

## **KANT CONTRA A GULA: MAS EM DEFESA DE UM BOM BANQUETE**

KANT AGAINST GLUTTONY: BUT IN DEFENSE OF A GOOD BANQUET

*Aleph Cedrim Barbalho*<sup>1</sup>

### **Resumo:**

Este artigo tem por objetivo desvelar a profundidade das exposições de Kant contra a gula no “Artigo terceiro: Do aturdimento de si próprio pela imoderação no uso da bebida ou da comida” do “Capítulo primeiro: O dever do homem para consigo próprio, considerado como um ser animal”, da sua “Doutrina da Virtude” na “Metafísica dos Costumes”. Neste desvelar, se quer destacar que Kant procura fundamentar o dever de não ser guloso, mas não por causa da manutenção de uma boa saúde. Além disso, evidenciar que, para Kant, há um modo intelectual de utilizar os meios de fruição, isto é, através dos meios estupefacientes, aos quais, porém, também não faz apologia. Por fim, é necessário esclarecer que, mesmo negando a glutoneria, Kant indica a existência de uma finalidade moral para tomar parte em um bom banquete, a saber, comunicar-se com outros, por amor, em busca do bem que é a bela verdade.

**Palavras-chave:** Immanuel Kant, gula, dever, fruição, banquete

### **Abstract:**

The aim of this article is to unveil the depth of Kant's expositions against gluttony in the “Article III. On Stupefying Oneself by Excessive Use of Food or Drink” of the “Chapter I: Man's Duty to Himself as an Animal Being” of his “Doctrine of Virtue” in the “Metaphysics of Morals”. In this unveiling, we want to emphasize that Kant seeks to substantiate the duty not to be gluttonous, but not for the sake of maintaining good health. In addition, we want to show that, for Kant, there is an intellectual way of using the means of fruition, that is, through stupefying means, which, however, he does not advocate either. Finally, it is necessary to clarify that, even though he denies gluttony, Kant indicates the existence of a moral purpose for taking part in a good banquet, namely to communicate with others, out of love, in search of the good that is the beautiful truth.

**Keywords:** Immanuel Kant, gluttony, duty, fruition, banquet

---

<sup>1</sup> Doutorando em filosofia, mestre e licenciado em filosofia (Unicap). Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). Bolsista CAPES. E-mail: [alephcb@gmail.com](mailto:alephcb@gmail.com), Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5332776167083958>, Orcid: ORCID: 0009-0003-0198-8129

## Introdução

Primeiro, este artigo apresenta uma definição de Kant do que é a gula, acompanhada também de uma definição mais geral. Ambas demonstram a relevância da questão que é presente na filosofia desde a antiguidade grega, por uma analogia presente na República de Platão, mas que também continua repercutindo em condições viciosas ainda presentes na sociedade contemporânea. Assim, segue-se neste diálogo entre a contemporaneidade, a modernidade e a antiguidade apresentando a noção de temperança em Aristóteles, que também está em concordância com o defendido por Kant no trecho da sua “Metafísica dos costumes” que aqui é concernente. Também se expõe a maneira como, para Kant, o dever de não ser guloso não é fundamentado na utilidade que o não acometimento por este vício traz ao humano. Não se trata de uma questão que possa ser resumida na preservação da saúde física. Este pensamento, na verdade, da justificação do dever para além dos efeitos promovidos pelo seu (des)cumprimento mostra-se válido, segundo a “Fundamentação da metafísica dos costumes”, na base de todo dever humano.

Em seguida, esclarece-se a questão do que é a fruição, para Kant, mas também em sentido mais universal e dá-se um destaque à comida como meio de nutrição, por uma consideração do termo germânico utilizado por Kant. Sendo assim, também, se explicita como a gula, para Kant, é uma condição do comportamento humano especialmente ligado à sua espécie de natureza animal e não propriamente humana, na medida em que não estimula em nada, ao menos imediatamente, por si própria, especificidades típicas do que é ser humano, pelas capacidades da sua faculdade racional. A isso, Kant contrasta o ceder a outros meios de fruição, a saber, os estupefacientes, a respeito dos quais se esclarece como se caracterizam, dando destaque a “outros produtos do reino vegetal”, que não necessariamente alimentícios e fontes de nutrição à vida humana. O efeito de tais produtos seria um possível facilitador para a admiração que Aristóteles reconhecia como a causa do filosofar. Porém, conclui-se demonstrando que, ainda assim, Kant não faz uma apologia ao uso de tais substâncias.

Por fim, apesar da gula, em si, não promover faculdades racionais, a promoção de banquetes, enquanto grandes jantares convidativos à imoderação é capaz, sim, de promover algum benefício às capacidades propriamente humanas. Porém, desde que dentro de determinadas regras, que se mostram presentes desde a cena da clássica obra “O banquete” de Platão, até o apresentado por Kant em uma das suas “Questões casuísticas”. Evidenciar quais são essas tais regras e o que elas devem, em um banquete, promover para que ele seja considerado bom ao ser humano é o que permitirá que se alcance a conclusão aqui almejada.

## O dever de negar a glutoneria

Para destacar que Kant procura fundamentar o dever de não ser guloso é preciso, primeiro, esclarecer o que é essa tal gula. Nos seus “Princípios metafísicos da doutrina da virtude”, o autor caracteriza, primeiro, a gula da seguinte forma: “A intemperança animal na fruição da comida constitui abuso dos meios de fruição que inibe e esgota a faculdade de os usar intelectualmente.” (KANT, *MS, AA 06*, 427).

Em definições mais gerais do caráter do sujeito afligido pela glutoneria, é possível reconhecer que: “Um glutão no sentido usual da palavra é uma pessoa que

anseia por comida e é mais preocupado com quantidade do que qualidade.” (IRVINE, 2011, p. 916, trad. livre).

Um ponto curioso e mais tradicional é que é possível argumentar, a partir da “analogia do apetite” de Platão, na República, que assim como há a gula física, por comida, também é possível uma espécie de glotoneria subjetiva, de modo que a gula se trata de um vício ao qual não só pode estar sujeita a corporeidade, mas também as disposições mentais e “o desejo de saber pode também buscar muito, muito rapidamente, a um preço muito alto; se pode chamar isso de gula intelectual.” (HINTZE, 2009, p. 1, trad. livre).

Apesar dessa ser uma antiga reflexão, ela traz à tona uma questão contemporânea, que é a manifestação desta “gula intelectual” no vício em internet, o qual: “tem se tornado uma síndrome moderna” (LEUNG; LEE, 2011, p. 2, trad. livre).

Agora, independente do contexto, a gula parece estar sempre ligada à noção de intemperança, presente em estudos aristotélicos, que também repercutem na contemporaneidade já que: “muitos problemas sociais contemporâneos surgem da indulgência inapropriada em comida, bebidas e/ou sexo. A temperança (*sophrosyne*) é a virtude aristotélica que governa essas três coisas” (CURZER, 1997, p. 5, trad. livre).

Para explicar o que é esse governo da temperança, Aristóteles realiza a explicação do que a constitui já a relacionando à sua aplicação prática, na conduta de vida dos humanos, de modo a reconhecer que:

a pessoa que aproveita todo prazer e nunca restringe a si mesmo se torna intemperante, enquanto a que evita todo prazer – como os rudes fazem – se torna, por assim dizer, insensível. [...] Ao abstermo-nos de prazeres nós nos tornamos temperantes e tendo nos tornado assim nós somos mais capazes de nos abstermos deles. (ARISTÓTELES, *Ética a Nicômaco*, 1104a-b, trad. livre)

Com isso, é possível retomar à definição que foi aqui trazida à tona inicialmente, de Kant, quando ele conclui que é o “abuso dos meios de fruição que inibe e esgota a faculdade de os usar intelectualmente.” (KANT, MS, AA 06, 427), pois segundo Aristóteles é necessário uma mediania, na medida em que o usufruir de tudo sem qualquer restrição leva à intemperança, mas, por outro lado, o privar-se de tudo com absoluta restrição conduz à insensibilidade, ou seja, a um prejuízo da faculdade dos sentidos, da capacidade de apreensão do modo como o que existe se apresenta ao sujeito. É necessário, portanto, para Aristóteles e Kant, abster-se dos prazeres, sim, para ser cada vez mais capaz de um viver mais livre, com menos exigências e isso é relevante na medida em que se tais necessidades corpóreas forem cada vez maiores – como são no caso dos intemperantes – menos disponibilidade de energia e tempo de vida o sujeito terá para, livremente, exercer as suas capacidades de usar os meios de fruição intelectualmente. Porém, também não seria bom levar tal restrição ao extremo de adormecer esses também necessários e proveitosos meios de fruição.

Apesar de já começar a se delinear aqui como o não ser glutão se mostra incluso dentro “Dos deveres perfeitos para consigo próprio”, como indica Kant, ainda é possível esclarecer melhor essa dimensão do dever na filosofia kantiana da “Doutrina da virtude”. Antes, Kant faz uma diferenciação a respeito do tipo de dever que aqui se trata, isto é, que:

Não julgaremos aqui o vício deste tipo de intemperança na base do dano ou das dores corporais, ou até mesmo das doenças, que o homem contrai por via dele; porque então a oposição a esse vício deveria fazer-se em razão de um princípio de bem-estar e de conforto (por conseguinte, de felicidade), princípio esse que, no entanto, não pode nunca fundamentar um dever, mas tão somente uma regra de prudência (*Ibid.*).

Portanto, Kant diferencia que o dever de não ser glutão – assim como qualquer outro dever – não é uma regra de prudência, ou seja, não se trata de um princípio para promover bem-estar, conforto ou felicidade. Como também fica claro na “Primeira seção” da sua “Fundamentação da metafísica dos costumes”, a respeito da “Transição do conhecimento moral da razão vulgar para o conhecimento filosófico”:

A boa vontade não é boa por aquilo que promove ou realiza, pela aptidão para alcançar qualquer finalidade proposta, mas tão somente pelo querer, isto é, em si mesma [...] Para desenvolver, porém, o conceito de uma boa vontade [...] vamos encarar o conceito do Dever que contém em si o de boa vontade [...] Deixo aqui de parte todas as ações que são logo reconhecidas como contrárias ao dever, posto que possam ser úteis sob este ou aquele aspecto; [...] é fácil então distinguir se a ação conforme ao dever foi praticada por dever ou com intenção egoísta. (KANT, *GMS*, BA 4, 8-9)

Portanto, não ser glutão, enquanto postura útil para promover bem-estar, conforto ou felicidade, pode ser reconhecido como contrária ao dever. O dever tem em si a boa vontade que é boa só pelo querer, em si. Assim também deve ser o dever de não ser glutão. Bom em si e não para algo. Não interessaria a Kant, por exemplo, que “A obesidade tornou-se problema de saúde pública, uma vez que as consequências para a saúde são muitas e variam do risco aumentado de morte prematura a graves doenças [...] debilitantes, que afetam diretamente a qualidade de vida.” (TAVARES *et al.* 2010, p. 359-360). A imoralidade da falta de moderação no alimentar-se, por si própria, sem nenhuma outra finalidade, permanece para Kant “mesmo sem tomar em consideração os prejuízos físicos do excesso, que podem, porventura, ser eliminados pelo médico.” (KANT, *MS*, AA 06, 428)

Ao mesmo tempo, Kant não nega, mas reconhece que tais efeitos colaterais existem e que “em razão do excesso de comida, o homem encontra-se num estado tal que está inibido durante certo tempo para realizar ações que requerem agilidade e reflexão no uso de suas forças.” (KANT, *MS*, AA 06, 427). Assim como, apesar de tais efeitos colaterais não poderem ser motivadores do dever, podem ser sintomas do seu descumprimento, evidenciando “que colocar-se num tal estado representa uma violação de um dever para consigo próprio.” (*Ibid.*)

## Os meios de fruição em sentido intelectual

Diversas vezes aqui se falou em “meios de fruição”, como necessários ao humano e mesmo proveitosos intelectualmente. É necessário, portanto, trazer à tona uma definição kantiana do que são esses tais meios. A palavra que Kant utiliza em alemão para falar em fruição é “*Genuß*”, como na afirmação “*Die thierische Unmäßigkeit im Genuß der Nahrung*” (KANT, *MS*, AA 06, 427) e esta pode ser traduzida, também, por “prazer, gozo, deleite, desfrute, indulgência, agrado” (*Linguee Wörterbuch*, 2024). Neste caso, portanto, parece intuitivo concluir que o meio ou sentido de fruição da comida é, principalmente, o paladar.

Agora, neste exemplo de citação original ao alemão também é interessante ressaltar a palavra traduzida ao português por José Lamego como “comida”, originalmente “*Nahrung*”, pois ela também se encontra em “*Ernahrung*” que tem, por sua vez, o principal sentido de se tratar da “alimentação, dieta, nutrição” (*Ibid.*), assim como um nutricionista é chamado de “*Ernährungsberater*” (*Ibid.*). De modo que a comida demonstra ter sim um sentido prazeroso, pelo paladar, mas o alimento, em si, parece estar principalmente ligado ao nutrir e não ao fruir prazeroso. Esse prazer pode ser encarado, em leitura kantiana, como uma agradável consequência do alimentar-se, mas não como a sua finalidade. O extremo valorizar do prazer que se obtém pelo nutrir do próprio corpo, ou seja:

A gula encontra-se, nesta medida, também entre aqueles prazeres animais dos sentidos, dado que emprega unicamente os sentidos como disposições passivas, não recorrendo sequer à imaginação, que, no entanto, é ainda um jogo ativo das representações, como é o caso da fruição a que acima aludimos [meios estupefacientes]; por conseguinte, aproxima-se ainda mais da fruição dos animais. (KANT, *MS, AA 06, 427*)

Assim, Kant caracteriza a gula como um prazer típico dos animais, que se utiliza dos sentidos para ser fruído, empregando-os passivamente. Todo o prazer do glutão é pela ingestão do alimento. Sua fruição está toda nesta recepção. A partir dela, nada mais além se faz.

Esse tipo de fruição, completamente passiva é contrastada por Kant àquelas que podem até ser fruídas passivamente, mas após a recepção desse algo do qual se frui promovem a imaginação enquanto jogo ativo das representações. É o caso da fruição promovida por “bebidas fermentadas, mas também por outros meios estupefacientes, como o ópio e outros produtos do reino vegetal” (*Ibid.*). Agora, fica em aberto ao senso comum contemporâneo o que é algo estupefaciente, mas isso pode ser entendido como aquilo “que causa grande surpresa ou assombro.” (Michaelis, 2024). Alimentar-se, em geral, não torna a realidade surpreendente ou assombrosa, a menos que se alimente de um desses “outros produtos do reino vegetal” como, por exemplo, o “Mescalito” mencionado nas obras de Carlos Castañeda, “um pequeno cacto sem espinhos com alcaloides psicoativos, particularmente a mescalina” (Wikipédia, 2024), a respeito do que o autor narra uma possível experiência:

Abaixei-me, peguei um ao acaso e o pus na boca [...]. Mordi, dividindo-o em dois, e comecei a mastigar um dos pedaços. Senti um amargo forte e pungente; num momento, toda minha boca estava dormente. [...] A passagem de meu estado normal se dera quase sem eu sentir: eu tinha consciência; meus pensamentos e sentimentos eram um corolário dessa consciência; e a passagem foi clara e suave. Mas essa segunda modificação, o despertar para uma consciência clara e sóbria, foi verdadeiramente chocante. Eu tinha esquecido que era homem! A tristeza de uma situação tão irreconciliável foi tão intensa que eu chorei. (CASTAÑEDA, 1968, p. 41-45)

É claro, ninguém se nutre fundamentalmente de um tal pequeno cacto que provoque tais sensações e, por isso, Kant separa esses “produtos do reino vegetal” dos alimentos. Agora, entregar-se à fruição de tais produtos vegetais, para Kant, parece ser – em um sentido bem restrito – mais proveitoso ao humano do que ceder ao vício da gula, pelo fato de que tais meios estupefacientes são justamente promotores de espanto e isso é quase que uma causa de disposição filosófica, na medida em que já Aristóteles reconhecia que:

foi a admiração que levou as pessoas a filosofarem, tanto hoje quanto outrora. No princípio, admiraram-se com enigmas mais comezinhos. A seguir, avançando aos poucos, passaram a intrigar-se também com dificuldades de maior monta [...] à gênese de tudo. Ora, quem se intriga e se admira julga desconhecer. (ARISTÓTELES, *Metafísica*, 982b 10-15)

Uma virtude filosófica que meios estupefacientes, por vezes, podem forçar o ser humano a desenvolver, ao menos por um momento, na medida em que provocam espécie de recorrência ao imaginar como um jogo ativo das representações, que fogem da sua dinâmica padrão e promovem um estranhamento da realidade percebida. Porém, Kant não se alonga em uma defesa apologética de tais meios na medida em que julga que, assim como a alimentação:

isso torna-se tentador porque, com isso, nem que seja por um instante, se obtém a felicidade sonhada e a libertação de preocupações e, até mesmo, uma força imaginária; no entanto, é pernicioso porque, subseqüentemente, arrasta consigo abatimento e debilidade e, o que é pior, a necessidade de recorrer de novo a este estupefaciente e até mesmo de aumentar a quantidade. (KANT, *MS*, AA 06, 427)

## A moralidade do banquetear-se

Apesar de a gula ser considerada entre os prazeres animais dos sentidos, sem estimular a imaginação pelo jogo ativo das representações, não necessariamente, ao se alimentar, o sujeito será um glutão. Além disso, assim como os meios estupefacientes promovem, mesmo que temporariamente, uma força imaginária, também uma certa imoderação no se alimentar, pode promover algo de bom ao humano, na medida em que:

O banquete, como convite formal à intemperança em ambos os tipos de fruição, tem em si, para além do bem-estar físico, algo que almeja a um fim moral, a saber, o de manter juntos muitos homens e durante largo tempo para que comuniquem entre si; (KANT, *MS*, AA 06, 428)

Nesta apresentação do tomar parte em um banquete, Kant está em plena concordância com o que descreve Anderson de Paula Borges em uma introdução ao cenário em que se decorre a narrativa da clássica obra de Platão, “O banquete”:

A tradição destes jantares [...] era servir a comida primeiro. Quando todos já estavam saciados, os servos retiravam os alimentos, lavavam as mãos dos convidados e o simposiarca (mestre de cerimônias) mandava trazer a bebida. [...] propõe que a bebedeira seja moderada [...] e pede para que [...] dispense a garota que está executando a música. Assim, num clima depurado de outras distrações [...] era preciso produzir um discurso de louvor do Amor. Todos concordam com a proposta de fazer [...] um “banquete de discursos”. (BORGES, *in*. PLATÃO, 2017, p. 9)

Assim, o que se observa é que a imoderação comedida está justamente no comer prolongadamente, talvez por mais tempo do que se comeria estando a sós, mas também não além da saciedade. Em seguida, o comedimento da imoderação segue ao se dar logo início a uma “bebedeira”, como se o se alimentar não fosse o suficiente, na medida em que já atende às necessidades nutritivas essenciais das pessoas presentes. Porém, apesar de já ser, por si, um excesso, também se procura

“que a bebedeira seja moderada”. A finalidade de um banquete não estar unicamente nos meios de fruição, seja pela comida ou pela bebida, mas em almejar um fim moral de “manter juntos muitos homens e durante largo tempo para que comuniquem entre si” (KANT, *MS, AA 06, 428*), fica evidente na medida em que já na cena de “O banquete” de Platão se pedir para que se “dispense a garota que está executando a música” (BORGES, *in. PLATÃO, 2017, p. 9*), para que a atenção possa toda ser voltada ao “discurso” em questão.

Kant também dá as suas próprias regras para o banquetear-se, que apesar de ser um convite à imoderação, não deve se tratar de uma intemperança completa, mas visando um determinado propósito, que pode ser atingido por meios mais apropriados. A saber, para Kant:

pese embora, precisamente, a grande quantidade de convivas [...] não permitir senão uma escassa comunicação (com os vizinhos de mesa mais próximos), com o que a reunião contradiz aquele fim, permanecendo como uma incitação à imoralidade (KANT, *MS, AA 06, 428*)

Portanto, fundamental é que se possa comunicar bem com todos os presentes. Este se demonstra ser o propósito de um grande jantar, tanto segundo “O banquete” de Platão, quanto na “Metafísica dos costumes” kantiana.

Porém, na conclusão do pensamento kantiano a respeito “Do aturdimento de si próprio pela imoderação no uso da bebida ou da comida”, enquanto coloca as suas “Questões casuísticas”, o filósofo deixa em aberto uma questão à qual não responde: “Até onde chega a autorização moral para dar ouvidos a estes convites à intemperança?” (*Ibid.*). Aqui, no entanto, se quer propor que uma possível resposta para esta questão se encontra justamente na finalidade em comum reconhecida por Kant e Platão para o banquete: na comunicação. Esta mesma comunicação dialógica entre os presentes num tal jantar, para Platão, tem a capacidade de promover o encontro com uma resposta a tal questão deixada em aberto por Kant, isso porque ele narra que Sócrates teria reconhecido a pertinência das seguintes proposições de Diotima:

a vida humana vale a pena pela contemplação do próprio belo. Se alguma vez vires essa beleza, ela não te parecerá comparável à do ouro, da roupa ou à dos belos garotos e homens jovens, cuja visão deixa a ti e a muitos outros absorvidos. Aliás, se pudesses vê-los e frequentá-los continuamente, estarias disposto, se possível, a não mais comer e beber, somente vê-los e ficar com eles. Então, o que imaginamos que aconteceria àquele que pudesse ver o próprio belo: puro, limpo, não misturado, destituído de carnes humanas, cores e outras tantas frivolidades mortais? (PLATÃO, *O banquete, 211d-e*)

Assim, é possível concluir que: “a autorização moral para dar ouvidos a estes convites à intemperança” (KANT, *MS, AA 06, 428*) chega até o ponto em que se possa “ver o próprio belo: puro, limpo, não misturado, destituído de carnes humanas, cores e outras tantas frivolidades mortais” (PLATÃO, *O banquete, 211d-e*), isso porque a contemplação do belo em outras coisas que não em si, ou seja, impuro, sujo, misturado, constituído de carnes humanas, cores e outras tantas frivolidades mortais já é capaz de dispor uma pessoa a “não mais comer e beber”. Se ainda se come e se bebe, ainda mais quando se considera a imoderação nestes meios de fruição, segundo uma perspectiva platônica, isso acontece porque ainda não se contemplou o próprio belo.

Porém, é inegável que os filósofos, Platão, Kant, ou qualquer outro da modernidade ou contemporaneidade, ainda não parecem ter chegado a uma tal contemplação para ter o pleno conhecimento do belo, compartilhá-lo e livrar a humanidade dos prejuízos das intemperanças. Isso porque “o único conhecimento que o filósofo efetivamente possui é o conhecimento dos seus próprios limites, de até onde pode chegar e o que precisa fazer para atingir este fim, sempre ávido, tal qual *Erōs*, em busca do belo e do bem.” (PAMPLONA, 2020, p. 188). Este limite, como estabelecido por Platão e Kant é o da comunicação discursiva. É até onde o filósofo pode chegar e é esse processo dialógico o que ele deve realizar para atingir o propósito do amor em busca do conhecimento do belo, que é o próprio bem.

## Conclusão

O que se conclui, a partir desta apresentação, portanto, é uma defesa da possibilidade de argumentar que, apesar de Kant se colocar enquanto expressamente contra a gula, o filósofo não repreende que, sob um determinado propósito, seguindo certos critérios, o convite à intemperança que é um banquete, pode ser bom ao ser humano, sem necessariamente torná-lo guloso por tomar parte em uma atividade assim.

O propósito de um banquete deve ser a comunicação entre os presentes, mantendo-os juntos por um largo tempo, dispostos ao diálogo, como outras atividades poderiam, talvez, não permitir. Em seguida, os critérios que se apresentam para tal largo tempo que se passa juntos é, primeiro, que não sejam muitos os presentes, para que a comunicação possa ocorrer entre todos. Também se dá destaque à questão da intemperança não ser completa, mas ainda com algum grau de moderação. Também não devem haver distrações para além do banquete, que possam até promover outras fruições, mas atrapalhem a comunicação e, assim, impeçam a realização do propósito inicial da atividade que é o comunicar-se prolongadamente. Por fim, o que se contempla a partir de uma tal comunicação dialógica, entre pessoas que, por amor, sem ter em vista uma utilidade, buscam conhecer mais a respeito de algo, deve ser a verdade sobre o que quer que seja, o bem e o belo. Esta mesma contemplação, à medida em que se aproxima dela, pode ser apontada como o próprio remédio contra a viciosidade da gula, pois mesmo perante materialidades impuras, que julga belas, o humano é capaz de esquecer de alimentar-se, só para contemplá-las. Quanto mais perante a pura e bela verdade.

## Referências

ARISTÓTELES. **Metafísica**. Trad. Vivianne Castilho Moreira. Petrópolis: Vozes, 2024.

ARISTÓTELES. **Nichomachean ethics**. Trad. Roger Crisp. Cambridge: Cambridge University Press, 2004.

CASTAÑEDA, Carlos. **A erva do diabo**: os ensinamentos de Dom Juan – As experiências indígenas com plantas alucinógenas reveladas por Dom Juan. 13ª ed. São Paulo: Editora Record, 1968.

CURZER, Howard J. **Aristotle's account of the virtue of temperance in Nichomachean Ethics III.10-11**. *Journal of the History of Philosophy*, v. 35, n. 1, p. 5-25, jan. 1997

- HINTZE, Hannah. **Gluttony and philosophical moderation in Plato's Republic**. Dissertação. Chicago: The University of Chicago, dez. 2009.
- IRVINE, William B. **Overcoming energy gluttony: a philosophical perspective**. *Zygon*, v. 46. n. 4, p. 915-28, dez. 2011
- KANT, Immanuel. **A metafísica dos costumes**. Trad. José Lamago. 3ª ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2017.
- KANT, Immanuel. **Fundamentação da metafísica dos costumes**. Trad. Paulo Quintela. 2ª ed. Lisboa: Edições 70, 2019.
- LEUNG, Louis; LEE, Paul S. N. **The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks**. *New Media & Society*, p. 1-21, ago. 2011.
- LINGUEE WÖRTERBUCH. Disponível em: <<https://www.linguee.de>>. Acesso em 13 nov. 2024.
- MICHAELIS, Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa. Disponível em: <<https://michaelis.uol.com.br>>. Acesso em 13 nov. 2024.
- PAMPLONA, Matheus Abreu. **A ascese do Banquete e os limites da filosofia**. *Princípios: Revista de Filosofia*, Natal, v. 27, n. 54, p. 157 – 190, set. – dez. 2020.
- PLATÃO. **O banquete**. Trad. Anderson de Paula Borges. Petrópolis: Vozes, 2017.
- TAVARES, Telma B.; NUNES, Simone M.; SANTOS, Mariane de O. **Obesidade e qualidade de vida: revisão de literatura**. *Rev Med Minas Gerais*, v. 20, n. 3, p. 359-366, 2010.
- Wikipédia, A enciclopédia livre. **Lophophora williamsii**. Disponível em: <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Lophophora\\_williamsii](https://pt.wikipedia.org/wiki/Lophophora_williamsii)>. Acesso em 13 nov. 2024.

Recebido em: 01/2025  
Aprovado em: 06/2025