). Serão, ao que parece, as nossas necessidades que hão-de fundá-la." (Platão, 1987, p.72-3).

Platão concebe que a cidade ideal deva ser organizada através da divisão de obrigações e, por consequência, da divisão de tarefas, pois cabe a cada grupo contribuir para a harmonia da vida cidadina. Essa divisão caracteriza-se, primeiro, por aqueles que serão responsáveis pelo bem-estar material da cidade, ou seja, os artesãos, os comerciantes e os camponeses; em seguida, pelos responsáveis pela defesa e proteção da comunidade, os guardiães; por fim, pelos que vão dirigi-la, os filósofos.

Não é nada fácil entender o significado do que seja a "educação do jovem ateniense" para Platão, pois, essa compreensão depende, invariavelmente, da compreensão do próprio pensamento filosófico platônico. Portanto, será preciso examinar as principais teses que norteiam esse pensamento.

## O QUADRO CONCEITUAL PLATÔNICO

Platão, filho de aristocratas, teve acesso desde muito cedo à educação. Seus estudos iniciaram-se com a poesia, a música e a ginástica e, mais tarde, sua formação intelectual deu-se através da matemática, da astronomia e das concepções físicas dos filósofos pré-socráticos. Mas, sem dúvida alguma, é aos ensinamentos de Sócrates e dos pitagóricos que Platão é tributário.

Para Sócrates, uma vez reconhecida a ignorância, dava-se início à descoberta do conhecimento e da verdade e, através da "maieutica" (método para se chegar à verdade), seria possível extrair da alma a sabedoria.

A doutrina pitagórica, segundo a qual o mundo é regido pelos números, ou seja, que o mundo possui relações numéricas precisas que lhe dão proporcionalidade, ordem, medida e harmonia, somada a crença na reencarnação da alma, foram decisivas para a formulação do pensamento platônico.

Platão, a partir da oposição entre conhecimento (*episteme*) e opinião (*doxa*), ou, ainda, da oposição entre mundo inteligível (*noeta*) e mundo visível (*doxasta*), esboça suas teses epistemológicas.

O conhecimento proveniente do mundo visível ou sensível é aparente, dominado pela opinião que é vulnerável, subjetiva, mutável, maleável e apaixonada. O mundo do conhecimento verdadeiro, o mundo inteligível ou das Idéias (*Idea*) é imutável e universal, não estando sujeito à corrupção e degeneração.

Enquanto a opinião é fruto das experiências sensíveis e, portanto, sujeita aos desejos, interesses e paixões, o conhecimento é fruto da apreensão da essência das coisas. Por consequência, os sentidos (ou o corpo) são obstáculos ao conhecimento verdadeiro porque mantém a alma (*psyché*) no reino das opiniões ou do conhecimento incerto. O corpo em função da excessiva importância que dá aos prazeres impede que a alma conheça o verdadeiro. Segundo Platão (1947)

... quando é, então, que a alma alcança a verdade? É, com efeito, evidente que ela é enganada pelo corpo, todas as vezes que tenta com o seu auxílio investigar alguma coisa. (...) Amores, desejos, medos, fantasias de toda a especie e futilidades sem conta enchem-nos de tal sorte que nunca chegamos a conhecer nada (p.16-8).

Para Platão, o conhecimento está no mundo das Idéias, das formas perfeitas e a alma contempla todo esse conhecimento do mundo inteligível até ser aprisionada pelo corpo. A preexistência da alma ao corpo possibilita àquela conhecer o mundo perfeito e incorruptível, ou melhor, o verdadeiro, se, e somente se, a alma renunciar e se libertar dos prazeres e honrarias vinculadas às solicitações

corpóreas. Nas palavras de Platão (1947)

... Parece, além disso, que, durante a vida, aproximar-nos-emos o mais possível do conhecimento, se nos abstermos, no mais alto grau, de todo o comércio com o corpo (menos do absolutamente necessário), não formos imbuídos de sua natureza e nos mantivermos, ao contrário, ilesos de seu contágio, até que a própria divindade nos liberte dele. Deste modo, limpos e livres da insensatez do corpo, nós provavelmente conviveremos com seres iguais a nós e conheceremos por nós mesmos tudo quanto é puro (p.19).

A partir de então, o processo de aprendizagem nada mais é que um processo de recordação, ou seja, a educação objetiva despertar a alma para o conhecimento que ela guarda no interior de si mesma.

O saber como recordação é o que caracteriza a Teoria da Reminiscência segundo a qual reside na alma o conhecimento verdadeiro, ideal, sendo que este foi contemplado no mundo das Idéias e que permanece velado e inconsciente até que o indivíduo desperte-se para ele. Portanto, só é possível conhecer algo que já é conhecido; conhecer é recordar um saber esquecido. Para Platão (1962)

... A alma é, pois, imortal; renasceu repetidas vezes na existência e contemplou tôdas as cousas existentes tanto na terra como no Hades e por isso não há nada que ela não conheça! Não é de se espantar que ela seja capaz de evocar à memória a lembrança de objetos que viu anteriormente(...)(pois) afirmei claramente que não há ensino, mas apenas reminiscência... (p.79-80).

Ora, seguindo o pensamento platônico, sendo a alma depositária de todo o saber que permite ao Homem ser justo, virtuoso e bom é importante tomar duas precauções: proteger a alma dos ataques do mundo sensível, ou seja, dos desejos e paixões do corpo e fazer com que o Homem recorde a Idéia de Justiça, Virtude e Bem que ele possui dentro de si. E, em função disto, Platão elege a formação do jovem como sendo preocupação nuclear para a construção da cidade ideal.

## A FORMAÇÃO DO JOVEM NA CIDADE IDEAL

Antes de tudo, é preciso registrar que ao se comentar a "educação" do jovem grego, o termo original, *paidéia*, se reveste de conteúdo e significado muito mais amplo e sofisticado do que a tradução denota. *Paidéia* significa, primeiramente, a formação global do homem.

Diferentemente do que ocorreu na Grécia do século V a.C., o programa platônico para sua cidade consiste na formação de jovens de ambos os sexos. Indistintamente, seriam alvo do processo educacional e poderiam ser guardiães ou filósofos dependendo apenas dos progressos pessoais.

Era reservado a todos os filhos da cidade uma educação comum e a diferenciação entre eles dar-se-ia em função das suas aptidões naturais e, conseqüentemente, suas atribuições e responsabilidades perante a cidade.

Quando Platão pressupõe que a cidade deve ser organizada pela divisão de funções, ele parte do princípio que os indivíduos são diferentes entre si e, mais, que cada um ao fazer uma única tarefa a faz melhor. Conforme Platão (1987): "... cada um de nós não nasceu igual a outro, mas com naturezas diferentes, cada um para a execução de sua tarefa (...), o resultado é mais rico, mais belo e mais fácil, quando cada pessoa fizer uma só coisa, de acordo com a sua natureza e na ocasião própria, deixando em paz as outras..." (p.74).

A formação do jovem caracteriza-se por uma formação progressiva como se fosse um processo de vencer etapas e aquele que, através de seu esforço e aptidão natural, chegar ao mais alto grau de conhecimento e, portanto, do conhecimento do Bem, estaria pronto a governar seus concidadãos.

O conteúdo da formação do jovem estendia-se da música (associada à literatura) passando pela ginástica, pela matemática (aritmética, geometria, astronomia e harmonia) até a dialética. Aos guardiães eram reservados os ensinamentos da música e da ginástica e aos filósofos, além destas, os da matemática e, sobretudo, da dialética (*dialegesthai*).

### A "paidéia" do guardião

Ao perceber que a cidade sã, na qual as necessidades primárias de alimentação, moradia e vestuário poderiam ser satisfeitas sem nenhum tipo de luxo, não agradaria os cidadãos, Platão aceita que a mesma possua um número maior de necessidades, mesmo sabendo que será mais difícil alimentar todo esse contingente de pessoas que seriam responsáveis pela produção de variedades (artesãos, artistas, pedagogos, comerciantes etc).

A origem do exército dá-se da necessidade de expansão territorial e da defesa da riqueza produzida na cidade. O guardião, por suas características naturais, é a figura que melhor exercitará essa função.

Para identificar quais as características físicas do guardião, Platão lança mão de uma analogia: compara um guardião com um cão de raça e afirma que ambos devem ser providos de perspicácia, rapidez, força e valentia.

Ora, com esse temperamento fogoso deve existir um contraponto para que o guardião não se torne um selvagem e intimide seus concidadãos. A outra face da moeda, ou seja, ser brando para com os compatriotas e feroz para com o inimigo, caracteriza-se pelo seu instinto de filósofo. O guardião é aquele que é amável com o conhecido e impetuoso com o desconhecido. E, assim, conclui Platão (1987) sobre as características psíquicas do guardião:

... sem dúvida que demonstra a engenhosa conformação de sua natureza, que é verdadeiramente amiga do saber. (...) Ora, ser amigo de aprender e ser filósofo é o mesmo? (...) Portanto, admitamos confiadamente que também o homem, se quiser ser brando para os familiares e conhecidos, tem de ser por natureza filósofo e amigo de saber... (p.85).

Ao guardião não basta as qualidades do corpo (força, rapidez) pois, a ele é imprescindível e primeiro possuir a qualidade da alma, o conhecimento. Por conseguinte "... será por natureza filósofo, fogoso, rápido e forte quem quiser ser um perfeito guardião da nossa cidade..." (Platão, 1987, p.86).

A tradição grega sobre a educação do jovem se faz presente quando Platão admite que a melhor maneira para começar o processo de formação é através da música e da ginástica. Muito embora ambas sejam dependentes entre si, os ensinamentos da música somados aos ensinamentos da literatura se revelam mais importantes.

O conteúdo de cada disciplina possui especificações próprias. A literatura é responsável por honrar as divindades, os pais e a amizade uns pelos outros; tem que falar da morte de forma gloriosa, sem temor; e desenvolver a temperança (obediência ao chefe e ser senhor de si com relação às paixões).

Quanto à música e seus três elementos constituintes (as palavras, a harmonia e o ritmo), Platão observa que além de possuir o mesmo conteúdo temático que a literatura (a música é o discurso cantado) é preciso que o ritmo seja ordenado, compassado e cadenciado. A harmonia não deve ter um caráter lamentoso e rebuscado mas deve imitar "... convenientemente a voz e as inflexões de um homem valente na guerra e em toda a acção violenta, (...) e outra para os actos pacíficos, não violentos, mas voluntários, que usa do rogo e da persuasão..." (Platão, 1987, p.128).

Em conclusão, o conteúdo da música deve proporcionar a moderação, a medida, a ordem e, mais, deve dar a conhecer "... as formas da temperança, da coragem, da generosidade, da grandeza de alma..." (Platão, 1987, p.134).

A referência platônica à ginástica se reveste de peculiaridade, pois a essa se associam as referências sobre a alimentação e sobre a medicina; é nesse momento que se analisa a saúde da cidade.

A cidade modelo arquitetada por Platão prescinde de médicos uma vez que essa cidade é saudável por si mesma. Quando uma cidade precisa dos cuidados médicos é porque está enferma em suas bases, na sua constituição enquanto cidade. Tendo em vista que a medicina se ocupa de corpos doentes, é objetivo de uma boa *paidéia* tornar supérflua a figura do médico.

A ginástica é um instrumento para a purificação do corpo; um elemento a mais para a saúde do indivíduo. Seu caráter profilático vem ao encontro da necessidade que a alma sã tem em residir

um corpo são. É à alma que Platão dirige a sua atenção, pois é ela que conhece o ideal de Justiça (*dikaiosyne*) e Bem (*agathón*), conceitos balizares na filosofia platônica. Tanto a música quanto a ginástica têm por fim viabilizar os projetos da alma; ou nas palavras de PLATÃO (1987): "... é provável que ambas tenham sido estabelecidas sobretudo em atenção à alma..." (p.149).

Ainda com relação a essa questão é possível conferir à alma maior grau de importância, pois "... A mim não me parece ser o corpo, por perfeito que seja, que, pela sua excelência, torne a alma boa, mas, pelo contrário, a alma boa, pela sua excelência, permite ao corpo ser o melhor possível..." (Platão, 1987, p.137).

Um jovem só educado na música ou só na ginástica se distanciará do ideal de harmonia. Se tornará "mole e delicado" ao invés de "doce e ordenado"; se tornará "irascível e duro" ao invés de "corajoso e sábio"

Jaeger (1986) encerra esse assunto quando afirma que

... a finalidade da ginástica, pela qual se devem reger em detalhe os exercícios e esforços físicos, não é alcançar a força física de um atleta, mas desenvolver a coragem do guerreiro. Não é certo, portanto, como muitos acreditavam e como o próprio Platão parecia a princípio entender, que a ginástica tenha a missão de educar o corpo, exclusivamente, e a música formar exclusivamente a alma. É a alma que ambos educam primordialmente. Fazem-no, porém, em sentido diverso e será unilateral a ação desenvolvida quando se der preferência a uma à custa da outra. Uma educação meramente ginástica cultiva demais a dureza e a fereza do homem, e uma excessiva educação musical torna o homem excessivamente mole e delicado... (p.550).

Assim, é possível compreender o papel e o lugar da ginástica na formação do guardião tendo em vista a supremacia da alma em relação ao corpo. Para Platão, toda a formação ou educação do jovem tem por finalidade dar a ele condições para chegar ao ápice do seu desenvolvimento. A ginástica faz parte do conjunto de estratégias que a alma possui para realizar seu objetivo: alcançar o conhecimento filosófico.

Ao desenvolver sua Teoria das Idéias, Platão sustenta a necessidade de negar o conhecimento proveniente dos sentidos. O corpo enquanto fonte de erro, engano e paixão cria obstáculos que dificultam o acesso da alma à verdade. No entanto, um corpo são, ordenado, sem vícios, fruto da educação ginástica, propicia proteção contra as tentativas de desviar a alma do saber verdadeiro. Simetricamente, corpo e alma representam uma união cooperativa.

O caráter asséptico que a ginástica adquire justifica-se por ser o corpo a moradia da alma e ser essa a depositária dos conceitos de justiça, bem e verdade, pontos de partida para a construção do pensamento filosófico platônico.

Diante do exposto, pode-se afirmar que a referência platônica à ginástica faz parte de um projeto filosófico determinado e qualquer consideração acerca deste assunto deverá, invariavelmente, levar isso em conta.

Ademais, a título de adendo, Platão em obra cronologicamente posterior a *A República* descreve a importância e o lugar que o jogo assume na educação do cidadão. Tal obra, *As Leis*, caracteriza-se por aclimatar as teses originais de Platão e apresenta um Estado politicamente mais viável na sua realização. Se n' *A República* o foco de atenção foi a educação dos governantes, n' *As Leis* a atenção se voltou para o grosso da população. Nesta obra, o valor educativo do jogo adquire duas funções singulares: o lúdico, pois, para Platão, o jogo propiciava às crianças liberdade para a criação espontânea; e o teleológico, pois permitia ao jovem desenvolver o respeito às regras e normas (ensaio para o respeito das regras e normas do convívio social e da estabilidade do Estado).

## CONCLUSÃO

Não é possível compreender as teses platônicas com olhos contemporâneos; é necessário, para extrair delas seu significado, atentar para o universo conceitual em que estão submersas.

Platão, na expectativa de caracterizar o conceito de Justiça, idealiza uma cidade e atribui à *paidéia* lugar de destaque. Crente que todo conhecimento, inclusive o conceito de Justiça, já foi contemplado pela alma e que esta, enquanto residente do corpo, é susceptível a ataques nocivos, Platão atribui à ginástica funções específicas.

A ginástica não possui valor em si mesma, pois faz parte de uma estrutura filosófica mais ampla, articulada em torno dos ideais platônicos; harmonizar os desejos e a irascibilidade é fundamental para o bom funcionamento da cidade modelo.

Apesar de distintos, corpo e alma, fazem parte da mesma natureza humana. Não há oposição entre eles (como na concepção cristã ou na cartesiana); ambos possuem suas virtudes que harmonizadas possibilitam à alma vislumbrar o ideal de justiça.

O ideal grego *mens sana in corpore sano* encontra ressonância na cooperação entre corpo e alma; um corpo medido é a melhor residência de uma alma virtuosa.

No momento presente, em que a Educação Física se vê preocupada com sua legitimação acadêmica é preciso despi-la dos acessórios que outrora utilizou para justificar sua prática. O elogio que a Educação Física pensou ter existido por parte de Platão no tocante à ginástica não passou de uma leitura simplificada e oblíqua de sua obra.

---

## ABSTRACT

### GYMNASTICS AND PLATO: WHAT COUPLE IS THIS?

This paper aims at showing that Plato does not refer to gymnastics with the intent of praising it but, on the contrary, the reference works as an instrument to achieve the objectives which are intrinsic to Plato's philosophical thought. The intention is to try to elucidate Plato's ideas having as a reference the analysis of his conceptual framework concerning gymnastics, and, consequently, advocate the thesis that the use of these ideas could also be out to result of a superficial reading, that tries to justify the gymnastics importance in the youth education context.

UNITERMS: History of physical education; Gymnastics; Plato.

---

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- JAEGER, W. **Paidéia: a formação do homem grego.** São Paulo, Martins Fontes, 1986. 966p.
- KOYRÉ, A. **Introdução à leitura de Platão.** Lisboa, Editorial Presença, 1979. 127p.
- PLATÃO. **Fedon.** Coimbra, Atlântica, 1947. 120p.
- \_\_\_\_\_. **Mênnon.** 5.ed. Porto Alegre, Globo, 1962. 263p.
- \_\_\_\_\_. **A República.** 5. ed. Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian, 1987. 513p.
- VERENGUER, R.C.G. **Educação física, esporte, dança e lazer: fenômenos distintos.** Rio Claro, 1989. (Monografia de Pós-graduação "lato-sensu") - Universidade Estadual Paulista. 41p.

Recebido para publicação em: 13/07/92

**ENDEREÇO: Rita de Cássia Garcia Verenguer**  
**Rua Poetisa Colombina, 558**  
**05593-011 São Paulo - SP - BRASIL**