

SEMINÁRIO IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA  
ACADEMIA LITERÁRIA IMACULADO CORAÇÃO DE MARIA

DANILO BARBOSA DA SILVA

TEMPERANÇA:  
CAMINHO PARA A FELICIDADE

ANÁPOLIS-GO  
2019

DANILO BARBOSA DA SILVA

TEMPERANÇA:  
CAMINHO PARA A FELICIDADE

Trabalho apresentado em sessão ordinária da  
Academia Literária Imaculado Coração de Maria  
aos 24 dias do mês de Outubro de 2019.

ANÁPOLIS-GO  
2019

## RESUMO

SILVA, Danilo B. **Temperança: caminho para a felicidade**. Anápolis-GO: Academia Literária Imaculado Coração de Maria, 2019.

Este trabalho pretende elucidar o conceito de virtude e faz a relação das virtudes com o agir moral humano, seus efeitos e movimentos, além de tratar sobre o caminho a ser percorrido pelo homem para que seu fim último seja atingido. Todo conteúdo é elaborado com base na abordagem filosófica Aristotélico/Tomista, sobretudo valendo-se da obra Suma Teológica de Sto. Tomás de Aquino. No presente trabalho é usada como método a pesquisa bibliográfica.

Palavras-chave: Virtude, temperança, felicidade.

## **ABSTRACT**

SILVA, Danilo B. **Temperance: way to happiness**. Anápolis-GO: Immaculate Heart of Mary Literary Academy, 2019.

This paper intends to elucidate the concept of virtue and relates virtues with human moral action, its effects and movements, and deals with the path to be followed by man in order to reach its ultimate end. All content is elaborated based on the Aristotelian/Thomistic philosophical approach, especially using St. Thomas Aquinas. In the present work the bibliographic research is used as method.

Keywords: Virtue, temperance, happiness.

## LISTA DE ABREVIATURAS

Cf. Conferir

Trad. Tradução

Ed. Edição

Sto. Santo

S.Th. Summa Theologiae

Q. questão

Ibid. ibidem

Vol. volume

P. página

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	6
<b>2</b>	<b>A CIVILIZAÇÃO DO PRAZER</b> .....	7
2.1	O HEDONISMO.....	8
2.2	A BEATITUDE.....	10
<b>3</b>	<b>AS VIRTUDES HUMANAS</b> .....	11
3.1	O “MEIO-TERMO”.....	11
3.2	OS EXCESSOS.....	12
3.2.1	Doenças causadas pelo consumo excessivo de álcool.....	13
3.2.2	Doenças causadas pela má alimentação.....	14
3.2.3	Doenças sexualmente transmissíveis .....	14
3.3	AS VIRTUDES EM SI MESMAS.....	15
<b>4 A</b>	<b>TEMPERANÇA</b> .....	17
4.1	AS VIRTUDES SECUNDÁRIAS DA TEMPERANÇA.....	18
4.1.1	Abstinência .....	19
4.1.2	Sobriedade .....	19
4.1.3	Castidade.....	19
4.2	MODERAR NÃO É ANULAR .....	20
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	22
	<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	23

## 1 INTRODUÇÃO

O trabalho ora desenvolvido envolve o campo das virtudes, de maneira especial as virtudes cardeais. Em vista disso, faz-se necessário clarificar as ideias a respeito dos conceitos, a saber: virtude e cardeal. O primeiro conceito, de acordo com Nicola Abbagnano (2012, p. 1198) em seu dicionário de filosofia, possui três sentidos, sendo eles: “1º: capacidade ou potência em geral; 2º capacidade ou potência própria do homem; 3º: capacidade ou potência moral do homem”.

Atendo ao terceiro significado é possível compreender que, neste sentido, a virtude é uma capacidade do homem para atuar na esfera moral, como propriamente sugere a sua designação. Partindo, então, para o campo da moral, é possível sintetizar a virtude como uma disposição estável para o bem agir.

O segundo conceito, cardeal, refere-se ao fato de o conceito de virtude ora empregado estar relacionado ao homem, além de sua significação própria: fundamental. Virtudes cardeais, portanto, é um termo empregado para designar as virtudes humanas e fora utilizado primeiramente por Santo Ambrósio que utilizou tal locução para designar o número das virtudes humanas definidas por Platão na República (ABBAGNANO, 2012).

O presente trabalho tem por objetivo expor o que é a virtude cardeal da temperança e a sua importância para uma vida equilibrada em busca do fim último do homem. Esta questão norteará o rumo desta apuração

No primeiro capítulo expor-se-á a respeito de uma cultura que busca de modo desenfreado e a todo o custo as sensações corpóreas que levam ao prazer. Também serão trabalhados os conceitos de prazer e felicidade, evidenciando assim a sua principal diferença.

No segundo capítulo o mote daquela parte da pesquisa versa sobre as virtudes em geral, a conceituação aristotélica de virtude, além de expor as principais consequências que a falta de virtude ocasiona na vida humana.

O terceiro capítulo trabalhará a concepção da virtude da temperança e ainda algumas de suas virtudes secundárias, mostrando assim a sua importância essencial para o homem que tende sempre a agir sob o influxo de seus apetites.

O método a ser utilizado para a realização deste trabalho é a pesquisa bibliográfica, valendo-se de obras de acervo pessoal, além de artigos publicados na internet, como consta nas referências.

## 2 A CIVILIZAÇÃO DO PRAZER

Comida, sexo e bebida: estas são realidades que alimentam a vida humana e garantem a sobrevivência. Contudo, elas podem ser, ao contrário, causa de morte, como verificar-se-á. Tais realidades são todas sentidas pelo corpo que possui capacidades que dão a ele diversas possibilidades de atuação. Estas possibilidades torna o corpo capaz de perceber e reagir a estímulos e então esta sensibilidade do corpo humano produz um tipo de conhecimento, o sensível. Conforme diz Stork (2016, p. 29), a sensação é o ato da atividade do conhecer que tem seu início nos sentidos externos<sup>1</sup> e que encontra continuação nos sentidos internos<sup>2</sup>. Desta maneira, um objeto apetecido pode não ser necessariamente algo bom<sup>3</sup>, a depender da forma como o seu processo cognoscível fora realizado.

Grosso modo, um cachorro pode estar no cio e ter a sua cópula em qualquer oportunidade que encontrar, devido ao fato de ter o instinto inclinado para tal ação. Ou seja, ele é movido unicamente pela sua vontade (seu instinto animal): há uma tendência sensível sofrida pelo seu corpo de animal, o que é chamado de apetite sensitivo<sup>4</sup>. O homem, em situação vulnerável de inclinação ao sexo possui diante de si a possibilidade de ceder à sua tendência natural ou escolher abster-se naquele momento. Para o homem, ser de corpo e alma, há as faculdades intelectivas que sobrepõem às sensitivas, ou neste caso também chamado de apetite intelectual<sup>5</sup>. Identifica-se que tanto para o homem quanto para o animal irracional existe o ato involuntário (da inclinação), o que diferencia, porém é a deliberação entre as possibilidades em vista do seu fim querido. “Só após considerar as possibilidades viáveis da sua escolha, o homem pode livremente eleger uma delas” (VEIGA, 2017, p. 76).

Sabe-se, portanto, que o homem, dotado de vontade, liberdade<sup>6</sup> e inteligência, tem diante de si possibilidades dentre as quais há uma eleição. Não obstante às suas capacidades de escolha, o homem, por vezes, em busca da

---

<sup>1</sup> Visão, audição, olfato, tato e paladar.

<sup>2</sup> Percepção, imaginação, avaliação e memória. Cf. STORK, 2016, p. 28-31.

<sup>3</sup> O que seria o normal, pois o homem deseja essencialmente o que é bom. Para tanto, cf. Aristóteles, 2014, p. 9-12.

<sup>4</sup> Sto. Tomás explica a diferença dos apetites sensitivo e intelectual. Cf. S.Th. I, q. 80.

<sup>5</sup> Ibid.

<sup>6</sup> “A liberdade tem sua raiz no mais profundo da pessoa humana, que é um ser livre. Consequentemente a liberdade permeia todos os atos da pessoa. Mas a liberdade se apoia, sobretudo, no exercício da vontade” (STORK, 2016, p. 123).

felicidade<sup>7</sup>, escolhe algo que objetivamente não é bom, e a isto deve-se ao fato do desordenamento de suas paixões. Constata-se frequentemente o prazer sendo confundido<sup>8</sup> com felicidade que, dado a sua facilidade e celeridade com o qual é alcançado, é a base para toda uma era hedonista.

## 2.1 O HEDONISMO<sup>9</sup>

Ao adentrar no alvorecer da filosofia grega, sobressalta a importância da chamada Escola Cirenaica<sup>10</sup> que, através de seu fundador, afirmava que “o prazer é sempre um bem” (REALE, 1990, p. 105). Os cirenaicos tiveram uma posição enérgica em relação a isto, defenderam-na e, portanto, deixaram claro sua visão hedonista de que “a felicidade está no prazer colhido e desfrutado no momento” (REALE, 1990, p.106).

A postura dos cirenaicos, liderados por Aristipo, perpassou os séculos, e apesar de encontrar resistências reflete hoje ainda suas ideias e visão do homem. É iminente reconhecer uma espécie de hedonismo acentuado na sociedade contemporânea. O motivo pode ser encontrando no imediatismo saturado no qual muitos estão submergidos. É julgado com valor aquilo que se sente agora e tudo o mais que é buscado como fim em si mesmo, ou se pode definir com o próprio mote cirenaico: buscar o prazer, evitar a dor<sup>11</sup> (Mondin, 1981, p.56).

O homem, dotado de corpo e alma, com toda sua sensibilidade corpórea, procura de certo modo satisfazer a si mesmo. A busca pelo prazer<sup>12</sup> é ininterrupta. O homem, este ser vivo, está em constante movimento; a afirmação pode parecer óbvia, mas por vezes esquecida. Hodiernamente, de fato, mais do que qualquer outra época, é possível identificar de maneira transparente este

---

<sup>7</sup> Ou também beatitude (ABBAGNANO, 2012). A felicidade é o sentido da vida e pode-se acorrer a ele buscando justamente o *meio-termo*, assim como Santo Agostinho (2014, p. 40) explicou, a felicidade “nada mais é que a medida do espírito, isto é, aquilo pelo o que o espírito busca o equilíbrio de modo que não incorra no excesso e nem tampouco se restrinja ao que é inferior à plenitude”.

<sup>8</sup> Aqui não cabe por ora discutir se de forma consciente ou não.

<sup>9</sup> “Doutrina filosófica que considera o prazer como o único bem possível [...] e fundamento da vida moral” (ABBAGNANO, 2012, p.578).

<sup>10</sup> Escola, da cidade de Cirene, fundada por Aristipo (séc. V-IV a.C.)

<sup>11</sup> Na modernidade isso se faz eco no Utilitarismo de Jeremy Bentham, que dentro do campo da ética defende esta mesma posição e que depois fora reelaborada por Stuart Mill para defender o prazer individual sem detrimento à utilidade do mesmo pela maioria. Cf. o resumo de Battista Mondin (1980, p. 112-113.)

<sup>12</sup> Entendido aqui, sobretudo, de forma física.

fenômeno: a busca pelo prazer. O que salta à percepção das mentes mais agudas não é esta busca, mas a sua procura de maneira desordenada. A desordem provém da inversão hierárquica de prazer e bem. De fato, “o prazer deve ser realizado em função de um bem” (RAMOS, 2016, p. 125), contudo o que constantemente se verifica é o contrário.

No itinerário desenfreado pelo prazer, o homem encontra-se diante de um paradoxo: quanto mais prazer se busca, menos o tem. Dizia Chesterton (2013, p.55) que “foi a própria capacidade de gozo que destruiu metade de suas alegrias. Na busca pelo prazer, perdeu o principal prazer, pois o principal prazer é a surpresa” e se se pode falar algo a respeito disso é que a sociedade deste século quer cada vez mais saber o amanhã sem passar pelo hoje, tendo em posse uma estranha espécie de objetivismo que justifica a sua avidez pelo imediato. Na ânsia pelo prazer o homem se encontra em constante peregrinação, sempre caminha pela via outrora trilhada, pois esta é fácil, conhecida e rápida. Não há, portanto, esta surpresa de se fala... uma vez sabendo o que se vai sentir, antes mesmo de o sentir, o alcance daquilo que é buscado torna-se obsoleto, logo tentar-se-á outras formas de sentir prazer além daquela sensação futura habitual.

Em tempo, ao afirmar que o homem é um ser vivo, implica, portanto, também afirmar as suas características. Uma destas é a *unidade* (STORK, 2005). Um ser vivo é *um* em toda sua composição. A sua alma dá vida ao seu corpo e vida quer dizer movimento. Como dito acima, o homem está em constante movimento e é justamente isso que vai ditar a sua existência. O homem está se movendo, mas para onde e para quê? A direção do seu mover-se tem um ponto: a felicidade. O homem naturalmente está inclinado a buscar aquilo considerado como bom, um bem para si. Santo Tomás de Aquino (2016, p. 565) assim disse que “bem é o que todos desejam”. E quando o alcança? A posse daquilo que se deseja traz ao homem a felicidade. É felicidade, portanto, a consecução da busca realizada. Assim também, em certo diálogo com seu filho Agostinho (2014, p.17), Mônica disse que “se a pessoa quer coisas boas e as tem, então é feliz!”.

## 2.2 A BEATITUDE

De modo semelhante, pode-se conceber a felicidade como “aquilo a que todos aspiram, ainda que sem sabê-lo, pelo mero fato de viver”. Entretanto a felicidade não está apenas no fato de apetecer a algo, mas, como já visto, em sua posse. À vista disso, Santo Agostinho (2014, p. 19) afirmou que “alguém decidido a ser feliz deve tentar alcançar algo que seja perene, que não possa ser-lhe roubado por algum tipo de acaso incontrolado”. Esta nota da felicidade, definida pelo santo, torna evidente a distinção que deve haver entre felicidade e prazer.

Tal discriminação consiste na durabilidade da posse do objeto apetecível. O que se verifica, no entanto, é que prazer tornou-se sinônimo de felicidade, o problema é que, apesar do prazer ser uma espécie de felicidade, não passa de uma sensação momentânea. Junte-se a isto a capacidade que o homem moderno tem de querer e a volatilidade com a qual as possui e o problema torna-se maior. A felicidade que o homem tanto busca está na durabilidade da posse após o processo de busca. É algo que não passa. O caminho pode ser hoje desconhecido, mas, como expor-se-á adiante, há uma forma de trilhá-lo.

### 3 AS VIRTUDES HUMANAS

Neste trabalho, quando se fala de virtude, deve-se entender *virtudes humanas*. Virtude aduz a noção de retidão dos apetites, pois ela concede ao homem a capacidade de bem agir. (Aquino, 2016).

Em certos devaneios a vida pode ser comparada a uma montanha russa: ora se está em cima, ora embaixo. É interessante para esta comparação observar que na montanha russa o caminho é sempre adiante, ou seja, não há uma marcha ré. Se a comparação é válida pelo seu princípio, é válida também nas suas circunstâncias: tanto no brinquedo, quanto na realidade da vida, não obstante aos altos e baixos, a única direção é seguir em frente.

Ainda nessa comparação, o que mantém um carrinho nos trilhos da montanha é a energia que o faz ir entre subidas e descidas; o homem possui de certo modo essa energia: virtude. A virtude, como definiu Aristóteles (2014, p.37-39), é uma disposição. É o ânimo imprescindível para a busca de uma vida equilibrada, devido ao fato de que a virtude, esta disposição, impulsiona o sujeito sempre a buscar o bem, pois “a virtude do homem também será a disposição que o torna bom e que o faz desempenhar bem a sua função<sup>13</sup>” (ARISTÓTELES, 2014, p.38).

O modo do agir humano, buscando sempre o que é bom em vista da sua felicidade, o seu fim, vagueia entre esses altos e baixos já aludidos aqui em comparação. Porém, para que esse agir seja suficiente para alcançar o objeto e deleitar-se nele é essencial que estes extremos, os altos e baixos, sejam evitados. A virtude é, portanto, um constante evadir-se dos extremos, procurando sempre o estabelecimento naquilo que Aristóteles (2014, p.38-39) define como “meio-termo”, uma alternativa entre as extremidades. Encontrando assim o perfeito equilíbrio da vida para bem vivê-la de fato.

#### 3.1 O “MEIO-TERMO”

No início desta pesquisa fora exposto que realidades inerentes ao ser humano, tais como: sexo, comida e bebida, são necessárias para a manutenção da vida (comida e bebida) e conservação da espécie (sexo). Forças vitais, de

---

<sup>13</sup> Entende-se como o seu agir humano.

fato, porém para que estas cumprem devidamente suas respectivas funções, faz-se mister exercê-las sob o jugo da virtude, evitando pois os extremos.

A dispersão para um dos extremos resulta em consequências que por si mesmas não são queridas pelo agente. Contudo, o que impera nestes casos de exageros são as emoções. Deste modo, por mais que o agente da ação saiba as implicações procedentes de suas escolhas estas ainda serão eleitas, não em razão aos malefícios, mas em compensação das emoções que vela o mal no bem aparente apetecido pelas suas paixões desordenadas. O pedagogo Jules Payot<sup>14</sup> (2018, p.75) explicou este processo da seguinte maneira:

“Quando o conhecimento é acompanhado de uma emoção, há uma fusão íntima dos elementos intelectual e sensível, e o sentimento, que é de certa forma mais volumoso e mais intenso que a ideia, fica sob a luz da consciência, rejeitando na penumbra a ideia a ele associada.”

Sabe-se, portanto, que frequentemente apesar do desejo de felicidade o homem alcançará para si<sup>15</sup> um fim que, ao invés de alegria, trará tristeza, ocasionada pelas inclinações das paixões desordenadas, pois a desordem dificulta o caminhar que por consequência dificultar-se-á a consecução do objetivo, assim, “é próprio das virtudes gerar felicidade sempre que o seu objeto estiver presente, mas tristeza quando sentir necessidade dele” (AQUINO, 2013, p.35). Entretanto, o resultado disto não se limita ao campo das paixões. É conhecido, pois, as consequências do exagero na comida, sexo e bebida, que afetam diretamente a parte física humana.

### 3.2 OS EXCESSOS

Ao viver uma vida desregrada, entregue às sensações corpóreas, o homem prejudica e põe em risco sua própria existência e então as mesmas realidades podem, em vez de imprescindíveis para a manutenção vital, serem causa de morte<sup>16</sup>. A seguir, breve exposição de algumas doenças que são provocadas pelo excesso (ou falta) nas realidades discutidas<sup>17</sup>.

---

<sup>14</sup> (1859-1940). Influente pedagogo francês, autor de diversos livros no campo da filosofia moral e da educação.

<sup>15</sup> E a depender do que possa ser, para os outros também.

<sup>16</sup> Como mencionado no início do cap. 1 deste trabalho.

<sup>17</sup> A recordar: sexo, comida e bebida.

### **3.2.1 Doenças causadas pelo consumo excessivo de álcool (FRAZÃO, 2019):**

a) **Gastrite**

Inflamação da parede do estômago que causa sintomas como perda de apetite, azia, náuseas e vômitos.

b) **Hepatite ou cirrose hepática**

Inflamação do fígado que causa sinais como olhos e pele amarelados e abdômen inchado. Quando ocorrem episódios de hepatite repetidos, pode ocorrer cirrose hepática, que acontece quando as células do fígado são destruídas.

c) **Impotência ou infertilidade**

O excesso de álcool pode levar à lesão dos nervos do organismo, que nos homens provoca a tão temida impotência. Na mulher as consequências são os períodos menstruais irregulares que nos casos mais graves causa infertilidade.

d) **Infarto e trombose**

São doenças cardiovasculares. Geralmente, estas doenças ocorrem devido a elevadas taxas de colesterol e triglicerídeos, onde há excesso de gordura acumulada nas artérias e que impede a circulação normal do sangue.

e) **Câncer**

Atualmente se faz uma ligação direta entre o consumo de bebidas alcoólicas e o surgimento de até 7 tipos de câncer, que incluem a faringe, laringe, esôfago, fígado, cólon, reto e mama.

f) **Pelagra**

Doença causada por falta de vitamina B3 e que provoca pele acastanhada em diferentes partes do corpo, como face e mãos, e que geralmente provoca coceira frequente e diarreia constante.

g) **Demência**

Quando o indivíduo consome bebidas alcoólicas em excesso, pode surgir a demência, que se caracteriza pela perda de memória, dificuldade em falar e em mover-se.

h) **Anorexia Alcoólica**

Quando as bebidas alcoólicas passam a ser ingeridas no lugar de alimentos para evitar a ingestão de calorias e emagrecer, pode ser o primeiro indício de Anorexia Alcoólica. Este é um distúrbio alimentar, que facilmente pode levar ao surgimento da anorexia e da bulimia.

### 3.2.2 Doenças causadas pela má alimentação

a) Obesidade

A obesidade surge em decorrência de uma alimentação rica em matéria gorda, açucarada e excesso de proteínas.

b) Gastrite

Inflamação aguda ou crônica da mucosa que reveste as paredes internas do estômago. Ocorre devido à realização de poucas refeições ao dia com grande volume de alimentos e com grandes intervalos entre cada refeição.

c) Colesterol elevado

O aumento de colesterol na corrente sanguínea pode ocasionar entupimento de veias e artérias causando o infarto e derrame.

d) Hipertensão arterial

Doença derivada do excesso de sal na alimentação;

e) Desnutrição

Doença que surge devido a uma alimentação baixa em calorias e nutrientes.

f) Prisão de ventre

Problema de saúde que decorre do consumo excessivo de alimentos refinados, como a farinha, o açúcar, a carne, as gorduras. E devido ao consumo insuficiente de fibras de vegetais e frutas.

### 3.2.3 Doenças sexualmente transmissíveis (MEIRA, 2002, p. 118-120):

a) Gonorreia

Doença que provoca dor ou ardência ao urinar e em casos mais graves compromete a estrutura dos órgãos internos reprodutores causando a esterilidade, além de ocasionar na mulher a salpingite (infecção nas trompas de falópio).

b) Sífilis

Úlceras não doloridas em estágio inicial e que aparecem frequentemente na boca, pênis, vulva a ânus. Mesmo com o desaparecimento das feridas, a bactéria causadora desta doença pode permanecer na corrente sanguínea.

c) Cancro mole

Úlceras dolorosas e secreção purulenta nos órgãos genitais.

d) Linfogranuloma venéreo

Surgimentos nos órgãos genitais de úlceras indolores seguidas de inchaços e infecções.

e) Tricomoníase

Corrimento vaginal e mucosa vermelha que pode atingir a uretra. Esta é uma das infecções mais comuns em mulheres.

f) Monilíase

Ou também conhecida como candidíase. Provoca corrimento vaginal, coloração diferente e irritação.

g) Herpes genital

A Herpes é a doença sexualmente transmissível mais frequente. O tratamento dela gira em torno da atenuação dos sintomas. No seu estágio inicial é manifestada por úlceras na boca, lábios e face. E em estágio mais avançado surgem bolhas nos órgãos genitais.

h) Aids (Síndrome da deficiência imunológica adquirida)

A última doença ora relatada é causada por vírus e sua ação no organismo destrói as células responsáveis pela defesa imunológica.

### 3.3 AS VIRTUDES EM SI MESMAS

Vale ressaltar que, apesar de expresso que a virtude constitui um meio-termo entre os extremos, não se pode aplicar de maneira literal isto em toda e qualquer situação, há, contudo, situações *viciadas* em que não se deve de forma alguma ponderar a sua execução, sendo elas más tanto em grau menor ou mais elevado. Ainda, há de se entender a virtude como designação de virtude moral (FAUS, 2014) que especifica em si mesma o reto agir do homem a fim de não evitar somente os extremos, mas evitar o mal. Faça o bem, evite o mal, ensina a moral (AQUINO, 2016, p. 484).

Retornando ao início deste capítulo, observa-se que, ao propor a mediania<sup>18</sup> como gênero de virtude, Aristóteles evoca a sabedoria grega clássica porque esta indicava a mediania como a regra de ouro do agir moral. A mediania tem o aspecto de não silenciar as emoções, mas buscar a proporção e, devido

---

<sup>18</sup> Mesmo que “meio-termo”.

a essa proporção, a ação será adequada sob a perspectiva moral e, concomitantemente, a ação ficará ligada às emoções e paixões. De acordo com Aristóteles (2014), a posição de meio é o que tem a mesma distância de cada um dos extremos. Portanto, a virtude moral deve possuir a qualidade de visar o meio-termo por se relacionar com as paixões e ações, como já visto, não excluindo-as, mas relacionando-as com o reto agir pautado na razão, pois para se obter a virtude “não é correta a exclusão de todas as paixões, mas somente deve-se dominar as paixões desordenadas, as que existem sem necessidade” (AQUINO, 2013, p. 41).

Por fim, é importante saber que virtude é, acima de tudo, um hábito<sup>19</sup> e que deve ser adquirida com empenho e esforço (FAUS, 2014) como mesmo diz São Josemaria Escrivá (2018) em uma homilia: “as virtudes humanas exigem um esforço prolongado, porque não é fácil manter por muito tempo uma têmpera de honradez perante as situações que parecem comprometer a nossa segurança”. São hábitos e é justamente isso que torna o homem virtuoso, pois, “pelas ações originadas de hábitos bons, o homem aumenta a bondade” (AQUINO, 2013, p.40).

---

<sup>19</sup> Um hábito bom, frisa-se.

## 4 A TEMPERANÇA

A fim de ser auxílio para o homem, as virtudes morais, que são divididas em quatro: prudência, justiça, fortaleza, temperança, “forjam o caráter e perfilam cada vez mais a personalidade” (FAUS, 2014, p. 18). A prudência age com a razão ordenada no tocante à algum objeto, concedendo ao homem a capacidade de prever os acontecimentos incertos e agir em relação a eles com perspicácia. A virtude da justiça implica uma igualdade nas operações, ordenando os atos para serem iguais, justos, em relação a outrem. Já a virtude da fortaleza traz dois significados: primeiro, que diz respeito a um tipo de firmeza de ânimo<sup>20</sup> em sentido amplo; segundo: um [outro] tipo de firmeza que faz com que o homem suporte e vença os obstáculos que se lhe opõem. Por fim, a virtude da temperança sugere, como o próprio nome, um certo tipo de *temperamento* das ações, uma moderação. A virtude inclina sempre ao bem pelo reto uso da razão e essa inclinação, frisa-se equilibrada, é o que se pode chamar de temperança (AQUINO, 2016b).

Dedicando atenção especial à virtude da temperança, nota-se que o homem tende naturalmente aos extremos, vícios, caso não possua a referida virtude. Ora, como uma virtude humana que é, esta é adquirida pelo hábito, que neste caso serão hábitos temperantes, moderados. Ou seja, a temperança só fará o homem temperante através do costume deste em suas ações. A fim de se evitar a inclinação para o que é mal, aos extremos, não há, portanto, outro modo de evitar os extremos e adquirir a temperança senão pelas boas práticas (AQUINO, 2016b). Ademais, não há de se convir que a temperança seja uma virtude autônoma e que aja sobrepondo a razão como poderia se imaginar<sup>21</sup>, de modo algum. Pelo contrário a temperança “longe de contrariar a inclinação da natureza humana, vem corroborá-la. Contraria somente à inclinação da natureza animal não sujeita à razão” (AQUINO, 2016, p. 790) e não agindo sobre, mas orientando a razão para alcançar os prazeres lícitos.

Uma vez que se conhece uma coisa, pode haver então o desejo! (AQUINO, 2016) No primeiro capítulo falou-se do conhecimento sensível. Agora, portanto, para se considerar uma vida feliz, possuindo um bem que não passa, é necessário ir além e alcançar aquilo que é apetecido por outro tipo de

---

<sup>20</sup> Pode-se entender também como coragem.

<sup>21</sup> Cf. a objeção de Aristóteles (2014, p. 31-32).

conhecimento: o intelectual. Primeiramente, sabe-se que “os movimentos apetitivos que se comportam impulsivamente, não de necessariamente ser moderados e refreados por uma virtude moral” (AQUINO, 2016, p. 899). Pois bem, o desejo, ocasionando o movimento apetitivo, só se dá através do conhecimento, que gera a vontade de ir buscar o objeto conhecido e agora desejado. Este movimento pode ser definido como sendo um movimento racional, assim como descrito na elucidação do verbete feita por Nicola Abbagnano (2012, p. 1203) que diz que “a vontade é o apetite racional ou compatível com a razão”. Vontade é o que faz o homem eleger o bem e empenhar-se em lograr êxito em seu empreendimento.

O conhecimento intelectual, a vontade racional, é o que difere o homem do animal<sup>22</sup>, tornando-o capaz não somente de desejar a felicidade, mas de escolher e definir a maneira de alcançá-la. O homem, refreando e moderando seu apetite através da razão, tem diante de si a oportunidade de ser feliz, pois este, racionalmente, mantém ordenado em si os seus apetites, fazendo como deve ser: utilizando bem os meios para alcançar o *bem* como fim. Ademais, se diz que “transformar um meio em fim é o máximo da desordem” (FAUS, 2014, p.182), por isso é crucial manter esta ordem posto ao que se verifica em atitudes múltiplas que permeiam o século presente, pervertendo o reto agir e invertendo a hierarquia das coisas visto que “como o que não passa de um meio torna-se finalidade, tudo o que é finalidade torna-se um meio” (HELLO, 2015, p.19).

#### 4.1 AS VIRTUDES SECUNDÁRIAS DA TEMPERANÇA

Ao homem temperante se diz virtuoso de diversos modos, pois este aplica sua moderação em todas as partes da vida, em todas as ocasiões. Não à toa, o homem temperante é também considerado um sábio (AGOSTINHO, 2014). Devido a este fato, de acordo com os profusos aspectos da existência humana, também são diversas as virtudes que à virtude da temperança se interligam para o homem bem agir e buscar a felicidade (VEIGA, 2017).

---

<sup>22</sup> Irracional.

### 4.1.1 Abstinência

A abstinência resulta na privação do alimento ou em sua regulação (AQUINO, 2016b). Visto é que a comida é importante e essencial para a manutenção do corpo, portanto não é lícito que haja uma interrupção da alimentação, a não ser que seja racionalmente controlado em vista de um objetivo que ultrapassa em bondade e retidão o próprio ato de comer, assim, a abstinência deve ser controlada pela razão para seja uma virtude, neste caso, secundária em relação à temperança.

Pelo contrário, não levando em consideração as próprias necessidades corporais para saúde, da entropia em alimentar-se decorre-se o vício da gula<sup>23</sup>, que é o “apetite desordenado de comer e de beber” (AQUINO, 2016b, p. 827).

### 4.1.2 Sobriedade

Em sentido estrito, a virtude da sobriedade está ligada à medida da bebida. A sobriedade modera o consumo de bebida inebriante, fazendo com que, pelo o uso da razão, seja consumido somente o suportado pelo corpo. O seu excesso gera a perda da razão, perdendo-a significa que se perdeu o temperamento do prazer do tato, do gosto em se tomar bebida.

Assim, ao exceder o consumo origina-se o vício da embriaguez<sup>24</sup>. Agostinho (2015) frequentemente associa a embriaguez à vontade má e sua inclinação pelas coisas vãs. Portanto, define-se a embriaguez como o “uso imoderado e a concupiscência do vinho<sup>25</sup>” (AQUINO, 2016b, p. 837).

### 4.1.3 Castidade

A virtude da castidade tem, por assim dizer, a função de fazer com que o corpo atue conforme a razão no âmbito da sexualidade. Nominalmente, castidade refere-se ao ato de *castigar*, neste caso, a concupiscência (AQUINO,

---

<sup>23</sup> Espécies de gula: comer apressadamente; buscar alimentos excessivamente caros e refinados; comer excessivamente; comer avidamente (VEIGA, 2017).

<sup>24</sup> Neste sentido, a embriaguez assemelha-se ao vício da gula, porém aplicada no uso da bebida. É interessante acentuar que não existe uma medida objetiva de bebida em que ali se verifica o estado de embriaguez. Quantitativamente, o uso de bebida varia de acordo com cada pessoa e com aquilo que seu corpo pode suportar: uns mais, outros menos.

<sup>25</sup> Tomado em consideração a todo o tipo de bebida inebriante.

2016b). A castidade versa sobretudo na disposição em se experimentar o desejo e o prazer sexual na maneira e na ordem devida. Importante lembrar que a temperança em si modera os prazeres do tato, porém a castidade não tem por função a moderação, mas sim a contenção destes prazeres em contraposição à forte inclinação sexual desordenada.

É por intermédio dos “extravasamentos e desordens do sexo que o homem degradado de antemão pela oficialização de sua animalidade, manifesta e proclama seu rebaixamento” (CORÇÃO, 2012, p. 70). Assim, pois, caracteriza-se o vício que decorre da falta de temperamento das coisas venéreas: a luxúria<sup>26</sup>.

#### 4.2 MODERAR NÃO É ANULAR

Exercendo a virtude da temperança, o homem consegue ser verdadeiramente homem, livre das coisas que brilham, mas que não têm valor. A virtude da temperança assegura o domínio da vontade sobre os instintos, não permitindo que passe a existir um escravo de suas próprias paixões e totalmente inclinado a realizar aquilo que sua concupiscência o leve a desejar. De modo consequente e atuante, a virtude da temperança assiste quanto ao gozo dos bens com liberdade e reta razão, não permitindo o jugo das paixões que domina.

A liberdade exercida em pleno uso das faculdades racionais dá ao indivíduo a capacidade de escolher bem, pois, uma vez entregue à desordem nasce aí o homem néscio, ou seja, o homem incapaz de compreender as realidades que o cercam. No que se verifica quanto ao embotamento oriundo da entrega aos prazeres do tato “a imaginação perdeu o hábito de unir a ideia do belo à ideia do bem” (HELLO, 2015, p. 27) que faz com que a mente humana desassocie os conceitos e perca a liberdade ao escolher, optando por algo que não é querido pela razão, mas somente aquilo que é apetecido pelos sentidos, gerando uma falsa liberdade.

Temperança é o termômetro da medida, esta virtude destina-se à moderação, não à abstinência em sentido absoluto. O comedimento e o autocontrole são atos da liberdade. A proibição não o é. O homem temperante não é aquele insensível, mas sim o que sabe escolher bem os recursos para alcançar de maneira eficaz a felicidade que é seu fim último (STORK, 2016). Ser

---

<sup>26</sup> Algumas espécies de luxúria: fornicação; adultério; incesto; estupro (VEIGA, 2017).

insensível aos prazeres não cabe ao homem temperante e sábio, pois “a insensibilidade se opõe à virtude da temperança” (AQUINO, 2016, p. 799). O temperante sabe que os prazeres são caminho para a felicidade, são os meios, e não o fim. Assim, “a temperança procura a atitude equilibrada, certa, em relação aos prazeres corporais, ao uso dos bens deste mundo, aos instintos, aos desejos, aos apetites sensíveis”. (FAUS, 2004, p.30). Tendo em vista a consecução da felicidade, ser livre significa realizar na vida aquilo que deve ser feito, não exatamente aquilo que se quer fazer, pois “a vida não é somente um prazer, mas uma espécie de privilégio excêntrico” (Chesterton, 2013, p. 98).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho não pretendeu fechar a discussão acerca das virtudes, sobretudo a respeito da temperança, mas apenas clarificar as noções que se possa ter a respeito destas e suas dinâmicas. As possibilidades que se abrem para pesquisas futuras são inúmeras. Como visto no corpo deste trabalho, o homem sempre tende para o seu fim com o objetivo de ser feliz e, portanto, a melhor maneira de se alcançar este fim – que é a própria felicidade - pode proporcionar uma vida mais feliz já enquanto a procura.

Conhecendo todas as suas inclinações e movimentos conaturais, dá-se, então, a chance de maior obtenção referente ao sucesso quando empenhado no processo vital o esforço para agir conforme a razão. O assunto tratado pode ser amplamente discutido e seu fim está longe, pois os efeitos e outras virtudes concernente ao homem são inúmeras a partir das primeiras, haja vista as elucidações no corpo do trabalho.

O itinerário desta pesquisa versou sobre o processo pelo o qual homem passa, valendo-se do uso de sua razão, empregando-a para alcançar de maneira mais eficaz o seu fim, que é a felicidade. Verdadeiramente se conheceu a virtude como o caminho que leva à vida feliz.

Inicialmente, o objetivo tratava-se de expor a importância crucial das virtudes na vida humana a fim de que possam ser auxílios moderados do seu agir, tendo sempre em vista o seu fim. Ao final desta pesquisa e depois de todas as informações ora expostas, considera-se o objetivo alcançado, sabendo que as virtudes não somente são necessárias, como devem ser hábitos constantes para o homem que deseja ser prudente e sábio para melhor alcançar o seu destino.

No desenrolar da pesquisa, fora aqui apresentando o quanto a falta de virtude pode fazer o homem sofrer no âmbito físico. Sabendo que o homem é um ser complexo, dotado de corpo e alma, e que aqui foram tão somente os aspectos físicos abordados, a presente pesquisa deixa a brecha para se ir além e trabalhar, em pesquisas futuras, as consequências, tanto positivas quanto negativas do uso das virtudes para a vida espiritual, já que as virtudes cardeais é o pressuposto para as virtudes sobrenaturais.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABBAGNANO, Nicola. **Dicionário de Filosofia**. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2012.
- AGOSTINHO. **Confissões**. Trad. J. Oliveira e A. Ambrósio de Pina. 6. ed. Petrópolis-RJ: Vozes, 2015.
- AGOSTINHO. **Sobre a vida feliz**. Trad.: Enio Paulo Giachini. Petrópolis-RJ: Vozes, 2014.
- AQUINO, Tomás de. **Onze lições sobre a virtude: comentário ao segundo livro da ética de Aristóteles**. Trad.: Tiago Tondinelli. Campinas-SP: Ecclesiae, 2013.
- AQUINO, Tomás de. **Suma Teológica**. 4. ed. Campinas-SP: CEDET, 2016a. v. 2.
- AQUINO, Tomás de. **Suma Teológica**. 4. ed. Campinas-SP: CEDET, 2016b. v. 3.
- ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco**. 6. ed. Trad.: Torrieri Guimarães. São Paulo-SP: Martin Claret, 2014.
- CHESTERTON, G. K. **Ortodoxia**. Campinas-SP: CEDET, 2013.
- CORÇÃO, Gustavo. **Gustavo Corção tomista**. Niterói-RJ: Permanência, 2012.
- ESCRIVÁ, Josemaria. **Virtudes humanas**. Opus Dei: 2018. Disponível em: <https://opusdei.org/pt-br/article/virtudes-humanas/>. Acesso em 28/09/2019.
- FAUS, Francisco. **A conquista das virtudes**. 2. ed. São Paulo: Cultor de livros, 2014.
- FAUS, Francisco. **Autodomínio. Elogia da temperança**. São Paulo: Quadrante, 2004.
- FRAZÃO, Arthur. **8 Principais doenças provocadas pelo álcool**. Tua Saúde: data. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/doencas-provocadas-pelo-alcool/>. Acesso em 05/10/2019.
- HELLO, Ernest. **O Homem: a Vida, a Ciência, e a Arte**. Trad.: Roberto Mallet. Campinas-SP: CEDET, 2015.
- MEIRA, Luís B. **Sexos: aquilo que os pais não falaram para os filhos**. 79. ed. João Pessoa-PB: Autor Associado, 2002.
- MONDIN, Battista. **Curso de filosofia**. São Paulo: Paulus, 1981. V. 1.
- MONDIN, Battista. **Introdução à filosofia: problemas, sistemas, autores, obras**. Trad. J. Renard. São Paulo-SP: Paulus, 1980.

PAYOT, Jules. **A educação da vontade**. Campinas-SP: CEDET, 2018.

RAMOS, José Maria Rodriguez. **Conhece-te a ti mesmo: excelência humana e ética**. São Paulo: Quadrante, 2016.

REALE, Giovanni. **História da filosofia: antiguidade e idade média** / Giovanni Reale, Dario Antiseri. São Paulo: Paulus, 1990.

STORK, Ricardo Yepes. **Fundamento de antropologia: um ideal de excelência humana** / Ricardo Yepes Stork, Javier Aranguren Echevarría. 2 ed. Trad.: Patrícia Carol Dwyer. São Paulo: Instituto Brasileiro de Filosofia e Ciência Raimundo Lúlio, 2016.

VEIGA, Bernardo. **A ética das virtudes segundo Tomás de Aquino**. Campinas-SP: CEDET, 2017.