

**YOGA:  
DO CORPO, A CONSCIÊNCIA; DO CORPO À CONSCIÊNCIA.  
O SIGNIFICADO DA EXPERIÊNCIA CORPORAL EM PRATICANTES DE YOGA**

**Tales da Costa Lima Nunes**

**Mestrado em Antropologia Social  
Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social  
Universidade Federal de Santa Catarina**

**Orientadora:  
Prof(a). Dr(a). Sônia Weidner Maluf**

**Santa Catarina  
2008**

**Yoga:  
Do corpo, a consciência; do corpo à consciência.  
O significado da experiência corporal em praticantes de Yoga.**

**Tales da Costa Lima Nunes**

**Dissertação de Mestrado submetida ao corpo docente do Programa de Pós Graduação em Antropologia da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre.**

**Aprovada por:**

\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Sônia Weidner Maluf**

**- Orientadora**

\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Emerson Alessandro Giumbelli**

**- Banca examinadora**

\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Oscar Calavia Saez**

**Santa Catarina  
2008**

## **Agradecimentos**

Para chegar até aqui, devo agradecer a muitas pessoas. Algumas colaboraram diretamente na minha formação e na construção dessa pesquisa, outros tantos colaboraram indiretamente. Agradeço nominalmente aos que estiveram mais próximos nesses últimos dois anos e mantenho na memória os que ficaram mais distantes no tempo e no espaço.

Agradeço a Ricardo, meu pai, a Denise, minha mãe e a Susana, minha segunda mãe, por todo o apoio, amor e compreensão;

A Chris e a Jaya, que estiveram junto comigo nas horas mais difíceis;

A Tainá e a Samira, pela alegria.

A Iracema, pela amizade, pelas discussões teóricas e sugestões de pesquisa;

A Arjuna e a Lakshmi que colaboraram desde o início com a pesquisa e que são grandes amigos e companheiros;

A todos os grandes amigos do Yoga, amigos de todas as horas;

Ao mar e as ondas que estive sempre próximos, durante todo o processo de escrita deste trabalho;

A Karla, por todas as informações administrativas e todos os trabalhos prestados a nós alunos;

A todos os professores do PPGAS da UFSC;

E, finalmente, a Sônia Maluf, pela orientação.

## Resumo

Este trabalho traz uma análise do significado da experiência corporal de um grupo de praticantes de Hatha Yoga na cidade de Florianópolis. A partir da trajetória pessoal e dos ensinamentos de um instrutor aos seus alunos de um curso de formação, observo a construção de uma visão de mundo individualizante construída a partir do corpo. Dentro desse contexto, associei a visão de mundo *yogi* e a sua disseminação no ocidente ao que Dumont chamou de individualismo romântico. Denominei como busca romântica moderna o discurso de “resgate da tradição”, de retorno à essência, presente dentro do contexto *yogi* estudado. Discurso que é construído a partir de uma crítica ao “yoga físico” e alicerçado na visão de mundo do Vedanta. Esse trabalho contribui para as reflexões antropológicas acerca da representação do corpo e da formação do sujeito na contemporaneidade, bem como ajuda a repensarmos os estudos sobre o campo alternativo.

## Abstract

This study brings an analyses of the corporal meaning of being an *yogi*. By the personal itinerary and the teachings of an Yoga teacher and his students, I observed an world view centered in the self and built always in reference to the body. In this context, I associated the *yogi* world view with that Dumont called romantic individualism. I named as modern romantic search the speech of the reviving “tradition”. Speech which is built against a body centered Yoga. This work may contribute to anthropologic studies about representation of the body and to the new age cam of studies.

## Sumário

Introdução.....	01
Cap 1 - Do Romantismo à modernidade. Do Yoga como uma busca essencial aos Hatha Yogas como prática corporal.....	13
1.1. Descoberta/ encatamento: Românticos e a busca da essência na Índia; Transcendentalismo e Yoga.....	19
1.2. Psicologização/ experimento: a busca pela expansão consciência.....	29
1.3. Corporificação/ desencantamento: a secularização e a centralidade do corpo .....	34
1.4. Resgate/ reencantamento: Uma busca moderna da “tradição” .....	38
1.5. A Históriaêmica do Yoga .....	40
Cap 2 - O curso de formação e a construção de uma identidade <i>yogi</i> .....	58
2.1. O contexto do curso de formação.....	58
2.2. Descrição das aulas.....	66
2.3. Trajetórias: a história pessoal pelo corpo.....	86
2.4. A identidade <i>yogi</i> e o consumo.....	101
Cap 3 - A visão de mundo do Yoga e do Vedanta .....	105
3.1. A construção do corpo <i>yogi</i> .....	106
3.2. O “Ser” como busca essencial.....	119
Cap 4 - Uma busca romântica moderna: a voz da tradição .....	131
Considerações finais.....	150
Referências bibliográficas .....	154

Por mais intensa que seja a minha experiência, estou cômico da presença e da crítica de uma parte de mim, que, como se não me pertencesse, fosse um espectador sem nenhuma participação na experiência, apenas anotando-a; e esta parte de mim não é mais ou menos do que é vós. Quando chega ao fim a comédia ou, quem sabe; a tragédia da vida, o espectador vai-se embora. Até onde lhe dizia respeito foi uma espécie de ficção, uma simples obra de imaginação.

(Henry Thoreau, em *Walden ou a vida nos bosques*)

## Introdução

### O meu contato com o objeto

Em 1994 morava no Rio de Janeiro e o meu irmão mais velho era surfista profissional. Eu costumava acompanhá-lo nas competições. Numa das viagens, na qual ele estava com a sua equipe, vi um dos seus companheiros fazendo uns barulhos esquisitos com a respiração e resolvi perguntar que diabos ele fazia. Ele me respondeu: “É Yoga, ajuda no surf”. A idéia que eu tinha do Yoga, era que se resumia em sentar em posição de meditação e ficar, imóvel, e de preferência tentando não pensar em nada por muito tempo. Aquele primeiro contato com o Yoga ficou na minha cabeça.

Em 1997, de volta a minha cidade natal, Aracaju, vi uma faixa na rua oferecendo aulas de Yoga. Aquilo chamou-me a atenção e fez-me lembrar dos barulhos estranhos que o amigo do meu irmão fazia com a respiração. Decidi fazer uma aula para experimentar. Como não conseguira anotar o telefone da escola, cheguei em casa e fui à lista telefônica. Não tinha como eu ficar em dúvida, havia apenas uma escola na lista. Na semana seguinte fui à minha primeira aula de Yoga. Cheguei e a secretária disse: “olha, essa aula nessa turma só tem idosos, a aula com o filho do professor é amanhã”. Como eu já estava lá mesmo e não queria perder a viagem fiz a aula. Eram cerca de quinze senhoras e eu no meio. Elas estranharam a presença de um jovem de dezoito anos na sala. Gostei da aula e no dia seguinte estava lá novamente, mas para fazer a aula do filho, para jovens. Eram três a quatro alunos e eu, numa aula mais exigente fisicamente. Naquela época havia ainda uma maior associação do Yoga como terapia direcionada predominantemente a pessoas de terceira idade. Gostei muito das duas aulas, mas acabei ficando no grupo dos jovens<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Naquela época o público majoritário do Yoga, em Aracaju, era de idosos. Hoje já existe uma

Nesse período o meu professor ensinava *Power Yoga*, uma ramificação modificada nos Estados Unidos de uma corrente de Yoga originária de Mysore, na Índia, chamada de *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*. Esta é uma prática extremamente exigente fisicamente, com posturas corporais, *āsanas*, muito difíceis de se fazer. O *Power Yoga* é uma prática que foi adaptada para que, creio, mais pessoas pudessem ter acesso e para que fosse comercialmente mais atrativa. Percebi, já naquela época que o Hatha Yoga poderia ser uma prática diversificada. Comecei a estudar mais a fundo o tema.

Na época, era praticante de Jiu-jitsu, participava de competições, e senti que as práticas de *Power Yoga* me deram mais flexibilidade e calma para as lutas. Comecei a praticar cada vez mais, a estudar e a pesquisar sobre Yoga. E foi nessa época que o instrutor Pedro Kupfer foi levado a Aracaju pelo meu professor para dar um curso de *Pranayamas*, exercícios respiratórios. Esse foi o meu primeiro contato com ele, que já morava em Florianópolis.

Nessa época, já entre 1999 e 2000, o meu professor naquela época fez uma excursão à Índia com Pedro e eu tive contato com um de seus livros. Dessa época em diante, acompanhei o surgimento de escolas e o aumento do número de praticantes de Yoga em Aracaju e, pela internet, acompanhava a trajetória de Pedro. A publicação de mais livros e a divulgação de seu curso de formação.

No final de 2004 vim a Florianópolis conhecer a Universidade Federal de Santa Catarina e, na época, estranhei o fato do instrutor Pedro não estar mais trabalhando com o *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*. Ele havia mudado o rumo de sua prática e se aproximado do Vedanta. Observei, a inserção do Vedanta no meio *yogi*. Junto com a inserção do Vedanta, uma crítica ao Yoga como prática física e toda uma discussão acerca do papel do corpo na prática de Yoga. Essa discussão que percebi emergente em campo, suscitou-me algumas questões de pesquisa. Há a emergência de um contexto de ressignificação do trabalho corporal e de reconfiguração das questões do corpo e da consciência/espírito no universo do Yoga? O que representa ser *yogi*? como se constrói a identidade *yogue*? qual a representação do corpo nessa construção?

---

mistura maior e um maior número de escolas e de professores. Este ano, 2007, três pessoas fizeram o curso de Formação de Yoga de Pedro em Florianópolis.



Inserido no campo antes mesmo de começar a pesquisa, percebi uma rede formada a partir de Pedro e que era a partir dele que as problemáticas sobre o corpo eram levantadas e ao mesmo tempo ele se mostrava como importante divulgador do Vedanta. Observei que havia um discurso de “volta à tradição”<sup>2</sup> - que poderia estar ligado à mudança de centralidade da prática de Yoga, do corpo à consciência - presente em alguns contextos do yoga em Florianópolis e era veiculado por meio de cursos de formação de instrutores e de palestras, principalmente por Pedro. Os traços dessa relação estavam associados às falas sobre a necessidade de se manter os valores morais e espirituais que acompanham a filosofia do Yoga, bem como o esforço de “não deixá-lo se tornar uma prática apenas física”; “o corpo deve ser um meio e não um fim”. Percebi que viagens à Índia eram estimuladas e organizadas como uma maneira de se “beber na fonte”.

Notei também que havia uma rede que era constituída pelo curso de formação de Pedro; pelo encontro nacional também organizado por ele, no qual uma professora de Vedanta considerada referência no meio, Lalita, esteve presente nos últimos três anos; pelos cursos que tanto Pedro quanto Lalita ministram Brasil afora; e recentemente observei, em Florianópolis, a formação de grupos de estudo de Vedanta em escolas de Yoga, a partir dos CDs de aulas gravadas por Lalita.

Então, o foco principal de observação desta pesquisa esteve sobre os ensinamentos que Pedro ministrou no seu curso de formação. O seu curso de formação completo consta de dois módulos, ou seja, dois meses de imersão durante o qual os alunos ficam juntos praticando e estudando Yoga.

Dentro desse contexto, tendo o curso de formação como um recorte dentro da rede que mencionei como recorte maior, pretendi observar, a partir dos

---

<sup>2</sup> Tradição aqui no sentido colocado por José Jorge de Oliveira (1992) em “Características do fenômeno religioso na sociedade contemporânea”. Ele fala, na área da “técnica espiritual”, de uma redução empobrecedora destas por uma dificuldade de conciliação entre a cosmovisão ocidental moderna, racionalista e cientificista, com “visões de mundo tradicionais, sustentada por princípios metafísicos supra-sensíveis” (p.12). É interessante perceber que algumas críticas colocadas por ele em relação à perda da “tradição” estão presentes dentro do próprio discurso nativo de resgate da mesma: a questão da utilização de técnicas fora de contexto; a falta de crédito em relação a muitos dos mestres hoje; a apropriação de técnicas espirituais, através dos trabalhos com o corpo e a sua exploração profissional.

ensinamentos de Pedro e de relatos de seus alunos, o papel do corpo na experiência *yogi*. A partir do corpo, valores são incorporados, o individualismo como valor é reforçado e o discurso de defesa da tradição é construído.

Este trabalho tem também a pretensão de, a partir da observação de um grupo *yogi*, mostrar que, em meio à “errância” (Leila Amaral 1999), ao sincretismo e ecletismo colocados como próprios das práticas alternativas, há a assimilação de complexas visões de mundo, há filiações mais sólidas e há também reivindicação por status de “tradição”. Trabalhos nesse sentido foram realizados por Sonia Maluf (1996), José Bizerril Neto (2001), Maria Macedo Barroso (1996).

## **Metodologia**

Roberto Cardoso de Oliveira falou sobre a importância do ouvir, do olhar e do escrever no trabalho de campo. No mesmo sentido, Maluf (1999) faz uma analogia entre o antropólogo e os anjos do filme “Asas do Desejo”, de Wim Wenders. Ambos “se debruçam sobre os humanos, sobre seus ombros, tentando escutar seus diálogos interiores, suas queixas, seu sofrimento, suas histórias” (p.01) E nesse debruçar-se, que representa o encontro com outro, busca, “além de olhar, ver; além de ouvir, escutar, além dos fatos, sentido” (p.01)

A partir disso podemos, então, falar em dois momentos colocados por Geertz (1989). O “being there”, que se resumiria ao trabalho de campo, e o “being here”, momento do retorno e que consiste no escrever colocado por RCO, na busca de sentido colocado por Maluf, ou na busca de interpretação para Geertz. Esse sentido, ou interpretação, que é a interpretação antropológica, constrói uma leitura sobre interpretações que os próprios nativos estão fazendo sobre o contexto no qual estão inseridos.

O caso aqui estudado, não é necessariamente uma análise e interpretação de histórias de vida, mas é um estudo no qual me debrucei sobre relatos, sobre os ensinamentos de Pedro aos seus alunos. Nesse sentido, o próprio contar já é um ato interpretativo, na qual o indivíduo reflete sobre si e dá sentido à sua história. E

esse dar sentido, que é uma experiência singular, está sempre atrelado a uma dimensão coletiva e social. É nessa dimensão coletiva que está interessado o antropólogo. É nessa dimensão que estou interessado ao escolher Pedro e seus alunos para escutar seus relatos pessoais. Por mais que o discurso de Pedro e dos alunos fale muito sobre si, esse falar sobre si já revela representações sociais. Neste estudo, por exemplo, revelou um discurso influenciado pelo valor individualista, sob influência de uma visão de mundo que constrói valores a partir do corpo.

Essa dimensão social presente no indivíduo foi levada em conta por Crapanzano (1980), ao afirmar que a história de vida de uma pessoa, Tuhami, carrega, implicitamente, senão explicitamente, os valores marroquinos, vetores interpretativos, padrões de associação, pressuposições ontológicas, orientações espaço-temporais e horizontes etimológicos que estão imersos no seu idioma. A figura de Tuhami, para ele, reflete, por exemplo, a hierarquia social tradicional marroquina, padrões de autoridade e atitudes frente a figura materna e paterna, homem e mulher, relações sexuais.

A trajetória de Pedro e seus ensinamentos no curso de formação refletem representações sociais sobre o indivíduo e sobre o corpo. Por Pedro ser uma figura paradigmática tanto da questão do papel do corpo dentro do *Haṭha Yoga*, quanto pela defesa veemente a “tradição” *yogi*, um estudo centrado em seus ensinamentos e em relatos de seus alunos, pode trazer-nos um panorama refletivo sobre a problemática em questão.

Isso posto, faz-se importante refletir, nesse trabalho, que para qualquer interpretação é necessário um distanciamento. Maluf (1999) coloca, citando Starobinski que não é apenas uma distância temporal, mas também identitária. Essa distância está presente nos relatos de história de vida, no qual o sujeito que conta coloca-se numa posição diferente do sujeito que é objeto de sua narrativa. Esse distanciamento de si que está presente nas próprias narrativas que pretendo abordar é um distanciamento semelhante ao distanciamento antropológico, ao “estranhamento do familiar”, colocado por Gilberto Velho (1978). Na realização desta pesquisa, por estar na posição também de nativo, o meu desafio é o de me

“des-envolver” em relação ao meu objeto para criar o distanciamento necessário para desenvolver a pesquisa.

Como comentei acima, a minha história pessoal dentro do Yoga é anterior ao contato com a Antropologia. Inclusive, atribuo a minha aproximação da Antropologia à inserção anterior no meio *yogi*. Pois ambos trazem em comum o teor de contestação. Como será apresentado no primeiro capítulo desse trabalho, o Yoga está inserido, no ocidente, dentro do que chamamos de campo alternativo. Esse campo teve sua origem, e esteve associado a ideais de contestação dos valores da modernidade. Igualmente, a Antropologia surgiu ligada a questionamentos de valores de uma modernidade que se consolidava.

José Jorge de Carvalho (2006) fez uma bela aproximação entre Antropologia e esoterismo nesse sentido e afirmou:

Apesar de aparentemente muito distantes entre si, essas duas correntes de pensamento são ao mesmo tempo herdeiras do projeto da modernidade e críticas do seu sistema de valores. (p. 03)

Dentro do campo do Yoga, esses ideais de contestação estão presentes no ocidente sob a forma de diferentes discursos, apresentarei algumas críticas que observei em campo<sup>3</sup>. Mas cito o trecho acima para eu mesmo arriscar uma aproximação entre um conceito do campo e discussões antropológicas.

Tanto na prática de Yoga, como observei, quanto no próprio fazer antropológico é exigido da pessoa um determinado afastamento. No primeiro caso, um afastamento sugerido pela prática de Yoga, um afastamento sobre si mesmo. No segundo caso um distanciamento proposto pela antropologia, que é um afastamento entre o antropólogo e o outro.

O exercício de colocar-se fora de si mesmo para observar-se como objeto foi sugerido diversas vezes como exercício *yogi* de reflexão. Essa objetificação é colocada em relação ao corpo, as emoções, aos pensamentos, ao ego. Observar-se como objeto é, para usar o termo que é usado em campo, a “desidentificação”

---

<sup>3</sup> Essa característica contestatória e ao mesmo tempo de defesa da interioridade e do caminho pessoal acima das forças sociais, associarei nessa pesquisa a características do movimento romântico.

para consigo mesmo. “Desidentificação” em relação aos aspectos de si mesmo, num exercício de distanciamento pessoal. Essa idéia de “desidentificação”, portanto, ajudou-me a exercitar o afastamento necessário entre eu e o campo. Pois, no meu caso, o campo está ligado a minha própria identidade e desidentificar-me com o campo consiste em desvincular-me, mesmo que temporariamente, de símbolos e referenciais que constroem a minha própria identidade.

O importante aqui é mostrar que a prática de Yoga sugeriu-me um exercício cognitivo semelhante ao fazer antropológico. O exercício de “desidentificar-se” - o qual no âmbito desta pesquisa também apareceu como “sair do automático” - por exemplo, pode ser associada ao “estranhamento do familiar” proposto por Gilberto Velho (1978), prática essencial ao fazer antropológico.

Foi exatamente esse estranhamento o exercício principal dentro dessa pesquisa, devido ao meu grau de envolvimento com o tema. Como etnografar um campo cujos símbolos são referência na identidade do próprio etnógrafo? Lidar com narrativas de amigos pesquisados?

Essa proximidade pessoal do etnógrafo com o tema traz dificuldades, mas também vantagens. E uma delas, acredito ser a profundidade com que o pesquisador imerge no tema, devido à extensão do tempo de pesquisa ser mais prolongado do que apenas o tempo antropológico de visita a campo, mas dentro desse tempo acrescenta-se o tempo vivido entre amigos, conversas informais e uma abertura muito maior por parte dos “informantes” (amigos).

A relação com os informantes apesar de talvez estar mais livre de conflitos externos, seja permeada de conflitos internos. O fato de transformar amigos, melhores amigos, em informantes e tratá-los como objeto de pesquisa é um trabalho que se faz a custo de algo. Uma coisa é ir à campo pesquisar e lá construir laços fraternos. Outra é pesquisar onde você já possui laços de fraternidade e de identidade.

Lidei, nessa pesquisa, com pessoas de classe média alta do Brasil. Pessoas bem informadas e críticas. Objetificar as práticas dessas pessoas, recortando-as, ora aproximando-me delas, ora afastando-me para poder escrever

sobre o que fazem, colocaram-me em posição híbrida<sup>4</sup> e de certa maneira desconfortável. Pois ao mesmo tempo pensava como essas pessoas iriam ver-se ali relatadas, sob os olhares do antropólogo que ao mesmo tempo é praticante e amigo.

Além desse conflito, houve um outro tipo de confrontação de ordem empírica. Esta refere-se ao que colocou Bizerril (2005) sobre a experiência de etnografar o movimento taoísta:

Ao adotar uma metodologia de campo centrada na experiência intersubjetiva dos nativos e do etnógrafo, sofro as conseqüências biográficas da própria etnografia: não há como etnografar com o corpo sem sentir na carne os efeitos da etnografia. Tanto confrontar as exigências derivadas do modo de vida acadêmico – medidas em rugas, olheiras, discretos fios de cabelo branco surgidos em idade precoce, tensão muscular, noites mal-dormidas e vista cansada – quanto as alterações produzidas no corpo e na identidade do etnógrafo por se deixar imergir no mundo do nativo, no caso principalmente pelos efeitos, de “transporte” e “transformação”, decorrentes dos treinamentos.

No meio *yogi* algumas disciplinas pessoais são observadas. No meu caso o vegetarianismo e a não ingestão de álcool foram fatores que por vezes restringiram as possibilidades de socialização que são comuns e estão associadas ao ambiente acadêmico. Ir ao barzinho com os colegas tomar umas cervejas, comer tira-gostos e discutir as teorias e os campos de pesquisa, foram pouco ou quase nada aproveitados por mim.

Quanto aos cabelos brancos colocados por Bizerril, estes não deram tempo de aparecer, estão a cair antes do tempo. A tensão muscular foi amenizada pelas práticas corporais *yogis*, mas as noites mal dormidas e o cansaço nos olhos foram inevitáveis na fase final do trabalho.

Outra colocação relevante na citação de Bizerril (2005) e que nos interessa aqui é a questão da metodologia. Que metodologia é essa comentada por Bizerril? Embasado no conceito de *embodiment*<sup>5</sup> de Csordas, Bizerril propôs expor-se

---

<sup>4</sup> Sobre o papel híbrido dos antropólogos, ver Carvalho (1993).

<sup>5</sup> Assim, resumidamente, Csordas refere-se ao conceito: “embodiment’ as an indeterminate methodological field defined by perceptual experience and mode of presence and engagement in

corporalmente à experiência taoísta. Da mesma maneira expus-me a experiência do curso de formação de Yoga, ministrado pelo instrutor Pedro. As razões da escolha desse curso e mais detalhes sobre ele serão expostos no decorrer do trabalho.

A experiência ligada à prática de Yoga, bem como no taoísmo estudado por Bizerril, não pode ser desvinculada da vivência corporal. No taoísmo, como nos relata Bizerril ao falar da hipótese de sua etnografia, existe uma concepção e um conhecimento diferenciado do corpo e os efeitos das técnicas corporais derivam delas mesmas, da adoção de determinadas posturas e da realização de certos padrões de movimento. Assim, é preciso mergulhar na realidade cultural, e nesse caso corporal, do outro. Assim foi feito neste trabalho, em horas de exposição a práticas corporais, para além do olhar e do ouvir (RCO, 2006) uma vivência no qual todos os sentidos estão envolvidos, em práticas de meditação de posturas corpóreas (*āsanas*), exercícios de respiração (*prāṇāyāmas*).

Mergulho semelhante foi feito por Loic Wacquant (2002) no mundo do boxe, dentro do qual o centro da observação do etnógrafo era a experiência corporificada do indivíduo. Então, Wacquant, teoricamente orientado por Bourdieu, em “Corpo e alma: notas etnográficas de um aprendiz de boxe”, propõe, como ele mesmo coloca no prefácio:

fornecer uma demonstração em atos da fecundidade de uma abordagem que leva a sério , tanto no plano teórico, quanto metodológico e retórico, o fato de que o agente social é, antes de mais nada, um ser de carne, de nervos e de sentidos (no duplo sentido de sensual e de significante), um “ser que sofre (*leidenschaftlich Wesen*, dizia o jovem Marx em seus manuscritos de 1844) e que participa do universo que o faz e que, em contrapartida, ele contribui para fazer, com todas as fibras do seu corpo e de seu coração. (p. 11)

Seu mergulho no mundo do boxe foi de tal maneira profundo que ele se tornou um boxeador. As suas inquietações tornaram-se, então, inquietações de pesquisador e de boxeador:

---

the world” (p. 12)

Será que eu seria capaz de aprender esse esporte dentre todos, os mais exigentes e rudes, de controlar seus rudimentos de modo a conquistar um pequeno lugar no universo ao mesmo tempo fraternal e competitivo da luta, de entretecer com os membros da academia relações de respeito e de confiança mútuos e, portanto, finalmente, de realizar meu trabalho de pesquisa sobre o gueto? [...] uma vez entendido o que é o ofício do boxeador, no sentido de ocupação, de estado social, mas também de mister e de mistério (segundo a etimologia da palavra *mestier*), “no corpo”, com meus punhos e minhas vísceras, e estando eu mesmo tomado, capturado e cativado por ele, será que eu conseguiria retraduzir essa compreensão dos sentidos em linguagem sociológica e encontrar as formas expressivas adequadas para comunicá-la, sem com isso amenizar suas propriedades mais distintas? (p.15).

Assim, esse trabalho é fruto de reflexões, conflitos, aproximações e afastamentos. Mas, sobretudo, se possível colocar linearmente, entre um mergulho - uma imersão “visceral”, “capturado” e “cativado” pelo campo, para usar adjetivos propostos por Wacquant - no mundo do Yoga e uma emersão, um afastamento, na tentativa de retraduzir a compreensão da imersão em linguagem antropológica.

Para a realização dessa pesquisa, participei de dois módulos do curso de formação do instrutor Pedro Kupfer, julho e setembro de 2007. Dentro do curso, gravei todas as aulas ministradas por Pedro e realizei entrevistas gravadas com participantes, que foram vinte e dois no primeiro e doze no segundo. Dentro do curso, mergulhei no universo do Yoga e li os livros recomendados por Pedro bem como os seus livros. Os livros de Pedro e as apostilas que fornece como material de estudo para o curso ajudaram na construção do capítulo sobre a visão de mundo *yogi* transmitida no curso. Os livros de Vedanta e as aulas gravadas em cd por Lalita que foram sugeridos tanto por Prashanta quanto por seus alunos, ajudaram na construção da visão de mundo do Vedanta. A partir do curso de formação, observei a rede que se formava em torno de Pedro. Decidi, então, participar do encontro nacional em outubro que atraiu cerca de trezentas pessoas de todo o país. Lá assisti as aulas de Lalita e escutei comentários sobre a mesma.



Além da observação do curso e do encontro, acompanhei artigos e debates surgidos a partir deles via internet, bem como pesquisei *sites* para obter informações sobre comentários que obtinha em campo.

No primeiro capítulo deste trabalho, apresento um panorama geral sobre o Yoga no ocidente e discuto alguns valores que observei presentes no meio *yogi* atualmente à luz de debates já postos por outros autores, tanto acerca do Yoga quanto do campo alternativo.

Percorrendo trajetória similar a de Barroso e Carvalho, apresento a inserção do Yoga no ocidente e relaciono essa inserção à formação do campo alternativo hoje. Apresento essa inserção como dividida em quatro períodos. São eles: descoberta/encantamento; psicologização/experimento; corporificação/desencantamento e resgate/reencantamento.

No segundo capítulo discuto o ethos do grupo *yogi* estudado, apresentando o curso de formação, descrevendo as aulas e a in-corporação da prática de Yoga. No mesmo capítulo, mostro como alguns participantes do curso de formação contam a sua história pessoal a partir do corpo. E, por último, menciono o aspecto do consumo relacionado ao Yoga.

No terceiro capítulo, apresento a visão de mundo *yogi*, e defendo a idéia de que a visão de mundo *yogi* possui três elementos – reconhecimento do inconsciente, a crença num “Eu” interior e a associação entre corpo, mente, emoções e espírito - que são fundamentais na sua disseminação no ocidente e que ao mesmo tempo são apropriadas e reinterpretadas num contexto no qual o valor individualista é predominante.

Neste mesmo capítulo apresento a idéia de copo sutil e a construção da dualidade entre equilíbrio e desequilíbrio, alguns valores defendidos no meio e os seus aspectos utilitários. Posteriormente, mostro a divisão êmica entre “prática”, associada ao Yoga e “estudo”, associado ao Vedanta, ao mesmo tempo que discuto a visão de mundo do Vedanta e a sua idéia de “Consciência” ou “Ser”.

No quarto e último capítulo, apresento o discurso de defesa à “tradição e em contraposição a que é construído tal discurso. Discurso que é embasado pelo Vedanta e que defende a filiação e mostra um forte caráter de retorno ao texto, de

maneira semelhante ao espiritismo kardecista estudado por Bernardo Lewgoy (2004).

### **Transliteração**

Existem duas convenções de transliteração do alfabeto sânscrito para o alfabeto latino. Uma delas é a Havard Kyoto, que geralmente é usado em emails e em textos eletrônicos, pois não necessita fontes especiais que sejam compatíveis com o programa de computador que insere os diacríticos como: ā, ṅ, ñ. A outra convenção, que será usada aqui é a ISO 15919, uma convenção internacional que data de 2001. Escolhi essa convenção por ser a mais usada em livros. E igualmente é a convenção usada por Pedro em sua apostila. Portanto, os termos em sânscrito aparecerão neste trabalho em *itálico*, com diacríticos, se houverem, e em fonte diferente, pois é necessário para que os diacríticos sejam inseridos.

## **1. Do Romantismo à modernidade. Do Yoga como uma busca essencial aos Hatha Yogas como prática corporal.**

Pretendo, neste capítulo, apresentar um panorama geral sobre o Yoga no ocidente, discutir alguns valores que observei presentes no meio *yogi* atualmente, à luz de debates já postos por outros autores tanto a cerca do Yoga quanto do campo alternativo e apresentar a história êmica do Yoga.

Há muito hoje escrito sobre o campo alternativo no Brasil, porém são poucos os trabalhos que trazem uma abordagem antropológica especificamente sobre Yoga. Começemos, então, por uma contextualização do Yoga no meio em que está inserido, pois este, no ocidente, faz parte de um fenômeno mais amplo denominado por alguns autores de “práticas alternativas”. Esse é um termo cunhado para descrever as novas formas de espiritualidades que estão associadas às práticas terapêuticas que se encontram às margens das religiões institucionalizadas e às margens da biomedicina. Nas últimas duas décadas, diversas pesquisas foram realizadas sobre o tema, as quais levantaram questões importantes a serem discutidas. Entre elas está a questão da secularização e do papel do corpo no trabalho terapêutico, que serão apresentadas aqui.

De acordo com Carozzi (1999), em seu trabalho sobre a Nova Era, esse movimento é constituído por uma rede internacional de indivíduos que vivem em centros urbanos do ocidente, e, na sua maioria, possuem alto grau de educação. Essa rede é formada por consultores e consulentes; por facilitadores, coordenadores, terapeutas, conferencistas e membros de auditórios; mestres e discípulos; difusores e receptores tanto do movimento esotérico, de disciplinas espirituais e místicas orientais, como de uma ampla gama de técnicas nutricionais, terapêuticas, psicoterapêuticas e corporais. Muito foi falado sobre a heterogeneidade e o caráter de bricolagem do campo alternativo.

Ao pesquisar bibliografia sobre o assunto, percebi que o mesmo fenômeno, por sua amplitude e heterogeneidade, foi conceitualizado de diferentes maneiras. Além do termo “práticas” ou “terapias alternativas” alguns estudiosos também denominaram de: “nebulosa místico-esotérica”<sup>6</sup>, “terapias ou culturas de nova era”, “terapias pós-psicanalistas”<sup>7</sup>, “movimento neo-esotérico”. Os nomes

---

<sup>6</sup> Citada no trabalho de Maluf (1996), como uma expressão utilizada por Champion (1989 e 1990). De acordo com a autora, o termo “nebulosa” foi usado primeiramente por Maitre (1987).

<sup>7</sup> Jane Russo (1991).

diferenciam-se em função das distintas abordagens dos autores sobre o tema. Tomaremos, no entanto, o termo “campo alternativo”, como colocou Sonia Maluf (2003), como o mais adequado a denominar a síntese do movimento como um todo, por sua abrangência conceitual. Pois o campo ao qual a autora se refere, forma e é formado pela interseção com outros campos. São elas as práticas religiosas e espirituais, as terapias alternativas, os movimentos ecologistas, movimentos de contra-cultura, o feminismo. Essa interseção, de acordo com Maluf (2003) é visível nas trajetórias de vida de terapeutas e líderes espirituais. Ressalto, porém, que essa interseção está presente também na própria história do movimento alternativo no ocidente, marcado pela sua ligação com os valores de autonomia e de contestação (Carozzi 1999).

A palavra “alternativa” remete-nos a algo exterior, que está à margem de uma tendência dominante. Magnani (1999), em estudo sobre o campo alternativo em São Paulo, explica que o termo alternativo ainda é herança do movimento da contracultura das décadas de 60 e 70 iniciado nos Estados Unidos, pois denota um caráter de contestação aos valores dominantes. Esses valores dominantes são: no campo religioso, as práticas religiosas institucionais; no campo terapêutico, a biomedicina; no campo político, o poder institucionalizado; no campo ecológico, o estilo de vida consumista e destruidor do meio ambiente.

Carozzi (1999), como Magnani, esboçou uma origem para a formação dessa rede que compõe o movimento. Ela traçou um histórico localizando-o no Instituto Esalen, nascido na década de 60 e nas idéias da Nova Era. O Esalen foi um instituto que reuniu intelectuais, artistas e terapeutas nos Estados Unidos e que se caracterizava pela oposição às instituições ocidentais, a igreja, o estado e a família.

Creio, porém, que o que Carozzi coloca como uma origem pontual do fenômeno, já tinha suas bases e contornos sido criadas a partir do romantismo e do esoterismo, um século antes. E este período coincide com os primeiros contatos registrados entre uma elite intelectual europeia com textos hindus e com o Yoga.

A partir de uma abordagem mais ampla, Maria Macedo Barroso (1999),

orientada por Luis Fernando Dias Duarte em dissertação de mestrado defendida no Museu Nacional, intitulada *A Construção da Pessoa Oriental no Ocidente: Um Estudo de Caso Sobre o Siddha Yoga* apresenta um panorama geral da formação do que hoje é denominado de campo alternativo, passando, pelo romantismo, o transcendentalismo, o Congresso das Religiões nos Estados Unidos, o universo “psi” no Brasil dos anos 60 e 70, a valorização das terapias corporais, chegando até os dias atuais.

Percorrendo caminho semelhante ao de Barroso, remetendo ao movimento esotérico na Europa iniciado no século XVII, culminando nos grandes movimentos orientalizantes e espiritualistas da segunda metade do século XIX, José Jorge de Carvalho (1998) também nos mostra uma maior amplitude histórica e chama a atenção para a importância desse movimento na intensificação do espaço da experiência religiosa nos dias atuais.

Pretendo percorrer trajeto similar ao de Barroso e Carvalho, apresentando a inserção do Yoga no ocidente e relacionando essa inserção com a formação do campo alternativo. Trago à tona, para tanto, de maneira breve, três personagens ilustrativos do contato entre o ocidente e o oriente, especificamente a Índia. Dois deles fazem parte do romantismo alemão, outro é considerado herdeiro norte-americano do romantismo. Estas são pessoas que, na literatura e na filosofia, defenderam valores que até os dias atuais encontram-se presentes e são referências dentro do campo alternativo e foram personagens interessantes na inserção do Yoga no ocidente. Poderemos observar, a partir das explanações que faremos aqui sobre os três autores escolhidos, dois dos três valores míticos colocados por Maluf (1996) como ainda presente no campo alternativo e que observamos em campo: O “Oriente mítico” e a “floresta mítica”. A floresta mítica aparece em campo a partir da idéia de manter-se em contato com a natureza como um meio de manter-se em equilíbrio. Associada também à idéia de respeito à natureza, está a idéia defendida por muitos *yogis* com quem tive contato, de manter uma dieta vegetariana.

Além desses valores, e o que mais será exaltado aqui, será a questão do anti-autoritarismo/autonomia, colocado por Carozzi como cerne do movimento

alternativo. Acredito que há uma aproximação entre o valor anti-autoritário e de autonomia individual colocado por Carozzi – o qual observei fortemente presente no meio *yogi* - e a exaltação do individualismo romântico e suas contestações à modernidade (nascente no século XIX na Europa). A partir dessa idéia de busca pela interioridade, pela autenticidade, em oposição aos valores modernos nascentes foi possível, por meio de um movimento intelectual, artístico e posteriormente religioso e terapêutico, a identificação entre o individualismo ocidental contemporâneo com a valorização do *self* presentes nas tradições orientais, principalmente indianas.

Curiosamente, Machado de Assis, em 1881, fez uma associação entre um exercício *yogi* de levar o olhar à ponta do nariz ao individualismo do final do século XVII. A relação remete-nos à expressão, “pessoa que só olha para o próprio nariz” em referência a pessoa que é por demais egoísta. O trecho que segue está na obra “Memórias Póstumas de Brás Cubas”.

Com efeito, bastou-me atentar no costume do faquir. Sabe o leitor que o faquir gasta longas horas a olhar para a ponta do nariz, perde o sentimento das coisas externas, embeleza-se no invisível, apreende o impalpável, desvincula-se da Terra, dissolve-se eterniza-se. Essa sublimação do ser pela ponta do nariz é o fenômeno mais excelso do espírito, e a faculdade de a obter não pertence ao faquir somente: é universal. Cada homem tem necessidade e poder de contemplar o seu próprio nariz, para o fim de ver a luz celeste, e tal contemplação, cujo efeito é a subordinação do universo a um nariz somente, constitui o equilíbrio das sociedades. Se os narizes se contemplassem exclusivamente uns aos outros, o gênero humano não chegaria a durar dois séculos: extinguiu-se com as primeiras tribos.

Ouçõ daqui uma objeção do leitor: “Como pode ser assim, diz ele, se nunca jamais ninguém não viu estarem os homens a contemplar o seu próprio nariz?”

Leitor obtuso, isso prova que nunca entraste no cérebro de um chapeleiro. Um chapeleiro passa por uma loja de chapéus; é a loja de um rival, que a abriu há dois anos; tinha então duas portas, hoje tem quatro; promete ter seis e oito. Nas vidraças ostentam-se os chapéus do rival; pelas portas entram os fregueses do rival; o chapeleiro compara aquela loja com a sua, que é mais antiga e tem só duas portas, e aqueles chapéus com os seus, menos buscados, ainda que de igual preço. Mortifica-se naturalmente; mas vai andando, concentrado, com os olhos para baixo ou para frente, a indagar as causas da prosperidade do outro e do seu próprio atraso, quando ele chapeleiro é muito melhor chapeleiro do que o outro chapeleiro... Nesse instante é que os olhos se fixam na ponta do nariz.

A conclusão, portanto, é que há duas forças capitais: o amor, que multiplica a espécie, e o nariz, que a subordina ao indivíduo. Procriação,

equilíbrio. (Machado de Assis, p.105)

Pode-se dizer que o Yoga, dentro do meio alternativo, esteve sempre associado aos seus valores intrínsecos. Ou seja, valores de contestação, de autonomia, de busca pela interioridade, de exaltação da natureza e de idílio do oriente, neste caso a Índia. Esses valores foram observados em campo, no meio *yogi* estudado.

Vale ressaltar, como nos mostrou Maluf (2005) ao refletir sobre esse processo de adequação de práticas que são transpostas de um contexto à outro, referindo-se à centralidade e ao foco dado ao corpo nas práticas alternativas, que elas não são especificamente uma característica das culturas da nova era, mas um reflexo do foco das culturas dentro das quais se inserem. Com essa idéia em mente, acreditamos que as características das práticas orientais, no ocidente, representam, em alguns aspectos, um reflexo dos próprios anseios e valores predominantes neste. Assim podemos pensar em fases em relação ao Yoga no ocidente, que variam de acordo, em certa medida, com as apropriações que este fez dessa visão de mundo oriental.

Mostrarei, então, como o Yoga se inseriu no Ocidente, no meio que chamamos de “alternativo”, seguindo um caminho que descrevo como tendo quatro períodos. Essa divisão não possui fronteiras bem definidas, mas, acredito, ajuda a pensar o tema. São elas: descoberta/encantamento; psicologização/experimento; corporificação/desencantamento e resgate/reencantamento.

O que chamo de “descoberta/ encantamento”, atribuo aos primeiros contatos que se deram entre filósofos e escritores românticos com os textos sagrados Orientais. Estendendo-se esse período ao surgimento do movimento transcendentalista nos Estados Unidos, considerado em muitos termos uma extensão do movimento romântico na Europa. Nessa época houve apropriações e incorporações de valores Orientais traduzidos aos termos de valores Ocidentais pelo romantismo e pelo transcendentalismo. No centro desses últimos valores está a busca pela interioridade, pautada na idéia de existência de uma essência pessoal.

A “psicologização/experimento” se deu depois que algumas tradições orientais já haviam sido trazidas ao ocidente, e já estavam incorporados não apenas no imaginário ocidental como algo distante, mas estava presente em sua própria terra, representado pela vinda de mestres e gurus. Centros começaram a se formar, gurus aqui se instalaram. E, com a consolidação das teorias psicologizantes no Ocidente, houve uma interpenetração entre estas as tradições orientais, as quais passaram por um processo de tradução e ao mesmo tempo serviram de referência de afirmação. A partir disso, houveram associações de estados alterados de consciência ocidentais às práticas *yogis*. A centralidade das práticas nesse momento estava, como disse Maluf (2005), no despertar e na expansão da consciência. A formação de uma linguagem da psicologia mesclada a tradições orientais e o uso destas enquanto terapia começou a se desenvolver. É a partir desse processo que se dá a transformação de tradições religiosas, não apenas orientais, em terapias de cura.

Essa transformação, para alguns autores, marcou o processo de “corporificação/desencantamento”. Não necessariamente concordo que haja um desencantamento no sentido weberiano do termo, mas dentro desse tema – campo alternativo – alguns autores apontaram para esse processo. Percebi que há um discurso e crítica ao desencantamento, no sentido de uma secularização dessas práticas trazidas do oriente, dentro do próprio discurso nativo. Esse desencantamento é atribuído, tanto por alguns estudiosos do fenômeno, como Carvalho (1992), quanto pelos próprios participantes do meio *yogi* aqui estudado, à corporificação das práticas e a demasiada centralidade do trabalho, agora terapêutico em essência, no corpo. A partir da visão de algumas tradições Orientais, entre elas e talvez principalmente o Yoga, como prática corporal, diversas apropriações são possíveis. A aproximação entre estas e os esportes, a medicina convencional, a estética. No meio *yogi* aqui estudado, as críticas recaem sobre a transformação do Yoga em prática de bem estar e a ginástica corporal, destituída da adoção de uma ética pessoal e do estudo.

O que colocamos como “resgate/reencantamento” está ligado a um movimento de tentativa de resgate da “tradição”. Essa busca está ligada, como



disse Prandi (1991) ao estudar os candomblés de São Paulo “ao prestígio simbólico que pressupõe uma pureza original” (p.118). A partir de observações feitas em campo por meio dessa pesquisa, nesse mesmo sentido, notamos um discurso de busca do Yoga direto da “fonte”, a Índia. E, nesse processo de “resgate”, a tradição *yogi* que se dá a busca romântica moderna pela essência. Esse processo de resgate está associado, igualmente, ao discurso de negação da centralidade da prática no corpo. Adiante, em capítulo posterior, esse discurso será apresentado, nos termos observados em campo.

A idéia da existência de um Ser essencial na visão de mundo *yogi* reflete-se no âmbito individual na busca pela interioridade. No âmbito coletivo, igualmente existe a busca por uma essência que é representada a partir da busca pela “tradição”.

### **1.1. Descoberta/ encatamento: Românticos e a busca da essência na Índia; Transcendentalismo e Yoga**

Na Alemanha do século XVIII, período de efervescência cultural e intelectual, floresceu o movimento romântico a partir do qual grandes expoentes da literatura, da música e da filosofia deixaram um extenso legado à intelectualidade européia.

À parte as contribuições no campo intelectual, artístico e científico, alguns valores são considerados como intrínsecos ao movimento: um forte teor de sentimentalismo, no sentido de contestação e de resistência aos valores da modernidade, que eram nascentes; a tentativa de valorização de um passado que se perdia; a revalorização da natureza e do mundo rural; a exaltação e busca pela interioridade. Aqui ressalto a atitude de resistência aos valores modernos em expansão e a atitude de valorização da singularidade e da interioridade.

A postura contestatória do movimento foi definida por Luiz Fernando Dias Duarte (2007) como uma denúncia, fundamentalmente, do universalismo e

de seus corolários racionalistas e fisicalistas. O nascimento do Romantismo coincidia com um período em que a Europa passava por complexas transformações políticas e ideológicas. Entre elas, o nascimento do racionalismo, do cientificismo e de um individualismo baseado no universalismo. Dumont (2000), em *Homo Aequalis*, indica a gênese e apresenta o processo de reconfiguração ideológica por qual passou a Europa nesse período. Essa ideologia que ali se consolidava era movida pelo movimento iluminista e tinha o individualismo como princípio ideológico estruturante. A ideologia individualista, sobre a qual fala Dumont, é relativa ao valor indivíduo, cidadão autônomo e portador de direitos universais. É o individualismo universal, preconizado pelos filósofos da Revolução Francesa, e que implica na impressão do valor individual a todas as sociedades. A este se contrapõe o individualismo romântico, centrado na idéia de singularidade e de interioridade. Aqui, então, o valor de contestação é pautado na defesa de um individualismo diferenciado.

Simmel, já havia feito uma distinção entre os individualismos: o individualismo quantitativo que caracterizou o pensamento iluminista, associado, por Dumont, ao pensamento francês; e o individualismo qualitativo, o qual podemos fazer aproximação com o individualismo alemão de Dumont, centrado no espírito e no cultivo de si, *bildung*.

Podemos traçar uma aproximação entre a idéia de *bildung* e da existência de um “Eu” interior no Hinduísmo. Com a diferença de que no primeiro há a idéia de movimento, de cultivo e construção, enquanto no segundo o “Ser” é imutável. Com base nisso acreditamos, como apontou Barroso, que a busca pela singularidade e pela interioridade trazida pelo Romantismo teve influência no sentido de abertura de diálogo com as religiosidades hindus, pois ambas continham a idéia da existência de um “Eu” essencial.

Semelhante associação fez Dumont (1992) ao comparar o renunciante indiano ao indivíduo moderno. Ambos preocupam-se consigo mesmo na sua busca por realização. A diferença entre ambos reside no fato do primeiro estar fora do mundo, enquanto o segundo está no mundo. Veremos que na busca pessoal *yogi* no campo aqui estudado há igualmente a idéia de um equilíbrio no mundo.

O oriente idílico e a busca pela interioridade alimentaram a imaginação e estão presentes nas obras e no pensamento de autores como Schopenhauer, Herman Hesse, integrantes do Romantismo alemão e Henry Thoreau transcendentalista norte americano.

### **Schopenhauer, o budismo e os Vedas.**

Schopenhauer é considerado o filósofo que introduziu o Budismo e a filosofia oriental na metafísica alemã. Filósofo da corrente irracionalista, foi opositor de Hegel, por ser anti-histórico e a-histórico. São numerosas as citações dos Vedas e do Budismo nas suas obras<sup>8</sup>. Foi na sua época que surgiram as primeiras traduções para as línguas ocidentais dos textos védicos, como as *Upaniṣad*, a *Bhagavad-Gītā*, o *Viṣṇu-Purāṇa*, entre outros. E estes foram muito bem recebidos pelo filósofo, pois encontrou nesses textos apoio para as suas reflexões metafísicas. Em *Da morte e sua relação com a indestrutibilidade do nosso ser-em-sí*, ao falar sobre o medo da morte, ele comenta:

Mas essa convicção apresentada aqui, conseqüência direta da concepção da natureza, provém sobretudo daqueles sublimes criadores do Upanixade dos Vedas, aqueles que quase não se pode conceber que tenham sido simplesmente homens; pois tal obra, a partir de mil passagens de suas sentenças, nos fala de um modo tão penetrante, que temos de atribuir essa iluminação imediata de seu espírito ao fato de que, mais próximos da origem de nossa raça, eles conceberam a essência das coisas mais clara e profundamente do que nossa raça já enfraquecida, como os mortais são agora. (Schopenhauer, 2003, p.37)

Além de outras alusões a escrituras e deuses indianos, ele critica a ignorância metafísica, o hedonismo e o materialismo europeus:

Por causa de um desenvolvimento desse tipo, vemos hoje mesmo (1844), na Inglaterra, entre trabalhadores de fábrica corrompidos, os socialistas, e entre estudantes corrompidos, os jovens hegelianos, na Alemanha, se afundarem em uma doutrina materialista absoluta, que conduz à fórmula final: *edite, bibite, post mortem nulla voluptas*, e que pode ser designada por bestialidade. (Schopenhauer, 2003, p.24)

---

<sup>8</sup> Batizou seu cachorro de *Ātman*, em referência ao termo hindu presente nos Vedas.

Em sua crítica aguda e afiada da bestialidade européia, vemos um valor de contestação intrínseco ao Romantismo e presente no meio *yogi* estudado. Esta é a crítica ao modo de vida moderno, “alienante, estressante e anti-natural”. E nesse mesmo sentido, pude ver, em campo, o Oriente como valor, ligado à preservação das tradições, valores e uma ética de convivência interpessoal e de relação pacífica com os outros e com a natureza. Em Schopenhauer, a Índia, representada pelos seus sábios escritos, aparece mesmo como dotada de uma superioridade espiritual. A idéia de um “país espiritualizado” ou de um povo que tem em sua cultura o valor da espiritualidade estabelecido apareceu também nas falas dos sujeitos que entrevistei, como se a cultura indiana formasse pessoas espiritualizadas. Como prolongamento dessa idéia, percebi entre *yogis* que conversei a crença da viagem à Índia como viagem espiritual, como busca interior.

Em seus textos Schopenhauer apresenta-nos mais uma visão intuitiva do mundo, que ele coloca acima de construções racionalistas abstratas. Em algumas de suas obras, o autor chega a afirmar que seu trabalho era fruto mais da sua experiência do que de suas leituras. Em seu livro “A arte de escrever”, fica clara a sua visão romântica de busca da escrita original por meio da vivência e da interioridade do indivíduo e não a partir de leituras. Por meio da leitura, seguimos e somos guiados por pensamentos alheios, precisamos buscar os nossos próprios pensamentos.

Os eruditos são aqueles que leram coisas nos livros, mas os pensadores, os gênios, os fochos de luz e promotores da espécie humana são aqueles que as leram diretamente no livro do mundo. (Schopenhauer, 2005, p.41)

Em Schopenhauer, seja na busca pela genialidade, pela interioridade, pela inocência perdida, o caminho pessoal é ressaltado, em oposição a valores exteriores que nos são impostos. Em conversa com um *yogi* em campo, formado em filosofia, este comentou sobre a dissertação que viria a escrever em seu mestrado, acerca da influência dos Vedas na filosofia de Schopenhauer. Meses depois um artigo seu comentando brevemente o assunto foi publicado no site de Pedro. Trago a informação para mostrar que a associação entre o movimento

romântico e mesmo a filosofia estóica foi comentado por esse *yogi* e me fez pesquisar sobre o assunto. Estamos lidando com uma classe média alta urbana intelectualizada, a qual produz sua própria teoria a respeito do Yoga. Muitas vezes essas teorias êmicas estão associadas ao campo e ao mesmo tempo corroboram com o discurso acadêmico. Descobri, então, por meio das pesquisas, a influência que teve o movimento romântico sobre a inserção do conhecimento hindu no ocidente, como havia apontado o *yogi* com quem conversei.

Outro caso da inserção do conhecimento acadêmico no campo foi-me apontado por Pedro. Um dos livros aqui usados como consulta, de Elizabeth de Michelis (2004), *A history of modern yoga: Patanjali and western esotericism* tese de doutorado em história defendida na Inglaterra, foi-me recomendado por Pedro, afirmando que trazia um amplo panorama da história do Yoga no ocidente. Ele enfatizou que valia à pena ler e que a autora era estudiosa séria e competente. Vemos, mais uma vez, como mostrou Prandi (1991), como o campo acadêmico pode contribuir para a construção e para a validação do discurso nativo. Depois de ler o livro, percebi que muito do que era explicado por Pedro sobre a vinda do Yoga para o ocidente, estava presente lá pormenorizado. Talvez mesmo pela minha inserção no campo, as conversas constantes com Pedro e a produção deste trabalho possam trazer influências sobre o campo no sentido acima colocado.

O sentido da busca interior em Herman Hesse, de seus contornos filosóficos e metafísicos, em Schopenhauer, toma forma de densos conflitos psicológicos, influenciado pela psicologia jungiana influente na Alemanha. Hesse, porém, comunga com Schopenhauer no fato de buscarem na Índia inspiração tanto na elaboração de seus romances, quanto em sua própria busca pessoal.

### **Herman Hesse e a busca interior**

Herman Hesse foi autor de livros célebres e romances que marcaram o romantismo alemão e serviram de inspiração à busca individual por um caminho espiritualizado a geração do movimento hippie posterior. Em sua busca pessoal,

Hesse viajou à Índia, o que fez com que ele começasse a se interessar e a estudar as filosofias orientais. Desse interesse, nasceu o livro *Sidharta*, publicado em 1922. *Sidharta* conta a história de um contemporâneo de Budha. O personagem principal do livro é um renunciante que deixa para trás a família e parte numa jornada pessoal em busca da realização. Ele ouve falar do Budha e de seus seguidores, porém nega-se a se tornar um, pois como as próprias palavras do Budha dizem: “cada um deve buscar o seu caminho pessoal”. Na jornada, o renunciante volta ao mundo, casa-se, vira comerciante e um homem rico. No entanto, a sua insatisfação pessoal continua, fazendo com que ele torne-se novamente um renunciante. Ao final, *Sidharta*, já em idade avançada, ilumina-se e termina sua vida como barqueiro, na mais pura simplicidade.

Fica evidente em sua jornada a questão da interioridade - da busca individual pela realização - e da oposição entre a vida no mundo e a renúncia, presente no hinduísmo, como nos chamou a atenção Dumont. Hesse escreveu diversos contos influenciados não apenas pelas filosofias da Índia, como também pela mitologia chinesa. A literatura de Hesse foi, igualmente, influenciada pelos trabalhos de Jung e Goethe. Na faustiana história de *Demian*, o personagem vive o conflito entre uma vida moral burguesa e o mundo caótico da sensualidade. Posteriormente, Hesse assumiria que o personagem, *Demian*, e seus conflitos ilustravam o processo de individuação, no sentido jungiano do termo. E a psicologia jungiana compartilha em muito com a simbologia esotérica, especificamente com a noção de individuação e de desenvolvimento pessoal, a qual Carvalho (1998) aproxima ao processo iniciático. A partir dessa noção de individuação, posteriormente, Joseph Campbell, estudioso e discípulo de Jung, dando continuidade aos estudos de mitologia comparada iniciada pelo primeiro, escreveu *O Herói das Mil Faces*. Nesta obra ele apresenta a “jornada do herói”, que consiste na “partida”, na “iniciação” e no “retorno”. A “jornada do herói”, para ele, é a jornada pessoal de cada um de nós e igualmente está presente na maior parte dos mitos de heróis de todos os tempos e culturas. Ele transporta, assim, a coletividade dos mitos à nossa individualidade e às nossas trajetórias pessoais. Dessa forma, podemos associar a jornada individualizada do herói de Campbell

com a noção romântica de *bildung*. E ao mesmo tempo com as construções pessoais dos mitos individuais (Levi-Strauss 1991) observadas em campo.

### **Transcendentalismo e Yoga**

Ao falar do transcendentalismo norte-americano, a partir, essencialmente, da figura de Henry Thoreau, podemos ir mais longe do que fomos até agora trazendo à tona o romantismo e remeter-nos à Grécia e a Roma com o epicurismo e o estoicismo. Tudo isso para, novamente, pensarmos a respeito da busca da interioridade, ou como disse Dumont, do valor indivíduo. Ressalto que ao associarmos a busca pela interioridade ao valor indivíduo apresentado por Dumont, não descartamos as experiências esotéricas comentadas por Carvalho (2005). Tomamos o valor individual apresentado por Dumont como um referencial teórico que contempla a realidade posta nas sociedades complexas e que atualmente tem as teorias psicológicas como discurso de hegemonia e talvez como estruturante da formação da pessoa “moderna” urbana.

Dumont, ao traçar a genealogia do individualismo no ocidente, reconhece formas de um individualismo fora do mundo presente desde a época do epicurismo grego e do estoicismo romano. Enquanto Platão e Aristóteles consideravam a polis auto-suficiente e reconheciam o homem como um ser essencialmente social, seus sucessores valorizavam o ideal do sábio desprendido da vida social. O autor, inclusive, comenta uma possível influência do tipo indiano de renunciante sobre o pensamento dos filósofos helenísticos:

“Assinala-se que, nesse meio, a influência direta ou indireta do tipo indiano de renunciante não pode ser excluída a priori, mesmo que os dados comprovativos sejam insuficientes” (Dumont, p. 41, 1985)

Essa influência se faz mais provável pela intensificação da relação entre a Índia e o mundo helenístico por conta da consolidação do império alexandrino. Mas mesmo que essa relação entre as filosofias orientais e os estóicos seja difícil de se comprovar, o fato é que as suas semelhanças foram trazidas à tona pelos

transcendentalistas. Barroso (1999) nos chama a atenção ao fato das descobertas dos textos orientais pelos transcendentalistas ter sido coetânea a um interesse pelos textos platônicos e neo-platônicos. E estes, para muitos autores, possuem diversos pontos em comum com o Budismo e os Vedas. Dumont (1985) comentou uma semelhança: “Na Índia, a verdade só pode ser atingida pelo renunciante, também o sábio, segundo Zenão e Cício, conhece o que é bom” (p.40)

Entre outras, destaco a busca pela interioridade, o domínio das paixões e a valorização da natureza. E se mais a fundo formos no Yoga, percebemos uma estreita relação entre o Karma Yoga, em resumo o Yoga da ação correta (interpretado também como ação desinteressada), e a idéia estóica de manter os afazeres públicos de maneira incorruptível e impassível. Os estóicos, apesar de terem exercido pesados ofícios no mundo, acreditavam que o indivíduo que se basta a si mesmo é a finalidade da vida. O estóico deve manter-se desligado, indiferente tanto à dor quanto ao prazer. Esse ideal de equilíbrio pessoal, a partir de um “desprendimento tranqüilo” (Geertz 1999) no mundo, pode ser percebido meio yogi aqui estudado.

Sobre a idéia de autonomia pessoal estóica, cito as palavras do imperador filósofo estóico Marco Aurélio:

Concentra-te na arte que aprendeste, e ama-a. Quanto ao mais, vive como homem que confiou inteiramente aos deuses todos os seus cuidados. Não sejas tirano nem escravo de ninguém. (Aurélio, p. 38)

O transcendentalismo buscou inspiração, portanto, nessas premissas, bem como nos poetas e filósofos românticos e nos textos Orientais. Muitos dos valores românticos acima ressaltados foram retomados e exaltados pelo movimento surgido nos Estados Unidos na metade do século XIX. Os ícones do transcendentalismo, Emerson e Thoreau, como os românticos alemães, também se beneficiaram das primeiras traduções dos textos sagrados orientais. E mais uma vez o Oriente serviu de inspiração à contestação à ortodoxia religiosa e abriu, nos Estados Unidos, sob a égide da busca de uma religiosidade centrada na interioridade do indivíduo, em contraposição as instituições religiosas, possibilidades futuras de diálogos pluralistas. O que veio a ocorrer de forma mais



concreta com o Congresso das Religiões de Chicago, em 1893 (Barroso 1999, Carvalho 1992).

Como personagem paradigmático dessa busca, seja romântica, transcendentalista ou alternativa, trago à tona Henry Thoreau. Henry Thoreau foi um crítico severo do Estado e da sociedade norte-americana. É evidente a relação entre os valores defendidos por Thoreau<sup>9</sup> e o “movimento alternativo”, pois este foi lido e reavivado pelos hippies dos anos 60. Ele não apenas manteve contato com a filosofia oriental, como foi um dos precursores, no ocidente, da valorização de uma vida “natural”. Isso no final do século XIX.

Thoreau estudou em Havard e trabalhou durante grande parte da sua vida numa fábrica de lápis da família. Em 1845, decidiu retirar-se num bosque em Concord, Massachusetts, numa casa que ele próprio construiu e sobrevivendo apenas com o fruto do seu trabalho. E como fruto dessa experiência, em 1854, Henry Thoreau escreveu *Walden ou a Vida nos Bosques*. O livro é uma descrição minuciosa do seu cotidiano, embelezada por reflexões filosóficas profundas. Durante o tempo que passou retirado na Floresta, ele deixou de pagar os tributos ao governo e, por isso, foi preso. Motivado por essa experiência, escreveu *Desobediência Civil*, obra que defende a autonomia individual e contesta veementemente a autoridade do Estado. Thoreau era abolicionista e contra a guerra no México e por isso negou-se a pagar impostos que patrocinavam a injustiça e a morte de inocentes.

Em *Walden*, Thoreau cita Confúcio o que explicita a sua leitura e aproximação de textos orientais e, de acordo com Michelis (2004), ele foi o primeiro ocidental de que se tem registro a se dizer *yogi*, escrevendo em carta a um amigo. Não é difícil acreditar nessa afirmação e fazer a associação da sua atitude pessoal de retirar-se sozinho na floresta com a postura dos renunciantes indianos estudados por Dumont (1992).

Posteriormente, as reflexões de Thoreau em *Desobediência Civil* tornaram-se estandarte da política de resistência pacífica adotada por Gandhi na luta pela independência da Índia. E, mais tarde, serviu de inspiração a alguns anarquistas e

---

<sup>9</sup> O valor do “oriente mítico” e da “floresta mítica” como colocado por Maluf (1996) e o valor anti-autoritarismo/autonomia, colocado por Carozzi.

à geração *hippie* dos anos 60, nos Estados Unidos, em seus protestos contra a Guerra do Vietnã e contra o *American Way of Life*. Estes também buscaram, no oriente, no Yoga, no budismo, nos Vedas, em interpretações da *Bhagavad-Gītā*, referências para um estilo de vida alternativo.

Thoreau manteve e ressaltou o “projeto” romântico de defesa dos valores individualistas. Ao mesmo tempo, foi precursor de reflexões que possibilitaram uma maior tolerância e abertura religiosa nos Estados Unidos. E, ainda hoje, *Walden ou a Vida nos Bosques* é citado por ecologistas e ambientalistas. Nesse sentido, nas reflexões e na própria biografia de Thoreau, vemos presente o valor mítico da floresta, colocado por Maluf como integrante da “cultura alternativa” - dentro do Santo Daime -, bem como a busca pessoal da transcendência, tendo na filosofia oriental respostas e soluções “alternativas” à maneira de viver “ocidental” e a questionamentos metafísicos.

O trecho que segue faz parte de um livro de Thoreau menos conhecido: *Andar a Pé*. E ilustra algumas de suas críticas à sociedade em que vivia, bem como a valorização do contato com a natureza.

Desejo dizer uma palavra em nome da natureza, em nome da liberdade absoluta, em nome da amplidão, que contrastam com a liberdade e a cultura das cidades - no sentido de considerar o homem como um habitante da natureza, ou parte e parcela dela, e não como um elemento da sociedade. Desejo fazer uma exposição vasta e, se puder, a farei enfática, pois existem muitíssimos campeões da civilização. Não só o ministro e as congregações das escolas, mas todos vós a tomareis em consideração. (Thoreau, 1950, p. 03)

## 1.2. **Psicologização/ experimento: a busca pela expansão consciência**

Após algumas reflexões sobre o que chamei de descoberta/encantamento, ressaltando alguns valores comuns românticos, transcendentalistas, alternativos, os quais por interpenetração aproximaram-se da filosofia oriental. Entre eles, ressaltei o individualismo. Agora, cabe esboçarmos como a ênfase na história

pessoal se revelou na busca pela expansão da consciência e, posteriormente, na experiência pessoal corporificada. Para isso, com o auxílio do texto de José Jorge de Carvalho (1998), começaremos por apresentar o movimento esotérico.

A busca pela autonomia, que se iniciou no âmbito da literatura e da filosofia, como vimos a partir de Hesse e de Schopenhauer, extrapolou esses contextos e chegou ao que Carvalho chamou de “movimento espiritual, religioso, intelectual” denominado como esoterismo. Assim ele define o esoterismo:

Busca do sentido arcano, transcendente e da experiência iniciática, individual e plena, na era do mundo exaurido dos mistérios doutrinários e da causação sagrada do mundo; isto é, no caso do esoterismo moderno, na era do descrédito e da crítica à religião oficial e da ascensão definitiva da ciência como fonte primordial de saber e gnose. Esclarecendo um pouco mais, pode-se dizer que o esoterismo moderno dá continuidade, dialética e conscientemente, a vários outros movimentos de fundo iniciático e complementares ou confrontados com o cristianismo dominante, que existiram antes do mundo Ocidental. (Carvalho, 1998, 56)

Ele faz, então, um histórico do movimento esotérico, indo até o século XVI, da Cabala Cristã, passando pela tradição hermética à ordem Rosa Cruz, surgida em 1612. E afirma, ao final, que uma das últimas influências decisivas para a consolidação do esoterismo moderno foi o aumento do interesse pelas religiões orientais, “sobretudo pelas da Índia, (basicamente hinduísmo e budismo) a partir das primeiras décadas do século XIX” (Carvalho, p.57). Para ele, o movimento esotérico foi de encontro à história do cristianismo, contestando-o por este ter perdido a sua profundidade, seu caráter iniciático, principalmente quando colocado em contraste com as religiões indianas, supostamente detentoras de uma espiritualidade mais profunda e fundamental. O movimento enfatizou o exercício de olhar para todas as manifestações religiosas mundiais em busca de equivalências, de complementações, de sínteses. E esse exercício foi levado ao máximo por Petrovina Blavatsky, fundadora da Sociedade Teosófica, em 1875.

Para Carvalho:

Na Teosofia o movimento de trocas e assimilações é muito mais intenso e a partir daí, desse solo esotérico, com suas várias vertentes, se amplia enormemente a cultura religiosa do Ocidente como um todo. (Carvalho, 1991, p. 08)

Assim, no contexto de abertura para o oriente que se consolidou durante o século XIX, alicerçado tanto pelo romantismo quanto pelo transcendentalismo e o esoterismo, foi possível, nos Estados Unidos, a realização do parlamento Mundial das Religiões, durante a Exposição Mundial de Chicago, em 1893. Carvalho ressalta a importância do encontro na história do diálogo inter-religioso” (1997). Neste encontro, de acordo com Barroso:

O interesse pelo Oriente, neste caso, manifestou-se como uma busca pelo estabelecimento de contatos com o extraordinário e com o sobrenatural fora dos quadros da religião cristã, o que significava dizer, fora de uma aceitação *a priori* de determinado sistema moral e de crenças religiosas. Tal busca incluía a valorização da temática do *self*, isto é, de uma instância internalizada e por vezes sacralizada do eu, que, conforme apontado, era um ponto de contato central com a perspectiva religiosa colocada pelo hinduísmo. (Barroso, 1999, p.190)

No Parlamento Mundial das Religiões, o ponto central foi o encontro entre Oriente-Occidente, “o qual já havia sido sonhado, preconizado e idealizado por inúmeros estudiosos, pensadores e líderes religiosos ao longo de todo o século dezenove” (Carvalho 1997, p.03). No encontro inter-religioso, líderes religiosos vindos da Índia, do Sri Lanka e do Japão foram ouvidos. Dentre estes, a figura de Swami Vivekananda destacou-se, falando em nome do hinduísmo, pois encontrou um campo fértil às suas críticas veementes ao cristianismo. Após o Parlamento, Vivekananda viajou pelos Estados Unidos dando palestras e promovendo debates e a partir disso deu origem aos primeiros centros de ensino de filosofias da Índia no país.

Com um discurso pluralista e ecumênico, Vivekananda transmitiu a idéia de que Deus está presente em todas as religiões. Essa idéia também se vê presente em seu livro “O que é Religião”. Além disso, ele inaugura, como diz Carvalho “um novo tipo de religioso: o do sábio oriental que viaja para longe de sua terra com a finalidade de renovar a chama espiritual no Ocidente”<sup>10</sup> (1997, p.05). Depois dele

---

<sup>10</sup> Hoje podemos perceber o movimento inverso. De ocidentais que vão à Índia em busca do conhecimento tradicional, retornam ao ocidente e viram gurus, mestres, ou professores influentes. Podemos citar como primeiro exemplo desse movimento, o psicólogo Richard Alpher,

vieram Paramahansa Yogananda, Maharishi Maheshi *Yogi*, Guru Mahara Ji, Sri Bhagawan Rajneesh, Swami Bhativedanta Prabhupada e nos dias atuais, Dalai Lama e, com um discurso mais técnico-científico, Deepak Chopra, como comenta Carvalho (1997).

Outro ponto que foi ressaltado por Vivekananda no Parlamento, de acordo com Barroso (1999), foi a ênfase na experiência religiosa, aspecto central na tradição hindu, em oposição à ênfase em aspectos doutrinários presentes em outras religiões. E visto por esse ângulo, o Parlamento Mundial das Religiões marcou uma segunda fase da influência das religiões orientais sobre o ocidente, centrada na experimentação. Essa influência foi tímida até metade do século XX, mas veio a se constituir um fenômeno abrangente em 1950, a partir das idéias difundidas pela *Geração Beat*, momento no qual as idéias das religiosidades orientais passaram a ser fortemente associadas ao movimento contracultural. Esse foi o período de contestação do *American Way of Life*, baseado no consumo e no materialismo. O movimento *hippie* é o principal herdeiro da postura de contestação inaugurada pela *Geração Beat*, a qual, por sua vez, é possível associar aos transcendentalistas do século XIX, como Henry Thoreau.

O foco da maior parte dos estudos e práticas estava centrado, naquele momento, sobre, ao lado do trabalho espiritual, o trabalho sobre a mente ou mais precisamente sobre a liberação da consciência. Foi nesse período que surgiu o Instituto Esalen e o movimento explicado por Carozzi (1999). O Esalen foi uma comunidade na Califórnia que congregou psicólogos, intelectuais, instrutores de técnicas de movimento e massagem, mestres orientais que ofereciam seminários e *workshops* abertos ao público. Alguns nomes conhecidos colaboraram na criação do projeto, como Aldous Huxley, Fritz Perls, fundador da terapia Gestáltica, o antropólogo Gregory Bateson e o psicólogo que fez experimentos terapêuticos com LSD, Stanilav Grof. Em meio à diversidade de abordagens que o

---

ou Ram Dass, depois de iniciado. Ele foi colaborador de Timothy Leary e fizeram juntos experiências com drogas psicodélicas, o que levou a viajar para a Índia para conhecer mestres que viviam permanentemente no estado alterado de consciência que ele experienciava com o LSD. Ao retornar, Ram Dass escreveu o best seller: *Be here now*. A história de Ram Dass foi apresentada no curso de formação que observei durante a pesquisa de campo, a partir do filme que conta a sua história pessoal: *Graça Feroz*.

projeto abarcava, havia um pano de fundo comum que era o desenvolvimento da consciência e das potencialidades não desenvolvidas do homem. (Carozzi, 1999)

Para Carozzi, a partir do Esalen e da multiplicação de centros disseminadores, seminários e *workshops*, abriu-se a oportunidade da livre circulação de indivíduos por diferentes disciplinas em busca da ampliação da consciência e do desenvolvimento do próprio potencial. Disso, surgem os indivíduos que circulam por diferentes centros e fundam as suas próprias sínteses pessoais. Estes formam o que nos Estados Unidos ficou conhecido como Movimento do Potencial Humano. Com isso, de acordo com ela, as idéias da Nova Era foram introduzidas no circuito do Movimento do Potencial Humano, sob influência também de idéias vindas da Inglaterra, onde, a partir da década de 60, diversos “grupos de luz” já se preparavam para vinda de um novo tempo.

E, um pouco mais tarde, um dos desdobramentos que proporcionou os centros de experimentação como o Esalen, foi o surgimento e a disseminação das terapias corporais. As práticas orientais que utilizam o corpo como via de liberação, incluindo e talvez principalmente o Yoga, de acordo com alguns pesquisadores como Russo (1991) aliado à influência das teorias de Reich<sup>11</sup>, ajudaram a que a experiência terapêutica, centrada no campo mental e do discurso, seguindo o modelo freudiano, fosse ampliada à utilização do corpo como via de acesso ao psiquismo. Esse processo se deu, principalmente, a partir dos anos 70.

Essa articulação entre fenômenos corporais e psicológicos, fez com que a fronteira entre mente e corpo, colocada pela medicina e pela psicologia “oficial”, fosse questionada. Corpo, mente e espírito passaram a ser inseparáveis. E a partir dessa idéia reformula-se a noção de doenças psicossomáticas, de defesa da totalidade da pessoa e a visão do corpo como um mapa onde pode-se ver marcada a história pessoal de cada um e através do qual pode-se ter acesso à esfera mental, emocional e espiritual. O corpo torna-se símbolo de outros aspectos da pessoa.

---

<sup>11</sup> Reich foi discípulo de Freud e, na sua teoria, colocou a importância do corpo como extensão da psique. Nossas impressões, traumas, fobias não ficam apenas gravadas no inconsciente, mas impressa no corpo e criam o que chamou de “courageas” E, com isso, trouxe ao corpo valor enquanto meio terapêutico.

Sobre esse processo, Barroso explica, remetendo a Russo:

A ênfase no corpo e na fisicalidade para abordar os fenômenos psicológicos esteve associada também a uma visão crítica do “racionalismo” e do “mentalismo” dos saberes ditos científicos, algo que se tornou uma das pedras de toque de todas as práticas que viriam a ser definidas como “alternativa” (Russo, op. Cit., p. 115-116). “Alternativo” passou a significar, neste sentido, uma opção por vias de conhecimento ou de cura que descartassem o tipo de racionalidade atribuída à tradição científica ocidental em favor de terrenos menos explorados, como o da intuição e o da mística. (Barroso, 1999, p.191)

A partir desse ponto, enfatizamos a mudança de centralidade que Maluf (2005) percebeu no meio alternativo. De uma significativa diferença entre os “anseios das expressões contraculturais dos anos 60” e a expansão que se deu nos anos 80 em relação às práticas alternativas. Referindo-se ao movimento contracultural a autora disse:

O foco da maior parte dos estudos e práticas estava centrado naquele momento não sobre o corpo, mas sobre, ao lado do trabalho espiritual, o trabalho sobre a mente ou mais precisamente sobre a liberação da consciência. Não que não se adotasse naquele momento trabalhos, exercícios e higiene corporais muito semelhantes às de hoje. Mas estes não tinham a centralidade que têm hoje, não eram “razão de ser” dessas experiências (Maluf, 2005, p.08).

Com relação à centralidade do corpo nas práticas alternativas é interessante notar, como a mesma autora mostrou, que a centralidade no corpo não está presente apenas no discurso “nativo” dos terapeutas alternativos, de seus pacientes e de buscadores espirituais em geral, mas está evidente, também, em estudos antropológicos sobre o campo alternativo.

Alguns autores abordam a centralidade do corpo nas práticas terapêuticas alternativas, são eles: Paulo Henrique Martins (1999), Maria Júlia Carozzi (1999) e José Bizerril (2002). O primeiro estudou o complexo terapêutico alternativo no Recife e a segunda tem estudado o fenômeno na Argentina.

Também percebemos a centralidade do corpo na construção da pessoa *yogi*. Os valores *yogis* são construídos a partir e em referência a ele e o discurso sobre si igualmente tem o corpo como referência. Até mesmo o discurso de defesa

da tradição é construído em referência a questões corporais.

### **1.3. Corporificação/ desencantamento: a secularização e a centralidade do corpo**

Apresentamos acima a questão da mudança de centralidade ligada ao campo alternativo, da consciência ao corpo e a atual centralidade no corpo, a qual está presente tanto nos discursos internos do campo alternativo, quanto nos estudos antropológicos sobre o tema. Tentaremos mostrar, agora, como a questão da secularização é discutida por alguns autores que estudaram o assunto. E como essa discussão é permeada e associada à questão da centralidade no próprio corpo, dando ênfase, nessa apresentação, desde já, a algumas discussões específicas sobre o Yoga dentro do contexto mais amplo do campo alternativo.

A começar por Magnani (1999), que apresentou um panorama dos espaços e práticas que classificou como “neo esotéricos” em São Paulo. Ligado à Antropologia urbana, o autor trouxe uma abordagem no âmbito das sociabilidades urbanas. Nesse contexto, ressaltou o que chamou de serviços do “circuito neo-esô” a partir de uma ótica que reduz tais práticas a bens de circulação e consumo dentro da cidade. A sua abordagem traz uma interessante visão do campo alternativo enquanto movimento em expansão e a sua relação no âmbito macro-sociológico da cidade. No entanto, as fronteiras, discussões internas e sociabilidades intra-grupal dão lugar à premissa de circuito de consumo como um todo na cidade.

Outros autores discutem a secularização dessas práticas e apontam para a perda de tradição ou para a sua descontextualização. Muitas delas são importações do oriente, como o Yoga, o Tai chi chuan, etc e geram sínteses, sincretismos e ecletismos dentro da sociedade moderna ocidental. No Yoga, talvez mais do que qualquer outra prática, essas sínteses, sincretismo e ecletismos sejam propícios a acontecer. Pois o Yoga se trata de uma cosmovisão



que nem mesmo na Índia possui unidade. O Yoga está de maneira tal dissolvido na religião hindu que se torna tão delicado delinear-lo e defini-lo, quanto o é definir o próprio Hinduísmo. Como nos disse Dumont, o Hinduísmo é:

“uma floresta luxuriante e desordenada , na qual se acotovelam, digamos assim, superstições grosseiras e sublimes especulações , onde coexistem, por um lado, a ortodoxia bramânica e, por outro, uma poeira de seitas diversas, misturados os rituais e as crenças mais variadas” (Dumont, 1992, p. 318)

Falando sobre o Yoga, Eliade (1996) afirma que o próprio termo permite uma grande variedade de significações. Michelis (2004), no mesmo sentido, diz ter o Yoga um caráter “polimórfico” e, como uma atividade “polimórfica” ela se adapta ao contexto no qual está inserido. Ela fala de três discursos ligados ao Yoga atualmente no ocidente: o discurso “fitness”; o discurso de “de-stressing” e o discurso filosófico-religioso.

Indo mais a fundo na sua abordagem, ela traça a história da inserção do Yoga no ocidente, a partir, fundamentalmente, do ano de 1893 no Congresso das Religiões pelo Swami Vivekananda. A partir dele se deu a inserção e a primeira tradução do Yoga para o público ocidental, diz a autora. Desde a sua inserção no ocidente, o Yoga, analisa Michelis, passou por um processo de transformação, chegando ao que ela chama hoje de “Modern Postural Yoga” num processo que se deu a partir de 1950, chegando a popularização entre 1950 e 1970, consolidando-se entre 1970 e 1980 e culminando na sua “aculturação” a partir do final da década de 80 em diante. Achamos precipitado falar em aculturação e devemos contextualizar o trabalho de Michelis, que escreveu no âmbito da disciplina histórica. O seu trabalho nos traz o valor de localizar datas e colocar no tempo alguns fatos marcantes da vinda do Yoga para o Ocidente, os quais são comentados também por outros autores, como Carvalho, que enfatiza a importância da vinda de Vivekananda para o congresso das religiões.

O discurso de aculturação serve-nos aqui para pensarmos a construção de um discurso de autenticidade, presente no meio *yogi*. Pois esse discurso êmico e construído em oposição ao que está posto na sociedade moderna de maneira

secularizada. Para a autora, algumas características marcam o processo de “aculturação” que se deu no Yoga: a institucionalização; a especialização e a profissionalização da prática; a aceitação da prática como medicina complementar (a British Health Education Authority recomenda a prática de Yoga para um estilo de vida mais saudável); o fato da maior parte dos professores da nova geração buscar espaço mais em termos de profissionalismo e especialização técnica do que de carisma espiritual ou conhecimento religioso; a reorientação das escolas para um grande público usando o argumento de reconhecimento oficial e das necessidades de mercado; e o fato de, em 1995, o *Sports Council* da Inglaterra passar a regular a prática do Yoga enquanto atividade física<sup>12</sup>.

Discutindo o contato e a síntese entre oriente e ocidente, outra autora, Joana Almeida (2004, 2006), que fez um estudo de caso da prática de Yoga em Portugal, intitulado, *O Oriente que há em nós: O “Centro Nori”. Um estudo de caso da prática de Yoga em Portugal*, também trabalhou com a hipótese de secularização da prática do Yoga à medida que este é transnacionalizado, apropriado e incorporado no sistema de valores e crenças do ocidente, marcado por uma mentalidade racional, profana e mecanicista do mundo. Ela procura apresentar como um sistema, originalmente baseado em ideais filosófico-religiosos, o Yoga passa a ter características essencialmente técnicas e práticas<sup>13</sup>.

Ela cita Strauss (2000) e vai ao encontro da análise de Michelis para afirmar que foi a partir de Vivekananda, em 1893, que houve a primeira grande disseminação do Yoga no ocidente. Este foi “uma das personalidades carismáticas que encontraram terreno fértil para a transmissão de sistemas de pensamento e práticas alternativas num Ocidente desencantado” (p.165). O seu papel foi, diz a autora, de ocidentalizar a prática e adequá-la a uma linguagem técnico-científica e nesse processo, afirma, houve a ocidentalização do oriente.

---

<sup>12</sup> No Brasil há uma tentativa por parte do CONFEF (Conselho Federal de Educação Física) de regulamentar o ensino tanto das artes marciais, como da dança e do Yoga, vinculando o seu ensino à filiação no Conselho.

<sup>13</sup> Concordo com a autora que há uma ênfase no meio *yogi* nas características práticas e técnicas, no entanto isso não invalida outros aspectos observados em campo que são marcadores da formação da pessoa *yogi* e que são formadores de modelos para e modelos de ação. A partir do momento que analisamos sob essa ótica a construção da pessoa *yogi* e observamos que existem símbolos que são introjetados e são detentores de eficácia simbólica, perde-se o sentido falar em secularização dessas práticas.

Há, no meio, em bibliografia de autores de dentro do campo, na construção da história do Yoga no ocidente, a idéia de “mito original” da vinda do Yoga ao ocidente atribuída a Vivekananda. E há, igualmente, no discurso nativo, toda uma construção sobre a origem e a história do Yoga que será apresentada a seguir a partir de autores que fazem parte da bibliografia estudada dentro do curso de formação que observei no trabalho de campo.

Em artigo escrito à revista *Religião e Sociedade*, intitulado *Um Jogo de Sentidos: A Ocidentalização do Yoga como Orientalização do Ocidente*, Joana Almeida reafirma a sua hipótese:

Sendo fiel ao título do presente artigo, tratou-se, no fundo, de um jogo de sentidos, em que, no vasto processo de orientalização do Ocidente, coube a ágil, consciente e bem sucedida tarefa de ocidentalização do ioga. (Almeida, 2006, p.171)

Refletindo sobre esse processo de adequação de práticas que são transpostas de um contexto à outro, Maluf (2005) afirmou que a centralidade e o foco dado ao corpo nas práticas alternativas atualmente não são especificamente uma característica das culturas da nova era, mas um reflexo do foco das culturas urbanas contemporâneas.

Dentro dessa mesma discussão, Carvalho (1992), ao analisar processo semelhante fala de uma “apropriação das chamadas técnicas espirituais através dos trabalhos com o corpo” (p. 12) e critica a desvinculação entre a técnica e a tradição religiosa da qual se originou. Originariamente estas técnicas religiosas têm o intuito de aproximação com o divino, mas quando desvinculadas de suas respectivas tradições transformam-se em tecnologia de alteração de estados corporais, psíquicos ou fisiológicos. Entre as técnicas de intervenção no corpo, Carvalho (1992), cita as que vêm do Sufismo, do Tantra, do Taoísmo, do Yoga, do Lamaísmo, do Zen, do Xintoísmo, as quais encontram-se descontextualizadas de suas origens e inseridas dentro de um contexto de “autonomização das esferas da cultura na era moderna” (Carvalho, p.13), que engloba também a arte, a sexualidade, o esporte, etc. O autor vai mais a fundo na crítica, afirmando que a própria auto-consciência da religião atualmente como terapia faz parte desse

fenômeno. Posteriormente, em revisão a esse artigo publicado em 1992, em 2006, Carvalho reviu suas posições e apresentou uma posição teórica mais aberta e que nos leva a pensar a particularidade das novas religiosidades que são adaptadas ao ocidente como válidas e significativas na experiência esotérica de seus integrantes.

#### **1.4. Resgate/ reencantamento: Uma busca moderna da “tradição”**

Não apenas em campo, mas como instrutor e praticante de Yoga há oito anos, e em constante contato com outros instrutores, atento a reportagens televisivas, publicações impressas, revistas, periódicos no Brasil e no exterior, percebi que, aparentemente, hoje, no ocidente, e o Brasil não parece fugir a essa característica, a prática do Yoga está predominantemente ligada às técnicas de manutenção da saúde do corpo. Ao que Mirian Goldenberg (2002) chamou de “culto à beleza e à boa ‘forma’”(p.16). O Yoga é veiculado em revistas de estética, quase como um remédio milagroso tanto para manter a boa forma e evitar o envelhecimento, quanto para manter a saúde e o bem estar. Assim, o Yoga é hoje amplamente oferecido como modalidade em academias de ginástica, em meio a aulas de aeróbica e *fitness*; há, para além da manutenção da saúde, a associação do Yoga com a preparação física, sendo usada por atletas para a melhoria do seu desempenho nos esportes; e essa filosofia oriental também é vinculada à cura de vários tipos de males físicos, através da yogaterapia e à saúde no trabalho, como terapia de prevenção a enfermidades e de bem estar.

Percebo, ao mesmo tempo, que a crítica de perda do sentido “original”, também está presente no discurso de muitos instrutores de Yoga no campo estudado. Alguns deles crêem que a popularização do Yoga no ocidente trouxe conseqüências consideradas “indesejadas”, no sentido de uma “vulgarização” e perda dos valores considerados “tradicionais”. Autores, no Brasil e no exterior, respeitados no meio *yogi* escrevem sobre o tema. É o caso de Georg Feuerstein,

fundador do Traditional Yoga Studies que hoje se dedica a causas ambientais por meio da associação Green Yoga, e David Frawley, fundador do American Institute of Vedic Studies nos Estados Unidos que é conhecido no meio por seus livros sobre Āyurveda e cultura védica. Ambos são muito lidos entre meus informantes, são citados no curso de formação e seus livros são indicados à leitura. Ou seja, são personagens de autoridade e de influência no meio.

Feuerstein, em artigo intitulado *What is Yoga*, disponível em seu *site*, escreveu:

Yoga entered the West mainly through the missionary work of Swami Vivekananda, who spoke at the Parliament of Religions in 1893. Since then Yoga has undergone a unique metamorphosis. In the hands of numerous Western Yoga teachers, most of whom have learned (Hatha-)Yoga from other Westerner teachers rather than native Indian gurus, Yoga has been tailored to suit the specific needs of their countrymen and -women. Thus, by and large, Yoga has been secularized and turned from a rigorous spiritual discipline into an "instant" fitness system. However, there also has been a continuous influx of Indian gurus, who, with varying degrees of success, have tried to communicate the traditional teachings of Yoga.

Frawley, no mesmo sentido, em artigo disponível em seu *site*, intitulado *Vedic Yoga, the Oldest Form of Yoga*, deixou registrado:

Yoga has developed over many thousands of years and has evolved into many branches and types. For this reason the older basis of Yoga in the Vedas is not understood by many people today. Today Yoga has been reduced, particularly in the West, to its physical or asana side, and little of the greater tradition is understood. Even in India the Vedic basis of the tradition is seldom given proper attention.

Há, então, uma divisão e uma discussão, no meio iogue, sobre a necessidade de se manter a “pureza” e os princípios tradicionais que embasam a prática, relegados a segundo plano quando o Yoga vira mercadoria ou é confundido com atividade física.

A partir dessa crítica interna ao Yoga físico, descaracterizado, observo o discurso de mudança de centralidade dada à prática de Yoga, do corpo à consciência. E dentro do meio, observo esse fenômeno acontecer, fundamentado e apoiado no discurso ligado à “tradição” do Vedanta. O debate interno no

universo do Yoga entre o Yoga físico e o Yoga mais ligado à consciência e a adoção de valores *yogis* na vida cotidiana e a ênfase no “estudo”, ficou evidente tanto nas falas de entrevistados, quanto nas aulas que assisti de cursos de formação de professores. Inclusive rugas vieram à tona, num debate via internet, debate que aqui será discutido.

### 1.5. **A História êmica do Yoga e questões sobre a busca romântica moderna pela tradição**

O discurso sobre a origem e o que é o Yoga que irei discutir aqui é apresentado no curso de formação que escolhi como recorte de pesquisa. Escolhi os autores que são citados e referenciados dentro desse contexto, pois é a partir dos discursos construídos por eles - os quais apresentam um certo tom evolucionista - a partir de releituras de indólogos como Henrich Zimmer e Mircéa Eliade, que o discurso de defesa da “tradição” é referenciado historicamente. Esse capítulo será útil também ao leitor para entender, de alguma maneira, o que Louis Dumont definiu como “floresta luxuriante e desordenada” ao se referir ao Hinduísmo. A partir da separação que tentei fazer das “visões de mundo” hindu, tendo consciência das reduções e dificuldades, proponho esclarecer alguns termos êmicos e apresentar o contexto hindu do Yoga.

Para Dumont, dentro dessa complexa religião - a qual não pode ser vista e analisada a partir da divisão ocidental entre filosofia e religião<sup>14</sup> -, deve haver um fundo comum. E esse fundo, no seu ponto de vista, é o fator social, o fato de que uma seita só pode durar sobre o solo indiano se ela não negar as castas. Pois o sistema de castas, baseado na distinção entre puro e impuro, é a principal instituição da Índia.

---

<sup>14</sup> No hinduísmo a linha divisória entre filosofia e religião, assim como sagrado e profano parece muito mais tênue do que no ocidente. E não há termo hindu correspondente ao que chamamos "religião". O que existem são atitudes com relação à vida espiritual e existe o *dharma* ou manutenção (busca do caminho certo) ao mesmo tempo norma ou lei, virtude e ação meritória; a ordem das coisas transformada em obrigação moral (Dumont, 1992, 322) - princípio este que governa todas as manifestações da vida indiana. (RENOU, 1964, p. 13). O próprio hinduísmo é chamado de *Sanātana Dharma*, a lei eterna.

Além disso, Dumont tentou nos fornecer chaves de compreensão da religiosidade indiana a partir de três noções fundamentais. A questão da transmigração ou curso das existências, *samsāra*, o princípio moral que determina essas existências sucessivas, o que ele chama de “retribuição dos atos” (Dumont, 1992, p. 324), *karma*. E diz que essas representações estão intimamente ligadas com a crença de que é possível escapar à cadeia das existências e alcançar a liberação, *mokṣa*<sup>15</sup>.

De maneira semelhante, Eliade, que se debruçou sobre a religiosidade da Índia, chamou a atenção às três forças que nos conduzem diretamente ao “coração da civilização indiana” (1996, p. 19). Estas são postas e definidas por ele como: *karma*, a lei de causalidade universal que solidariza o homem com o cosmo e o faz transmigrar indefinidamente; *māya*, a ilusão cósmica, suportada pelo homem durante todo o tempo que está cego pela ignorância; e *nirvāṇa*, a realidade absoluta “situada” além da ilusão cósmica (*māya*), é o Ser puro, o Absoluto, o Si (*ātman*), *brahman*, a própria liberação (*mokṣa*).

---

<sup>15</sup> O conceito de liberação será desenvolvido em capítulo posterior, associando-o a busca pela interioridade. Como se explicitou no trabalho de campo, a busca pela liberação hindu aparece permeada por um discurso individualista de autonomia individual. O que transforma o Eu transcendental hindu num eu empírico, dotado de vontade.

Vemos nas colocações dos autores os mesmos conceitos da religiosidade indiana postos sob nomenclaturas diferenciadas – pois, de acordo com a tradição, os mesmos conceitos recebem nomes diferentes. Em ambos os autores há o esforço de compreender e achar uma unidade na religiosidade indiana. Observo, porém, que talvez a unanimidade entre os estudiosos do tema resida no fato de que lidamos com um objeto de difícil definição. E isso vale tanto para o hinduísmo quanto para o Yoga. Concordo com a afirmação de Lilian Cristina Gulmini<sup>16</sup> de que: “a história do Yoga é também a história do percurso espiritual da Índia”. (Gulmini, 2003, p. 33). Ambos são produtos de um complexo desenvolvimento histórico iniciado há cerca de cinco mil anos e esse desenvolvimento se deu formado por uma miríade de seitas e crenças.

Da mesma maneira que é difícil achar unanimidade entre os estudiosos que se debruçaram sobre a Índia contemporânea, imaginemos a dificuldade de achar um caminho único na reconstituição de sua história. De acordo com Gulmini, existem, hoje, pelo menos três teorias históricas diferentes sobre o passado da Índia. Conseqüentemente sobre a “origem” do Yoga. Ela afirma seguir um ponto de vista que remete a Mircéa Eliade, Surendra Nath Dasgupta, Heinrich Zimmer, Tara Michael.

Existem divergências quanto ao fato de se houve ou não uma invasão de um povo vindo do ocidente norte trazendo o sânscrito para a Índia. Hoje a teoria de que o povo védico vive na Índia desde “tempos imemoriais” ganha força embasado em descobertas arqueológicas recentes. Entre os autores que trabalham com essa hipótese e se mostra como disseminador dessa idéia no meio iogue que estudei, está Georg Feuerstein, por meio do seu livro: *In the Search of the Cradle of Civilization*.

Neste trabalho, ao enveredar na história do Yoga, lido com autores contemporâneos próximos e dentro do meu próprio trabalho de campo e cuja

---

<sup>16</sup> Gulmini é doutora em semiótica pela USP. O livro Estudos Sobre Yoga, foi publicado em 2003 pela CEPEUSP – Centro de Práticas Esportivas da USP. O livro foi coordenado pelo Professor Marcos Rojo, coordenador do curso Estudo da Teoria e das Práticas do Yoga na USP e também coordenador do curso *lato sensu* em Yoga da FMU.



teoria tem mais influência entre os meus informantes. Ou seja, trabalho com a teoria nativa da origem do Yoga. Para isso, remeto a David Frawley<sup>17</sup>, ao próprio Georg Feuerstein<sup>18</sup> - ambos com livros publicados em Português e com artigos disponíveis na Internet.

Dos três, quem escreveu com mais detalhe sobre a história do Yoga foi Georg Feuerstein (1998). Ele divide a história do Yoga em divisão feita anteriormente por Eliade e ensaiada por Heinrich Zimmer, em quatro períodos distintos. Há discordância em relação a datas, mas, de maneira geral é dividida assim a história do Yoga: Yoga arcaico, Yoga pré-clássico, o Yoga clássico e o Yoga pós-clássico.

Deixo claro, mais uma vez, que a escolha de seguir o esquema proposto por Feuerstein foi feita menos por motivo de precisão histórica do que por aproximação com o campo. Antes de entrar nas fases do Yoga dessa maneira, é importante apresentar a etimologia da palavra “yoga” e mostrar que esta é uma tradição que faz parte dos *dar ṛ anas* da Índia.

Etimologicamente a palavra Yoga deriva da raiz *yuj*, que significa “ligar”, “manter unido”, “atrelar”, “jungir”. E, de acordo com Eliade (1996), a partir dessa raiz, originou-se o termo latino *jungere* e o inglês *yoke*. A união que preconiza o Yoga é entre o Eu individual e o Eu universal.

O vocábulo “Yoga” serve, em geral, para designar toda técnica de ascese e todo método de meditação. Gulmini define o Yoga da seguinte maneira:

Yoga, sistema que defende que um conhecimento de tal ordem – a “Verdade” final sobre o homem e o universo – é impossível de ser alcançado sem o esforço de uma disciplina física, psíquica e meditativa. (Gulmini, 2003, p. 35)

Próximo ao que significa o vocábulo, no sentido de união entre o eu individual e o Eu universal, assim Frawley define Yoga:

<sup>17</sup> Dr. David Frawley, também conhecido por Pandit Vamadeva Shastri, fundador do American Institute of Vedic Studies, nos Estados Unidos.

<sup>18</sup> Georg Feuerstein é fundador, nos Estados Unidos do TYS – Traditional Yoga Studies. Hoje mora no Canadá. É autor do livro *A Tradição do Yoga*, no qual aborda detalhadamente a história do Yoga, traz traduções e comentários de textos clássicos e dicas de práticas.

Yoga is a comprehensive set of spiritual practice designed to enable us to realize the greater universe of consciousness that is our true nature. The term Yoga means to unite, coordinate, harmonize work or transform. It refers to the linking all aspects of our being, from the physical body to our highest intelligence, with the true or universal *Self* that dwells within the heart. This process occurs in different forms and stages relative to the condition of the individual and variations of time, place and culture. (Frawley, p.01)

Frawley comenta as variações de estágios e formas relacionadas ao Yoga porque dentro da cultura védica existem diferentes práticas que são denominadas de Yoga. Feuerstein, em artigo intitulado *What is Yoga* fala até de um Yoga Hindu, Yoga Budista e Yoga Jaina. Ele coloca que entre os três, o Yoga hindu é o mais diversificado. Essa variação existe, porque existe, também, de escola para escola, de tradição para tradição, variações na forma de conceber o “Eu transcendental” dentro do Hinduísmo.

Entre os Yogas hindus, Feuerstein apresenta as formas mais importantes. Estas são: *Rāja Yoga* (Yoga Real), conhecido também como Yoga de Patañjali ou Yoga Clássico; *Haṭha Yoga* (Yoga da Força); Karma Yoga (Yoga da Ação); *Jñāna Yoga* (Yoga do Conhecimento), Bhakti Yoga (Yoga da Devoção); Mantra Yoga (Yoga do Poder dos Sons). Destes citados acima, referência especial será dada ao *Haṭha Yoga* e ao *Jñāna Yoga*. O Vedanta é considerado *Jñāna Yoga*, pois este defende a liberação por meio do conhecimento e da reflexão. Este aspecto e a apresentação dos princípios do *Haṭha Yoga* serão apresentados em capítulo posterior.

Hoje essa separação entre os tipos de Yoga é comum na maior parte dos livros de Yoga. É dito que, dependendo da pessoa, de suas características individuais ou momentâneas, ela pode optar por uma prática que melhor se adeque a ela. Em campo também observei esse discurso de que o Karma Yoga, yoga da ação, pode ser adequado para umas pessoas e não para outras. Ouvi no curso de formação que existem três tipos de praticantes, de acordo com um texto “clássico” do Hatha Yoga: o primeiro é o *Pashu*, “enlaçável”, a pessoa que é facilmente influenciável, para esta o mantra yoga é o mais indicado; o segundo praticante é o *Virya*, herói, é a pessoa que tem um certo grau de auto-consciência,

como foi explicado, para este o Yoga indicado é o Hatha Yoga; e por último há o *divya*, a pessoa de disposição divina, para este o Yoga adequado é o Raja Yoga, o yoga do conhecimento.

Vemos por meio dessa asserção um forte grau evolucionista na idéia de prática de Yoga. Há praticantes que estão mais próximos da iluminação do que outros, pois defende-se a idéia de que existe um trajeto a se percorrer para se chegar à realização, um caminho de formação, uma *bildung*. Em campo, esse discurso transpareceu em falas como: “cada um tem seu momento de tomar consciência, ele ainda não está no seu momento”. A idéia de evolução no caminho *yogi* no seu grau mais elevado reside o conhecimento. Essa idéia também ficou ora implícita, ora explícita nas falas de Pedro. É importante colocar que quando é falado de conhecimento como um valor é ao Vedanta que se atribui a valoração.

Pois ao falar de Vedanta, expliquemos os *dar ṛ ana* da Índia, como presente em explicações teóricas em pesquisas que fizemos em bibliografias. Porém, posteriormente será apresentado como dois desses *dar ṛ anas* são significados no campo estudado. É importante evidenciar que dentro do Hinduísmo existem três pares complementares de *dar ṛ anas*. O termo *dar ṛ ana* significa, literalmente, “ponto de vista”. O hinduísmo ortodoxo possui seis *dar ṛ anas*, os quais estão divididos em três grupos. Para Gulmini, os *dar ṛ anas* “Constituem-se de tratados redigidos sob a forma de aforismos ou *sūtras*, e que procuram codificar os aspectos da tradição védica, dirigindo-se aos estudantes através de argumentações lógicas”. (2003, p. 38)

Os *darśanas* são, em pares:

Nyāya, sistema de lógica estabelecido por Gautama; e Vaiśeṣika, teoria atômica codificada num tratado escrito por Kanāda.

Sāṅkhya, sistema que enumera 25 princípios fenomênicos que constituem o fundamento de todas as coisas. Seu fundador foi o sábio e lendário Kapila; e Yoga sistema que se estabelece como *darśana* a partir do tratado de autoria atribuída a Patañjali, o *Yoga-Sūtra*.

Mimāṃsā, doutrina bramânica que estabelece a execução adequada dos rituais e das cerimônias, codificada por Jaimini; e Vedānta, análise metafísica dos

princípios presentes nas *Upāniṣad* sobre a natureza do absoluto ou Brahman.

O Yoga hoje, além das ramificações citadas acima possui uma complexidade de definições e de interpretações para além do que foi comentado. É importante dizer que dentro do que colocamos como Hatha Yoga, há diversos desmembramentos do que é posto pelos praticantes como “escolas”, “correntes” ou “tradições”. Estas ramificações fazem parte do que é categorizado, dentro da história que é contada do Yoga que observamos em campo como Yoga Moderno. Dentro dessa classificação, o Yoga é dividido em: arcaico, clássico, pré-clássico, clássico, pós-clássico e moderno. Baseamo-nos no livro de Feuerstein para essa apresentação da história do Yoga, pois este é recomendado no curso de formação e ao mesmo tempo a sua idéia é apresentada como discurso de verdade. E é a partir dela, igualmente, que se constrói o discurso de validação da “tradição”. Além disso, Pedro mesmo tem um livro escrito sobre história do Yoga que corrobora com a visão apresentada por Feuerstein. Ou seja, esta história é apresentada como mito de origem do Yoga o qual tenta refutar outras construções em cima da origem dessa tradição.

### **O Yoga arcaico**

Quando aborda a história do Yoga, Feuerstein contesta a teoria da invasão ariana, a qual, diz ele, foi refutada por novos conhecimentos adquiridos recentemente por meio de pesquisas arqueológicas. De acordo com o modelo da invasão ariana, defendida pelo orientalista alemão Max Muller, tribos védicas que falavam sânscrito invadiram a Índia entre 1500 a. C. e 1220 a.C dizimando a população dravídica local.

Feuerstein refuta a teoria da invasão com base em achados arqueológicos às margens do rio Indo. O autor apresenta detalhes dos indícios que vão de contra a teoria em seu livro *In Search of the Cradle of Civilization*. Esse livro chegou às minhas mãos por indicação de Pedro, dentro do curso de formação.

Ele baseia seu argumento na tentativa de mostrar que nessa civilização que viveu às margens do rio Indo-Saraswati existem vestígios arqueológicos de um

Proto-Yoga. Bem como nos Vedas há diversas noções proto-*yogis*. Associando artefatos da civilização do Indo-Saraswati, com a interpretação de hinos védicos, principalmente do Rig-Veda, o autor deduz a existência de idéias e práticas as quais caracteriza como proto-*yogis*.

O vestígio arqueológico mencionado é o sinete de barro apresentando uma figura em postura *Padmāsana* e datada aprox. 3000 a.C. e está ligada às práticas xamânicas. Este foi o período de formação do Yoga, o qual ainda não possuía um saber filosófico e nem prático sistematizado e ainda encontrava-se misturado a todos os tipos de práticas místicas existentes na época.

### **Yoga Pré Clássico**

O Yoga pré-clássico é dito que está ligado ao surgimento dos Vedas e pode ser dividido entre período védico e o seu final, conhecido como período das *Upani ṣad*. Eis os textos védicos principais: as primeiras quatro coleções védicas são chamadas de Samhitās das quais fazem parte o Rigveda, o veda dos versos, hinos e invocação aos deuses; o *Yajur Veda*, o qual contém as fórmulas de sacrifício; o *Sama Veda*, composto por cânticos, canções e versos retirados, muitos deles, do *Rg Veda*; e o *Atharva Veda*, que traz os hinos, as magias e os encantamentos.

Após os quatro Vedas, surgiram os *Brahmanas*, que comentam explicam os Vedas anteriores; os *Aranyakas*, ou livros das Florestas; e, finalmente, os *Upani ṣad*. O que se observa nas *Upani ṣad*, é dito em campo e no livro de Feuerstein que não é uma forma de descrição do divino, mas um convite em experienciá-lo em seu íntimo, mediante um contato direto e pessoal. São nesses escritos que estão contidas, de acordo com o autor e defendido explicado no curso, as primeiras alusões ao Yoga como meio de transcendência. Isto dentro de uma estrutura iniciática, caracterizada pela transmissão oral do conhecimento e pelo treinamento, preferencialmente pessoal, exclusivamente de mestre para discípulo, mostra o início da formação de uma tradição que se estabeleceria, ao menos de maneira mais sistematizada, posteriormente. Esse processo tradicional

de transmissão do conhecimento via mestre a discípulo é chamado de *parampara* e é a partir dessa idéia que se constrói o discurso da “tradição”, pois é preciso inserir-se dentro dessa transmissão para adquirir o conhecimento “tradicional”.

O que se busca alcançar, dentro das *Upaniṣad*, em última instância, é o conhecimento do Ser<sup>19</sup>, do imperecível, o si-mesmo ou Bahman, aquilo que, no homem, é perfeito e imortal. Essa busca pelo Ser está evidente em trecho da *Katha Upaniṣad*:

Além dos sentidos está a mente, além da mente o ser mais elevado, acima do ser o grande si-mesmo, e acima deste ainda, o mais elevado: O Imanifesto. Além do Imanifesto está pureza, o onipenetrante, o totalmente imperceptível. Toda criatura que o conhece é liberada, e obtém a imortalidade. Sua forma não pode ser testemunhada, ninguém o vê com o olho. Ele é imaginado pelo coração, pela sabedoria, pela mente. Aqueles que sabem disto tornam-se imortais[...]  
Isto - a firme retenção dos sentidos, é o que se denomina Yoga. Deve-se permanecer livre de distrações, pois o Yoga vem e vai. (Katha - *Upaniṣad* II 6.7-11 apud GULMINI, 2003 p. 34)

Dentro do Vedānta, é dito no curso, que a interpretação da *Upaniṣad* deve ser conduzida por um professor capacitado, que esteja dentro da tradição. É dito que, os textos são metafóricos e a sua plena compreensão não pode ser obtida apenas por uma leitura pessoal. Apesar das *Upaniṣad* serem os textos base do ensinamento de Vedānta, textos como o *Mahābhārata*, *Yoga-Sūtras* de Patañjali também são utilizados como fonte de estudos. No campo aqui estudado, cursos de *Bhagavad-Gītā*, *Yoga-Sūtras* e *Upaniṣad* são oferecidos. Todos eles ligados, de maneira direta ou indireta, com a tradição do Vedānta presente nesse contexto.

Dentro do que é estabelecido como Yoga pré-clássico por Feuerstein, há o período Épico, ou seja, período que surgem os textos épicos como o *Mahābhārata* e o *Ramayana*. Essa literatura é considerada como Smriti, ou seja, literatura escrita. Antes disso, os textos são considerados revelados, ou Shruti.

O *Mahābhārata* é um épico de inestimável valor para a história religiosa e filosófica da Índia. Para Eliade, foi a partir do *Mahābhārata*, mais especificamente

<sup>19</sup> Sobre esse Ser transcendental e suas interpretações e sua significação observada em campo, sua releitura será comentado posteriormente.

da *Bhagavad-Gīta*, capítulo contido dentro do primeiro, que se deu o triunfo do Yoga.

O Mahabharata, com efeito, é o encontro de inumeráveis tradições ascéticas e populares, cada uma com um "Yoga" próprio, isto é, com uma técnica "mística". Os longos séculos, no curso dos quais novos episódios foram intercalados na Epopéia, permitiram a todas essas formas de Yoga barroco instalar-se e ganhar um espaço (e uma justificação), o que resultou na transformação da Epopéia em uma Enciclopédia. (ELIADE, 1996, p. 132)

A *Bhagavad-Gītā*, trecho contido dentro do *Mahābhārata*, tornou-se uma das escrituras fundamentais do Hinduísmo e um dos textos mais conhecidos e divulgados no ocidente. É um poema que narra o diálogo entre Kṛṣṇa e Pedro e é interpretado como uma luta interna do homem, como um conflito interior. Na *Bhagavad-Gītā*, Krishna, encarnação divina, revela ao Príncipe (discípulo) Pedro os segredos do drama cósmico, exaltando-o a não desistir da grande batalha que deve travar pela reconquista do seu reino.

Nesse épico, comenta Gulmini, realiza-se habilmente a fusão entre os ideais e deveres das castas da sociedade hindu e os princípios da teoria e da prática do Yoga. E a questão central presente na *Bhagavad-Gītā* é se a salvação se encontra na ação ou na meditação mística. Ou Seja, o ponto central do texto é a questão da renúncia. Ressaltamos aqui que existe a associação, no campo estudado entre a *Bhagavad-Gītā* e a introdução da idéia da renúncia no mundo, a renúncia na ação cotidiana, na realização do dever.

O conflito presente em Pedro, personagem da *Bhagavad-Gītā* é a opção entre agir ou não-agir, renunciar. Krishna propõe um terceiro caminho que ele denomina de reto-agir. Reto-agir para Kṛṣṇa seria o caminho do Karma Yoga o qual, em suas palavras, apresenta a prática do Yoga como libertação do karma. Essa noção é semelhante à idéia de renúncia no mundo, a qual Dumont atribui ao protestantismo e a noção de ação correta e impassível, estóica, comentada acima. Vejamos o que disse o estóico imperador Marco Aurélio:

É possível levar sempre uma vida feliz, já que podes seguir o caminho reto, já que podes pensar e obrar com método. Duas coisas são comuns

à alma de Deus e do homem, de qualquer animal racional: não se deixar perturbar e ser impedido por ninguém. Não desejar nada a mais saber o bem que reside na intenção e na atividade justas. (Aurélio, 2002, p. 51)

De maneira semelhante podemos ler na *Bhagavad-Gītā*.

Quem age sem o menor apego, depositando suas ações em Brahman, não se macula com o mal, da mesma forma que a água não adere à folha de lótus. (*Bhagavad-Gītā*, V: 10)

## Yoga Clássico

Na explicação êmica da história do Yoga, esse é o período marcado pela elaboração do *Yoga-Sūtras*, atribuído ao sábio Patañjali. Este foi o primeiro tratado sobre Yoga e teve o mérito, tanto o papel de sistematizar os conhecimentos e as práticas já comuns muito antes da sua época, como de tornar o Yoga, além de oral, uma tradição escrita.

Antes de Patañjali, autor dos *Yoga-Sūtras*, é dito tanto por Pedro quanto por Feuerstein, os ensinamentos do Yoga eram transmitidos de maneira oral, de mestre à discípulo, dentro do *paramparā*, linhagem tradicional. Graças a Patañjali, o Yoga passou de “tradição mística” a “sistema de filosofia” e tornou-se um dos seis *darśanas* (ponto de vista, visão de mundo) da Índia<sup>20</sup>.

Embora a *Upaniṣad* e a *Bhagavad-Gītā* sejam fundamentais ao desenvolvimento do Yoga na história, é no *Yoga-Sūtras* que estão enunciadas as práticas que hoje são preconizadas pelos mais diferenciados estilos de Yoga atuais. Os seus 196 *sūtras* indicam um caminho de oito membros para se chegar à liberação: *Yama* (conduta ética reguladora da ação), *niyama* (harmonização interior e purificação), *āsana* (postura física), *prāṇāyāma* (exercícios respiratórios), *pratyāhāra* (abstração e interiorização dos sentidos), *dhyāna* (meditação) e *samādhi*

<sup>20</sup> Essa afirmação de que o Yoga faz parte de uma linhagem tradicional é questionada quando Pedro faz crítica ao Hatha Yoga praticado hoje. Pois esse Hatha Yoga é colocado como uma ramificação do Yoga e não pode ser classificado, de acordo com o autor, como uma linhagem tradicional.



(dissolução ou liberação).

Essa estrutura de oito membros é freqüentemente citada entre os praticantes de Yoga. A conduta pessoal ética perante a vida é estabelecida pelos *yamas*. Em campo, ou em conflitos éticos pessoais perante situações do cotidiano, escutei freqüentemente citações aos preceitos colocados por Patañjali nos *yamas*. Como, por exemplo, a não-violência e o desapego, que serão comentados posteriormente. Essa conduta serve como modelos para a ação, no sentido proposto por Geertz (1999), do *yogi*.

### **O Yoga Pós-Clássico e o Hatha Yoga**

O Yoga pós-clássico consiste nas tentativas de interpretações e reinterpretações do *Yoga Sūtras*. Mas o fato que marcou esse período e que merece ser destacado aqui é o surgimento de uma cultura do Yoga baseada no corpo, influenciada pelo tantrismo.

Na visão do tantrismo, a natureza é divina e dentro desta, tanto o corpo, quanto a sexualidade são veículos para a transcendência e a realização da natureza divinal no homem. É, em parte, baseada nessa idealização tântrica que se desenvolve a prática e a visão do Haṭha Yoga.

Os tratados que representam o *Haṭha Yoga*, de acordo com Feuerstein, têm origem por volta dos séculos IX a XV d.C.. A *Gherandha Samhitā*, a *Haṭha Yoga Pradīpikā* e a *Śiva-Samhitā*, são os primeiros textos a descrever os *āsanas* (posturas) do Yoga. O *Yoga Sūtras*, por sua vez, descrevem apenas posições sentadas para meditação. A prática proposta por Pedro é construída e referenciada a partir desses três textos. E essa construção dá valor de clássico à prática por ele apresentada. É afirmado que todos os elementos presentes nas escrituras devem estar presentes na prática de Yoga. Estes são: *śatkarma* (exercícios purificatórios), *āsana* (definido como posturas psico-fisiológicas), *prāṇayama*, *pratyahara* (exercícios de abstração dos sentidos), *dharana* (exercícios de concentração), *dhyana* (meditação). A crítica formulada contra muitas correntes de Yoga atual, por parte de Pedro e de outros instrutores com quem conversei, é construída a partir do

questionamento à prática de apenas um elemento de todos os acima citados: os *āsanas*.

Nos tratados de *Haṭha Yoga*, é dito que o corpo adquire outro significado. Neles aparecem por primeira vez descrições dos complexos sistemas energéticos presentes no corpo, o que hoje é chamado por Feuerstein de “‘fisiologia’ esotérica” e em campo escutei como “fisiologia sutil”, “corpo energético”. É o *Haṭha Yoga* que inaugura a idéia do corpo como sagrado e como reflexo do cosmo, afirma Feuerstein. E a partir disso, como afirmou Eliade (1999, p. 174), “Porque o corpo representa o cosmos e todos os deuses, porque a libertação não se pode conseguir senão a partir do corpo, é importante ter um corpo sadio e forte”.

Hoje, o termo *Haṭha Yoga* representa um leque de práticas que têm o corpo como central em suas práticas. A esse leque de práticas atuais, cito os mais difundidos e de maior visibilidade no ocidente como o Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga, Iyengar Yoga<sup>21</sup>, Power Yoga, Bikram Yoga. A estes, como foi comentado acima, foi dado o nome de MPY (*Modern Postural Yoga*) por Michelis e sobre algumas dessas correntes, consideradas “modernas”, conseqüentemente, não tradicionais, recaem as críticas que observei em campo.

Percebi uma divisão e uma significação das práticas de *Haṭha Yoga* que a colocam - o que apresentei e é posto por livros como um conceito geral que abarca todas as práticas de Yoga que envolvem interferência no corpo - como uma prática “leve”<sup>22</sup> associada a uma prática mais equilibrada e que possui mais elementos de adaptação para pessoas com mais idade ou que possuem

<sup>21</sup> Iyengar Yoga é uma corrente de Yoga baseada nos ensinamentos do indiano B.K.S Iyengar. Tanto Iyengar quanto outro indiano de nome Patthabi Jois, principal divulgador do Ashtanga Vinyasa Yoga, ministram aulas em Mysore, na Índia, e foram discípulos de quem é dito precursor da linhagem, Krishnamacharya. Hoje o Ashtanga Vinyasa Yoga e o Iyengar Yoga são as duas correntes de Hatha Yoga mais praticadas no ocidente. A prática de Ashtanga é mais exigente fisicamente, é realizada de maneira mais dinâmica, e possui séries fixas pré-estabelecidas de exercícios. Ao todo são seis séries graduais, apresentadas por nível de exigência de flexibilidade. Pela sua “rigidez” e grau de dificuldade, a prática de Ashtanga é criticada por Pedro, por não adaptar a prática aos praticantes fazendo com que estes se machuquem, cedo ou tarde. Outro ponto de crítica é a não atenção a outros aspectos da prática exceto os āsanas. O dizer, talvez o mais conhecido do mestre dessa prática é: “pratique e tudo virá”. Esse dizer é centro de crítica de Pedro, pois este diz que apenas a prática em cima dentro da sala de aula sem o estudo e a prática fora da sala de aula de nada adianta, é apenas “uma ginástica inteligente”, como disse uma de suas alunas. Essa discussão será apresentada em outro capítulo.

<sup>22</sup> A idéia êmica de leveza será apresentada em capítulo posterior.

limitações físicas. Ou seja, o curso de formação observado é de Hatha Yoga, mas é dito que não possui relação com as práticas ditas modernas e é embasado nos textos acima citados.

## **O Yoga Moderno**

O início do Yoga Moderno, de acordo com Feuerstein e outros autores do meio, está relacionado ao Parlamento das Religiões de 1893, em Chicago, e à vinda do Yoga para o ocidente. Sobre o Parlamento, já foi falado anteriormente. O que é ressaltado é que, no Parlamento, a figura de Swami Vivekananda se destacou e nos anos seguintes ao Parlamento, este atraiu grande número de estudantes ao seu redor, para compartilhar ensinamentos de Yoga e *Vedānta*. Seus livros ainda estão disponíveis e são lidos por praticantes. Entre eles, o mais conhecido é *O que é Religião*.

Vivekananda inaugurou, como disse Carvalho (1997), o tipo de religioso oriental que viaja para o ocidente para renovar a chama espiritual. Depois dele, alguns outros mestres de Yoga cruzaram o oceano para espalhar seus conhecimentos na América do Norte e na Europa. Logo depois de Vivekananda, o *yogi* indiano que ficou mais conhecido no ocidente, de acordo com Feuerstein, foi Paramahansa Yogananda, que chegou em Boston em 1920. Cinco anos depois ele criou a *Self-Realization Fellowship*, instituição que ainda possui sede em Los Angeles. O seu livro mais conhecido é *Autobiografia de um Yogi*. De acordo com um entrevistado, após ler esse livro, sua prática de Yoga mudou de rumo. O livro o fez ver a amplitude do Yoga e a prática de Yoga em todos os âmbitos da vida. Para este mesmo entrevistado, mais tarde, o contato com os ensinamentos do *Vedānta* cumpriu papel semelhante.

Em 1934, Paul Brunton, jornalista e escritor inglês, publicou seu livro *A Search in Secret India*, o qual apresentou a figura de Ramana Maharsh aos ocidentais. Annie Cahn Fung (1992), em tese intitulada *Paul Brunton, un pont entre l'Inde et l'Occident*, apresentada ao departamento de Antropologia da Religião da Universidade de Paris IV, conta a biografia de Brunton e a sua

importância enquanto comunicador do pensamento indiano ao ocidente. Entre as suas viagens para o oriente, apresenta o encontro com mestres espirituais indianos.

Foi nessa mesma década, de 30, que veio à tona a figura de Krishnamurti. Krishnamurti foi exaltado pela Sociedade Teosófica como o novo grande líder mundial, mas rejeitou essa missão. Em suas muitas palestras proferidas em todo o Ocidente, Krishnamurti defendeu a auto-reflexão e o caminho pessoal à auto-realização e questionou veementemente o seguimento a qualquer tipo de autoridade, principalmente, a espiritual. Ele ficou conhecido, suas palestras viraram livros que foram muito lidos até depois da sua morte, em 1986. Entre o seu ciclo de amigos, algumas personalidades famosas fazem parte da lista, Aldous Huxley, Charles Chaplin, Greta Garbo e Bernard Shaw.

De acordo com Feuerstein, o Hatha Yoga propriamente dito chegou à América do norte quando a russa Indra Devi, conhecida como a “primeira dama do Yoga”, abriu seu estúdio em Hollywood em 1947. Nos anos 1950 um dos professores de Yoga mais conhecidos era o professor Selvarajan Yesudian. Ele escreveu o livro *Sports and Yoga*, o qual foi traduzido para catorze línguas, com mais de 500 mil cópias vendidas. E desde essa época percebemos uma associação entre Yoga e esporte, Yoga e prática física, o que viria a ser intensificado posteriormente.

Em 1961, Richard Hittleman levou o Hatha Yoga para a televisão nos Estados Unidos e o seu livro, *Twenty-Eight-Day Yoga Plan* vendeu milhões de cópias. E foi nessa mesma década que a figura de Ramana Maharish ficou largamente conhecida no Ocidente, devido a sua associação com os Beatles. Foi Ramana que disseminou a prática da Meditação Transcendental no ocidente. De acordo com Feuerstein (2006), praticantes de Meditação Transcendental introduziram a meditação e o Yoga no mundo corporativo e estimularam pesquisas médicas em Yoga em diversas universidades americanas.

No Brasil, pouco temos escrito sobre a chegada do Yoga. Em conversa com Vitor Caruso Jr. Instrutor de Yoga em Curitiba e autor da biografia do Prof. Hermógenes – um dos pioneiros do Yoga no Brasil - , ele me indicou o Atlas do

Esporte do Brasil, publicado pelo Confef – Conselho Federal de Educação Física.

De acordo com essa fonte, que traz uma história por demais institucionalizada e formal da inserção do Yoga no Brasil, este chegou ao nosso país a partir da década de 1950 por meio de academias.

Apesar de questionável, apresento a história trazida pelo Atlas por dois motivos. Primeiro pela escassez de informações sobre a história do Yoga no Brasil, apesar do meio *yogi*, em geral, nacional e internacionalmente, ser uma área que produz a sua própria teoria e história. O segundo motivo é que essa história institucionalizada do Yoga no Brasil traz nomes de figuras importantes no meio *yogi* nacional e que produziram uma literatura ainda influente.

A primeira das escolas que é dita que se tem conhecimento foi fundada em 1957 pelo francês Jean Pierre Bastiou. Este, posteriormente, escreveu livros tanto sobre Yoga quanto sobre conscienciologia. Seu livro mais conhecido é: *Globe Trotter da consciência. Do Yoga à Conscienciologia*.

Foi nesta mesma década, de acordo com o Atlas do Esporte, que Alberto Lohman, psiquiatra, levou o Yoga, pela primeira vez, a hospitais psiquiátricos. Posteriormente o prof. Hermógenes estendeu esse trabalho. Hermógenes em seus livros conta como se curou de uma tuberculose e talvez seja o primeiro autor que apresenta de maneira mais sistemática os benefícios fisiológicos do Yoga, por meio de uma linguagem médica.

Os professores mais influentes dessa época, de acordo com o anuário, foram Caio Miranda, Hermógenes, Jean Pierre Bastiou. A partir da década de 1960 surgiram os primeiros livros de Yoga no Brasil. *Hatha Yoga: a Ciência da Saúde Perfeita* em 1962, de Caio Miranda, que traz um forte teor positivista presente na época e decorrente de sua formação militar. Nesse livro pode ser considerado o primeiro “tratado” de *Hatha Yoga* em português, pois nele há a tradução e comentários dos três textos considerados clássicos mencionados acima e ao mesmo tempo uma apresentação da história do Yoga, totalmente diferente da que aqui foi apresentada e que é hoje destituída como valor factual.

Em 1965 é lançado à primeira edição de *Auto-perfeição com Hatha-Yoga*, do prof. Hermógenes. Mesmo ano que foi publicado *Encontro com o Yoga*, de

Jean Pierre Bastiou.

A década de 1970, de acordo com a história burocrática do Yoga, foi a época da criação das Associações, a Associação Brasileira dos Professores de Yoga, fundada em 1973; a Associação de Yoga de Belo Horizonte, de São Paulo e do Rio Grande do Sul e a Uni-Yoga, de De Rose, também foram criadas nesse período. De acordo com o Atlas do Esporte, a criação das associações foi resultado do interesse dos professores em disseminar o conhecimento que adquiriram na Índia. E a partir disso, os primeiros cursos de formação de professores começaram a ser delineados. No final desta década foi criado o primeiro vínculo institucional com o exterior por meio da Federação Internacional de São Paulo.

Na década de 1980 é criada a Confederação Brasileira dos Professores e Praticantes de Yoga – COBAPEPY -, que posteriormente tornou-se Confederação Nacional de Yoga do Brasil - CONYB. Nesta década foi criada a Federação de Florianópolis como resultado da tendência de aglutinação das associações, que começaram a ser criadas em todo o Brasil. A partir disso, o Yoga começou a ser inserido em faculdades e os primeiros trabalhos acadêmicos surgiram. Em 1996 a FMU – Faculdades Metropolitanas Unidas - publicou o livro do médico Minohar Laxman Gharote, *Yoga Aplicada: da teoria à prática*.

A partir de 2000, então, instalaram-se cursos de pós-graduação *Lato Sensu* em Yoga no Rio de Janeiro, no Ceará e no Paraná e o fato é representativo, pois marca a inserção do Yoga no campo acadêmico. Essa inserção dá credibilidade ao discurso de autoridade ao Yoga, tanto em seus aspectos terapêuticos, quanto mesmo em seu sentido histórico, pois os estudos de Gulmini, por exemplo, foram construídos no âmbito da instituição acadêmica.

De acordo com o anuário, a partir de estimativas não muito claras, são hoje ao todo cerca de quatrocentos mil praticantes de Yoga no Brasil, atendidos por quinze mil instrutores. A estimativa de número de praticantes e de instrutores certamente, como é frisada no próprio texto do anuário não é segura. Pois dificilmente há fontes seguras sobre esses números. Estimo que haja mais praticantes e instrutores do que o que foi proposto, pela visibilidade social que tem

o Yoga hoje, presente na mídia televisiva e escrita e pela autoridade que recebeu legada pela “comprovação” médica dos benefícios da prática de Yoga.

Talvez, pelo meu envolvimento com o tema, os meus olhos já estejam treinados a ver Yoga mais do que os olhos que não o procuram, mas considero o que diz Evans-Pritchard de que “Na ciência como na vida só se acha o que se procura”. O fato é que, se medirmos a visibilidade do Yoga pelos meios de comunicação, podemos incrementar a estimativa do conselho de Educação Física, que nos mostra uma visão mais institucional. E, pelo que pude perceber no campo escolhido, o meio *yogi* é talvez o menos apropriado de ser estudado institucionalmente. A própria institucionalização é criticada. Pedro defende a não institucionalização do Yoga e despoja as burocracias e as regulamentações, quase em defesa de um anarquismo auto-regulador.

No momento não existe órgão regulador do Yoga no Brasil. O que não obriga os instrutores a se filiarem a nenhuma instituição para terem o direito de ministrar aulas. Em 2002 o Projeto de Lei 77 propunha a criação do Conselho Federal de Yoga que seria subordinado aos Conselhos de Educação Física e tornaria a filiação obrigatória aos profissionais de Yoga. Contrária a esta posição, alguns instrutores de Yoga criaram, em 2002, a Aliança do Yoga com a proposta de auto-regulamentação e autogestão da profissão. Em outubro de 2003, a Aliança representou esse grupo de instrutores de Yoga em audiência pública na Câmara dos Deputados em apoio ao projeto de lei 7370, que impede a fiscalização dos profissionais de Yoga, dança e artes marciais pelos Conselhos de Educação Física. Nesse evento, foi reafirmada a natureza filosófica do Yoga e a impossibilidade dessa filosofia ser fiscalizada por profissionais de Educação Física.

Hoje a Aliança ainda existe, mas poucos são os instrutores filiados. Escutei, em campo, por parte de instrutores, que eles não vêem a importância prática da Aliança do Yoga. Mas alguns instrutores usam o credenciamento como argumento de autoridade em meios de comunicação impressos. O curso de formação que foi objeto desta pesquisa é credenciado pela Aliança do Yoga e o instrutor que o ministra está ligado politicamente à instituição.

O debate de institucionalização ou não, de defesa deste ou de outro yoga é marcado por disputas políticas. À medida que é atribuído valor comercial ao Yoga, que surgem grifes especializadas em roupas para Yoga, em que aumenta o número de instrutores e cursos de formação e ao mesmo tempo aumentam as correntes e novas formulações de práticas de Yoga, crescem as disputas por espaço e por visibilidade. São disputas comerciais e identitárias dentro das quais são ressaltadas as particularidades e as autenticidades de cada grupo coletivamente, ao mesmo tempo que no âmbito individual os símbolos coletivos possuem eficácia reforçando a autenticidade pessoal e a autonomia.

A divisão entre escolas, correntes “tradicionais”, tem fronteiras bem demarcadas, pois é enfatizada pelos seus membros, no entanto existem pessoas que circulam por estas e por vezes a circulação é estimulada como uma forma de aprendizado, de absorção do melhor que cada uma pode oferecer para si. No entanto, neste trabalho, ao discutir essas diferenciações, será enfatizado não a circulação, mas a maneira como se constroem as fronteiras simbólicas entre o “tradicional” e o não tradicional a partir de um grupo específico.

## **2. O curso de formação e a construção de uma identidade *yogi***

### **2.1. O contexto do curso de formação**

#### **Yoga *bhumi* – a terra do Yoga**

Nesta pesquisa, tive contato apenas com um trabalho sobre Yoga realizado na cidade de Florianópolis. Este foi feito no âmbito da UFSC e buscou traçar o perfil do praticante de Yoga do projeto de extensão oferecido pela Universidade<sup>23</sup>. Mesmo nacionalmente, a escassez de trabalhos antropológicos sobre o tema ficou

<sup>23</sup> Observei algumas aulas do projeto da UFSC e fui banca da monografia de Rodrigo Lacerda Alves, graduado em Educação Física. Em seu trabalho, ele estudou o perfil dos participantes do projeto de extensão em Yoga da Universidade. Ele observou que em sua maior parte, os participantes são jovens e alunos da UFSC e a menor parte são pessoas de fora da Universidade que são atraídas pelo baixo valor da mensalidade do projeto de extensão.



evidente durante as minhas pesquisas bibliográficas, apesar do nítido crescimento da visibilidade social do tema abordado nacionalmente.

Como praticante, antes mesmo de pesquisar o Yoga, e posteriormente como antropólogo, percebi o crescimento da visibilidade do Yoga a nível nacional, por meio de matérias em jornais impressos e revistas, notícias em telejornais e símbolos ligados ao tema veiculadas em propagandas e novelas. E mais especificamente dentro do recorte desta pesquisa, uma das coisas que pude perceber em trabalho de campo é a idéia propagada por instrutores de que Santa Catarina possui uma centralidade no meio *yogi* nacional. Ouvei Pedro, em seu curso de formação, comentar tal tendência e, ao mesmo tempo, percebi indícios dessa idéia de disseminação privilegiada do Yoga em Santa Catarina, especialmente em Florianópolis, numa matéria publicada pela revista Veja em 2000, cujo título é *Ginástica Zen*. Nesta é enfatizada o crescimento do Yoga no Brasil e a cidade de Florianópolis aparece como pólo de referência nesse crescimento: “O renascimento da ioga é percebido nas principais cidades brasileiras, mas é bem mais intenso em Florianópolis” (trecho retirado do site: [http://veja.abril.com.br/070503/p\\_116.html](http://veja.abril.com.br/070503/p_116.html), no dia 08 de dezembro de 2007).

De fato, no âmbito desta pesquisa, percebi que além dos espaços de Yoga serem visualmente significativos na cidade<sup>24</sup>, há encontros promovidos por esses espaços que têm relevância além de quantitativa, qualitativa. Não é o meu papel corroborar ou não com a idéia de que Santa Catarina é um estado privilegiado em relação aos outros na disseminação do Yoga, mas é importante apresentar o que observei em trabalho de campo. E pude notar que, na cidade de Florianópolis, em torno da prática de Yoga forma-se o que Magnani (1999) chama de *circuito* - uma maneira de designar o uso do espaço urbano por oportunizar o exercício da sociabilidade. Neste *circuito* do Yoga formado por praticantes, chamo a atenção,

---

<sup>24</sup> Para ilustrar a afirmação, como não há dados estatísticos precisos sobre o número de escolas na cidade, afirmo que consegui mapear, aos redores da UFSC, cinco espaços exclusivamente de Yoga e mais cerca de três academias que oferecem a modalidade. Além de na própria universidade serem oferecidas seis turmas de Yoga como projeto de extensão. Observei algumas aulas do projeto e fui banca da monografia de Rodrigo Lacerda Alves, graduado em Educação Física, que estudou o perfil dos participantes do projeto. Em sua maior parte são alunos da UFSC, mas muitos deles são pessoas de fora da Universidade que são atraídas pelo baixo valor da mensalidade do projeto de extensão.

principalmente, para as escolas. Haja vista que pouco ou quase nada observei sobre eventos que acontecessem em espaços abertos, mas é nas escolas de Yoga que esta sociabilidade acontece. São várias as mediações dadas dentro das escolas: as aulas; os eventos comemorativos; as datas festivas indianas, como o ano novo hindu, por exemplo; a organização de *kirtans* - recitação coletiva de mantras; a realização de jantares indianos; a organização de cursos de final de semana com *swamis* que visitam a Ilha; os cursos de formação.

Já fora das escolas são organizados encontros nacionais. Três deles atraem praticantes de todo o Brasil: *Yogamandala*, em Garopaba, no espaço Montanha Encantada; o *Sadhana* que aconteceu em sua última versão (2006) num hotel em Jurerê Internacional, bairro mais sofisticado da ilha de Florianópolis; e o *Yoga Sangam* realizado na praia de Mariscal, no município de Bombinhas, a aproximadamente 70 km de Florianópolis

Há, ao mesmo tempo, ligado a esse *circuito*, a produção de um saber interno ao meio *yogi*, que é divulgado por meio de periódicos e jornais. Em Florianópolis temos também a publicação de um periódico de circulação nacional via assinantes sobre Yoga, os *Cadernos de Yoga*<sup>25</sup>

A cidade também é sede de uma das três grifes nacionais de roupas de Yoga para a prática mais conhecidas no meio, a Devi<sup>26</sup>. Percebi na pesquisa de campo que há um fluxo de pessoas que são atraídas ao estado para os eventos acima citados e por influência de professores de renome nacional que aqui residem e possuem escolas. No curso de formação que observei nessa pesquisa, 90% dos participantes eram de fora do estado. A maior parte deles vindos de São Paulo.

Na cidade de Florianópolis, como no Rio de Janeiro (Goldenberg, 2002), percebemos de certa forma uma cultura de exposição do corpo, principalmente nas praias e no verão. Em Florianópolis, porém, diferente do Rio de Janeiro, não

---

<sup>25</sup> *Cadernos de Yoga* é uma publicação trimestral especializada no assunto. Possui hoje (2008) cerca de duzentos assinantes em todo o Brasil. A maior parte destes em São Paulo.

<sup>26</sup> Atrelada a uma conhecida escola da cidade. A proprietária desta ministra cursos de formação na própria cidade, Curitiba e em Goiânia.

há calor o ano todo, mas apenas durante cerca de cinco meses de verão. Esses dois períodos poderiam ser divididos em reclusão e exposição se comparamos a exposição dos corpos na praia e o esconder do corpo com as roupas no inverno. Também podemos associar o movimento entre verão e inverno, a uma “verdadeira variação sazoneira” (Mauss, p.29, 1974,).

É comum vermos pessoas praticando Yoga na praia, durante o verão, e a conexão entre esportes e Yoga, principalmente surf, é freqüente. Um instrutor aqui residente desde os anos 90, conhecido hoje nacionalmente desenvolveu treinamento para surfistas profissionais usando o Power Yoga, o que contribuiu também significativamente para a disseminação do Yoga na cidade. Outro instrutor que é destaque na divulgação do Yoga tanto em Florianópolis quanto no Brasil é o instrutor Pedro. Este é um dos instrutores mais referenciados no meio *yogi* brasileiro, ministrando cursos em todo o Brasil e atraindo pessoas de todo o Brasil para o seu curso de formação em Santa Catarina. O seu site de Yoga hoje é um dos sites mais visitados sobre o assunto de todo país e certamente é o maior site que disponibiliza mais conteúdo – artigos, traduções de textos hindus – sobre Yoga do Brasil.

Dentro desse circuito, formado por instrutores, alunos, cursos, encontros em Santa Catarina, escolhi como foco principal de observação dessa pesquisa o curso de formação de Pedro e a rede que se forma em torno de seus ensinamentos, o encontro que organiza e uma rede de estudo de *Vedanta* que ele ajuda a divulgar. Escolhi o curso de formação de Pedro por três motivos. Primeiro por possuir um caráter intensivo, ou seja, os participantes ficam durante um mês juntos praticando e estudando; segundo pela visibilidade nacional que tem o instrutor, o que atribuo tanto a divulgação nacional de seus livros, que são cinco publicados, e pela visibilidade do seu site; e terceiro e talvez o mais relevante dos motivos, pela temática do corpo e da tradição estarem em evidência nesse contexto.

### **De Floripa ao *śānti* Ashram**

Quando conheci Pedro ele ministrava o seu curso de formação em Florianópolis. Posteriormente o curso mudou-se para uma pequena cidade litorânea próxima à capital catarinense. Conversando com ele sobre o motivo da mudança, obtive uma crítica a Florianópolis que escutei não só de *yogis*, mas de antigos moradores que lamentam a cidade ter perdido o ar de cidade pequena e pacata. Alguns afirmam que o turismo e a divulgação nacional da cidade, aumentou o fluxo de migração e a cidade foi crescendo e, nesse sentido, começou a desenvolver características de cidade grande.

Observei que essa imagem de cidade cuja “cultura do Yoga” é forte, associa-se à idéia nacionalmente divulgada como uma cidade do bem estar e da qualidade de vida. A construção de uma identidade da cidade, tanto interna, quanto externa com o intuito de atrair turistas, é fundamentada na valorização desses aspectos. Esta associação entre o Yoga e a qualidade de vida, na cidade de Florianópolis veio à tona em diálogos nas observações de campo da pesquisa com os instrutores de yoga, tanto os que moram aqui, quanto os que vieram de fora. Essas pessoas se diziam atraídas pelos cursos de formação e também pela natureza exuberante da cidade.

No entanto, no ponto de vista de Pedro, a visão de Florianópolis como cidade do bem estar e da qualidade de vida já é questionada. Como se a qualidade de vida fosse um valor perdido com o aumento do turismo e da população residente que aumentou significativamente nos últimos anos.

A matéria da Revista Veja de 1999 intitulada “Aqui se vive melhor”, afirmava que a capital com cara de cidade pequena, com padrões europeus de vida, atraía cada vez mais migrantes. E apresentava Florianópolis como primeira colocada no ranking de qualidade de vida entre as capitais nacionais.

Cinco anos depois, em 2004, o título de outra matéria da Veja sobre a cidade era: “O outro lado do paraíso. Florianópolis controla a migração para evitar o aumento da violência e das favelas na cidade”. Segundo estatísticas divulgadas na matéria, a população da cidade, em cinco anos, aumentara 15%. O artigo já trazia as conseqüências da vinda de migrantes, o aumento da construção civil de 10 % ao ano. A construção de shoppings centers, hotéis. O artigo ressaltava como

fator negativo o aumento da criminalidade.

Apresento esses dados do artigo da Veja, não para empregar juízo de valor sobre o crescimento da cidade, que de fato ocorreu, mas para apresentar as críticas de Pedro a este crescimento veloz, que ele mesmo disse ter acompanhado. Algumas críticas são ressaltadas por Pedro à cidade quando avalia que não é mais a mesma de antes: a degradação ambiental; os engarrafamentos, especialmente no verão; o consumo de drogas no centrinho da Lagoa; o aumento da violência, crimes e assaltos.

Por esses motivos, disse Pedro, em 2006, o curso de formação foi mudado de Florianópolis para uma pequena cidade no litoral de Santa Catarina, há 70 km da capital. A primeira vez que participei do curso de formação, em 2005, era realizado em Florianópolis. Em 2006, quando comecei o trabalho de campo, o curso já havia mudado para o *śānti Ashram*, à beira da praia.

O recorte dessa pesquisa abrange parte do circuito *yogi* catarinense descrito acima. O recorte escolhido foi o curso de formação que Pedro ministra. Mas, a partir da minha observação de campo em seu curso de formação, observei que este evento faz parte de uma rede maior que compreende também o encontro nacional que ele organiza uma vez por ano, cursos de formação que ministra por todo o Brasil, em Portugal e no Chile e viagens que organiza à Índia. Pessoas que fazem um curso com Pedro fora de Santa Catarina acabam sendo atraídas a virem ao estado fazer o curso de formação. E muitos deles são os mesmos que vêm também para o encontro nacional anual que aqui acontece. Essa rede levamos à Índia, por meio das viagens anuais que ele organiza levando muitos de seus alunos.

Vale ressaltar, dessa rede, os alunos que passam pelo curso de formação de Pedro que voltam às suas cidades e começam a dar aulas e que mantêm contato e a relação de professor e aluno o instrutor; e uma amiga no Rio de Janeiro, Lalita, professora de *Vedanta* há mais de 25 anos que estudou com o mesmo mestre de Pedro na Índia e que anualmente vem ao encontro que Pedro organiza. Os alunos que começam a se interessar por *Vedanta*, necessariamente chegam a Lalita. Pois ela é colocada por Pedro como referência, no Brasil, no ensino de *Vedanta*. Estes

compram os CDs com aulas de *Vedanta* gravadas por Lalita e alguns dos que moram no Rio de Janeiro começaram a fazer aulas de sânscrito e *Vedanta* em seu espaço. Em resumo, Lalita é, no meio aqui estudado, a principal representante da “tradição” do *Vedanta* no país.

### **O *Ṛēnti Ashram***

A cidade é pacata, ao menos fora da temporada de verão. Num tom de orgulho, ouvi de Pedro os românticos comentários de que o asfalto ainda não chegara por lá; que, muito diferente de “Floripa”, havia pouquíssima circulação de carros; que pela proximidade das coisas, tudo podia ser feito a pé ou de bicicleta<sup>27</sup>; e que ele podia ir da sua casa à praia sem ter que entrar no carro, caminhando com a prancha debaixo do braço. É nesse ambiente que está localizada a pousada onde o curso de formação é realizado. E é justamente por essa razão, de acordo com Pedro, que lá é realizado. O ritmo rápido da vida moderna é contraposto pela calma da cidade pequena. O mar, a praia é colocada como um valor fundamental para Pedro, pois a prática de surf é posta por ele como um momento de contato estreito com a natureza e consigo mesmo. O surf aparece na sua fala, assim como de alguns alunos seus que também surfam, como uma possibilidade de aprendizado pessoal e crescimento interior. A idéia de crescimento interior recorrente nos relatos dos praticantes sobre suas experiências com o Yoga. Em realidade qualquer experiência pode trazer o crescimento interior. Essa idéia de crescimento interior e desenvolvimento pessoal presente no campo, associa à idéia de individualismo romântico e a noção de *bildung*, descrita por Dumont. E dentro desse conceito presente nas falas dos *yogis*, há as experiências que são mais enfatizadas como enriquecedoras, e o surf, pelo contato com a natureza, tanto exterior, quanto interior – ao despertar

<sup>27</sup> Por vezes Pedro ressaltou a importância de se andar o mínimo possível de carro, para que se polua menos o ambiente. E mostrou-se a favor da campanha de um de seus amigos de Curitiba que defende na cidade o uso da bicicleta no lugar do carro. No site de Pedro na Internet, 2 de seus artigos foram publicados no qual ele defendia o uso da bicicleta como um valor de não-violência, pois protege o meio ambiente, ocupa menos espaço na cidade e é menos nocivo contra as pessoas pelo número de acidentes de trânsito que os carros causam.

sentimentos como medo, insegurança – é apresentada como experiência privilegiada para o aprendizado de si e para a manutenção do equilíbrio interior.

A pousada fica a duas quadras da praia e esse “valor” de proximidade do mar é ressaltado dentro do curso de formação, às vezes colocando este espaço de quietude e aproximação da natureza em contraposição à cidade de São Paulo – pois nos cursos é forte a presença de paulistas -, que “tem muito concreto” e o ritmo que imprime as pessoas que lá vivem é demasiado acelerado. Vemos aí a contraposição romântica entre cidade grande e cidade pequena, entre o ritmo acelerado das primeiras e o ritmo pacato da segunda.

A cidade pequena e próxima à natureza, para Pedro, são mais adequadas à prática de Yoga, por propiciar a seus moradores um ritmo mais equilibrado e suave. O equilíbrio e a suavidade aparecem como valores no meio aqui estudado. Veremos isso mais adiante. Por ora, é importante frisar que a pousada é fechada para a realização do curso. Ou seja, o espaço de circulação de pessoas, de turistas, dá espaço à permanência de estudantes de Yoga, durante um mês. Apesar do local levar o nome e ser durante todo o ano uma pousada, a divulgação do nome do espaço no site de Pedro está como “*Ṛṇti Ashram*”, “ashram da paz”. Ashram, em sânscrito, quer dizer, “retiro”, “refúgio”. Na Índia, os Ashrams são os espaços onde os mestres ficam alojados e ao seu redor a legião de discípulos que vão estudar e obter as bênçãos e os conhecimentos do mestre. A pousada é “transformada” em ashram para que ali seja criado um momento sagrado que remeta a vivência dentro de um Ashram na Índia.

Em conversa com Pedro, ele ressaltou a importância de estar junto com o grupo durante o período do curso. E sobre a possibilidade de, durante o encontro, surgirem algumas questões pessoais, ansiedades, que na companhia do grupo e de outras pessoas é amenizado. O caráter vivencial do curso é comentado pelos participantes positivamente à medida que possibilita uma imersão no estudo e ao mesmo tempo a possibilidade de não se preocupar com nada e apenas dedicar-se a si mesmo, ao “auto-estudo” e ao “autoconhecimento”.

O Yoga é uma prática individual. De todas as práticas alternativas, talvez o Yoga seja a mais individual pela visão de mundo que coloca o indivíduo como

centro e que traz a ênfase na interioridade, na interiorização da atenção. Logo, a vivência coletiva é construída, nesse contexto, como um suporte que dá sentido e que constrói essa individualidade. A participação no grupo inscreve no indivíduo a construção de um corpo *yogi*, a introjeção de valores corporificados e igualmente a aquisição de um determinado vocabulário. Este serve, como comenta Champion (1990), não apenas para comunicar a experiência pessoal mas também para conformá-la. Pude perceber, no curso de formação, a introjeção de determinados valores e de uma linguagem específica. Os valores e a visão de mundo que é transmitida por Pedro no curso de formação, por meio dos rituais: aula de *Haṭha Yoga*, *kirtans* (recitação coletiva de mantras), aulas de *Vedanta*, começaram, aos poucos, a extrapolar o espaço ritual e a serem por mim observados nos momentos profanos. As conversas informais nos quartos, na hora das refeições passam a ser permeadas do que é ensinado nas aulas e, assim, a construção das histórias pessoais e da pessoa *yogi* se dão dentro do curso de formação. Separo aqui dois momentos dentro do curso de formação, os momentos sagrados, caracterizados pelo espaço da sala de aula e dentro do qual Pedro assume papel de comunicador da cosmologia *yogi* e os momentos profanos, relacionados aos outros espaços da pousada, refeitório, quartos e mesmo a praia. Nestes momentos, os participantes conversam entre si, interagem e constroem coletivamente as suas histórias pessoais e ao mesmo tempo o seu ser *yogi* em referência aos ensinamentos e a “tradição” que é transmitida. Dentro desse contexto, o caráter “monástico” do curso convida as pessoas descobrir a si mesmo, ou melhor, a produzir a si mesmos.

## **2.2. Descrição das aulas**

O curso de formação é o espaço onde se constrói a pessoa *yogi*. É onde são transmitidos os modelos de ação do *yogi*. O curso representa um momento de introjeção das técnicas corporais, de aprendizado e vivência dos rituais e de apreensão dos valores *yogis*, os quais são construídos por meio do corpo. Por isso a importância da minha entrada e observação participante no curso de



formação, como uma maneira de entrar no ethos *yogi*. A partir do curso, algumas generalizações a respeito dos valores passados podem ser feitas ao contexto *yogi* brasileiro. Mas, principalmente, por meio do curso e seus participantes e da figura de Pedro, suas críticas em relação a banalização do Yoga na modernidade - à maneira dos intelectuais românticos do século XVIII, que criticaram o universalismo francês e a degradação da tradição - foi possível observar de maneira relevante a representação da experiência corporal e a construção de uma identidade *yogi* associadas à busca pela interioridade e pelo crescimento pessoal e de defesa da autonomia em praticantes de Yoga em Santa Catarina. Esta associação ao que Dumont chamou de valor individualista, e mais apropriadamente o autor descreve como individualismo romântico e sua noção de *bildung*, conforme desenvolvido em capítulo anterior. A busca romântica pela *bildung*, hoje pode ser relacionada a uma busca pela “essência”, pelo “autoconhecimento” e pelo desenvolvimento pessoal.

Antes, porém, de entrarmos numa descrição mais detalhada do curso de formação, é necessário contextualizá-lo. E dentro dessa contextualização, vale ressaltar a visibilidade do site de Pedro e o que ele representa como meio de comunicação e de divulgação dentro do contexto do Yoga. Hoje este é o maior site de textos sobre Yoga do Brasil. Lá é possível encontrar traduções de escrituras indianas – *Upaniṣads*, *Gheranda Saṁhita*, *Śiva Saṁhita* -, além de textos de outros instrutores, seus amigos, pessoas que participaram do curso de formação e alguns autores estrangeiros. Ao todo, hoje, são mais de 600 artigos. Abaixo de cada artigo há um espaço para interação. Os leitores deixam suas impressões sobre o que leram, críticas, elogios, sugestões. Pedro é o moderador dessas opiniões. Nesse espaço de interação, discussões interessantes surgiram, uma delas acompanhei e inseri neste trabalho<sup>28</sup>. A discussão foi a respeito da autenticidade da prática de Ashtanga Vinyasa Yoga. Essa discussão é relevante para nós aqui nesse trabalho quando discutirmos a questão do resgate da “tradição” associada ao conhecimento do *Vedanta* e a crítica que Pedro faz à

---

<sup>28</sup> No capítulo 04, apresento o discurso de defesa da tradição e como este ficou explícito a partir de um debate iniciado dentro do site de Pedro.

prática de Yoga na atualidade.

Voltando à formação, o primeiro passo para participar do curso é preencher um formulário e aguardar a aprovação. O critério dito por Pedro para essa aprovação é o comprometimento do praticante em relação ao Yoga. Uma vez aprovado no curso, sabendo que dele vai participar, a pessoa tem quatro livros recomendados como leitura anterior ao curso. Estes são: *A Tradição do Yoga*, de Georg Feuerstein; *A Árvore do Yoga*, de BKS Iyengar; *O Valor dos Valores*, de Swami Dayananda e *Yoga Prático*, de Pedro Kupfer.

Estes livros são quase todos eles teóricos, apenas o *Yoga Prático* traz explicação prática sobre as técnicas corporais do Yoga. Os outros livros trazem conteúdo sobre os valores do Yoga e sua história. Entre estes, destaco *A Tradição do Yoga* que é um livro denso, sobre a origem, estilos de Yoga e traduções de textos “clássicos”. Foi nesse livro que me baseei para apresentar a história do Yoga em capítulo anterior, pois é essa história do Yoga que é apresentada no curso de formação. Sobre os outros, *A Árvore do Yoga* é um livro que traz uma linguagem mais poética e metafórica sobre a prática do Yoga e sobre a conduta do *yogi*. *O Valor dos Valores* é um livro estritamente sobre os valores e é considerado um livro de *Vedanta*, de conhecimento de *Vedanta*; e o *Yoga Prático* é um livro que traz um apanhado diversificado de práticas de Yoga.

Quanto a organização do curso, Lakshmi, esposa de Pedro, encarrega-se da comunicação com os participantes do curso de formação. Ela é responsável pelas inscrições e pelo contato com os participantes. Eles não têm escritório, escola de Yoga (ou firma criada). O seu lema é a simplicidade e a autonomia. Hoje ele tem cinco livros sobre Yoga, publicados pelo próprio autor e vendidos via internet em seu site pessoal.

Os livros de Pedro são, para muitas pessoas, a porta de entrada ao curso de formação. Muitos afirmaram ter conhecido Pedro por meio do site, ter adquirido e lido os seus livros e ter se identificado com a proposta do autor. A postura questionadora, contra o “estabelecido” e a favor da autonomia, que é característica o meio alternativo (Carozzi 1999) e que neste trabalho foi também associado ao individualismo romântico, está presente logo na introdução do seu

livro mais vendido e este permeia todo o curso.

Vivemos na era da caixa. Assim que você nasceu, colocaram-lhe numa caixinha (o berço), junto com outras crianças, dentro de uma caixa (a sala), dentro de uma caixa maior (o hospital). Quando você chegou ao lar materno, disseram-lhe: “este é o seu quarto”. E colocaram você noutra caixa. Ao crescer, você foi mudando de caixa (casa, colégio, clube, trabalho), entrando em caixas, saindo de caixas, caixas empilhadas, espalhadas, penduradas, enterradas, transportando-se em caixinhas metálicas com rodas, com asas, soltando fumaça. E, quando chegar a hora da morte, colocarão você numa caixa de madeira feita sob medida e enterrarão essa caixa numa fossa com forma de caixa. O Yoga ensina a sair da caixa. Sem importar em que caixa você esteja neste momento. (Trecho retirado do livro de Pedro, p. 08)

O curso de formação tem duração de quatro semanas, com aulas diárias. Há folga um dia na semana, no domingo. Nos outros dias a rotina é acordar para uma prática de três horas, das sete às dez horas da manhã. Toma-se o café da manhã, na cozinha que fica ao lado da sala de prática. Retorna-se às 11 horas, para o que é chamado de treino, até as 13 horas. Depois, às 16h, há o estudo. Este é um espaço reservado ao estudo da história do Yoga, dos *dar ṛ anas* da Índia e de conceitos de *Vedanta*.

No treino são comentados e detalhados aspectos técnicos da prática. Detalhes de *āsanas*, *prāṇāyāmas*, meditação, fisiologia sutil<sup>29</sup>. Ou seja, no treino são estudadas e introjetadas as técnicas corporais realizadas durante a prática, a sua correta execução. Nesse espaço há também, algumas aulas de anatomia e fisiologia dadas por uma fisioterapeuta<sup>30</sup>. Ela procura simplificar ao máximo o ensino e adaptar o estudo da fisiologia às posturas do Yoga. Para tanto ela usa livros específicos publicados sobre o assunto. São dois os principais, ambos em inglês: *Anatomy on Haṭha Yoga* e *The Key Muscles of Yoga*. Essa é uma das poucas aulas que não é ministrada por Pedro.

Durante as aulas do que é chamado de estudo, são apresentadas a história do Yoga (à maneira que apresentei em capítulo anterior), a distinção entre os *dar ṛ*

<sup>29</sup> O conceito de fisiologia sutil será explicado posteriormente.

<sup>30</sup> A fisioterapeuta em questão é a dona da pousada e amiga de Pedro. Ela fez o curso de formação com Pedro há cerca de seis anos atrás. Ela é de Curitiba, mudou-se para Mariscal para fugir da cidade grande, como ela mesmo diz. Hoje dá aulas de Yoga na pousada e ministra as aulas de fisiologia no curso de formação de Pedro.

*anas* da Índia, uma introdução à língua sânscrita é apresentada e é dada interpretação de textos clássicos do *Haṭha Yoga* e de *Upaniṣads*. Essas interpretações são todas elas embasadas no conhecimento de *Vedanta*. Nas aulas de interpretação dos textos “tradicionais”, primeiro Pedro recita, em sânscrito, os versos do texto que está sendo estudado. Depois o grupo recita junto com ele. A partir disso, Pedro parte para a tradução e interpretação do que diz o verso. A maior parte destes textos é escrito em forma de sutras, ou seja, aforismos. É dito por Pedro que apenas por ler os textos, sem um guia ou um mestre da tradição para interpretá-los, não se extrai dele toda a sua sabedoria. Ou, pior ainda, pode-se interpretar de maneira equivocada. Daí a importância de estar sob a orientação de algum representante da “tradição”. Pedro não se apresenta como tal, percebi que é considerado como professor por seus alunos, pelo contato constante que ele estabelece com o seu mestre na Índia por meio de freqüentes viagens e estadias de estudo no *aśram*. Lalita, por sua vez, sim, apresenta-se como pessoa que estudou por anos com o mesmo mestre de Pedro e que está habilitada por este a ensinar *Vedanta*. Ela é pessoa mais referenciada e reverenciada entre as pessoas com quem conversei e estudam mais a fundo o *Vedanta* e é considerada como mestre por alguns deles.

Voltando ao curso, os alunos acompanham o estudo pela apostila que Pedro distribui no início. A apostila contém os textos que são interpretados, artigos de Pedro e trechos de seus livros. Mas não é incomum alunos levarem versões diferentes de textos que estão sendo interpretados nas aulas. Daí Pedro pede que cada um leia a tradução e o comentário que está presente na versão que o aluno tem nas mãos. Depois ele compara as traduções e comentários, buscando interpretações errôneas. Ele deixa explícito que se guia pela interpretação de seu mestre indiano, que está dentro da tradição de *Vedanta*.

Além dessas aulas, à noite, alguns filmes são escolhidos para o grupo assistir. Entre eles, dois filmes sobre vegetarianismo, que condenam a matança de animais: *A carne é fraca* e *Terráqueos*; um desenho animado sobre o épico indiano *Ramayana*, também foi apresentado.

Há também um elemento fundamental no curso de formação e que está

fortemente presente na vida de Pedro: a música. Pedro usa a sua viola portuguesa adaptada para tocar mantras. Todos os dias há sessões, seja antes do estudo, ou antes das aulas, de mantras tocados por sua viola portuguesa. Mas algumas noites, em especial, há o tempo reservado apenas para os *kirtans*. Os *kirtans* são celebrações coletivas de recitação de mantras. Nesse espaço apenas toca-se e canta-se. Não há aula ou estudo. Todos são incentivados a experimentar algum instrumento. Há pequenos tambores que são tocados por qualquer um que queira, pois Pedro deixa à disposição e muitas vezes estes são tocados por leigos no assunto. O importante é celebrar, diz Pedro.

Alguns alunos saem do curso e, motivados pela experiência, compram o seu próprio instrumento para aprender a tocar. É dito por Pedro que “quem mantra, os males espantra”.

Os mantras cantados nos *kirtans* são traduzidos por Pedro. Na apostila do curso há as letras dos mantras em sânscrito para os alunos acompanharem. No início do curso, poucos cantam, mas, aos poucos os mantras são introjetados pelos participantes, junto com a simbologia das deidades indianas aos quais os mantras se direcionam. Do meio para o final do curso todos estão cantando juntos. Em meio a essa troca musical, faz parte a troca de informações sobre CDs e artistas que tocam mantras. Há os que são mais ouvidos entre os praticantes, um deles é Krishna Dass, americano que visitou Florianópolis já por duas vezes para apresentar-se na Ilha.

Um dos participantes, depois que aprendeu a tocar, disse-me, certa vez, “estou quase sem praticar ásanas, só ouvindo aulas de *Vedanta* e tocando”. Nesse contexto, tocar e cantar com inteireza também é considerado uma prática de Yoga, de Mantra Yoga e igualmente pode trazer crescimento pessoal e autoconhecimento.

### **A prática de *Haṭha Yoga* in-corporada**

Como comentei anteriormente, talvez a prática de Yoga seja a mais individualizada de todas as práticas alternativas. Veremos, pela sua estrutura ritual

e pela cosmologia que o ritual reforça, que trata-se de um ritual individualizante. No ritual *yogi*, a aula de *Haṭha Yoga*, uma visão de mundo individualizada e individualizante, funde-se a um ethos de iguais características. Essa fusão entre ethos e visão de mundo é dada a partir do corpo, tendo-o como símbolo, como referência de valores e de conduta pessoal. O ritual é marcado pela prática “em cima do tapetinho” a partir de uma visão de mundo que é centrada no indivíduo e sua interpretação e percepção da própria consciência e que confere ao indivíduo a possibilidade de um isolamento ritual necessário para experimentar-se.

Numa aula temos a representação maior da apropriação individualizada do corpo e o processo de corporificação da experiência. Há apenas contato corporal entre Pedro e os alunos quando este executa algum ajuste em alguém. Em momento algum há contato corporal entre os praticantes. Durante toda a prática a centralidade do ritual é o próprio indivíduo, encerrado em si mesmo, em sua interioridade, em seu corpo.

Durante toda a prática de Yoga, pede-se que a pessoa não se compare aos outros, que mantenha o foco em si mesma, na viagem que é proporcionada pela prática de Yoga. Essa viagem interior que é falada dentro da prática de Yoga, comparo à noção romântica de *bildung*, detentora de um sentido de processo. O autoconhecimento dentro do Yoga se dá a partir dessa viagem, que não é necessariamente uma viagem de deslocamento - pode ser no caso da valorização do deslocamento para a Índia – mas é uma viagem interior, em busca de si mesmo e do crescimento pessoal. Essa viagem é um processo que perpassa vários níveis do ser e que tem como finalidade o equilíbrio pessoal e o aprendizado de si no contexto no qual a interiorização da atenção é prioridade. O indivíduo que se lança na viagem pessoal do Yoga, lança-se num movimento que o torna outro, que o transforma, bem como na idéia de *bildung* presente em Goethe no romance *Os anos de aprendizado de Wilhelm Meister* e *Viagem à Itália* ou em *Sidharta* de Herman Hesse.

A prática pode ser vista sob a ótica do sacrifício, na qual o sacrificador é o indivíduo, o corpo é o objeto sacrificado, que passa por um processo de consagração. E como diria Mauss (2003): “não há oferenda em que o objeto

consagrado não se interponha igualmente entre o deus e o oferecedor”, o deus aqui reverenciado é o próprio indivíduo. Por mais que exista simbolicamente uma figura referenciada fora de si, esta é posta como presente no próprio indivíduo e é esse valor que é ressaltado. O corpo é o objeto de sacrifício, sobre o qual as técnicas corporais agem e transformam. As técnicas corporais *yogis* têm como objetivo ora estimular e aguçar a percepção sensorial, ora retraindo os sentidos com o intuito do praticante voltar a atenção para sua interioridade. Em todo o processo de prática de *Haṭha Yoga* o corpo é visto como veículo de transformação de si mesmo. Em cada exercício, em cada posição, o instrutor pede que os alunos estejam atentos ao que acontece no corpo, as sensações, os pensamentos que aparecem na paisagem mental, as emoções. Todos esses aspectos são passíveis de observações, são objetos. Isso quer dizer que nós somos algo além deles, diz Pedro. O sujeito é colocado, assim, na posição de observador distanciado de si mesmo, como um flaneur de si mesmo que viaja interiormente pelas próprias emoções, pensamentos, corpo, sacrificando estes aspectos de si em favor de algo que está por trás desses elementos, algo que os ilumina. Esse algo é dito por Pedro ser a “consciência testemunha”, ou *sak śi*, em sânscrito. Essa consciência, diz ele, é a nossa verdadeira natureza, imutável, imperecível. Pedro ressalta que na prática o corpo é um veículo de percepção dessa consciência. Ou seja, o sacrifício do corpo, mas também das emoções e pensamentos põe o indivíduo em contato com a sua essência, que é a consciência. E através dessa viagem interna sacrificial, o indivíduo proporciona si mesmo a *bildung*, o crescimento pessoal.

E é nas aulas práticas que as “técnicas corporais” são experienciadas que o corpo é experimentado e vivenciado. As técnicas são transmitidas pelo instrutor e os alunos as apreendem e executam. Essas técnicas dizem respeito a uma ascese no sentido de controle e domínio dos movimentos respiratórios, dos movimentos corporais, dos órgãos dos sentidos e de uma atenção “plena” sobre emoções e pensamentos. Essa ascese é que permite a consagração do corpo, a qual, na realidade, é a consagração do próprio indivíduo como um todo. É a ascese do corpo que permite a experiência mística, como reconheceu Mauss (2003). Este comentou sobre a possibilidade de produção de estados místicos por

meio de intervenções no corpo. Inclusive o seu freqüente uso na Índia, por meio do Yoga.

No meu entender, no fundo de todos os nossos estados místicos há técnicas do corpo que não foram estudadas, e que foram perfeitamente estudadas pela China e pela Índia desde épocas muito remotas. Esse estudo sócio-psico-biológico deve ser feito. Penso que há necessariamente meios biológicos de entrar em “comunicação com Deus”. (p.422)

É por meio do aprendizado das técnicas e sua execução que se desperta o estado místico e ao mesmo tempo que se introjeta os valores *yogis*. É por meio da execução das posturas que se dá, igualmente, a compreensão de si. Essa compreensão diz respeito ao reconhecimento de condicionamentos, de padrões mentais e emocionais que estão em relação direta com o corpo. Reconhecendo esses padrões, o indivíduo pode “desidentificar-se” e agir com liberdade, de maneira autônoma, auto-centrado.

Ao descrever a corrida ritual australiana, ressaltando a disposição física motivada pela força mágica que os participantes adquirem ao correrem atrás de cangurus, emas, cães selvagens, Mauss (2003) esclarece: o “ato técnico, ato físico, ato mágico-religioso confundem-se para o agente”. (p. 407). Na aula de Yoga ato técnico, ato físico e psicológico devem ser unidos. Por meio de comandos de voz, Pedro deixa clara essa idéia. Movimentos “mecânicos” devem ser evitados. Tudo deve ser feito de maneira consciente, ou seja, a técnica correta e a fusão entre o ato físico e psicológico. Pois quem se transforma dentro do ritual é o “homem total” que por meio do controle, do comando sobre atos físicos, desenvolve o comando sobre a sua própria individualidade.

A prática proposta por Pedro segue o esquema, do denso ao sutil. Ele diz assim estar presente nos livros clássicos de *Haṭha Yoga*, por ser o denso de mais fácil percepção e observação para o praticante e à medida que a atenção é apurada, chega-se à percepção dos aspectos mais sutis do Ser. Assim a prática segue o roteiro: exercícios de purificação, posturas físicas (*āsanas*), visualizações aliadas a posturas físicas (*mudrās*), exercícios respiratórios (*prāṇāyāmas*), meditação.



Para isso, aos poucos os alunos, silenciosamente, chegam à sala de prática. Na entrada uma pintura de *Gaṇeśa*, pintada pelo dono da pousada. Os alunos deixam seus sapatos à porta, é de praxe, estendem os seus tapetinhos, paralelos uns aos outros às margens da sala, próximos à parede. O meio da sala está vazio e todos estão de frente para ele, pois é por aí que Pedro irá circular para observar e ajustar as posturas dos alunos. No canto da sala, ao lado direito de Pedro há uma grande escultura de *Gaṇeśa*.

Na sala, há disponíveis blocos de madeira que são usados para sentar, para manter a coluna “alinhada” de maneira mais confortável durante a meditação e para serem usados em alguns *āsanas*, como uma maneira de corrigir o alinhamento na postura. Manter a coluna alinhada é essencial para o ideal fluxo de energia no corpo, pois ao longo desta estão localizados os sete chakras e os principais canais de energia do corpo. Assim como é prezado o alinhamento postural na execução dos *āsanas*, é ressaltado o alinhamento da conduta de acordo com o *dharma*, a justiça. A qual está fundamentada nos valores, como os apresentados acima, de não violência e desapego.

Pedro senta à frente dos alunos que estão sentados nos tapetinhos voltados para o meio da sala. Aos poucos, o silêncio toma conta do ambiente. Todos estão sentados em posição de meditação. O Instrutor pede que todos unam as mãos em frente ao peito, em *añjali mudrā*, num gesto de oração. É dito que o polegar representa o ego, pois é com ele que as pessoas apontam para os outros quando os culpam ou julgam. Quando os polegares juntam-se um com o outro e com os outros dedos das mãos no gesto de oração, isso significa, diz Pedro, que cessam os julgamentos do ego. Os gestos com a mão, dentro da prática de Yoga, são chamados de *mudrās*. Estes possuem simbologias diversas, Pedro tem um livro escrito apenas com essa simbologia.

Quando todos estão com as mãos unidas em frente ao peito, Pedro sugere, em voz suave e pausada: “Perceba a maneira em que o corpo entra na postura, estabilizando o corpo nela. E depois, quando estivermos prontos, começamos a prática com as mãos unidas em prece. Vamos fazer o *ānti patha* para iniciar” (Trecho transcrito do seu curso de formação em 2006)

O som do *Śruti box*<sup>31</sup>, tocado por Pedro, preenche o silêncio. Então, o mantra Om<sup>32</sup> é entoado três vezes, seguido de um mantra de abertura da aula, o mantra da paz, também ensinado por Pedro como mantra do estudo.

A entoação é feita em forma de pergunta e resposta. A tradução do mantra, que é um trecho de uma *Upani ṣad*, é dita por Pedro após a recitação coletiva: “Om que estejamos sempre unidos e bem nutridos. Que estejamos sempre unidos e protegidos. Que trabalhemos juntos. Que progredamos juntos. Que nosso conhecimento seja luminoso e realizador. Que nunca haja inimizade entre nós. Que haja paz, paz, paz”. (Trecho retirado da apostila do curso de formação de Pedro)

Após a tradução do mantra, cerca de um minuto de silêncio. Todos ainda estão sentados. Logo depois do mantra começam a “ações purificadoras”, chamadas de *ṣaṭkarman*, guiadas e explicadas pela voz suave de Pedro. As duas mais comuns feitas em sala de aula são: *kapālabhāti* e *nauli*.

A primeira delas é feita por meio da respiração. Inspirando suavemente pelas narinas e expelindo o ar vigorosamente pelas mesmas; na outra, que pode ser feita em pé ou sentado, é pedido que os alunos esvaziem os pulmões e com eles vazios pressionem a barriga para dentro, encolhendo o máximo que puderem a barriga. Esse comando é dado aos alunos iniciantes, alunos que já sabem executar a purificação final o fazem de maneira completa. Esta consiste em fazer movimentos ondulatórios com os músculos abdominais. É dito pelo instrutor que esses movimentos ativam *agni*, o fogo interno. Essas práticas são especialmente recomendadas a serem praticadas em dias frios. Esses exercícios exigem treino e controle de determinados músculos e da respiração para que sejam executados.

Depois de alguns ciclos de execução desses exercícios, guiados pelo comando da voz suave e pausada de Pedro, todos são pedidos a ficarem de pé na parte da frente de seus tapetinhos. Esta é a preparação para a execução da saudação ao sol.

A saudação ao sol é uma série encadeada de *āsanas* feitos em sintonia com a

<sup>31</sup> Shruti Box é um instrumento indiano semelhante a um acordeon, porém sem as teclas.

<sup>32</sup> O mantra, o som primordial.

respiração. A saudação ao sol é chamada, em sânscrito, de *sūryanamaskar*. Pedro explica, concomitante a execução da série, a simbologia do sol na visão do Yoga, como representação da inteligência divina, presente também em cada um de nós. A execução do *sūryanamaskar*, igualmente traz calor ao corpo e desperta o que representa o sol dentro de nós. A saudação ao sol, pode-se dizer, é uma prece, no sentido definido por Mauss (2003), mas diferentemente do que pensou Mauss, não é nem proferida verbalmente, nem mentalmente na interioridade individual, mas corporalmente. Na saudação ao sol, como um microcosmo da prática de Yoga, é a parte do ritual que marca o início da execução dos *āsanas*. Portanto, nesse momento, o que é essencial das aulas, o controle dos movimentos, a plena consciência e a união entre todos os aspectos do ser, são ressaltados. Aqui quem executa as posturas é o homem total, consciente de si como tal, guiado pela voz suave e serena de Pedro.

Certa vez Pedro explicou que o *sūryanamaskar* originou-se da reverência comum feita pelos hindus de curvarem-se ao chão, deitando de bruços e encostando a testa no solo. Ele diz que o ato de curvar-se e encostar a testa no chão representa um gesto de humildade e induz semelhante estado mental. Às vezes o ego pode não gostar desse ato, quando se executa a saudação a sol, pois há o orgulho envolvido e o ego não quer abrir mão do controle e relaxar na entrega que o gesto sugere.

Aqui, quem sugere é Pedro. Ele propõe aos praticantes o que cada posição pode representar. É como se cada postura, muitas das quais levam nomes de animais, fossem símbolos dotados de carga emocional e mental que atua sobre o praticante. Por vezes a relação entre as características de um animal é, no caso do leão, por exemplo, de braveza, coragem e imponência, fossem chamadas a atuar no executante da postura no momento que está nela.

Na prática, por volta de oito à dez ciclos da saudação ao sol são executadas, sempre com a voz de Pedro guiando e pedindo que cada um observe-se, observe o seu corpo, a sua mente, as suas emoções. “Observe pacífica e passivamente”, é pedido e amplamente enfatizado. Também é pedido que dentro do esforço exigido na execução das posturas, aliada ao controle da respiração e de atenção plena

em tudo o que faz, que cada um respeite os limites do seu corpo. Que cada um escute o seu corpo e não se force. É comum ouvir Pedro dizer que é o Yoga que deve se adaptar ao nosso corpo e não o nosso corpo ao Yoga. “Isso se chama *yogyā*” (adaptação) diz ele.

Dentro da execução dos *āsanas*, é dito, em explicação nas aulas teóricas sobre o assunto que toda prática deve conter alguns elementos obrigatórios. Estes são, posturas de equilíbrio, posturas de torção da coluna, posturas de retro-flexão da coluna, posturas e hiper extensão da coluna e posturas de inversão. Esta é uma classificação colocada dentro da prática de *āsanas*. A outra classificação das posturas consiste em: posturas em pé, sentado, invertido e deitado. Portanto, a ampla variedade de *āsanas* existentes e que são executados dentro da prática estão postos dentro dessas duas classificações.

A voz do instrutor guia toda a prática e a partir de seus comandos os praticantes entram em cada postura. Atenção é dada a cada movimento. A voz do instrutor é suave e pausada. Uma vez dentro de uma postura, os alunos são conduzidos a ficarem estáticos experienciando a posição, sentindo os seus efeitos sobre si mesmo. Todos os movimentos do corpo devem ser executados com cautela e consciência. Flexibilidade e força são exigidas para a execução de muitas das posturas. Mas, para cada postura mais difícil há uma variação para que as pessoas que não conseguem executar a posição final façam a mais fácil.

Pedro segue guiando a execução das posturas verbalmente. Por vezes ilustra alguma posição ele mesmo executando-a. Mas a maior parte do tempo circula pela sala fazendo os ajustes e ao mesmo tempo lança aforismos e reflexões sobre o conhecimento de si e como o praticante pode aprender sobre si mesmo a partir da execução das técnicas corporais, durante toda a aula. Muitas vezes os benefícios fisiológicos de cada postura são enfatizados.

O instrutor chama a atenção também para a postura do corpo fora da sala de aula. São nesses momentos que os “vícios posturais” são construídos, diz ele. E são nesses momentos que há a possibilidade de reconstrução de uma nova postura. Nesse sentido, a prática de *Haṭha Yoga* deve modificar sensivelmente o esquema corporal do praticante, sua relação com seu corpo e o uso que dele é

feito habitualmente, de maneira a interiorizar uma série de disposições ao mesmo tempo físicas, mentais e emocionais dentro da prática ritual e transposta ao mundo profano. Assim a prática de Yoga, de acordo com os praticantes, ao fortalecer o corpo fortalece a mente. Ao flexibilizar o corpo flexibiliza a mente e as emoções. E ao equilibrar o corpo, equilibra a mente e as emoções. Pois o indivíduo no meio *yogi* é visto como um todo integrado de cinco corpos. Estes serão vistos posteriormente.

Todos acompanham as instruções, executam as posturas e respiram. Atenção especial é dada à respiração, definida como canal de conexão da atenção no corpo. A respiração deve acompanhar o movimento do corpo, criando um ritmo harmônico. São muitos os exercícios de respiração que são feitos dentro de uma prática de *Hatha Yoga*. Alguns são ditos que são para acalmar e induzir estados meditativos, outros para energizar, trazer mais *prāṇa* e disposição mental e física ao praticante. O comando sobre a respiração, dentro da prática de Yoga, é associado ao comando sobre si mesmo, que deve ser transposto para fora da prática, para o dia-a-dia, Mas não apenas o comando sobre a respiração denota o comando sobre si mesmo, o comando sobre o corpo também. E o que ele denominou de consciência sobre si, sobre todos os aspectos da própria pessoa dentro da prática de Yoga, deve ser expandida ao dia-a-dia. Aqui remeto a Champion (1990) que de maneira muito clara definiu a mística esotérica como uma mística deste no mundo, diferente da mística weberiana. E no trecho abaixo condensou o que coloco como expansão da consciência da prática para o dia-a-dia:

“Le mystique-ésotériste contemporain, à la différence du mystique weberien, que est fondamentalement “ailleurs” même lorsqu’il est physiquement présent dans la société, recherché le Bonheur en ce monde: un bien-être fait de sentiment d’harmonie”, de “plenitude”, de “presence à soi et aux autres”, d’un “sentiment d’accord de soi avec soi”, de “presence comporelle”, d’overture”, de “présence ici e maintenant”, de “calme”, de “concentration”.” (Champion, 1990, p.28)

Nesse sentido, pode-se dizer que o praticante de Yoga tende a ritualizar a vida cotidiana e todo o tempo a idealizar a atenção plena em tudo o que realiza

produzindo significados as experiências cotidianas, sejam elas as mais corriqueiras, pois nunca são banais.

Terminada a execução dos *āsanas*. Passa-se então ao relaxamento. Todos deitam na posição de *śavāsana*, a posição do cadáver. O relaxamento é induzido mentalmente pelo instrutor. As vezes Pedro faz uso da sua guitarra portuguesa para ajudar no processo de relaxamento e toca durante o *yoganidrā*. A voz serena do instrutor leva a atenção das pessoas à respiração. Pede-se que, naturalmente, os alunos suavizem a respiração e sintam que o corpo relaxa cada vez mais ao expirar, que deixem de lado todas as preocupações externas e que se observem os pensamentos.

Esse relaxamento final é chamado de *yoganidrā*, o sono do *yogi* e é uma espécie de indução. Uma viagem, semelhante à viagem xamânica guiada pelo xamã Cuna descrita por Levi-Strauss (1991). A diferença é que nos Cuna o xamã, com o canto evocado, leva o doente a uma viagem pelo mundo dos espíritos. E esta viagem permite uma manipulação psicológica de símbolos que representam o órgão doente. Aqui a viagem é guiada por Pedro a determinadas partes do próprio corpo do praticante e estas são símbolos de estados mentais e de emoções.

Durante todo o processo os praticantes permanecem deitados e o instrutor os guia a um profundo relaxamento. Dentro dessa indução, Pedro lança aforismos sobre o universo, sobre o conhecimento de si, os quais pode aproximar aos conceitos cosmológicos dos ensinamentos de *Vedanta*. Estes conceitos e sua relevância para esta pesquisa serão apresentados posteriormente.

O *yoganidrā* pode durar entre quinze e trinta minutos. E quando aproxima-se do seu fim, o instrutor geralmente pede que os alunos retornem aos poucos, calmamente, como se retornasse de uma viagem, trazendo a atenção de volta as sensações corpóreas. Pede que os praticantes deitem-se lateralmente por um momento e depois que se sentem. Depois de sentados, começa a meditação. A meditação é guiada por Pedro. As meditações podem ser silenciosas, com a entoação de mantras, com visualizações.

Dentro da prática de *Haṭha Yoga*, podemos observar alguns conceitos básicos que tento ressaltar como presente no processo de aprendizado do *yogi*.

Um delas é a maneira como Pedro guia a atenção dos praticantes por uma viagem corpórea, incluindo os sentidos, a respiração. Nas meditações, em especial, a atenção sobre a respiração é ressaltada. Indicações verbais são dadas para que o praticante mantenha a consciência sobre a respiração, pedindo que este repita mentalmente que está inspirando e que está expirando. Depois disso, a sugestão de se manter a atenção sobre quais os efeitos que essa respiração, controlada, padronizada, consciente tem sobre os pensamentos.

Assim, da mesma maneira que, em alguns momentos da prática das posturas, Pedro pede que os participantes observem o corpo como objeto. Na indução acima, Pedro pede que os próprios pensamentos sejam observados como tal, como as vozes que são escutadas ao fundo. É por meio desse distanciamento, diz o professor, que o praticante pode adquirir o conhecimento de si, vendo-se de maneira distanciada, observando padrões de pensamentos, padrões emocionais que o levam agir. Esse distanciamento é que permite o autocontrole nas ações cotidianas, para que não se “reaja” sob influência de emoções negativas ou de pensamentos indesejados.

Um mantra encerra a aula, este diz: “que todos os seres, em todos os lugares, sejam prósperos e felizes”. A aula termina com todos sentados na mesma posição que iniciou. O mantra Om é entoado uma vez, acompanhado da palavra *Ṛenti*, três vezes. *śānti* significa paz em sânscrito. E finalmente uma reverência coletiva, Namaste é feita um aos outros, com as mãos unidas em frente ao peito.

Depois dos mantras que marcam o encerramento da prática, é comum ouvir Pedro falar: “Aqui termina a nossa aula, mas a prática de Yoga continua...”. Ou seja, a aula termina, mas a disposição de manter-se em equilíbrio, em constante observação e aberto ao aprendizado de si com as experiências do cotidiano continua.

### **O “tapetinho”**

O tapetinho é instrumento principal do praticante de Yoga. O tapete, fisicamente, marca um espaço dentro da sala, marca uma individualidade e uma

identidade. Simbolicamente o tapetinho representa o momento sagrado, o momento do ritual, a prática das técnicas corporais. E o que é feito em cima do tapetinho, o que em cima dele é exercitado, deve ser estendido ao dia-a-dia. “A prática de Yoga não consiste apenas na prática em cima do tapetinho” disse-me um praticante.

Para ilustrar como um acessório pode adquirir outro significado de acordo com o uso que dele é feito, relato essa estória. Fui ao centro da cidade, numa loja de tecidos para comprar um tapete para o banheiro da minha casa. Foi curioso notar que um dos artigos vendidos nessa loja, diferentemente do uso planejado pelos fabricantes, tornou-se um acessório para Yoga.

Ao chegar à loja vi o tapete muito usado pelos *yogis* exposto à venda. O produto estava exposto ao lado dos tapetes de banheiro e com esse muito se assemelha. O uso indicado pelo fabricante é como forro para mesa, como tapete para sentar-se ao chão, sobre a grama. O produto é anti-derrapante, feito de borracha e trançado a fio. A diferença entre o tapete de Yoga e o tapete de banheiro é que o segundo tem um maior espaço entre os fios.

Perguntei quanto era o metro do produto e a atendente, que achou estar eu perguntando o preço do tapete de Yoga com o intuito de colocar no banheiro, respondeu tentando me corrigir: “Hei, esse aí é para Yoga, custa 31,00 reais o metro”. Eu já sabia desse uso não programado do produto, pois eu mesmo, há um ano atrás tinha comprado o meu próprio tapetinho nesse mesmo local. Algumas pessoas optam por comprar o tapetinho nesse tipo de loja porque sai mais barato e você pode comprar do tamanho que escolher. O que me surpreendeu foi o fato da vendedora atribuir a função do tapetinho à prática de Yoga. Ela disse que esse material sai muito na loja com essa função. A loja, então incorporou a função de tapetinho de Yoga à borracha antiderrapante.

Hoje a Nike fabrica e comercializa tapetinhos de Yoga. A primeira vez que vi um foi no curso de formação e fiquei surpreso. Depois vi anúncios na internet divulgando o produto.

O tapetinho de Yoga é usado para não escorregar, mas cheguei a ouvir também o fato de ser um isolante térmico e ser um isolante de vibrações telúricas,



sob as quais o praticante encontra-se mais vulnerável quando pratica.



Praticantes em cima de seus tapetes. Foto do autor.

Śiva, o criador do Yoga, em suas representações gráficas, aparece sentado sobre a pele de um tigre. Modernamente já ouvi dizer que o tapetinho parece cumprir a função da pele.

Hoje as grifes de roupas de Yoga oferecem, também, tapetinhos à venda, bem como a bolsa para carregá-lo. É possível, de longe, reconhecermos um *yogi* pela bolsa que usa. Certa vez, fui ao aeroporto receber alguns participantes de um evento de Yoga que acontece aqui em Florianópolis. Percebi que tanto eu, quanto os participantes que desembarcaram, reconheciam um ao outro como participantes do encontro pela bolsa que traziam pendurada ao ombro.

O tapetinho, na prática de Yoga, é uma extensão do corpo do praticante e é um demarcador espacial. Ele demarca o espaço que o praticante ocupa dentro da sala. Geralmente, dentro da prática de *āsanas*, o praticante não pisa fora do tapetinho e de preferência em momento algum deve pisar sobre o tapetinho do outro. Portanto, o tapetinho é uma marca de individualidade, tanto espacial, quanto estética, pois a cor e a estampa marcam um gosto, uma escolha.

A idéia de prática sobre o tapetinho deve ser estendida à vida cotidiana. É em cima do tapetinho que se dá a viagem a si mesmo. O aprendizado de si e a introjeção, por meio do corpo, de valores *yogis*. “O que se apreende ali serve de modelo para a vida”, ouvi de praticantes. Os praticantes dizem que o a prática no tapetinho serve como um treino para enfrentar os problemas da vida. O que se experiência em cima do tapetinho, frustrações por não conseguir executar uma posição, cansaço, raiva, alegria, deve ser observado passivamente, entendido e processado, para que quando esses sentimentos surjam no cotidiano, o praticante saiba agir com mais moderação.

É criticado o praticante que apenas pratica em cima do tapetinho e não estende a sua atenção sobre as ações, emoções e pensamentos à vida cotidiana. É como se nessas falas sobre extensão da prática para fora do tapetinho, este

simbolizasse o momento sagrado e a cobrança é no sentido de levar essa sacralidade à vida profana, num processo de sacralização do cotidiano.

É em cima do tapetinho que se dá o principal ritual *yogi*, a prática de *āsanas*, *prāṇāyāmas*, meditação. No entanto, é enfatizado, tornar-se iogue não consiste apenas em passar algumas horas exercitando o corpo em cima do tapetinho, exige uma regularidade de vida, uma determinada disciplina, um ascetismo físico, mental e emocional que é exercitado e introjetado dentro da prática, mas que deve ser estendido a todos os momentos da vida.

Esse ascetismo faz parte da própria construção do sujeito *yogi* e possui, como defendo aqui nesta pesquisa, forte carga individualizada e individualizante. A maior parte dos rituais *yogis* são individuais, no sentido de sempre incentivar o mergulho em si mesmo, de introjetar uma cosmologia altamente psicologizada e psicologizante e de pouco ou quase nada haver de contato corporal entre os indivíduos dentro dos rituais. No Yoga, é a partir das técnicas corporais que os valores são introjetados e os valores são construídos no indivíduo em referência ao corpo. Não há como separar a construção do corpo *yogi*, da construção da pessoa *yogi*, pois o ser *yogi* é sempre corpo-referenciado.

## **A respiração**

Mauss (2003) em “As técnicas do corpo”, chamou-nos a atenção para a técnica da respiração na Índia. E para a possibilidade de experiências místicas por meio da manipulação corporal. Mauss (2003), como é sabido, foi um profundo estudioso do sânscrito e da cultura hindu. Apesar de não ter escrito sobre Yoga especificamente, em seus textos, “Técnicas corporais” e a “Uma categoria do espírito humano: a noção de pessoa” o assunto aparece apenas referenciado. Mas apenas o fato do assunto ter sido referenciado nesses dois artigos, mostra-nos a atenção e me faz pensar que Mauss (2003) refletiu sobre a importância das técnicas corporais *yogis* sobre a construção do corpo e da noção de pessoa na Índia. Pensemos nisso apenas como especulação.

O fato importante aqui é o papel fundamental que a respiração ocupa tanto

na prática de Yoga, quanto na formação da pessoa *yogi*. É dito e enfatizado dentro da prática de Yoga que a respiração e a mente são “dois galhos da mesma árvore”. Mantendo a atenção sobre a respiração, atento ao seu ritmo, é possível saber como estão os pensamentos e as emoções. É dito nas no curso que quando estamos ansiosos, a respiração é vacilante e fora de ritmo, quando estamos calmos, a respiração é ritmada e tranqüila. Portanto, durante toda a prática de Yoga, é pedido que mantenha-se atenção sobre a respiração, como termômetro do esforço físico que está sendo feito e se caso a respiração saia do rito ou torne-se curta e esforçada, pede-se que restitua o ritmo e a suavidade.

Um dos primeiros exercícios respiratórios ensinados aos praticantes no curso de formação é sua divisão em três níveis diferentes, respiração baixa, média e alta. Ou seja, a respiração abdominal, intercostal e torácica. Diferenciando esses três níveis da respiração, praticante começa a ter controle sobre o processo como um todo.

A partir da minha observação, divido o modo de se respirar que deve executado durante a prática de *āsana*. Esta deve ser, como dito acima, ritmada e suave, com uma leve contração da parte inferior do abdomen<sup>33</sup>. Mas há também exercícios respiratórios específicos chamados de *prāṇāyāmas*. Estes são executados em momentos específicos da aula e cada um deles, de acordo com Pedro, desperta no praticante estados psíquicos e emocionais diferentes.

Ou seja, o praticante, desenvolver certo comando sobre a sua pessoa, a sua conduta, a partir da regulação e do treinamento das técnicas respiratórias. A respiração, na cosmologia *yogi*, está intimamente relacionada ao conceito de *prāṇa*, de energia, pois é dito que a respiração é o principal meio através do qual absorvemos o *prāṇa*. Ou seja, o processo de controle e atenção sobre a respiração constitui parte fundamental do treinamento *yogi* e ocupam papel extremamente relevante para a manutenção do equilíbrio pessoal. Essa idéia de equilíbrio está relacionada a uma cosmologia específica sobre o corpo e sobre o eu.

---

<sup>33</sup> Essa contração é chamada de *u ११ ... hyana bandha* e Pedro diz que o seu intuito é fazer ascender a energia do corpo. Dos Chakras inferiores, aos superiores. A tradução do termo explicado por Pashanta é “vão ascendente”.

### 2.3. Trajetórias: a história pessoal pelo corpo

Defendo a idéia de que a cosmologia *yogi* possui esses três elementos – reconhecimento do inconsciente, a crença num “Eu” interior e a associação entre corpo, mente, emoções e espírito - que são fundamentais na sua disseminação no ocidente e que ao mesmo tempo são apropriadas e reinterpretadas num contexto no qual o valor individualista é predominante.

Esta cosmologia que acredita na existência de um “Eu” interior e tem *samādhi*, *mokṣa*, a libertação espiritual, como finalidade. Esta assume, no contexto estudado, a forma de reforço da autonomia individual, a qual se dá pela reconstrução da própria identidade, pois como sugeriu Barroso (1999) “Neste subproduto romântico do campo religioso que é a Nova Era, qualquer vocabulário que fale do *self*, da interioridade e de processos de transformação ligados a estas dimensões, será absorvido sem maiores dificuldades” (p.54). E no contexto de ênfase no trabalho corporal, a autonomia individual toma o contorno de liberação por meio do corpo e da experiência corporal no mundo.

Foram muitos os teóricos da Sociologia e da Antropologia que refletiram sobre o valor indivíduo na sociedade moderna. Essa discussão contribuiu para entendermos o individualismo enquanto valor, relativizando a sua interpretação. A partir disso, podemos pensar no indivíduo enquanto valor historicamente e socialmente construído. Assim, podemos colocar o indivíduo em relação e nos fazermos valer do método comparativo para compreendermos as diferenças que o individualismo enquanto valor toma em diferentes sociedades.

Aqui, usaremos a discussão de Dumont entre holismo indiano e individualismo ocidental para pensarmos no encontro entre o que Dumont (1992) detectou como o individualismo hindu, com o individualismo presente na nossa sociedade. A partir desse encontro, entre valores que colocam a própria pessoa em evidência em relação ao social, interpretações e reinterpretações surgem.

Dentro da discussão antropológica da noção de pessoa, Mauss (2003) aparece, novamente, como o seu patrono. A partir de Kant, ou da consciência

como completamente livre e autônoma, mestra de sua própria atividade cognitiva e que, a princípio, é independente dos eventos contingentes da natureza e da história, Durkheim desenvolveu a idéia de consciência coletiva; a partir do tempo pré-social e condição de possibilidade subjetiva e a priori do conhecimento o tempo foi teorizado como categoria cultural; e do que Steven Lukes (1989) chamou de uma “ilusão transcendental” para Kant, tornou-se, para Durkheim e posteriormente para Mauss (neo-kantianos), uma “Categoria fundamental”. Um certo número de noções essenciais que dominam a nossa vida intelectual, “like a framework of understanding” (Lukes, 1989, p. 283), que é diferente de todos os outros conhecimentos por sua universalidade e necessidade.

Apoiado na análise sociológica embasada em Kant, na criação de “categorias do pensamento humano” Mauss deu continuidade ao projeto de Durkheim e em “Uma categoria do espírito humano: a noção de pessoa” e inaugurou uma ampla discussão a respeito da noção de pessoa. No primeiro parágrafo, como é do estilo maussiano, ele clara e objetivamente expõe o que irá desenvolver no ensaio. Ele pretende desnaturalizar uma das categorias do espírito humano, a noção de “pessoa”, a idéia do “eu”. Diz que é necessário substituir a ingênua visão que toma esta categoria como inata, de Descartes a Kant, por uma visão mais precisa do assunto.

Tratando a noção de pessoa como uma categoria do espírito humano, ele busca explicitar a sua história social, como é próprio da escola sociológica francesa. Em sua empreitada, Mauss (2003) faz o trabalho de costura de uma colcha de retalhos. Junta fragmentos, a partir de seu “conhecimento enciclopédico”, da noção de pessoa em diferentes sociedades e as coloca numa mesma linha contínua para mostrar o desenvolvimento dessa categoria através do tempo. Nas duas pontas da sua colagem estão a essência do que se tornará o indivíduo moderno, a noção de *personagem* e o “eu” indivisível, forma acabada do indivíduo moderno, na qual, como ele coloca “a partir de então, está feita a revolução das mentalidades, cada um de nós tem o seu “eu” – eco das Declarações dos Direitos, que Kant e Fichte precederam” (p. 239).

É importante frisar que Mauss, já nesse texto, explicita os seus receios

frente ao perigo que uma individualização exacerbada poderia representar para a sociedade moderna. Dumont (1985), posteriormente, desenvolve, dando continuidade ao pensamento de Mauss, à noção de “ideologia do individualismo”. Dumont estudou a Índia e comparou-a com o ocidente moderno. A partir de sua comparação, mostrou que na sociedade indiana a idéia de indivíduo está submetida à hierarquia, à ideologia holista, enquanto na sociedade ocidental moderna a noção de indivíduo é um valor dominante. A análise de Dumont, apesar de dividir os dois pólos, holismo e individualismo, e associá-los à Índia e ao ocidente, respectivamente, abre a possibilidade para o que Luís Fernando Dias Duarte comentou de que tanto uma sociedade como a outra não são definidas em termos lineares como holistas ou individualistas. Mas apenas a análise empírica pode determinar em que intensidade a ideologia predominante apresenta-se em sua intensidade e forma.

Admito que a divisão macro-sociológica de Dumont nos traz alguns impasses quando trabalhamos com etnografias de pequenos grupos, pois, como diz Gilberto Velho (2004) “um problema central na obra de Dumont é o alto nível de generalidade e abstração ao que trabalha” (p.24). Mas o reconhecimento de que mesmo nas culturas totalizantes, como a da Índia, há a abertura para a possibilidade de escolha, de individualização, abre-nos a possibilidade de análise de pequenos grupos a partir não da tensão, mas da associação entre identidade individualizada e totalizante.

Dessa maneira, abraçando a dicotomia dumontiana, holismo e individualismo, podemos pensar, como percebeu Maluf (2005), em dois tipos de discurso nas terapias alternativas, que percebi haver também aqui dentro do discurso *yogi*. Um “diz respeito ao indivíduo em “pleno cuidado de si” e de reconstrução de sua história pessoal” (p.04), esse relacionado à busca pela interioridade. Outro “diz respeito à “pessoa coletiva”, ou seja, à transformação das aspirações e da visão de mundo que delimitam a singularidade desse grupo social” (p.04).

Assim podemos pensar num discurso que reifica o indivíduo, a sua autonomia. Esta associada à idéia romântica de busca pela interioridade, de

*bildung*, e de construção da história pessoal, a qual remeto, inclusive, a idéia de projeto individual, comentado por Gilberto Velho (2004): “a idéia de que cada indivíduo tem um conjunto de potencialidades peculiar que constitui sua marca própria e que sua história (biografia) é a atualização mais ou menos bem sucedida daquelas” (p.23).

Mas ao mesmo tempo, este indivíduo, possuidor de suas particularidades e dotado de autonomia, cria um discurso que o insere, no contexto aqui estudado dentro de um determinado grupo ou linha de Yoga – o qual pode ser associado a clãs organizados em torno de determinadas pessoas (mestres) - que reivindicam autenticidade e constroem a sua identidade em contraposição a outros grupos. Esta problemática será abordada no capítulo sobre a defesa da tradição, a partir da qual o discurso coletivo é organizado.

Sob a perspectiva de uma camada média urbana, intelectualizada, na qual a linguagem e as idéias da psicanálise estão incorporados historicamente, ao ponto de se criar uma cultura psicanalítica, um *ethos* de individualismo psicologizante (Figueira 1985), é inegável pensar na influência desse *ethos*, também, nas práticas do Yoga. A cosmologia *yogi* oferece um campo favorável de idéias que possibilitam a articulação com as teorias da psicologia. Ambas centram suas doutrinas e práticas na exploração da consciência.

Podemos pensar não apenas numa influência de um valor individualista sobre a visão do Yoga no ocidente, mas como sugeriu Barroso(1999), acreditar na idéia de que o individualismo romântico e a idéia de desenvolvimento interior, *bildung*, levou a uma abertura por parte do ocidente de um diálogo e de uma identificação com a cosmologia hindu, centrada num Eu interior imutável e imperecível. E até mesmo que:

“As iogas, como técnicas que conjugam disciplinas físicas e mentais, parece então antecipar um dos pontos de articulação que estará no cerne de um dos sub-campos em que a psicologia se desenvolveu, e que ganhou vulto exatamente a partir de experiências realizadas durante a Contracultura” (Barroso, 1999, p.53)

Pensarmos sobre a crença nesse Eu interior, em associação ao valor individualista presente na nossa sociedade, ajuda-nos a entender tanto a visão de

mundo *yogi* no ocidente, quanto justificar o seu “sucesso” e ampla disseminação, numa relação de se dá de maneira dialógica.

Mauss (2003) fez alusão ao princípio fundamental hindu de que o Universo, em suas palavras, mas nas palavras em campo, o Todo, o Absoluto, o Ser, jaz dentro do indivíduo. A frase vedantina que representa esse conceito é *tat tvam asi*, “tu és isso”. Assim, ele comenta essa metafísica.

As grandes escolas do bramanismo dos Upanixades – seguramente anteriores ao *saṅkhya* assim como as duas formas ortodoxas do *Vedanta* que o seguem – partem todas das lições dos “videntes”, até o diálogo que Vixnu mostrando a verdade a Pedro, na *Bhagavad Gita*: “*tat tvam asi*”, o que equivale quase a dizer verbalmente em inglês: “*that thou art*” – tu és isso (o universo). Aliás, o ritual védico posterior e seus comentários já estavam impregnados dessa metafísica. (Mauss, p. 384, 2003)

Esse é um conceito essencial do hinduísmo e é uma representação sobre si mesmo muito enfatizada dentro do curso de formação. Essa idéia apareceu em campo, também, sob a fórmula, *aham brahmasmi*, “eu sou Brahman”, “Eu sou o universo”. Esse princípio pode ser sintetizado na identificação do indivíduo com o princípio fundamental de si mesmo, o “Ser”, “o verdadeiro Eu” que é uno com a natureza, é o próprio cosmo. A idéia de haver um “Eu” interno a ser buscado e desenvolvido promove, no contexto estudado, a “viagem interior” do praticante de Yoga e pode ser associado à idéia de busca interior e da *bildung* romântica, como disse acima.

Ressalto que além da linguagem psicológica e psicanalítica estar disseminada nas camadas médias urbanas brasileiras, como comentado acima, há, hoje, a idéia aceita em diversos contextos da associação entre o ser psicológico e o corpo, fato que Russo (1991) atribuiu à inserção, nesse meio, da terapia reichiana. A autora traçou um histórico da expansão das terapias corporais nos centros urbanos brasileiros a partir da década de 80. Essas práticas, segundo ela, foram influenciadas e embasadas pela teoria reichiana então muito evidente, e contribuíram para quebrar as fronteiras tradicionais entre corpo e mente no trabalho terapêutico. Hoje, então, há a aceitação por diversas camadas da medicina tradicional da associação entre emoções, mente e corpo por meio da



medicina psicossômática como nos mostrou Paulo Henrique Martins (1999).

Martins (1999) sugeriu, ao se referir às terapias alternativas como um todo, que estas “fazem parte de uma reação cultural para emancipar o corpo como veículo de liberação reflexiva de desejos e emoções, insurgindo-se contra a imagem maquínica e reducionista da tradição cartesiana” (p.83). Acredito que, no contexto aqui estudado, o corpo é tido como veículo de reforço da autonomia individual que leva o indivíduo a questionar as “pressões sociais”, na forma de críticas a destruição do meio ambiente, ao consumo, ao trabalho desenfreado. Barroso (1999) faz referência a Russo, que estudou o processo de corporificação das práticas alternativas e Carozzi que enfatizou os ideais autonômicos dentro do mesmo movimento e no mesmo sentido de Martins (1999), sugeriu a idéia de reforço dos ideais autonômicos e de liberação pessoal à prática corporal:

Assim, por exemplo, podemos mencionar a idéia de que o indivíduo existe em oposição à sociedade “repressora” e “limitadora” e que as terapias corporais fornecem a possibilidade de libertação através do corpo. Através de exercícios, de práticas expressivas, o sujeito constrói um outro corpo para si mesmo. Um corpo que perderá as marcas, não só de sua origem de classe, como de pertencimento a qualquer grupo social, na medida em que o corpo natural é reencontrado (Cf. Russo, op. cit., p. 193) Aqui parecem se juntar dois dos ideais autonômicos identificados por Carozzi como integrantes da Contracultura, isto é, o de uma libertação das instituições sociais tradicionais, por um lado, ao qual se segue um ideal de libertação individual dos condicionamentos sociais, neste caso através do corpo (Carozzi, op. Cit.). (Barroso, 1999, p. 52)

Na citação acima, em referência a Russo, é comentado sobre o corpo que perde as marcas de sua origem de classe e de pertencimento social. No entanto, à medida que o corpo é libertado de suas marcas sociais são outros símbolos sociais que estão sendo impressos neste, como diz Martins “Liberto, o corpo físico aparece como símbolo, veículo e lugar de uma nova ordem cultural e social”. Essa “liberação” porém acredito que não liberta o indivíduo das culpas e dos medos “que os atormentavam e os aprisionavam”, como afirmou Martins. Pois, como percebi em campo, apenas a substitui por outras razões, uma vez que ao indivíduo “autônomo” é dada a responsabilidade pelo rumo da sua própria vida,

inclusive da sua própria doença, depressão, ou até mesmo falta de dinheiro, as quais são sempre associadas a algum aspecto emocional, mental ou espiritual que o próprio indivíduo carrega.

Essa auto-responsabilização e a procura sempre interna de explicações para os fenômenos de toda espécie é comum nas falas dos entrevistados no meio aqui estudado.

Na busca pessoal, o equilíbrio (*sattva*) deve ser sempre buscado, semelhante ao caminho do meio budista. *Rajas*, ou seja, paixões, apegos, devem ser evitados, bem como a negação do mundo e a inércia, *tamas*. Para tanto a prática de Yoga é colocada como um meio de manter-se em equilíbrio. A prática no tapetinho é vista como a possibilidade tanto de equilibrar as energias do corpo, algo que não passa necessariamente pela gnose, pelo conhecimento - isso se dá naturalmente por meio da prática corporal, pela experiência de mergulho no corpo -, quanto um espaço de se aprender com o corpo, de adquirir o distanciamento necessário para observar-se.

Ou seja, o aprendizado *yogi* é mediado pelo corpo, é um conhecimento corporificado que coloca, ora o corpo como sujeito, ora como objeto. Nesse processo de objetificação do corpo, o ensinamento de *Vedanta*, que é um conhecimento altamente intelectualizado e transmitido por meio da palavra, fornece uma visão de mundo que “complementa” a visão de mundo do Yoga no meio aqui estudado.

Dentro desse processo de subjetivação do corpo e de objetificação do corpo, é que se dá a introjeção do conhecimento de Yoga. O indivíduo deve desenvolver uma disposição mínima de desprendimento e de desapego do mundo, não fora do mundo, mas nele. Essa disposição é semelhante à idéia javanesa de impassividade apresentada por Geertz (1999): “um desprendimento tranqüilo que o liberta de suas infundáveis oscilações entre gratificação e frustração” (p.153). Esse desprendimento tranqüilo igualmente permite que o indivíduo ganhe autonomia frente às pressões sociais que lhe são impostas e tenha a capacidade, por exemplo, de não comer carne, apesar da maior parte das pessoas ao seu redor comer. Permite ao indivíduo contrariar expectativas religiosas e profissionais

de seus pais e adentrar o “mundo do Yoga” não apenas como adepto, mas como instrutor e acabe abandonando a sua carreira anterior, que não mais lhe satisfaz.

### As trajetórias

Percebi, nos relatos dentro do curso de formação, em entrevistas e conversas pessoais que a maneira de contar a sua trajetória é corporificada. Nesta o corpo é símbolo de questões emocionais e mentais e ao mesmo tempo é veículo de aprendizado e crescimento pessoal, uma vez que se interpreta a sua simbologia como um meio de *bildung*, de crescimento pessoal e aprendizado de si, como vemos na fala abaixo de L.

Eu não conhecia nada do Yoga. Eu não fazia idéia de toda a filosofia que tinha por trás. Sabia o que todo mundo sabe, que a pessoa fica mais calma, que alonga, *āsanas* né? Eu tinha tido um problema no joelho muito sério, eu tinha ficado um ano praticamente mancando. Cheguei quase a osteoporose na perna direita de tanto que eu não colocava o pé no chão, foi bem sério! Eu subia escada segurando no corrimão igual a uma velhinha assim, era ridículo. E aí superei essa fase. Teve muito de psicológico nesse meu problema do joelho, né? Eu jogava muita frustração e ele não conseguia melhorar. Então eu machuquei o meu joelho correndo, só que depois eu não deixei ele curar porque eu jogava todos os meus problemas em cima dele. E depois de sete médicos e uma psiquiatra eu consegui perceber que esse era um problema psicológico e consegui curar sozinho mesmo o joelho. Resolvi que, não, tudo bem, está certo, tem coisas erradas na minha vida e eu resolvi arrumar.

Esse aprendizado de si, na sua fala, se deu apenas depois da frustração que teve ao buscar uma explicação “convencional” para a dor no seu joelho. A explicação “convencional” está relacionada à busca da causa da dor apenas no corpo, em sua fisicalidade. A associação entre o corpo como símbolo de outros aspectos do ser leva a interpretação da dor ou da doença como metáfora e é a partir da construção dessa metáfora, relacionada a aspectos emocionais, mentais e ou espirituais que surge a possibilidade de aprendizado de si<sup>34</sup>.

Na construção metafórica do corpo é comum, também, a associação entre

---

<sup>34</sup> À visão da doença como metáfora, especificamente em seu trabalho sobre a AIDS e o câncer, Susan Sontag (1999) faz uma crítica no sentido de responsabilizar o doente pelo sua própria enfermidade.

uma parte do corpo que está doente e as características de determinado *chakra*<sup>35</sup>. Por exemplo, algum problema nos ovários – cujo *chakra* responsável é o *svādiṣṭhāna* *chakra* – pode estar sendo causado porque a pessoa tem alguma questão a resolver com a sua sexualidade, pois este *chakra* está relacionado a esse aspecto do indivíduo. Uma dor na coluna, na altura do coração, pode estar associada a algum bloqueio energético neste, o qual, possivelmente pode estar ligado à capacidade pessoal de lidar com as emoções. Um câncer na tireóide pode ter sido causado porque a pessoa não tem a capacidade adequada de expressar seus pensamentos e emoções e “engoliu muito sapo”. As possibilidades de associações entre os males e a sua metáfora corpórea, mental e emocional são as mais diversas e muitas foram referenciadas no curso de formação nas falas dos participantes. A partir de elementos fornecidos pela cosmologia *yogi*, o indivíduo constrói o seu mito individual (Lévi-Strauss, 1991), ou faz a sua própria “síntese cosmológica individual” (Maluf, 1996, p. 333). Esta organização não se dá apenas no âmbito da experiência de uma enfermidade. Mas se dá na construção da imagem da própria personalidade.

A frase mais instigante escutada de um praticante, no sentido de ser corpo-referente, foi quando este referiu-se a um terceiro afirmando que tinha um *vi ṛ uddha* *chakra* muito rajásico. Ele quis dizer, na linguagem *yogi*, que a pessoa tinha o *chakra* localizado próximo a garganta muito ativo, ou seja, que a pessoa falava demais. Esse é um exemplo construído por um praticante em terceira pessoa, referindo-se não a ele, a outro, mas é ilustrativo da maneira como a construção de si, do “mito individual” é corpo-referente. O mito é organizado essencialmente por meio do corpo, com metáforas retiradas do corpo e tendo-o como símbolo de emoções, pensamentos.

Mesmo quando o indivíduo refere-se ao corpo como objeto, de maneira distanciada, o corpo é referência. O corpo é referência de uma nova relação que o indivíduo estabeleceu com este, e estendeu essa relação que começou com o corpo, por meio das técnicas corporais, à vida cotidiana, ao trabalho, a todos os aspectos da sua vida. É dito que a consciência de si que se desenvolve na prática,

---

<sup>35</sup> Em capítulo posterior será explicada a idéia de *chakra*.

é prolongada a tudo o que se faz na vida. Ou seja, há o processo de sacralização do cotidiano e a tentativa de aplicação dos valores que são exercitados na prática.

Nesse processo pessoal de expansão da consciência, alguns praticantes afirmam que a prática formal, de *āsanas*, *prāṇāyāmas*, começa a ocupar papel secundário, conseqüentemente, o próprio corpo começa a ocupar papel secundário dentro da visão que o praticante tem de Yoga. No meio aqui estudado, essa ampliação da visão do Yoga é, na maior parte dos casos, atribuída ao conhecimento de *Vedanta*.

R<sup>36</sup>, que é editor de uma revista de Yoga de circulação nacional, assim narrou sua experiência com o Yoga:

E eu vejo muito nesse sentido como se realmente várias técnicas e várias maneiras de você conduzir um estilo de vida voltado para o autoconhecimento e que consegue integrar realmente as várias facetas da vida. Desde a sua vida conjugal, sua vida profissional. A sua vida com relação com o teu corpo, com relação a tudo. Mas acima de tudo é esse grande objetivo do autoconhecimento no sentido da libertação mesmo, de *mokṣa*. Isso para mim é muito mais claro e realmente ficou muito mais claro de um tempo para cá mesmo, principalmente depois que eu comecei a estudar mais *Vedanta*. Que parece que clareou e que começou a colocar mais claro para mim o que eram os meios e os fins (...) No momento quando eu via o Yoga ainda como uma técnica, ou seja, ali eu vou praticar Yoga e você toma contato com certas coisas, entra em certos tipos de pontos de vista com relação as coisas e depois você entra em outras práticas de trabalho e vê que tudo é motivo para a prática de Yoga. Na hora em que eu comecei mais que o processo do Yoga é através de várias técnicas, inclusive algumas que você pára e usa o seu corpo e outras que você usa a respiração, outras que você medita, outras que você na própria ação de qualquer coisa que você faz, você pode, nas observações das tuas atitudes, na maneira onde você coloca o teu apego ou não, no sentido de Karma Yoga por exemplo, eu vejo todo o trabalho e aquele lado profissional como uma grande oportunidade de Karma Yoga. E que eu até acho particularmente que é muito mais um desafio para mim nessa minha vida o Yoga nesse sentido do que talvez meditar ou praticar com *āsanas* (...) hoje para mim o Yoga é um estilo de vida, uma maneira de ver o mundo e conseqüentemente a gente mesmo. Mas no início não era. Como eu falei eu tinha um interesse desde o início que era só uma questão física.

---

<sup>36</sup> Alterei o nome das pessoas desta pesquisa, com exceção de Pedro pois não tive a oportunidade de tempo de dar o trabalho para os outros lerem antes da publicação. Com Pedro foi diferente, ele leu o trabalho e autorizou que divulgasse o seu nome.

Assim, a experiência corporal aparece também como meio de expansão da consciência, e a possibilidade de crescimento interior, expande-se igualmente do corpo a qualquer experiência da vida cotidiana. A partir da atenção plena sobre si na realização das ações cotidianas. Essa atenção aplicada à vida diária, relatadas por praticantes, como no trecho acima citado, é associada à idéia de rompimento com valores anteriores e a descoberta de uma individualidade antes desconhecida, pois a vida do praticante como um todo é constantemente ressignificada. O ideal de sujeito *yogi* é de que está em constante transformação por meio da idéia de crescimento interior que se dá a partir de qualquer experiência. Essa idéia coloca a pessoa *yogi* em constante processo de reconstrução de si.

A reconstrução de si mesmo apareceu relatada por praticantes relacionada à crença de que depois que se começa a praticar Yoga e a expandir a consciência, não dá para ver as coisas da mesma maneira. Não dá para levar a mesma vida de antes disseram-me alguns entrevistados.

É como se surgisse, a partir dessa tomada de consciência, que aparece também sob o termo “dar-se conta”, uma “insatisfação” com os valores que são postos pela sociedade. Quando a vida do praticante de Yoga começa a ser guiada pela sua autenticidade, pela própria interioridade, de maneira consciente, a natureza individual da pessoa é colocado em oposição à sociedade e a valores que antes aceitava. Mas que depois da “tomada de consciência” não consegue mais aceitar. Estamos diante, como sugeriu Maluf (2005), de uma oposição êmica entre natureza e cultura.

De acordo com B, antes ele não tinha consciência de que comer carne sacrificava a vida de milhares de animais, de que contribuía para o desmatamento da Amazônia e que poderia lhe causar um câncer em breve. Depois que ele disse ter tomado consciência dessas coisas, não tem mais como comer carne nem ir a churrasco com os antigos amigos. Toda a sua sociabilidade foi repensada. Disse-me sentir-se isolado depois que começou a praticar Yoga a fundo e a seguir alguns valores *yogis*, pois era mal compreendido pelos seus antigos amigos. L, de maneira semelhante, assim comentou o seu dilema de sentido da vida depois do

Yoga:

Então um belo dia eu fiquei completamente insatisfeita com o meu trabalho e falei não, o que faz sentido realmente é o Yoga, né. E, a partir dali, eu comecei a encontrar o equilíbrio, né. Porque eu tava entre os dois extremos, ou viver só o Yoga, ou viver só a empresa, né. Quando eu vi que eu não tava conseguindo conciliar os dois é que eu vi que o Yoga também te traz dificuldades, que ele não é tão fácil assim, mas que se ele não for cultivado, ele se perde. Então eu voltei para o Yoga com mais calma. Eu já não praticava mais quatro horas por dia. Eu praticava um pouco menos porque eu precisava viver em sociedade. Eu tinha que compreender que tinham pessoas que não conseguiam compreender o que eu estava fazendo, que tinha muitas. Então, eu fui entrando num equilíbrio entre Yoga e o mundo que vivia. Com as pessoas que eram minhas amigas há muito tempo, mas que não compreendiam aquilo. Que eu tinha que conviver com a minha mudança apesar de talvez elas não estarem mudando e que eu tinha que me adaptar porque quem estava mudando era eu.

Esse conflito apareceu também, na fala de praticantes, com relação ao âmbito profissional, de começarem a surgir questionamentos sobre o sentido do trabalho que a pessoa vinha realizando antes de conhecer o Yoga. Como se, a partir da incorporação de novos valores, associados ao Yoga, o trabalho que era realizado ou perdesse o sentido na vida do praticante, ou até mesmo assumisse um sentido contrário aos novos valores. A tomada de consciência levou B a largar o seu trabalho como analista de sistemas, pois este não lhe fazia mais sentido na sua vida, como me relatou. L, de maneira semelhante, relatou-me a sua insatisfação com o trabalho que fazia:

Eu vejo no Yoga que, por exemplo, quando eu comecei a fazer Yoga, naquela fase que eu estava apaixonada, ele parece fácil né. Ele te fortalece, parece fácil, ele faz sentido. Tá tudo muito encaixado. E aí eu comecei a trabalhar numa empresa e era tão difícil o meu trabalho, era tão estressante, me consumia tanto que a consciência que o Yoga me dava, eu tinha que abandonar um dos dois. E na época eu abandonei o Yoga. Eu fiquei aí um ano sem tocar, abandonei toda a consciência que o Yoga trazia porque era dolorido você ficar tão imersa numa empresa do jeito que eu estava, com as minhas metas, com funcionário, com pressão, lidar com pressão de chefe, passar pressão pra funcionário, que eu cabei saindo fora do Yoga, porque aquilo já estava me causando uns conflitos. Então, o Yoga também está ali para te cutucar, para te puxar, né. E aí passei uma fase longe, afastada e aí ficou aquela sensação de que algo errado eu estava fazendo né. Que a gente

não ouve, que no Yoga uma das coisas que você aprende é a ouvir aquela pontinha de insatisfação te cutucando.

A partir do contato com o Yoga, portanto, surge a ótica da perda de sentido com relação à vida que vinha sendo levada antes de se começar a praticar Yoga e a ressignificação da vida pessoal. Assim, o encaminhamento do praticante a tornar-se instrutor, aparece como um movimento natural, como consequência da transformação pessoal que a prática causou no indivíduo. Por vezes, começar a dar aulas é narrado como a descoberta do *dharma* pessoal. Nesse sentido *dharma* é empregado como “missão de vida” ou uma habilidade inerente a pessoa. R, por exemplo, narrou que “se deu conta” de que, depois de passar três meses na Índia, o seu *dharma* era trabalhar com o Yoga. E engajou-se na edição de um periódico especializado no assunto.

B, disse-me sentir-se quase que na obrigação de compartilhar com os outros o que tanto fez bem para si mesmo, começou a ministrar aulas e hoje organiza um curso de formação em Goiânia, depois de ter passado três vezes pelo curso de formação. É como se, depois da conversão se desse o processo de messianismo. Como se dar aulas fosse a retribuição da dádiva recebida dos conhecimentos aprendidos no curso de formação.

L, por sua vez, narra o seu processo de começar a dar aulas como se fosse um caminho necessário a ser trilhado, pois a partir da transformação que passou com o Yoga, não daria para continuar levar a vida nos moldes anteriores. Essa escolha, no seu caso, gerou conflitos em relação as expectativas que os seus pais tinham sobre a sua vida profissional:

A preocupação dos meus pais era, a minha filhinha se formou, fez mestrado, estava tudo indo quadradinho, né. Tava tudo direitinho que a sociedade manda. De repente ela começa a fazer Yoga, larga tudo, abandona a faculdade, abandona tudo e vai dar aula de Yoga, não se sabe o que vai acontecer. Então, existiu, por um tempo eles acharam que era uma brincadeirinha minha. Em determinado momento eu comecei a explicar para os meus pais que não tinha mais opção, eu podia viver uma vida mais simples ou não, mas eu não tinha mais opção, eu não conseguia mais viver numa empresa do jeito que eu vivia, pressionando funcionários do jeito que eu vivia, porque eu não acreditava naquilo e tinha encontrado um monte de gente que também não acreditava, né. Que quando você está sozinho é pior, mas quando você encontra várias



peessoas que são vegetarianas, e eu já era vegetariana antes de entrar no Yoga. Então, foi muito difícil explicar, eu não tenho opção. Assim, o meu caminho é o Yoga, eu encontrei isso, não importa o que aconteça, né. E aí foi difícil né. Até hoje eles não aceitam muito (...)

R, de maneira semelhante, contrariou as expectativas dos pais ao optar pelo trabalho com Yoga. Formado em administração, seu pai esperava que ele trabalhasse com algo que rendesse mais lucro. Ele disse sofrer pressões por parte do pai por trabalhar muito e ganhar pouco. No entanto, ele afirma estar seguindo o seu *dharma*, o seu caminho, e isso o satisfaz mais do que se estivesse em outro trabalho ganhando mais. Hoje, além de editar a revista, R ministra aulas de *Vedanta* numa conhecida escola de Florianópolis.

Na fala a seguir, L expressa essa dualidade, ao mesmo tempo diz ter se livrado, com a sua mudança de São Paulo para Florianópolis, das influências e pressões dos seus pais de que ela estava no caminho errado.

Eu vim para Florianópolis, passei dois anos aqui. E fiquei longe dessas influências de olha, você está no caminho errado. E eu consegui me enraizar mais fortemente no Yoga. E quanto à sociedade, né. Quanto a convivência com o mundo não *yogi*, as pessoas que não são praticantes, é, eu acho assim, no começo eu tinha uma sede de mostrar pra todo mundo, porque eu sei que tem uma sementinha em cada um, né. Que tem uma consciência adormecida. Porque você conversa com as pessoas, as pessoas extremamente inteligentes, pessoas artistas só que vivem um mundo automático, né. E aí você quer ir lá despertar. Aí você diz, não é possível eu preciso fazer alguma coisa, eu preciso mostrar para ele. Não precisa ser o Yoga, mas eu preciso fazer essa pessoa procurar algo que desperte a consciência dela, né.

Mas, ao mesmo tempo que existe um rompimento com valores anteriores que eram estabelecidos e nunca questionados antes da iniciação na prática de Yoga, há a identificação com novos valores, conseqüentemente com um novo grupo. No trecho acima L expressou que no meio *yogi* achou um grupo que compartilhava dos mesmos símbolos que ela, reforçando assim os laços de coletividade e de identificação com o Yoga.

Na sua fala igualmente aparece o que podemos perceber na fala também de outros praticantes: a dualidade entre ação consciente e ação automática. Para o praticante é fundamental que se saia do automático que se aja conscientemente.

Agir conscientemente é agir de acordo com a inteligência, atento a quais serão os efeitos das suas ações para que essa seja o menos nociva possível aos outros, pois do contrário, a lei do karma, “de causa e efeito” trará de volta o sofrimento que causou aos outros de volta a você. Ou seja, agir conscientemente é transportar à vida cotidiana os valores *yogis* e dessa maneira, tomar as rédeas da própria vida a partir de uma atitude equilibrada. E essa noção de equilíbrio pessoal começa em cima do tapetinho, do corpo, da prática dentro da sala de aula e aos poucos é expandida à experiência cotidiana. É dito por Pedro que não podemos controlar pensamentos, emoções, mas as nossas ações sim, podemos. Essa idéia é sempre colocada por ele em sala de aula, durante a prática corporal, pedindo que os alunos experienciem essa impossibilidade de controlar as emoções e pensamentos, mas que dentro dessa incapacidade, podemos comandar a respiração e induzir estados de animo mais equilibrados. A partir disso, faz referências a experiências cotidianas de dificuldade e de como podemos aplicar o nosso autocontrole, vivenciado em aula, para agirmos corretamente no mundo.

Percebi nas conversas em campo e nas problemáticas levantadas pelos praticantes em seus relatos que os conflitos pessoais são organizados a partir de peculiaridades econômicas, políticas e simbólicas. É notória uma preocupação com a manutenção de um status de classe, no caso, de uma classe média urbana brasileira. Essa idéia se manifestou a partir do conflito com os pais que desejavam uma carreira que trouxessem um certo status econômico e social. Dentro dessa pressão, porém, há a escolha do indivíduo, que aqui é significada a partir de símbolos associados ao Yoga.

O corpo mesmo serve de símbolos referentes nas escolhas a serem tomadas pelos indivíduos em seus caminhos pessoais. O corpo, em muitos casos, aparece como um mapa significante. A partir dele, de dores, doenças, ou mesmo acidentes, novas escolhas podem ser tomadas e novos modelos para a ação podem ser construídos, como vimos. Nesse sentido, o Yoga, a cosmologia do Yoga, ao construir na pessoa um corpo que é veículo de símbolos é detentor de uma eficácia, a partir do momento que dá sentido a experiência individual.

A construção da pessoa e do corpo *yogi* se dá, nesse sentido,

principalmente, a partir da prática de Yoga dentro da qual é trabalhado o movimento de aproximação e visão do corpo e de si mesmo enquanto sujeito e o afastamento e a idéia do corpo e de si mesmo enquanto objeto. Sobre isso será falado posteriormente.

#### **2.4. A identidade *yogi* e o consumo**

Além de uma identidade individualizada, que coloca os indivíduos na busca romântica de crescimento pessoal por meios de experiências corporificadas, há uma identidade de grupo que é de certa forma negligenciada. Negligenciada no sentido de que me pareceu que muitos dos integrantes naturalizam que estão inseridos dentro de uma camada social e de consumo determinada. Para estar ali, como membro daquele grupo de *yogis*, é necessário poder aquisitivo e de consumo. Alguns dos conflitos que apresentei acima explicitam a inserção econômica dos membros desse grupo. Uma preocupação na manutenção de interesses de determinado grupo sócio-econômico, de aquisição econômica e status profissional. Apresento, então, brevemente, requisitos necessários para a participação no curso de formação que fazem um recorte de classe entre os que freqüentam o curso. Para participar do curso de formação, depois que o formulário é aprovado por Pedro, há o pagamento. Nesse ponto há, acredito, a maior seleção, o maior recorte do público. O que nos faz apresentar aqui a camada sócio-econômica dos praticantes de Yoga no Brasil. Para estar na rede do Yoga é preciso ter as condições financeiras necessárias. Percebi dois tipos de pessoas que formam a rede do Yoga: os praticantes e os instrutores.

Os praticantes são os alunos de uma escola, academia ou outra instituição. Para ser apenas aluno e freqüentar uma escola de Yoga semanalmente, duas vezes por semana, isso custa, mensalmente, aqui em Florianópolis, no ano de 2008, entre 90,00 e 150,00 reais. A aula avulsa, cerca de 21,00 reais. Esses valores restringem a inserção e circulação de determinadas pessoas nesse meio formado pelas escolas de Yoga.

Ao nível nacional geralmente essa rede é formada por pessoas da classe média e alta das zonas urbanas. Aqui em Florianópolis, não se foge a essa regra. A rede do Yoga na cidade é formada, em sua maior parte, por uma classe média alta, com poder aquisitivo suficiente para pagar as mensalidades, haja vista a permanência de escolas há vários anos e a abertura de novos espaços.

Os instrutores, em sua grande maioria, passaram por um curso de formação. Faz parte do itinerário do instrutor participar de *workshops* de final de semana, de encontros anuais, os quais aumentaram em número nos últimos três anos. Em Santa Catarina, quando aqui cheguei, há três anos atrás, havia apenas um encontro nacional aqui. Hoje são três eventos de porte nacional que são realizados anualmente, o Sadhana, o Yogamandala e o Yoga Sangam, como mencionei anteriormente. O custo médio desses encontros é de 700,00 reais, com duração que varia entre três e quatro dias.

O curso de formação de Pedro custa hoje (Março de 2008), incluindo alimentação e hospedagem, 3.700,00 reais. Além do valor do curso, para participar da formação, o participante precisa ter um mês completo de disponibilidade integral. Para tanto, alguns deixam o seu trabalho de lado, havendo, em muitos casos, já uma insatisfação com o mesmo, e apostam na oportunidade de tornarem-se instrutores. Outros tiram férias para participarem do mês de curso.

Entre os entrevistados, ouvi o comentário de que a possibilidade de trabalhar apenas com o Yoga, ministrando aulas, seria o ideal de vida depois do curso de formação. O curso de formação, tanto o de Pedro, aqui pesquisado, quanto os outros que são oferecidos, marcam a passagem de indivíduo “praticante” à “instrutor”.

As pessoas com quem conversei no curso, ou depois de finalizado, concordaram que o curso não é barato, mas não ao ponto de ser uma queixa, pois tudo o que eles viveram dentro do curso servia como retribuição da dádiva, do valor dado em dinheiro. É dito que não há preço que pague o que é aprendido e o que é experienciado lá, pois é para toda a vida.

Em outras discussões sobre o valor do dinheiro, colocadas em pauta dentro

do curso e em conversas informais, foi dito que ganhar dinheiro, enriquecer não contradiz o *dharma*. Longe das características de comunidade dos anos 70, nas quais as críticas ao dinheiro fazia parte do valor da época, aqui o dinheiro não é tabu. Existe estabelecida uma relação de troca de bens e serviços, como nos alertou Magnani (1999) no caso de São Paulo. E o público consumidor nesse caso coincide com o público descrito pelo autor: “pessoas escolarizadas, de bom poder aquisitivo (condições necessárias, aliás, para manter o consumo de itens caros e sofisticados) sensíveis ao argumento da qualidade de vida” (p.42).

Assim, é dito que estar no mercado, trabalhando e ganhando dinheiro com o Yoga, não é condenável, se o seu trabalho e o conteúdo passado aos alunos estiver em convergência com o *dharma*. O conceito de *dharma* é freqüentemente citado entre os praticantes. *Dharma* é o caminho certo a se seguir, é a justiça e a conduta ética. Alguns valores são ressaltados como dharmicos dentro do meio *yogi*. Entre eles está a não-violência, que está associada à adoção de uma dieta vegetariana; o desapego. É interessante observar, e aqui será explicado posteriormente, que o valor de desapego não está associado à negação do dinheiro ou à renúncia ao mundo, mas sim à correta valorização dos bens materiais. A abordagem objetiva do que pode te trazer a aquisição desses bens.

Esses princípios são debatidos no curso de formação. Ser *yogi*, neste contexto, significa ensinar o que se pratica e praticar o que se ensina. Nesse sentido, Pedro é uma referência de comportamento *yogi* aos olhos de muitos de seus alunos. Nesse sentido, cobrar um valor que restringe determinadas pessoas a participação, não anula o seu status como *yogi*, pois dentro desse papel ele possui coerência entre o que fala e o que faz. Esse valor de coerência entre o que ensina e pratica na vida cotidiana, ou seja, entre o que se é nos momentos sagrados e o que se é na vida profana, foi ressaltado por alunos como um grande valor em Pedro.

Outro recorte feito no curso, que observei, são as recomendações de leitura. Os livros recomendados por Pedro como leitura anterior ao curso mostram que participam do curso uma classe média letrada. Todo o curso contém leituras e estudos de sânscrito que não afirmo serem densos, mas que colocam o estudo

tanto das escrituras indianas como da história do Yoga como requisitos fundamentais ao crescimento pessoal do *yogi*.

Outro fator que evidencia o recorte sócio-econômico dos praticantes de Yoga, que não é necessariamente um recorte de participação no curso de formação, mas nos dá indicativos de uma camada dos praticantes de Yoga no Brasil são as roupas como marcadores de identidade.

No curso de formação pude observar, mas principalmente no encontro nacional, percebi que existem grifes direcionadas ao público *yogi* e que estas são marcadoras de uma identidade *yogi*, de uma determinada maneira de se vestir e ao mesmo tempo disseminadoras de valores associados ao Yoga. De uma vida de bem estar e despojada, por meio de modelos de roupas que denotam estes valores e de uma postura ecológica e de contato com a natureza, veiculando propagandas de tecidos ecologicamente corretos.

Estas oferecem diversos produtos que são associados à prática e a uma identidade *yogi* a partir de uma maneira de se vestir *yogi*. As mais conhecidas grifes *yogis* brasileiras são três: A *Yogini*, de São Paulo, a *Sementeira*, do Rio de Janeiro, e a *Devi - Active Yogawear*, de Florianópolis. A última está ligada a uma escola de Florianópolis. São oferecidas à venda nessas grifes roupas tanto para a prática, quanto para usar no dia-a-dia. A maneira de se vestir *yogi* estende-se dos momentos de prática à vida cotidiana, assim como os valores *yogis* acima colocados.

Para homens, para prática, são bermudas de algodão folgadas e ou coladas ao corpo. Para as mulheres, a variedade é maior. São “macacões”, “macaquinhos”, “leggings”, “tops”, todos de algodão.

Para o dia a dia, são oferecidas blusas, calças, camisetas, casacos, saias. Os nomes dos produtos de cada coleção são os mais variados, mas em sua maior parte fazem alusão a cidades na Índia, a deidades hindus, a termos em sânscrito. Algumas estampas das roupas lembram as tatuagens de henna indianas. Em geral, trazem o símbolo Om, escritos em sânscrito e figuras de deidades hindus. A deidade mais comum presente nas roupas, é *Gaṇeśa*, conhecido no meio como o removedor dos obstáculos e Lakshmi, conhecida como a deusa da prosperidade e

da riqueza. Os preços das roupas variam de cinquenta a duzentos e cinquenta reais. Exemplos abaixo:



do site: [www.sementeira.com.br](http://www.sementeira.com.br). No dia 10 de janeiro de 2008.

Percebe-se que as roupas são desenvolvidas, desenhadas e expostas em corpos de modelos que estão explicitamente baseadas num determinado padrão estético. E como disse Mirian Goldenberg (2002) “cabe àqueles que pretendem se vestir decentemente procurar se enquadrar nesse padrão ou, simplesmente, não usar” (p.28). E, de fato, quem as usa enquadra-se nesses padrões, ou a ele não estão muito distantes de corpos magros e bem delineados. Não há dúvida que não deixa de ser uma imposição para corpos enquadrados num padrão estético pré- estabelecido.

E aí vemos outro recorte que acredito ser mais recente entre os praticantes de Yoga. Por leitura e conversas com praticantes, percebi que o Yoga entre os anos 60 e 70 esteve mais associado à prática direcionada a idosos. Com a inserção do Power Yoga e do Ashtanga Vinyasa Yoga no Brasil, o público de praticantes de Yoga mudou significativamente. Hoje há muitos jovens que praticam, há a associação entre prática de Yoga e de esportes e vejo que a prática atraiu e atrai uma camada mais jovem que procura bem estar, qualidade de vida e a manutenção de um corpo dentro da estética estabelecida socialmente.

No curso de formação, não apliquei questionário para ter uma expectativa quantitativa da faixa etária dos praticantes, mas a maior parte dos membros pareceu variar entre vinte e quarenta anos. R, *Lalita* e B, referenciados acima, tem entre vinte e cinco e trinta anos de idade.

### **3. A visão de mundo do Yoga e do Vedanta**

Cheguei ao que coloco como visão de mundo *yogi* e de Vedanta, a partir do que Pedro ensina no curso de formação e do que alunos comentaram comigo em conversas. Recorri igualmente a fontes textuais: os livros de Pedro e a apostila do curso de formação. Na construção do discurso acerca da visão de mundo de Vedanta usei também as aulas em cd de Lalita, bem como suas palestras no encontro nacional organizado por Pedro.

#### **3.1. A construção do corpo *yogi***

Levanto a idéia de que é na experiência corporal que se dá a construção da identidade *yogi*. Essa identidade é marcada por uma estética corporal específica, por uma maneira de se colocar corporalmente no mundo que é criadora de significados e de símbolos sociais. Essa identidade igualmente é marcada por valores determinados e por uma conduta a ser seguida que são construídos a partir de ou em referência ao corpo. Ou seja, é corporalmente que são criados os modelos de ação e os modelos para a ação do *yogi*.

A discussão sobre a construção corporificada do sujeito não é novidade dentro da Antropologia. “O corpo está em cena. Tanto nos estudos acadêmicos como em fenômenos sociais recentes e em diferentes manifestações da cultura contemporânea”, assim Maluf (2002) inicia o seu texto “Corpo e corporalidade nas culturas contemporâneas: abordagens antropológicas”. A autora apresenta a idéia de que o corpo tem aparecido como centralidade tanto nos estudos quanto nas manifestações culturais contemporâneas. O importante, porém é a pergunta lançada por Maluf depois dessa afirmação: “que corpo é esse que tem aparecido em cena?”.

Maluf (2002) traça um histórico de como o corpo tem sido abordado dentro da Antropologia. Tanto ela, quanto qualquer outro autor que aborde o tema antropológicamente, necessariamente remete a Mauss (2003), inaugurador da reflexão no seu estudo canônico sobre as técnicas corporais.



No seu ensaio, “As técnicas corporais” Mauss (2003) mostra a sua incrível sensibilidade antropológica, inaugurando uma discussão sobre o corpo sem ao menos fazer trabalho de campo, mas trazendo à tona exemplos cotidianos e experiências pessoais com a guerra. Reflete sobre questões pequenas do dia-a-dia, como a diferença entre o caminhar de um inglês e de um francês, e elabora um marcante ensaio sobre a corporalidade. Ele nos mostra que os nossos corpos não são apenas naturalmente construídos, mas, fundamentalmente, são corpos socialmente construídos. As técnicas corporais, que são construções coletivas, agem sobre o corpo com o objetivo de controlá-lo, inscrevendo nele as representações sociais.

No Brasil, resgatando a perspectiva da construção social do corpo, Seeger, Da Matta e Viveiros de Castro (1979), defenderam a centralidade do corpo na construção da pessoa ameríndia, como matriz de símbolos e princípio articulador da cosmologia. Eles afirmam que “as sociedades do continente se estruturam em termos de idiomas simbólicos que não dizem respeito à definição de grupos e à transmissão de bens, mas à construção de pessoas e à fabricação de corpos”.

A discussão inaugurada por Mauss (2003) reverbera em outras abordagens sobre o corpo, entre elas o conceito de *embodiment* desenvolvido por Thomas Csordas (1994) Este “novo paradigma” como propõe o autor tem inspirado interpretações e propiciado debates e reflexões interessante à Antropologia.

Csordas (1994) parte de uma crítica às dualidades construídas no pensamento ocidental entre mente e corpo, sujeito e objeto. E embasado na fenomenologia e no conceito de pré-objetivo de Merleau Ponty, aliado ao conceito de *habitus* de Pierre-Bourdieu, propõe o rompimento entre essas dualidades a partir do conceito de *embodiment*.

A complexidade de seu paradigma rende reflexões sobre incapacidade dos conceitos que reificam a dicotomia entre sujeito e objeto e mente e corpo na explicação de fenômenos que emergem na contemporaneidade. Maluf (2002) apontou dois movimentos recentes que suscitaram uma abordagem antropológica centrada na dimensão da experiência corporificada. Estes são os estudos feministas em torno do tema do transgênero e os estudos sobre as práticas

alternativas. Sobre o segundo fenômeno ela afirma trazer um peso cada vez maior dado a experiência corporificada.

O problema apresentado por Maluf (2002) sobre o paradigma proposto por Csordas é de que da visão de corpo como objeto, chega-se a reificação do corpo como sujeito, não escapando, assim da ontologização que critica. A autora propõe, então, uma abordagem unificada entre a experiência corporificada e a noção de pessoa construída.

Nesse sentido, Maluf (2002) no artigo “Corporalidade e desejo: tudo sobre minha mãe e o gênero na margem”, discute a experiência do travesti Agrado, personagem do filme “Tudo Sobre minha mãe” do cineasta espanhol Pedro Almodóvar. A *experiência* de Agrado é uma *experiência* corporificada, ela conta a história de sua vida através do seu corpo e, dessa maneira, “institui uma nova *bildung*, a *bildung* do corpo – através dele e nele se constrói uma nova pessoa”. (p.150)

Aqui proponho semelhante abordagem, partindo dessa sugestão, de assumir que, como na sociedade ameríndia a construção da própria cultura, da cosmologia, perpassa e está vinculada a construção do corpo, pessoas estão sendo construídas ao mesmo tempo.

A proposta aqui é unificar duas discussões antropológicas. Uma delas a que foi discutida acima a respeito da construção social dos corpos, surgida inicialmente a partir do artigo “Técnicas Corporais” de Marcel Mauss [2003]. A outra é a discussão sobre a construção da noção de pessoa nas sociedades, também inaugurada por Mauss [2003] a partir do célebre artigo “Uma categoria do espírito humano: a noção de pessoa”.

### **O corpo sutil: equilíbrio-desequilíbrio**

Na visão do Yoga, apresentada por Pedro, nós possuímos cinco corpos<sup>37</sup>.

<sup>37</sup> Os cinco corpos, de acordo com a visão do Yoga e apresentado por Pedro no curso de formação são: *anamayakośa*, o corpo físico; *prāṇāmayakośa*, o corpo de energia; *manamayakośa*, corpo mental e emocional; *vijñānamayakośa*, o corpo de inteligência; *ānandamayakośa*, o corpo de

Essa visão de mundo do corpo ensinada e explicada durante as aulas do curso traz uma visão que se propõe a ser integral e ao mesmo tempo universalizante do ser humano. Ou seja, ao mesmo tempo que a cosmologia *yogi* individualiza e enfatiza a interioridade e a experiência singular dos indivíduos, propõe uma visão do corpo e a incorporação de valores universais.

Certa vez, Pedro disse, citando a filosofia *Sāṅkhya* que, “o sutil precede o denso”, pois a origem do Universo, de acordo com essa visão de mundo, deu-se nesse movimento, do mais sutil, ao mais denso.

Dentro da idéia de que possuímos esses cinco corpos, muito é falado do corpo de energia, o que por vezes é chamado de “fisiologia sutil”. O termo, emprestado de uma linguagem fisicalista, indica-nos a idéia instrumental do conceito de energia no meio estudado. Nesse sentido remeto ao trabalho de Fátima Regina Gomes Tavares (1999) em dois sentidos. Primeiro para o caráter instrumental na explicação da eficácia das técnicas relacionadas ao conceito de energia. Segundo para a forte associação entre a categoria “energia” e o par equilíbrio/desequilíbrio. E dentro dessa conotação instrumental a variedade de nomeações que a categoria base assume. Entre as que a autora apresentou, pude perceber em campo, além da nomeação “equilíbrio-desequilíbrio energético” a idéia de “bloqueio” e “desbloqueio energético” (p.119).

A noção de equilíbrio e de desequilíbrio está associada ao conceito que Pedro ensina, embasado na filosofia *Saṅkhya*, de que o mundo é formado por três tipos de energia: *Tamas* (inércia), *rajas* (dinâmica) e *sattva* (equilíbrio), como no quadro a seguir.

<i>Tamas</i>	<i>Sattva</i>	<i>Rajas</i>
Inércia	Equilíbrio	Dinamicidade

É ensinado que busca do equilíbrio pessoal está relacionado a manter-se em *sattva*. Para isso, a prática deve basear-se em como estamos no momento. Se estamos mais próximos de *tamas*, devemos buscar uma prática que nos leve a

*sattva*, para isso, uma prática dinâmica pode ajudar. Se estamos num dia quente, rajásico, uma prática mais suave, mais fria, ajuda-nos a manter o corpo em equilíbrio. Uma prática mais forte, mais quente, é associada a execução de *āsanas* que exigem mais esforço físico e a exercícios de respiração que demandam inspiração e expiração que são realizadas de maneira mais rápida e vigorosa.

A manutenção do equilíbrio, que é físico, mas também energético, emocional e mental, está igualmente relacionado a dieta alimentar, que deve ser vegetariana, a um regularidade na conduta pessoal na vida que é expressa por uma impassividade diante das situações e à aplicação, na vida cotidiana, de valores que são introjetados por meio da prática.

A energia vital do corpo é chamada de *prāṇa*. O *prāṇa* pode ser comparado ao axé para o candomblé, no sentido explicado por Reginaldo Prandi (1991): “axé é energia, força vital, força da natureza, móvel do mundo, axé é poder, conhecimento. E como força, axé se acumula, se usa, se gasta, se repõe, se dá e se compartilha”. O *prāṇa*, como explicado pelos praticantes, possui todos esses sentidos.

É dito que o *prāṇa* está em toda parte, em exercícios na praia fomos incentivados a olhar fixamente para o céu para ver o *prāṇa* no ar. Dentro dessa idéia, há lugares que possuem mais *prāṇa* que outros. Próximos à natureza, estamos mais intensamente expostos ao *prāṇa*, como comentou Pedro em aulas do curso de formação na praia. Por isso a importância de manter contato com a natureza, de viver próximos a matas, a montanhas ou da praia, explica o instrutor.

Percebi em campo que a nível pessoal, o *prāṇa* é relacionado à disposição para a vida e até mesmo ao magnetismo pessoal. Uma pessoa que tem muito *prāṇa*, tem mais energia de vida e mais magnetismo pessoal. O *prāṇa* pode ser manipulado, mantido no corpo, ou perdido. E a idéia de manutenção do equilíbrio interno está associada ao mesmo princípio de *tamas*, *rajas* e *sattva* explicados anteriormente.

Semelhante a teoria Malay<sup>38</sup>, explicada por Carol Laderman (1994) de que:

---

<sup>38</sup> Quando li o seu trabalho, instantaneamente associei ao conceito de “fisiologia sutil” que escutei Pedro muitas vezes ensinar. Apenas no final do texto que vi que essa associação não foi uma

“These components of the *self* must be protected from the harm that occurs when, through loss of inner balance, they are depleted, become overabundant, or are seriously skewed” (p.183)

A idéia de *prāṇa* mais enfatizada é a sua relação com o corpo da pessoa. Ou seja, como ele atua no corpo físico e como ele pode modificar os ânimos, a saúde e os aspectos mentais e emocionais de si mesmo. Nesse sentido, o *prāṇa* pode ser associado ao que Carol Laderman (1994) chamou de “ares interiores”: “According to Malay theory, we are all born with four bodily humors, varieties of Inner Winds (angin) that determine personality, and the spirit of life (semangat)” (p.183).

Porém, diferente da idéia Malay, o *prāṇa* não tem conotação espiritual, é a energia vital e está associada a ventos internos que animam o corpo físico e como é explicada possui a mesma instrumentalidade do corpo físico. Ou seja, pode ser manipulada quase que mecanicamente por meio de interferências no corpo.

Para isso, o *prāṇa* pode ser mantido no corpo, poupado, controlado. O *prāṇa* é absorvido, ensina Pedro, por meio da ingestão de alimentos e da respiração. Na alimentação há alimentos que possuem mais *prāṇa*, outros menos. Frutas e verduras e alimentos frescos são considerados alimentos pránicos, energéticos. Alimentos industrializados e enlatados são alimentos com pouco *prāṇa*, pouca vida.

Pedro diz: “O *prāṇa* está onde está a consciência”. Ou seja, levar consciência a determinada parte do corpo que precisa ser energizada é levar *prāṇa*. Ele diz também que há uma tendência natural do corpo em perder energia via órgãos sexuais e pelo movimento de excreção. Isso por haver um “vento” descendente que se localiza na região do baixo ventre e é chamada de *apāna vāyu*. Portanto, uma das finalidades da prática de Yoga é fazer essa energia ascender. Os exercícios que fazem essa energia subir é a contração do períneo, mula bandha e a contração da região do baixo ventre, *udiyāna bandha*. Estas devem ser mantidas

---

semelhança distante. Carol Laderman (1994) comenta que antes de serem convertidos ao islamismo os Malay eram hindus.

durante toda a prática de Yoga, pois funcionam como selos de energia e como “ferramentas” de ascensão da energia, dos chakras inferiores aos superiores. Veremos abaixo porque é desejada essa ascensão.

De acordo com a teoria da “fisiologia sutil” apresentada no curso de formação, a energia circula por canais presentes ao longo de todo o corpo. Ao longo desses canais, centros de energia estão espalhados, a estes são dados os nomes de chakras. Sete são os principais chakras no corpo, dispostos ao longo da coluna vertebral, do períneo à ponta da cabeça. Todos esses chakras são responsáveis pelo funcionamento de determinada parte do corpo, de determinado órgão, e estão relacionados a certos aspectos da nossa personalidade e do nosso comportamento. Nesse sentido, o corpo está saudável se a energia vital está em seu fluxo natural entre as nadis e os chakras. A energia deve estar fluindo, desbloqueada. Um bloqueio energético em alguma região do corpo, traz dor física e desequilíbrio no corpo. Assim o desequilíbrio em determinado chakra é associado a uma doença física. Abaixo segue um diagrama com as associações entre chakras, emoções e psiquismo retirado de um dos livros de Pedro e que ilustra como essa relação é apresentada no curso de formação. A posição dos chakras, de cima para baixo, representa a sua posição no corpo, de baixo para cima.

<b>Os sete centros de energia e suas latências mentais</b>		
	<b>características positivas</b>	<b>aspectos negativos</b>
<i>múládhára</i>	<i>instinto de sobrevivência, solidez, autoconfiança, materialidade, boa comunicação, relação sadia com a matéria, capacidade de transcender limites, discernimento espiritual</i>	<i>inércia, posse, medo, apego, rigidez, cobiça, avidez, bloqueio na comunicação, tendência de ser manipulado, credulidade, dificuldade em dar e receber, possessividade</i>
<i>swádhisthána</i>	<i>valor, coragem, reações positivas ante os obstáculos, criatividade, vitalidade, domínio sobre as paixões</i>	<i>agressividade, violência, excessos, vergonha, autodestruição, obsessão sexual, domínio, solidão</i>
<i>Manipura</i>	<i>bem-estar, poder, consciência do eu, impulso pelo autoconhecimento, confiança, discernimento</i>	<i>egotismo, domínio sobre os demais, distorção da sexualidade, ambição, arrogância, raiva</i>
<i>Anáhata</i>	<i>amor, solidariedade, religiosidade, alegria, autoridade, compreensão, generosidade, nobreza, compaixão</i>	<i>passividade, falta de motivação ou confiança, angústia, desespero, aversão, ódio, agressividade</i>
<i>vishuddha</i>	<i>reflexão, criatividade, receptividade, expressão, intuição, magnetismo, comunicação com o subconsciente</i>	<i>conflito de auto-imagem, dificuldade em expressar o que pensa, ganância, insensatez, negatividade</i>
<i>Ájña</i>	<i>intelecto, compreensão, força de vontade, determinação, paciência, perdão, bem-aventurança</i>	<i>bloqueio intelectual, dificuldade em ver as coisas como são, orgulho, soberba</i>
	<i>intuição, queima dos samskáras,</i>	<i>falta de visão, falta de discriminação e</i>

<i>sahásrara</i>	<i>transcendência, amor universal, impulso de evolução, energia</i>	<i>compreensão da realidade da vida</i>
------------------	---	---

Todos os chakras, como é possível observar acima, possuem aspectos positivos e negativos do ser. Mas a partir do que observei no curso e em conversas com participantes, pude perceber que a localização das qualidades mais almejadas estão localizadas nos chakras superiores. E essa idéia está relacionada com a intenção de fazer ascender a energia dos chakras inferiores aos superiores, pois esta ascensão promove o despertar em si das qualidades referentes a estes. A partir disso construí um quadro de classificação dos valores, para, então, apresentar os significados desses valores como são colocados dentro do curso de formação.

Superior	Sutil	Inteligência	Não-violência	Desapego	
Inferior	Denso	Instinto	Agressividade	Apego	

Esses dualismos relacionados a parte superior e inferior do corpo ficaram explícitos em falas de alunos e ao relacionar os chakras inferiores do corpo a emoções mais “densas”, instintivas e ligadas a animalidade, enquanto os chakras superiores estariam ligados a compaixão, à inteligência.

### **Os valores in-corporados**

Podemos dizer, pelo que vimos acima, que os valores *yogis* são corporalmente construídos e corporalmente referenciados. E que essa construção possui forte carga individual na medida em que é sempre a busca de si, o equilíbrio de si, que é referenciado. Percebemos também outro elemento ligado aos valores que reforça a questão individual. É a ênfase no valor utilitário, para si, da introjeção dos valores que são ditos como universais. Entre esses ressaltos dois. A não-violência e o desapego.

Os valores apresentados no curso de formação por Pedro são balizados e referenciados pelos ensinamentos de *Vedanta*. Há um livro que é recomendado

como fundamental na compreensão dos valores de Yoga, “O valor dos valores”. Nas aulas do curso, freqüentemente o mestre que escreveu o livro, o mestre de Pedro, e as correções que ele faz em relação a interpretações errôneas de valores que foram trazidos pelo Yoga para o ocidente são apresentadas.

Três são os fundamentos ligados aos valores apresentados por Pedro e que também estão presentes no livro de seu mestre.

O primeiro é a idéia de reciprocidade. A frase que Pedro coloca como norteadora de todos os valores é: “não fazer ao outro o que não gostaria que fizessem com você”. À primeira vista podemos pensar: esta é uma idéia cristã transposta ao contexto *yogi*. Mauss (2003), ao falar sobre a dádiva no direito hindu, comentou , a partir das palavras de Vyasa: “Tal é a lei ensinada com sutileza (nipunema, Calcuta) (naipunema, Bombaim), que não faça a outrem o que é contrário ao seu eu, eis o *dharma* (a lei) resumido” (p.277). Mauss (2003)\_ na continuidade do seu texto, associa essa reciprocidade dos valores à idéia de reciprocidade cristã, e cogita a possibilidade da idéia hindu provir da cristã. Porém, logo adiante, o autor faz referência a uma frase semelhante presente na cultura hindu muito antes do nascimento do cristianismo. Podendo se levar a crer que existe um caráter bramânico na reciprocidade referida. “Assim como alguém se comporta frente aos outros, assim (comportam-se os outros frente a ele)” (Mauss, p.277, 2003). Poderíamos citar associando-o ao Bhagava Guita: “Quem protege o *dharma* por ele é protegido”.

Esse argumento de reciprocidade sustenta o segundo fundamento vinculado a defesa dos valores *yogis*. É o valor utilitário dos mesmos. Este é apresentado sob o argumento de que se seguir os valores tem a seu seguidor uma utilidade que deve ser levada em conta. São dois os benefícios ao se seguir esses valores. Um, a curto prazo, é o relaxamento e a paz mental e emocional que se consegue ao saber que se está fazendo o correto. Essa paz ajuda o *yogi* no seu caminho, pois são essenciais para se avançar na prática de Yoga. É dito que é impossível aprofundar nas meditações e no conhecimento de si se há alguma questão pendente ou mal resolvida em relação às pessoas com quem você se relaciona. Há outra vantagem que não se sabe se é de longo ou de curto prazo, mas é certo



que a vantagem virá. Essa é explicada a partir da idéia de que se você faz o correto e o justo, o justo e o correto serão retribuídos a você, em sua vida. Se você proteger a justiça, o *dharma*, ele irá te proteger, seja nesta ou em outras vidas.

O terceiro fundamento relacionado ao valores *yogis* em pauta é a idéia de universalidade. Estes são considerados universais em idéia, mas relativos em sua aplicação. Ou seja, eles podem ser explicados e entendidos por qualquer ser humano em qualquer lugar, em qualquer época, mas a sua aplicação se dará dentro de um determinado tempo lugar e circunstância. E o que pode ser julgado por mim como uma conduta errônea hoje, pode ser relativizada numa situação diferente. A ilustração dessa idéia é apresentada por Pedro a partir do exemplo dos náufragos que comeram carne humana de um dos amigos mortos. “Comer carne humana é contra o *dharma*?”, lança o dilema. Nessa situação pode não ser, por mais repugnante que pareça, ensina. Portanto, apesar dos valores serem universais, Pedro diz que “*Kala, desha e pata*”, tempo, lugar e circunstância devem ser observados na aplicação dos valores.

O significado desses valores são explicados por Pedro freqüentemente ilustrados por passagens da *Bhagavad Gita* e também por referência à personagens presentes nesta estória. Há um personagem que aparece, nessa estória, como símbolo protetor da justiça, do *dharma*, é Pedro. Geertz (1989) já comentou sobre representação semelhante de Pedro no teatro javanês. Nesse contexto, influenciado pelo hinduísmo, o herói representa a justiça e a bondade, ele: “é completamente justo. Sua bondade provém do fato de opor-se ao mal, de abrigar pessoas contra a injustiça, de ser inteiramente corajoso ao lutar pelo direito” (p.156). Mas existe o seu aspecto negativo, de brutalidade, frieza e às vezes crueldade em punir quem não é justo, que é mostrado por Geertz (1989).

No curso de formação, porém, na simbologia do herói, o aspecto negativo não é mencionado e a representação romanceada é predominante, ao ponto de eu escutar falas de praticantes associadas à coragem e à correta conduta em referência ao herói hindu. Quando viu-se numa situação de dificuldade pessoal no trabalho e em dúvida se tomava uma decisão que iria de encontro aos interesses

de um parente, R optou por agir, fazendo alusão a postura de Pedro no épico indiano, que viu-se obrigado a lutar contra os próprios familiares em favor da justiça.

Os valores centrais que sintetizam os fundamentos acima expostos e mais discutidos no curso de formação são dois: *Ahimsa* – não violência e *vairāgya* – Desapego.

*Ahimsā*, em sânscrito, quer dizer não violência. Partindo da idéia de retribuição da dádiva dos valores acima colocada, *ahimsā* é um reflexo do desejo inerente de cada um – ou seja, universal - de viver livre de ações violentas vindas dos outros. Assim, se não é desejado que se sofra violência de qualquer tipo, não se deve praticá-la.

*Ahimsā* significa, no contexto estudado, não causar danos por meio dos pensamentos, das palavras e das ações. Em nível mental, diz Pedro, não há como controlarmos pensamentos nocivos que surjam, mas temos a opção de não alimentá-los. E de não agirmos, nem nos expressarmos de acordo com esses pensamentos.

O que é feito de nocivo em relação aos outros pode ser classificado por grau de gravidade. Respectivamente, pensamentos nocivos que se mantêm em relação aos outros, insultos por meio de palavras ou ações que causem sofrimento. Essas atitudes, é dito, voltarão a nós em mesmo grau, cedo ou tarde, segundo a lei de reciprocidade das ações.

É a noção de *āhimsā* que aparece no meio *yogi* como sustentadora do discurso da alimentação vegetariana, em contraponto a se alimentar de carne, pois além da consideração da carne como tamásica - de energia estagnada - de difícil digestão, “apodrece dentro do corpo”. O discurso vegetariano no meio *yogi*, vale ressaltar, aparece aliado também à idéia de preservação do meio ambiente.

O conceito de não violência é “praticado” ou exercitado dentro da aula de Yoga em relação ao corpo, a partir da idéia colocada por Pedro de *Yogya*. *Yogya* quer dizer que a prática de Yoga deve se adaptar ao corpo do praticante e não o corpo do praticante que deve se adaptar a prática de Yoga. Do contrário, o praticante está vulnerável a se machucar.

Para não se machucar o praticante deve estar sempre atento a respiração, como termômetro do esforço que realiza e ao tremor físico, que indica esforço demasiado. Não violência na prática de ásana significa, diz Pedro, reconhecer os limites do corpo e trabalhar dentro de um esforço que é necessário na prática de *Haṭha Yoga*, mas sem ultrapassar as fronteiras do limite que é reconhecido.

Numa aula sobre as *Upani ṣads*, foi-nos apresentado no curso a idéia de desapego. É ensinado que entendermos o que realmente significa desapego, faz-se importante entendermos, primeiro, o que significa o seu oposto, o apego. Apego significa depositar a felicidade em objetos externos, por exemplo a relacionamentos, vale dizer, em coisas impermanentes e perecíveis. Isso é uma tolice, uma vez que cedo ou tarde nos trará sofrimento ressalta Pedro.

Desapego, nesse sentido, seria dar o valor correto às coisas, dar valor “objetivo” às coisas. É citado como exemplo o carro que tem a função ajudar a pessoa a se locomover de maneira mais eficiente de um lugar ao outro. Essa pessoa deveria ver um carro como um meio, como um objeto que possui uma função e não como um “fim”. Depositar a felicidade num carro vendo-o como um fim, é empregar um valor que ele na realidade não tem e é ao mesmo tempo uma identificação entre eu e o carro. Isso não seria “objetivo” a partir do que é ensinado no curso. Fazer isso é ignorância, pois o indivíduo estará atribuindo um valor ao carro que não é condizente com a realidade.

Essa falta de objetividade em relação as coisas materiais pode ser transposta para as questões emocionais, como fala Pedro. E os relacionamentos afetivos, explica, tornam-se objetos de nossa felicidade a medida que eu identifico a minha felicidade com a pessoa amada.

A idéia de desapego apresentada no curso está relacionada tanto à idéia de renúncia no mundo, quanto com o binômio “identificação” e “desidentificação”. Se desapego não significa abrir mão das coisas, mas dar valor objetivo a elas, renúncia não significa abrir mão das coisas do mundo, mas estar nele numa atitude “desidentificada”, dando o valor as coisas materiais e relacionamentos que elas realmente têm.

Diferente da idéia de renúncia fora do mundo colocada por Dumont (1992)

como uma característica do renunciante indiano, Pedro propõe-nos uma renúncia no mundo, semelhante ao que Dumont (1985) atribuiu ao protestantismo. Nesse contexto, não poderia ser diferente. Como propor uma renúncia ao mundo o contexto urbano a uma classe média ligada ao consumo e ao trabalho. Renunciar, nesse contexto, não significa viver fora da sociedade, criar uma comunidade, ou isolar-se numa cabana no meio do mato como fez Henry Thoreau, pois é dito no curso que é impossível viver fora da sociedade. Renúncia aqui assume o significado equivalente ao que Geertz (1989) apresentou da renúncia na sociedade javanesa: “Diferentemente da Índia, essa tranquilidade não é alcançada retirando-se do mundo e da sociedade, mas deve ser buscada dentro deles. É um misticismo deste mundo, até mesmo prático” (153).

“Um misticismo deste mundo”, que comenta Geertz (1989), no contexto aqui estudado aparece como a tentativa de sacralização do cotidiano. Se viver no mundo não é um valor negativo, este deve ser sacralizado. Sacralizado no sentido da vivência no mundo o próprio ritual, no sentido que Geertz (1989) propõe de ritual. No qual há a fusão entre ethos e visão de mundo.

Os valores comentados acima são transmitidos tendo o corpo como veículo e locus de introjeção. O que pudemos perceber é que para possuir eficácia estão relacionados à auto-referência e ao valor utilitário de sua aplicação. E esse valor utilitário e auto-referencial está associado, dentro do meio *yogi*, à noção de karma. A idéia de *karma* ocupa papel central na prática de Yoga. Pois é por meio desse conceito que se orienta a conduta do praticante. A idéia de karma é apresentada no curso como “lei de ação e reação”. Tudo o que o *yogi* fizer com os outros terá um efeito de igual valor a ele mesmo. Como foi comentado, essa é a importância de manter uma conduta guiada pelos valores *yogis*, pois esta produz “karma positivo”. Ser verdadeiro e justo com os outros é sinal de que os outros em algum momento serão justos e verdadeiros comigo. Existe um valor utilitário enfatizado na idéia de karma.

Ressalto também a idéia de karma como apresentada no curso em relação a dois outros conceitos hindus. Estes são *vāsana* e *vṛtti*. Estes três em conjunto formam, ensina Pedro, uma corrente, um elo no qual o indivíduo está inserido no

mundo fenomenológico. E é a partir destes três conceitos que o inconsciente é explicado e a maneira como influencia o comportamento do indivíduo, como foi dito dentro do curso de formação. *Vāsana* são as pulsões inconscientes, condicionamentos que geram pulsões mentais e emocionais, os *vr̥ttis*, que move o indivíduo a agir, gerando karma pessoal. Esse karma pessoal, por sua vez, reforça os *vāsanas*, colocando o indivíduo dentro desse ciclo. Para quebrar essa corrente, diz Pedro, como a pessoa não pode ter controle sobre o inconsciente, nem sobre as próprias emoções e pensamentos, é sobre as ações que o praticante pode intervir, não agindo condicionado e movido por paixões, por emoções fortes, mas sim agindo conscientemente, com impassibilidade e passividade.

### 3.2. O “Ser” como busca essencial

Como disse em capítulo anterior, a idéia *yogi* da existência de um “eu” interior promove, no contexto estudado, a busca pela interioridade, a “viagem interior” do praticante de Yoga. Esta busca pode ser associada à idéia de *bildung* romântica, discutida e apresentada por Dumont. A diferença entre ambos reside no fato de que no segundo há a idéia de movimento, de cultivo e construção, enquanto dentro da cosmologia *yogi*, o “Ser” é imutável. Mas é comum a ambos a idéia da existência de um “eu” essencial distinto da personalidade e a busca de meios para acessá-lo são ressaltados.

Ao falar em “Ser”, no contexto do *Vedanta*, Pedro refere-se a este no sentido metafísico do eu. Aqui classifico dois tipos de interioridades referidas dentro do curso de formação. Uma refere-se a um “eu” empírico e está associado aos aspectos “emocionais”, “mentais”, “egóico”, “físico” da pessoa – que age no mundo, sofre, oscila entre as dualidades, que se desenvolve e é relacional -, outro refere-se ao eu metafísico - este é a “consciência”, o “Ser” que é “uno”, “eterno”, “imperecível” e essencial.

Pedro, no curso, afirmou que são três os objetivos do *Haṭha Yoga*: o primeiro é a introjeção de valores universais que colocam o indivíduo em paz consigo

mesmo e com a coletividade – valores discutidos anteriormente; a manutenção da saúde psicofísica; e, por último a liberdade. A liberdade é o objetivo final do *Haṭha Yoga*, enfatiza Pedro. Esse conceito, diz ele, é expresso por diferentes palavras, uma delas é *samādhi*, a outra *mokṣa*, mas ambas significam a mesma coisa.

No entanto, existe uma idéia disseminada no meio *yogi*, diz Pedro, que leva a uma equivocação do que significa realmente *samādhi*, ou a liberdade para o Yoga. A partir de então apresento qual é o esclarecimento que Pedro propõe em relação à idéia de *samādhi*.

No curso, Pedro cita uma das definições da palavra “ioga” que está presente no dicionário Houaiss, na qual há a referência a *samādhi* como “suspensão completa da atividade mental”. Para ele, essa idéia tomou conta do meio *yogi* principalmente pelo fato dos primeiros tradutores ocidentais do sânscrito não terem sido praticantes de Yoga. Estes começaram a traduzir equivocadamente determinadas palavras que davam a entender essa idéia. E esse equívoco ainda está presente no meio *yogi* veiculada por livros e por praticantes. No entanto, *samādhi*, como ele acredita, está associado não a idéia de controle dos pensamentos, mas a não identificação com os pensamentos.

Dentro desse conceito de *samādhi*, apresento a idéia, o movimento pendular que percebi como próprio da prática de *Haṭha Yoga* no contexto observado entre transformação do corpo em sujeito e do corpo em objeto. Um processo de distanciamento e aproximação que fazem parte da construção da pessoa *yogi*.

Weber em “The religion of India. The Sociology of Hinduism and Buddhism” observou o processo de auto-observação que é inerente ao hinduísmo e a sua associação com a construção de um conceito de “eu”.

“The habituation of one’s *self* to an interest in the events and processes of one’s psychic life at the same time that the *self* is turned into a disinterested observer was achieved through Yoga technique. This must have quite naturally led to conceptions of the “I” as an entity also standing outside all “spiritual” process of consciousness, and, indeed outside the organic depository of consciousness and it’s “narrowness” (1967, p.171)

Esse exercício de auto-observação é praticado, principalmente, por meio da

meditação, mas, no contexto aqui estudado, é sugerido também nas práticas de *āsanas* e refletido nas aulas de *Vedanta*.

A partir desse ponto, então, remeto ao trabalho de Jean Jackson (1994). A autora, a partir de uma abordagem fenomenológica, embasada em Merleau Ponty, norteia a sua análise na experiência vivida por pessoas com dores crônicas. Ela afirma que na experiência nem o corpo nem a dor são objetos, pois nega a divisão entre sujeito e objeto e entre corpo e mente em sua análise, mas a maneira como essas pessoas organizam verbalmente as suas experiências expressam o movimento de hora reconhecer a dor como parte do eu e a dor como sendo não-eu. Esse movimento, de maneira semelhante, ocorre no meio *yogi* estudado. Isso de dá a partir das categorias êmicas de “identificação” e “desidentificação”

Esse movimento de aproximação e afastamento, diz a autora, está relacionada à tentativa de controle da dor. O elemento crucial nesse movimento de objetificação e subjetificação da dor, diz a autora, é a maneira como os pacientes conectam a dor com os seus corpos e as suas identidades.

Na subjetificação, a autora mostra que os pacientes mergulham na dor, sem tentar negá-la, experienciando-a, pois a sua negação pode fazê-la aumentar. “If one claims it, accepts it, does not fight it (even, at times, identifies with it), then, paradoxally, à la the session of a zen master, one better controls it” (Jackson, 1994, p.204)

Na objetificação da dor, os pacientes observam-na distanciadamente, dão nome às suas dores e a representam em forma de animais, de monstros. E presume-se que nesse afastamento o paciente consegue melhor compreender a dor para adquirir o que ela chamou de “insight terapêutico” de sua causa (p.205).

A autora generaliza essa idéia de subjetificação e objetificação para outros tipos de sentimentos que as pessoas falam como sendo eu e não-eu. E ela conclui que as falas sobre a dor permitem-nos examinar os dualismos entre mente-corpo, sujeito-objeto e a entender melhor como o corpo com dor os confunde. E ao mesmo tempo saber como a pessoa que sofre a dor a representa ajuda-nos a entender como um indivíduo experiência o corpo. Como a autora diz: “the pain-full body has determined the *self* the individual have acquired” (p.209).

A idéia aqui não é compreender ou afirmar que exista uma situação de confusão entre os praticantes de Yoga. Mas sim como esse processo de representação do corpo ora como sujeito ora como objeto, sugere modelos para a ação e ao mesmo tempo a produção da pessoa *yogi*.

Afirmar que existe esse movimento de representação do corpo, não significa tomar como fato a separação entre sujeito e objeto, mas significa maneiras de representar a experiência.

A idéia que coloco aqui em relação ao corpo como sujeito é a proposta que percebi aparecer durante a prática de *Haṭha Yoga*, guiada pela voz de Pedro, de um mergulho em si mesmo durante a realização das técnicas corporais. Seja um mergulho, no sentido de experienciar o eu empírico: o corpo, as emoções, os pensamentos, experimentando-os e integrando esses diversos aspectos de si ao seu “eu”. São vivências ligadas à percepção sensorial dentro das posturas de Yoga, por meio da respiração e de exercícios de meditação. Um desses exercícios de meditação, por exemplo, é ligado a estimulação e aumento da percepção auditiva. Outros são relacionados à percepção tátil e à vivência corpórea.

Dentro das posturas, as indicações de voz de Pedro, estimulam a percepção e mergulho nas sensações de calor provocada pelas posturas, nas emoções que elas sugerem, nos pensamentos que elas desencadeiam. Esse mergulho é sugerido por meio de frases: “experiencie as posturas”, “perceba o que elas sugerem, que tipo de emoção, que tipo de pensamento, que tipo de sentimento”, “perceba o calor do seu corpo agora”, “perceba a sua vitalidade depois da prática de *prāṇāyāma*”, “perceba a relação entre a respiração e as emoções”. Nesse processo há um estado de identificação consciente seja com as emoções, para que ela seja aceita e transformada. Ou um mergulho no próprio corpo e vivência de suas próprias limitações físicas para que estas igualmente sejam aceitas e integradas ao eu. A meditação abaixo transcrita, gravada do curso de formação, exemplifica o que tento explicar:

Então olhe para o espaço do seu coração, mantenha a consciência no coração. Entre em contato com os seus sentimentos. Veja de que forma você percebe o seu coração (silêncio). Procurando localizar os sentimentos, faça uma varredura pelo corpo todo, a partir do coração e



mantendo o foco nele. Olhe agora para a região do plexo solar, do umbigo, a área abaixo do umbigo, os genitais, o períneo, as pernas e os pés (silêncio). Observe a região lombar, a região dorsal, sensações, sentimentos, pensamentos, lembranças que possam surgir associados com a região da garganta, os maxilares, boca nariz, olhos, couro cabeludo. Olhe para você mesmo. Mantendo os olhos fechados, permita que a consciência flua por todas as partes do corpo (silêncio). Localize todos os sentimentos e traga-os de volta para o coração e fique em paz. Foque em paz com toda e qualquer emoção ou sentimento. Os pensamentos produzem reações no organismo. Essas reações são chamadas emoções. As vezes um pensamento ativa uma emoção, uma resposta orgânica se manifesta na forma de uma aceleração do ritmo cardíaco circulação ou a respiração. Percebam a inutilidade de reprimir ou negar seus sentimentos. Mantendo a consciência no Hridayakash então aceite todos os seus sentimentos, fazendo as pazes com eles (silêncio).

Dentro da própria prática de *Haṭha Yoga* pede-se que o indivíduo olhe para esses mesmos aspectos de si mesmo de maneira distanciada, sem se identificar com eles. Nesse momento o indivíduo está na prática de *Haṭha Yoga* guiado por Pedro a uma viagem interior, encerrado em si mesmo, mas sugerido a manter uma distância de si mesmo para poder observar-se em todos os seus aspectos considerados pela cosmologia *yogi*: o “ego”, as emoções, a mente, a energia, o corpo. Nesse exercício de auto-observação distanciada o indivíduo é estimulado a reconhecer e separar os aspectos do seu eu empírico para poder reconhecer dentro de si mesmo o que Pedro chama de “Ser”, de “a consciência”, e o que chamo de eu metafísico.

Nesse sentido, o eu empírico, na prática de Yoga proposta por Pedro, é um objeto, objeto de observação e de aprendizado. O trecho que segue, também retirado de uma fala de Pedro durante a prática de *Haṭha Yoga* exemplifica o estímulo a percepção distanciada com relação aos próprios pensamentos. O mesmo distanciamento é sugerido em diversos momentos da prática em relação ao corpo, as emoções.

Perceba que tipo de pensamento surge na sua consciência agora. Não tente escolher o que você pensa, não tente controlar também, apenas testemunhe os pensamentos que se manifestam (silêncio). Depois traga a atenção para a sua tela mental. Perceba qualquer tipo de pensamento que possa surgir aí em forma de visão, imagem, pensamentos, sensações que evoquem pensamentos. E fique atento, olhando a sua tela mental. Observe sua tela mental, mantendo uma distância, percebendo

que você é o sujeito que observa. A tela mental e seus conteúdos são os objetos que estão sendo observados. Se você é sujeito e a mente é objeto, a mente é separada de você e pode ser observada com a mesma atitude distante com que você ouve as vozes lá fora. Assim como você pode se desvincular dos ruídos do ambiente e manter a concentração no que você está fazendo, da mesma maneira você consegue se separar dos conteúdos mentais e observá-los à distância.

O eu empírico, portanto, numa prática de *Haṭha Yoga* é proposto a ser visto como sujeito e como objeto. Ora identificando-se com ele, ora afastando-se dele na experiência corporificada que sugere a prática de *Haṭha Yoga*. Durante as aulas de *Vedanta*, a especulação sobre os diversos aspectos de si mesmo, de uma maneira mais filosófica e intelectual são apresentadas.

Nesta visão de *Vedanta*, uma abordagem distanciada de si mesmo é elaborada e associada a um desprendimento pessoal em relação ao próprio corpo, as emoções, o ego, os pensamentos, ou seja, a objetificação desses aspectos de si mesmo. Como Pedro nos disse no curso, esses aspectos da pessoa devem ser observadas de maneira “desidentificada”, pois identificar-se com esses aspectos do ser faz parte de uma equivocada percepção existencial:

Quando a gente se identifica e vive nesse estado de identificação, isso se considera um erro gnosiológico. Ou seja, uma equivocação metafísica sobre o que eu sou (...) Nos esquecemos que somos alguma coisa para além do ego porque o ego está muito centrado e associado com o corpo e essa identificação do corpo com o ego se torna tão grande que num determinado momento a pessoa entra num estado de ignorância sobre si mesma que ela não consegue enxergar mais nada. Eu sou o corpo com este ego. Eu sou assim, desculpe. Aquela intransigência sabe? Isso aí não é você, é o ego que está associado ao corpo. Não é você, você é outra coisa bem diferente daquela crença. (Pedro, 09-07)

É dito que nós sofremos por que nos confundimos com o nosso corpo, com as nossas emoções, com o nosso ego. Achamos ser esses aspectos de nós, diz Pedro, num processo de identificação que gera uma ilusão básica chamada, definida por Pedro como *Upādhi*. *Upādhi* é a identificação pessoal com as emoções, pensamentos e corpo, o que leva o indivíduo a pensar que é apenas isso.

A metáfora é muito usada por Pedro para exemplificar os ensinamentos.

Nesse caso, para explicar “ilusão fundamental”, *upādhi*, e suas conseqüências sobre o nosso ser, a metáfora da corda é trazida. Ele explica que à noite, às escuras, na penumbra, vemos uma corda no mato. Imediatamente pensamos ser uma cobra. Ao identificarmos a corda como cobra, as nossas emoções reagem, sentimos medo, o nosso corpo reage, sentimos calafrios e descargas de adrenalina. A cobra está prestes a dar o bote para nos picar, em nossa imaginação, mas quando nos aproximamos e olhamos com mais clareza, vemos que não é uma cobra, é uma corda. E essa realização traz um alívio e revela que estávamos vivendo em estado de equivocação, de ignorância, de identificação.

Como referenciei em capítulo anterior, observei a categoria êmica “automático” e “consciente”. Estas duas categorias estão associadas à idéia de manter-se sereno e a ter comando sobre as próprias ações. Ou seja, está associada à idéia de autonomia individual, de impassividade e a outras duas categorias opostas, também fortemente presente na fala dos praticantes. Estas são: “identificação” e “desidentificação”.

É dito que o indivíduo age automaticamente quando está distraído e deixa-se levar pelos pensamentos ou por fortes emoções, como se estivesse possuído por elas, identificando-se com elas. E o oposto acontece, agir conscientemente, quando a pessoa está plenamente atenta e reconhece emoções e pensamentos negativos assim que eles surgem e não se deixa levar por eles, não se identifica com eles, mantendo, assim, diante de qualquer circunstância, o controle sobre si mesmo e a impassividade necessária a manter-se equilibrado.

Essa capacidade de distanciamento de si mesmo. De observação de si mesmo é colocada como uma capacidade do ser humano, uma capacidade que o ser humano tem de se auto-conhecer. Na idéia de crescimento interior colocada por Pedro, desenvolver a capacidade de observar-se é fundamental. A auto-observação consiste em ver-se como objeto. Assim, não apenas o corpo é objeto, mas as próprias emoções e pensamentos.

A desidentificação com o próprio “eu” leva o indivíduo, primeiro, ao reconhecimento dos papéis sociais que desempenha na vida. Esta observação, também distanciada, permite que o *yogi*, como apareceu nas falas dos praticantes

que apresentei em capítulo anterior, relativizem os seus papéis sociais, que repensem igualmente a sua auto-imagem e que permanentemente repensem a sua própria “ilusão biográfica” (Bourdieu, 1986).

A idéia de representação de papéis sociais aparece reconhecida dentro do campo. Pedro diz, fazendo referência aos ensinamentos de *Vedanta*, que nós representamos vários papéis na vida. Para o pai, representamos papel de filho; para a esposa, de marido; para o filho, de pai. Esses papéis são necessários e impossíveis de abrir mão dentro da sociedade, pois são essenciais na vida em coletividade. Esses papéis, apesar de diferentes, devem espelhar os valores, ou melhor a visão de mundo que o Yoga propõe. Esse processo que chamo de movimento pendular entre aproximação e afastamento de si permite que a pessoa *yogi* esteja em constante processo de transformação de aprendizado de si.

Esse afastamento de si, é dito no curso, permite ao praticante se “dar conta” de que ele não é apenas esses aspectos, ele se “desidentifica” com o corpo, com a mente e com as emoções, e reconhece a “consciência” o “Ser” dentro de si mesmo.

Quando a gente consegue sair do estado de identificação com o ego, não acontece o vazio. O que acontece é a plenitude. (Pedro,09-07)

Todo esse conhecimento sobre si mesmo, esse saber sobre si que coloca a pessoa frente a si mesma e transforma-a em objeto de observação é discutido por Pedro em outro momento que não a aula de *Haṭha Yoga*. Esses são os momentos das aulas teóricas na qual Pedro fala especificamente de *Vedanta*. Pedro não diz explicitamente ministrar aulas de *Vedanta*, mas reconhece passar os ensinamentos aprendidos com o seu mestre indiano que faz parte da “tradição” de *Vedanta*.

Dentro do campo aqui estudado, como foi comentado anteriormente, há a aproximação entre *Haṭha Yoga* e *Vedanta*. É como se nesse contexto, o *Haṭha Yoga* fornecesse o conhecimento sobre o corpo, as técnicas corporais realizadas em cima do “tapetinho” e o *Vedanta* fornecesse o conhecimento sobre o “Ser”<sup>39</sup>. Essa

idéia é expressa em campo por meio das expressões “prática” ao se referir ao Yoga e “estudo” ao se referir ao *Vedanta*. Ambos são vistos como complementares um ao outro. Barroso (1999), referindo-se a Françoise Champion, comentou a ênfase na experiência e a centralidade do trabalho psíquico-corporal na Nova Era.

A mesma autora destaca também a importância da dimensão da *experiência* nas novas religiosidades místico-religiosas que constituem a Nova Era, nas quais se substituiu o estudo e a aquisição de saberes das tradições ocultistas, isto é, seu viés *textual*, por um “trabalho” psíquico-corporal visando a interioridade do sujeito (Barroso, p.52)

No contexto aqui estudado, porém há o movimento entre o “estudo”, embasado na interpretação de textos indianos e a “prática” associada ao exercício psíquico-corporal. Por vezes o estudo é colocado como mais importante do que a prática. E alguns aspectos dessa prática e o seu isolamento, separada do estudo, são criticados. Essa crítica apontaremos no capítulo sobre a tradição.

Numa aula de *Vedanta*, não há prática de *āsanas*, *prāṇāyāmas* e outros elementos associados às técnicas corporais. O que há são aulas embasadas em escrituras consideradas clássicas do hinduísmo, como: a *Bhagavad Gītā*, os *Yoga Sūtras*. O formato da aula nos mostra que a apreensão do conhecimento de *Vedanta* se dá por meio, principalmente, da palavra. Na aula, há uma reverência inicial, expressa pela recitação coletiva do mantra do estudo. Depois recita-se, em sânscrito, o trecho do texto a ser interpretado, novamente de maneira coletiva, primeiro o professor, depois os alunos em conjunto com o professor. Depois Pedro traduz o trecho recitado para o português, ressaltando o cuidado que se deve ter ao traduzir os termos sânscritos para outras línguas, para se evitar uma compreensão equivocada do que a escritura quer dizer, como ele disse haver com o entendimento do que é *samādhi*.

As aulas de *Vedanta* têm um forte caráter intelectualizado. O corpo assume papel passivo dentro das aulas de *Vedanta*. Nas aulas é o corpo sentado que apreende. Todo o aprendizado é intelectual, os sentidos e as sensações

---

corpóreas devem ser direcionados ao que está sendo dito, à palavra, que discorrem sobre si mesmo. E é por meio das palavras, que se dá a construção do corpo objeto. Nesse caso, não apenas o corpo, mas todos os aspectos do eu. E como foi dito acima, é a partir dessa objetificação do eu empírico que se chega ao sujeito, ao “Ser”.

O “Ser” é percebido pela introspecção mística, pela auto-observação, como no caso javanês apresentado por Geertz (1999): “a religião javanesa (pelo menos essa variante dela) é mística: Deus é descoberto por meio da disciplina espiritual, nas profundezas do seu próprio ser” (p.152). E esse acesso ao divino em si mesmo, não passa por uma ascese corporal, mas por uma gnose.

Em palestra em que participei no encontro organizado por Pedro ouvi Lalita comentar que não há nada em *Vedanta* para ser sentido sobre o “Ser”, mas sim compreendido. Neste evento organizado por Pedro, houve algumas aulas e vivências de instrutores que causaram choros e comoção. Foram práticas com um alto teor emotivo, com música de fundo, dança coletiva e apelo à superação de dificuldades e a exaltação do sofrimento como valor. Em conversa com Pedro ele elogiou o comentário de Lalita a respeito dessas práticas: “Conforta, mas não liberta”.

Ou seja, explicou-me Pedro, essas práticas têm a capacidade de aliviar momentaneamente o sofrimento que a pessoa esteja passando, mas esse alívio é temporário, pois é emocional. Em sua aula Lalita dividiu em duas as características do pensamento: o pensamento feminino, emotivo, conseqüentemente mais longe da liberação. Este é o pensamento desligado da ponderação e da reflexão e está colado aos estados emocionais. A frase mais característica desse pensamento é, disse ela, “eu sinto”.

“O conhecimento de *Vedanta* não deve ser sentido, mas entendido”, enfatiza Lalita. É o entendimento que liberta. Esse conhecimento que deve ser compreendido é transmitido por meio da palavra. O corpo ocupa papel apenas de objeto de observação dentro das aulas de *Vedanta*, pois é a linguagem que se sobrepõe e coloca-o sempre como ponto de análise, não de vivência ou experiência que traz aprendizado. Essas afirmações de Lalita nos mostram que

estamos diante de uma “tradição” letrada, que atrai um público intelectualizado. E, diferente de outras práticas alternativas, que se caracterizam pelo sincretismo e pelo ecletismo, percebi que os estudantes de *Vedanta* desta pesquisa, procuravam “mergulhar” no “estudo”. Fazendo aulas de sânscrito, ouvindo aulas gravadas, lendo livros sobre o tema e mantendo-se dentro da “tradição”. E aliado ao “estudo”, os praticantes demonstraram a preocupação em colocar o conhecimento adquirido na prática, na vida cotidiana. Como foi em capítulo anterior apresentado por meio da fala de R.

Por vezes aparece na fala de Pedro a idéia de “relaxar” dentro da prática de *Haṭha Yoga*, especificamente na prática de *āsanas*, pois o trabalho com o corpo tem suas limitações se não for acompanhado do conhecimento que traz o *Vedanta*. É comum o relato de que o *Vedanta* veio a ressignificar a prática de *Haṭha Yoga* nesse sentido.

Alguns relatos de transformação que o *Vedanta* trouxe na prática de Yoga apontam para uma questão fundamental. Esta é a transferência da visão da prática corporal como veículo de libertação, à visão da prática como preparação para receber o conhecimento, para o “estudo”. O segundo fator é o relaxamento da pessoa dentro da prática, pois ela percebe que não precisa ser nada diferente do que ela já é para ser feliz. Ela já é felicidade e plenitude. Assim Darshan narrou sua experiência:

Quando a gente fez o evento aqui, o primeiro evento em Mariscal, eu acho que foi o quarto evento, que a gente teve aula com a Lalita e foi impressionante esse contato assim. E depois teve a semana de *Vedanta* aqui, primeira semana de *Vedanta*. Também foi muito forte porque até então a gente estava fazendo cursos há pouco tempo e práticas de Yoga e *Haṭha Yoga*, né. E de repente foi uma semana inteira de estudo e estudo, estudo, estudo do ser, estudo da verdade, estudo do universo e aquilo ali mexeu muito comigo, né. Porque eu tinha o Yoga como uma coisa de prática física assim né muito forte e de repente todo aquele ensinamento, todo aquele conhecimento em forma de palavra assim me descortinou muitas coisas assim do *tatvam asi*, que a Glória fala tanto. Você já é aquilo que você gostaria de ser. Então esse estudo foi um complemento com certeza para as práticas de toda essa coisa que eu te falei da cura assim né. A minha cura do meu sofrimento. O *Vedanta* foi o casamento perfeito com o *Haṭha Yoga*, pra mim assim. (Transcrição de entrevista gravada no curso de formação no dia 05 de julho de 2007)

O processo de objetificação e subjetificação do corpo e de si próprio da prática de *Haṭha Yoga* e *Vedanta* ajuda-nos a compreender tanto como se dá a experiência mística dentro desse contexto, quanto os modelos de conduta que são corporificados para a vida cotidiana e a indução de motivações nos termos colocado por Geertz (1999): “uma tendência persistente, uma inclinação crônica para executar certos tipos de atos e experimentar certas espécies de sentimento em determinadas situações” (p.110)

A experiência mística é encontrada dentro de si, para além dos aspectos que podem ser objetificados pelo praticante, ou seja, os aspectos “emocionais”, “mentais”, “egóico” e “físico”. A experiência mística está em reconhecer-se na própria “consciência” no “Ser” dentro de si, mas que ao mesmo tempo também permeia tudo o que nos circunda. Pois é dito por Pedro que dentro da visão monista do *Vedanta*, a qual ele se identifica e transmite no curso de formação, o “Ser” é ao mesmo tempo criador, matéria de criação e criatura, pois tudo é permeado pelo “Ser”. Essa percepção só é experienciada a partir do momento em que o indivíduo tira a auto-referência do ego.

Já a motivação, a tendência aqui que é pretendida desenvolver dentro do praticante, é a mesma citada por Geertz como presente nos javaneses, de “tranqüilidade desapaixonada”. Ou seja, o equilíbrio mental, emocional e físico decorrentes da “desidentificação” do indivíduo consigo mesmo. Essa é a finalidade do *Haṭha Yoga* para Pedro, a partir da idéia que interpreta de *Samādhi* e que apresenta embasada nos ensinamentos de *Vedanta* passados pelo seu mestre indiano e por Lalita.

#### **4. Uma busca romântica moderna: a voz da tradição**

Neste capítulo apresento o discurso de defesa da “tradição” que observei no meio *yogi* estudado e em contraposição a que é construído tal discurso. A defesa da “tradição” é embasada sobre quatro pontos que aqui discuto: a questão



do corpo como instrumento; a relação com o mestre; a busca pelo texto como forma de validação; e a viagem à Índia como um valor.

O discurso de defesa da “tradição” é reforçado especialmente pelo Vedanta e tem ênfase na permanência e na filiação dos adeptos e ao mesmo tempo mostra um forte caráter de retorno ao texto, semelhante ao espiritismo kardecista estudado por Bernardo Lewgoy (2004) em *Etnografia da leitura num grupo de estudos espírita*. Veremos que essas características vão de encontro aos aspectos mais explorados dentro dos estudos sobre o campo alternativo. Estes são o ecletismo e o sincretismo das experiências dos participantes

Hoje é quase unanimidade a caracterização do fenômeno da nova era como eclético e sincrético<sup>40</sup>. Há, porém, algumas abordagens, como a de Fátima Regina Gomes Tavares (1999), Sônia Maluf (1996), José Bizerril (2001) que, ao invés de centrar a abordagem nesses aspectos, procuram apresentar as regularidades, as coerências das práticas da nova era. Ou seja, dentro do sincretismo e ecletismo falado por diversos autores que estudaram o tema, há também filiações, construções de sentido e uma visão de mundo que pode variar em grau de complexidade.

Magnani (1999), em *A Nova Era no MERCOSUL*, apresentou um panorama dos espaços e práticas que classificou como “neo-esotéricos” em São Paulo. Ligado à sociologia urbana, o autor trouxe uma abordagem pelo âmbito das sociabilidades urbanas. Nesse contexto, ressaltou o que chamou de serviços do “circuito neo-esô” a partir de uma ótica que reduz tais práticas a bens de circulação e consumo dentro da cidade.

Esse tipo de abordagem coincide com a de autores que discutiram a secularização dessas práticas e apontaram para a perda de tradição ou para a sua descontextualização. Antes de Magnani, Carvalho (1992) ao analisar processo semelhante fala de uma “apropriação das chamadas técnicas espirituais através dos trabalhos com o corpo” (p. 12) e critica a desvinculação entre a técnica e a tradição religiosa da qual se originou. Originariamente estas técnicas religiosas

---

<sup>40</sup> Leila Amaral (1999), Fátima Regina Gomes Tavares (1999), María Del Rosario Contepomi (1999), José Jorge de Carvalho (1992).

têm o intuito de aproximação com o divino, mas quando desvinculadas de suas respectivas tradições transformam-se em tecnologia de alteração de estados corporais, psíquicos ou fisiológicos. Entre as técnicas de intervenções no corpo, cita as que vêm do Sufismo, do Trantra, do Taoísmo, do Yoga, do Lamaísmo, do Zen, do xintoísmo, as quais encontram-se descontextualizadas de suas origens e inseridas dentro de um contexto de “automização das esferas da cultura na era moderna”, que engloba também a arte, a sexualidade, o esporte, etc. O autor vai mais a fundo na crítica, afirmando que a própria auto-consciência da religião atualmente como terapia faz parte desse fenômeno.

Muitas delas são importações do Oriente, como o Yoga, o Tai chi chuan, etc e geram sínteses, sincretismos e ecletismos dentro da sociedade moderna ocidental. No Yoga, talvez mais do que qualquer outra prática, essas sínteses, sincretismo e ecletismos sejam propícios a acontecer. Pois o Yoga se trata de uma cosmovisão que nem mesmo na Índia possui unidade. No entanto, dentro desse panorama de ecletismos e sínteses, há filiações, permanência dentro de uma “tradição”<sup>41</sup> e grupos que reivindicam “autenticidade” e “pureza”.

Nesse sentido, a busca romântica, como colocada aqui, é tanto a busca pelo crescimento pessoal, idéia que está presente dentro do contexto *yogi* estudado - a qual associei a noção romântica de *bildung* – quanto a busca pela essência. A essência interior, pessoal, mas também a essência da tradição.

No grupo *yogi* aqui estudado a “tradição” é defendida e ressaltada como um valor e a referência a mestres da linhagem tradicional é constante. Carvalho (1992) em seu texto *O fenômeno religioso na sociedade contemporânea*, ao falar sobre a crítica teosófica ao cristianismo, comentou:

Criticando duramente a história do cristianismo por ter perdido seu lado profundo, iniciático, principalmente quando contrastado com as tradições indianas, supostamente continuadoras da espiritualidade mais plena e primordial. Contudo, na concepção teosófica não estão alheios certos princípios cristãos. (p.08).

A crítica ao cristianismo não foi enfatizada dentro do grupo *yogi*, no entanto,

---

<sup>41</sup> Como bem nos mostrou José Bizerril Neto (2005) em “Mestres do Tao: tradição, experiência e etnografia.

a defesa da tradição, transposta da Índia, foi tema de discussões e debates. Dentro do discurso *yogi* de defesa da tradição, enfatizo quatro pontos para discussão: a questão do corpo como instrumento; a relação com o mestre; a busca pelo texto como forma de validação; e a viagem à Índia como um valor.

### **O corpo como instrumento**

Há diversas “linhas” de *Haṭha Yoga*. Apesar de todas elas terem em comum o trabalho corporal como centralidade em suas práticas, falar de *Haṭha Yoga* não é falar de uniformidade. Dissemos acima que o Hinduísmo foi adjetivado por Dumont (1992) como uma “floresta luxuriante”, por sua heterogeneidade e dificuldade de classificação. Barroso (1999), comentou a multiplicidade de arranjos possíveis na formação de seitas ligadas a “tradição” hindu.

“A “tradição” hindu, por sua vez, é construída sobre a combinação de um número expressivo de textos considerados sagrados, produzidos ao longo de vários séculos. Neste sentido, trata-se de uma “tradição” extremamente propícia a “reinvenções”, uma vez que se permite um número ilimitado de combinações e leituras, de onde se origina a sua punjante produção sectária” (p.92)

Concordo com Barroso (1999) ao afirmar a múltipla possibilidade de “reinvenções” da tradição hindu, justamente pela sua heterogeneidade e por sua riqueza. Falando especificamente sobre o Yoga, dentro deste vemos uma gama de linhas, correntes e “reinvenções” sejam elas “tradicionais” ou modernas. O fato é que, como disse De Michelis (2004), o Yoga tem um caráter “polimórfico”. No sentido de que pode tomar diferentes formas, dependendo do contexto no qual está inserido.

A afirmação que Michelis (2004) faz sobre o Yoga, portanto, corrobora com a idéia que Barroso (1999) comentou sobre a “tradição” hindu. Nesse sentido a prática de Yoga, não apenas no ocidente, mas na própria Índia influenciada pelo ocidente, tomou diferentes formas, ou seja, foi “reinventada” de diferentes maneiras.

No ocidente são diversas as linhas de *Haṭha Yoga* hoje, o que faz as pessoas

perguntarem, naturalmente: “que Yoga você pratica?”, quando você diz que pratica Yoga. É uma miríade de invenções que se adéquam a símbolos sociais marcantes da sociedade urbana ocidental. Ao mesmo tempo em que existe um discurso dentro do Yoga de singularidade pessoal, há o discurso que delimita a singularidade do grupo no qual o indivíduo está inserido. Como concluiu Prandi (1991) ao falar sobre o candomblé em São Paulo: “Os deuses tribais africanos adotados na metrópole não são mais os deuses da tribo. São deuses de uma civilização em que o sentido da religião e da magia passou a depender, sobretudo, do estilo de subjetividade que o homem, em grupo ou solitariamente, escolhe para si” (p.230).

Nesse sentido, as linhas de Yoga são demarcadores de pertencimento social e refletem o interesse de grupos que reivindicam espaço no meio urbano contemporâneo.

São muitas as produções ditas “modernas”. Modernas no sentido de assim serem classificadas de acordo com a história do Yoga<sup>42</sup> que pude observar em campo. Centremos a nossa atenção aqui em como esse status de “tradicional” é reivindicado no meio aqui estudado.

Neste trabalho, ao falarmos de tradição, associamos a aproximação observada em campo entre o *Haṭha Yoga* e o *Vedanta*. A reivindicação do status de tradicional, nesse contexto, está intimamente relacionada ao *Vedanta*. Antes de entrarmos nos argumentos de legitimação do *Vedanta*, vejamos a relação entre a defesa do status de “tradicional” construído a partir da representação do corpo e em contraposição a outros Yogas que estão postos.

O status de tradicional é construído em contraposição ao Yoga que está posto na sociedade de consumo, centrado no corpo e no bem estar. Existe, portanto, uma crítica ao Yoga que virou malhação e que está centrado no corpo, não como meio, mas como fim na prática de Yoga. O Yoga ligado à estética, á malhação, ao bem-estar é criticado. Apresento agora de que maneira essa crítica apareceu, tanto dentro do curso de formação, quanto publicizada por meio de uma discussão virtual no site de Pedro.

---

<sup>42</sup> História que foi apresentada no primeiro capítulo deste trabalho.

No texto de apresentação do curso de formação, presente no site de Pedro, o cerne dessa crítica ao Yoga no contexto atual está apresentado de maneira sutil.

O Yoga é uma tradição de mais de 5000 anos, usada hoje em dia por milhões de pessoas no mundo inteiro para melhorar aquele difuso ideal que chamamos qualidade de vida, assim como para manter a saúde e a boa forma física. Entretanto, o Yoga é muito mais do que isso: é um **poderoso instrumento de crescimento pessoal e transformação espiritual, que pode dar ao praticante dedicado um sentimento de liberdade interior e felicidade.** (Trecho retirado do site de Pedro. Grifo original)

E, no curso de formação, logo no início do encontro, no primeiro dia, algumas tarefas escritas são pedidas aos participantes. Duas delas são ilustrativas desse mesmo caráter contestatário do patamar em que se encontra o Yoga hoje na nossa sociedade. A crítica ao mesmo tempo que distingue dos demais o Yoga que é praticado pelo instrutor e seus alunos funciona como discurso de defesa do “tradicional”. Desta vez a crítica, em forma de um exercício aos alunos do curso de formação, é mais contundente e explícita com relação ao Yoga que é praticado e que é divulgado na contemporaneidade.

Ao invés de ficar pensando como era bom o tempo em que o Yoga nasceu, como a gente fica fantasiando, faça o seguinte exercício: Primeiramente, reflita sobre os objetivos do Yoga e releia suas anotações sobre o Yoga como o caminho soteriológico. Depois, imagine-se como um *Haṭha yogi* da antiguidade capaz de viajar no tempo e no espaço. Imagine que você igualmente é capaz de deslocar-se no espaço por enormes distâncias, usando o *siddhi* chamado *prakti*, capacidade de voar sobre as águas e os espinhos. Imagine que você viaja no tempo e no espaço numa meditação e chega até o Brasil dos dias de hoje. Chegando aqui você pára numa banca e descobre numa revista semanal de notícias que o Yoga virou malhação. Isso é baseado em fatos reais viu? A revista Veja publicou em 2003 um artigo intitulado “O Yoga vira Malhação”. O que você sente como *yogi* da antiguidade quando lê essa reportagem e descobre que a sua busca da transcendência virou malhação alguns milênios depois?

Então, nós vamos pensar sobre quais são os objetivos do Yoga, os propósitos, as metas do Yoga e depois vamos nos confrontar com essa realidade da nossa sociedade na qual o Yoga virou malhação.

Sua jornada no Brasil continua e você visita uma escola de Yoga. Lá você fica sabendo que as práticas de Yoga servem para combater o estresse e aumentar o bem estar e a qualidade de vida, através de exercícios de alongamento, respiração e relaxamento. O que você sente quando se depara com essa situação. Como você percebe o futuro do Yoga nesse contexto? Porque você sabe que dentro do mundo do Yoga

existem duas vertentes, as pessoas que buscam o bem estar e a saúde, super legal, e a vertente na qual o praticante busca sim o bem estar e a saúde mas não como fim em si próprio, mas como meios para realizar os propósitos pelos quais você está aqui, o que separa o Yoga da psicologia. Na psicologia o cara só quer estar bem, quer se curar do câncer. No Yoga a gente quer estar bem, quer se curar do câncer, quer se livrar do medo da aflição do sofrimento, dos complexos, das crenças, de tudo isso que assombra, por alguma coisa. Aquilo lá não é um fim em si mesmo, certo? Então, a pergunta é, como você vê o futuro do Yoga, no diálogo entre esses dois pontos de vista diferentes? Você acredita que a tradição do Yoga precise ou deva ser digerida para poder torná-la mais palatável e acessível às pessoas do século XXI? Essa é a pergunta mais importante de todas (Trecho Gravado no curso de Formação em 2006).

A crítica aqui direcionada é especificamente à busca do bem estar e da saúde como fim em si próprios e ao Yoga como malhação. O instrutor coloca que a busca pelo bem estar e pela saúde, como colocada pela mídia é a busca pela beleza, pela longevidade. E essa busca continua sendo a busca por coisas perecíveis, diz o instrutor. O corpo é perecível e apegar-se a ele é ignorância, pois, cedo ou tarde, a doença e o envelhecimento virão. Pedro comenta sobre o tema da fragilidade do corpo dando seu exemplo de praticante que centrava a sua prática pessoal em *āsanas* e findou por machucar-se dentro de uma sala de Yoga na Índia, executando as posturas.

Percebi que a crítica de Pedro é direcionada a maneira como o Yoga é veiculado na mídia, seja impressa ou televisiva, associado, principalmente, ao seu aspecto terapêutico. Revistas sobre bem estar trazem matérias sobre “Yoga e depressão”; “Yoga e insônia”. A associação entre Yoga e malhação também não é incomum, como comentava artigo da Veja.

A crítica por vezes foi direcionada a academias que oferecem Yoga. Hoje não é mais incomum as academias de ginástica oferecerem aulas de Yoga em sua programação. Nesses espaços a prática de Yoga é divulgada com a finalidade de manter o corpo em forma e saudável. A matéria que Pedro citou no curso de formação, na verdade, foi publicada na revista Veja em 2003 e serve como reforço ao seu argumento da associação do Yoga com a malhação. Outro trecho da matéria, não citada no curso, mas lida por mim no site da Veja, traz a diferença de sentido da prática quando descoberta pelos hippies dos anos 70 e hoje em dia.

A mudança de público é impressionante. A ioga tinha perdido o pé quando os hippies e bichos-grilos sumiram do mapa, no final da década de 70. A versão tradicional, que chegou aos países ocidentais nos últimos anos do século XIX e pretendia combinar meditação profunda com técnicas de controle de "forças vitais", estava mais para religião que para malhação. Agora é diferente. A power ioga tem movimentos vigorosos e atléticos. A ênfase também mudou. O objetivo não é mais alcançar a iluminação mística, mas combater o stress do dia-a-dia. (trecho retirado do site: [http://veja.abril.com.br/070503/p\\_116.html](http://veja.abril.com.br/070503/p_116.html), no dia 08 de dezembro de 2007)

Sem empregar juízo de valor sobre a unilateralidade da afirmação, ela serviu, no curso, para ilustrar de que maneira o Yoga é veiculado na mídia atualmente e para construir uma crítica ao Yoga praticado que toma o corpo como fim, como objetivo final e não como instrumento da espiritualidade.

Percebi que no grupo estudado, há linhas de Yoga que são mais criticadas que outras. A crítica é feita sobre a unilateralidade da prática, que está centrada em apenas um aspecto da prática de *Haṭha Yoga*, os *āsanas*, ou seja, o corpo. É dito que dentro dessas correntes, todos os *prāṇāyāmas*, meditações, *mudrās*, são deixados de lado. Essa centralidade, dizem alguns instrutores, dá margem para que o *Haṭha Yoga* se torne uma prática apenas física e superficial. Entre estas está o *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*, *Power Yoga*, *Iyengar Yoga*.

O *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga* é o método mais criticado por Pedro no sentido de ter se tornado uma prática física, destituída de qualquer tipo de "estudo" e especulações sobre o "Ser".

Há alguns aspectos que são foco da crítica de Pedro em relação a esse método. O primeiro é o fato deste ser repleto de posturas de difícil execução que podem levar o praticante a machucar-se, como aconteceu com ele e com alguns instrutores que ele cita. O outro aspecto é a questão dessa prática ter a sua centralidade apenas na realização dos *āsanas* e deixar de lado todos os outros aspectos que estão presentes no *Haṭha Yoga*, como os *prāṇāyāmas*, a meditação. Para apresentar quais são esses aspectos, Pedro cita o que diz ser os tratados clássicos de *Haṭha Yoga*, a *Gheranda Saṁhita*, a *Śiva Saṁhita* e a *Haṭha Yoga Pradipika*. As práticas de *prāṇāyāma*, meditação, *mudrās* estão todas lá presentes, diz Pedro. No entanto, na prática de *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*, apenas *āsanas* não

explorados, sequer a meditação é ensinada, diz Pedro. Além desses dois aspectos criticados, outro também é alvo de reprovação de Pedro. Este é a falta de estudo presente na proposta do *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*. Ou seja, falta uma filosofia para embasar a prática, dentro da divisão que coloquei como percebida dentro do campo entre “estudo” e “prática”.

Pedro afirma que praticar assiduamente o *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga* é como escalar uma montanha de vidro. Em determinado momento, certamente, você cairá, e se machucará. Outro instrutor, praticante desse método, comentou que hoje ele executa aquelas posturas, mas dentro em breve, o seu corpo não mais o permitirá. Tratam-se de posturas extremamente exigentes fisicamente. O que, segundo ouvi em campo, leva o praticante a centrar a sua prática na execução de posturas cada vez mais difíceis e talvez inalcançáveis, tornando a prática quase uma ginástica de competição. “Uma ginástica mais consciente, com respiração e cheiro de incenso”, disse-me certa vez um instrutor.

Dentro desse mesmo questionamento, durante a realização da pesquisa, um artigo publicado no site de Pedro ergueu os ânimos e trouxe à tona a crítica que já havia observado dentro do curso de formação. O artigo criticava o *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga* e estava centrada no fato dessa modalidade de Yoga estar centrada na prática de *āsanas*, deixando de lado aspectos importantes da prática como meditação, conduta ética, exercícios respiratórios.

A partir desse artigo, um longo e fervoroso debate surgiu no site. Os que defendiam a prática de *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga* e os que criticavam essa prática por suas limitações. Dentro do mesmo debate veiculado na internet, Pedro deixou suas impressões sobre o tema. A questão levantada por ele é a comparação do *Aṣṭāṅga Vinyasa Yoga*, método que tem o mestre indiano Patthabi Jois como referência, ao *Aṣṭāṅga Yoga* “clássico” de Patanjali, escrito no *Yoga Sūtras*. De acordo com Pedro, o segundo traz o aspecto integral da prática, enquanto o primeiro reduz-se a uma prática de *āsanas/respiração/vinyasa* (*vinyasa* é a combinação entre o movimento do corpo com a respiração durante a prática, o que é dito que torna a prática mais dinâmica e vigorosa).



Ninguém aqui nega a validade da prática do AVY como sistema de posturas/respiração/vinyasa. O que está questionando-se neste debate é a identidade (equivocada, na nossa opinião) entre o AVY e o Ashtanga Yoga de Patañjali, com todos os paradoxos que essa identidade traz, no sentido de reduzir o Ashtanga de Patañjali ao sistema de posturas que você pratica e ensina.

Se continuarmos nessa linha, equiparando o sistema de Patañjali a uma prática de ásana, levaremos o Yoga para a mesma fossa onde jaz a cultura brasileira, onde Romeu e Julieta não é mais a tragédia de Shakespeare, mas goiabada com queijo.

Nosso esforço é para que isso não aconteça. Creio que você entendeu, né? (Trecho retirado do site de Pedro no dia 03 de novembro de 2007)

O esforço mencionado por Pedro é passar o Yoga da maneira “mais autêntica possível”. Para isso, para validar as práticas de *Haṭha Yoga* que ensina, faz referência constante as escrituras consideradas clássicas dessa prática, que é a *Śiva Samhita*, a *Gheraṇḍa Samhita* e a *Haṭha Yoga Pradipika*.

Todas estas estão centradas no que nesse contexto é chamado de “prática” de Yoga. Dos três tratados, a *Śiva Samhita* ainda traz algumas especulações filosóficas que podem ser associadas ao que é chamado de “estudo do Ser”, diz Pedro. Mesmo assim, apesar de remeter a estes textos escritos, é dito que o *Haṭha Yoga* não possui uma linha tradicional clara. Essa linhagem tradicional, chamada em sânscrito de *parampara* ou *gurukulam*, é atribuída aqui ao *Vedanta*, que está associado ao “estudo”. O *Haṭha Yoga*, por sua diversidade de interpretações e de correntes, comentou o instrutor, entre elas muitas consideradas modernas, não há uma tradição uniforme e clara por trás.

### **A filiação e o papel do mestre**

Reginaldo Prandi (2001) comentou sobre o movimento do candomblé à umbanda e, posteriormente, da umbanda ao candomblé. Por razões que o autor explica em seu livro, “Os Candomblés de São Paulo”, esse movimento se deu, principalmente, pelo caráter utilitário do Candomblé e a sua maior abertura para os não filiados. Simplificando a análise do autor, o Candomblé adaptou-se de maneira mais eficaz como religião da metrópole, pelos serviços que oferece em

troca financeira, sem exigência de filiação. Prandi, em sua abordagem, acredita, recorrendo a Weber, no desencantamento do mundo moderno e constrói a sua análise a partir dessa premissa.

Indo nesse mesmo sentido, Carvalho (1991), ao escrever “Características do fenômeno religioso na sociedade contemporânea”, parte da premissa do desencantamento para construir a sua crítica à religiosidade. Logo no início do artigo ele anuncia que empregará juízo de valor sobre o universo religioso ao qual se debruçou em 1991. E o juízo que emprega é de que na religiosidade contemporânea, é a dura crítica de que hoje temos uma barbárie religiosa e uma sociedade na qual não se forma mais mestres.

Outros autores, além de Carvalho, apontaram para o ecletismo e o sincretismo dentro do campo alternativo. Porém poucos foram os que estudaram o discurso de autenticidade e a filiação dentro dessas “tradições”. Entre estes cito Bizerril (2002). Bizerril nos mostrou que o ensinamento do Tao se dá basicamente “Pelo convívio com o mestre, numa relação na qual teoria e prática não estão desvinculados e num processo gradual de corporificação do conhecimento. Ou seja, dentro desse ecletismo da “urbe”, expressão usada por Magnani, há grupos que reivindicam e “reinventam” as tradições, “transpostas” de alhures.

Essas tradições “reinventadas” estão alicerçadas sobre outras bases que não as que costumavam possuir fora da “urbe”. Como mostrou-nos muito bem Prandi, ao discorrer sobre a reconfiguração que a umbanda adquiriu em São Paulo, tomando o lugar do Candomblé. Essas “tradições” transplantadas, como escreveu Bizerril (2002), quando estabelecidas nos centros urbanos, possuem características diferenciadas em relação aos locais de origem. Bizerril comentou sobre três dessas características em relação ao Tao que coincidem com o grupo aqui estudado. Encontra-se disseminado sobre o espaço urbano, diferente da organização de aldeias e de ashram da Índia; organiza-se em rede, ligando diversos centros urbanos do país<sup>43</sup>; é formado por pessoas que fazem parte numa faixa socioeconômica semelhante, uma camada média urbana.

---

<sup>43</sup> Rede, como disse anteriormente, formada por professores, alunos e “mestres” que são referenciados – nesse caso Vidyamandir aparece como a figura central – que encontram-se em escolas de Yoga espalhadas pelos centros urbanos, em cursos, encontros e workshops.

Essa rede formada em torno do *Haṭha Yoga* tem no *Vedanta* apoio para a construção do discurso de tradição. Acima foi apontado de que maneira o discurso tradicional é construído tendo o corpo como referência e em contraposição ao que é posto como deturpação do Yoga. Agora entremos na construção da filiação e da relação entre professor - referenciado por algumas pessoas como “mestre” - e aluno.

Ao *Vedanta* é atribuído o status de tradição. Pois há um mestre vivo que o ensina, que conhece a linhagem até Shankaracharya – pai fundador da linhagem - e que é dotado de coerência dentro do que ensina, embasado nas escrituras e comentários deixados por Shankaracharya. Percebi, tanto por comentários de Pedro quanto por comentários de Lalita que o conhecimento é referido como possuidor de vida própria. As pessoas que estão dentro dessa linhagem o apreendem de seu mestre, passam para o seu discípulo e assim o conhecimento permanece intocado, vivo. Essa linhagem remete à Índia e a figura de Shankaracharya, que viveu no século VIII d.C.. São os comentários deste aos textos sagrados hindus que embasam hoje os ensinamentos de *Vedanta*. Ele é considerado o grande reformador do *Vedanta* e o seu disseminador na época em que este se viu ameaçado pelo budismo. Pedro conta a sua história e a sua importância para o hinduísmo e para o *Vedanta* no curso de formação. Em conversa, Pedro afirmou que seu mestre sabe exatamente a linhagem ascendente até chegar a Shankaracharya.

É dito pelos professores<sup>44</sup> de *Vedanta* que não é possível extrair todo o conteúdo e sabedoria presente nas *Upaniṣads* e nos textos sagrados hindus sem a interpretação correta de um representante vivo da tradição. Lalita e Pedro são duas pessoas que são consideradas por seus alunos como pessoas de dentro da tradição.

A filiação, nesse caso, tem a ver com a ênfase que é dada ao estabelecimento de uma disciplina de estudo, de tempo dedicado a escutar as aulas do mestre. É fundamental estar em constante contato com o conhecimento

---

<sup>44</sup> Atribuo o nome professor porque no contexto aqui estudado as pessoas que ensinam Vedanta não são swamis. “Tradicionalmente”, na Índia, esses ensinamentos são passados de mestre a discípulo dentro do que é chamado de *parampara*, tradição.

de *Vedanta*, uma vez que é esse conhecimento que traz a lembrança de quem nós realmente somos, Consciência. Em outros termos, é o conhecimento que leva o praticante ao que eu chamei em capítulo anterior de “Eu metafísico”. A escuta e o estudo de *Vedanta*, notei em campo, são feitos pelos alunos tanto a partir de cursos que Lalita e Pedro ministram, quanto por meio de aulas gravadas por Lalita disponíveis à venda no seu site e que circula à base de troca entre os praticantes.

Um informante e amigo certa vez me disse, “não canso de ouvir as aulas de Lalita. Ela fala praticamente sempre a mesma coisa, mas a gente precisa estar sempre lembrando”. Pedro fala do longo tempo que estivemos expostos ao condicionamento social de que nós somos pessoas incompletas e incapazes e de que precisamos buscar a nossa felicidade fora de nós. Para superarmos esse condicionamento arraigado ao longo do tempo, precisamos de muito tempo dedicado a ouvir, a estudar e a compreender o ensinamento de *Vedanta*, aliado à prática de Yoga. Dentro dessa rede formada em torno de Pedro e de Lalita, a partir dos cursos e palestras que organizam, os praticantes mantêm-se unidos.

Tanto Pedro quanto Lalita ressaltam que é importante ao praticante manter contato permanente com os ensinamentos. Pedro comentou que fomos condicionados toda uma vida a vermo-nos como seres incompletos e infelizes. Para que possamos “nos darmos conta” de quem realmente somos, o “Ser”, precisamos de um processo constante de lembrança.

É como se na fala de Pedro ele deixasse claro que para mantermos a eficácia dos símbolos religiosos é importante estarmos dentro dessa rede, em constante contato com os símbolos que elas reforçam, para que se mantenha a eficácia simbólica. Pois, é a eficácia simbólica que determina a estabilidade e continuidade dos projetos supra-individuais como nos disse Gilberto Velho (2004) em *Projeto, emoção e orientação em sociedades complexas*:

A estabilidade e continuidade desses projetos supra-individuais dependerá de sua capacidade de estabelecer uma definição de realidade convincente, coerente e gratificante – em outras palavras, de sua eficácia simbólica e política propriamente dita. (Velho, p. 50)

Essa é uma rede de reciprocidade que conecta uma classe média urbana letrada. O centro dessa rede é o centro-sul do Brasil, abrangendo, Florianópolis, Curitiba, São Paulo, Rio de Janeiro e Belo Horizonte. Com menos intensidade, a cidade de Fortaleza, Recife e Goiânia participam desse fluxo. São pessoas unidas por uma rede simbólica e de reciprocidade em torno do Yoga de do *Vedanta*. É constituída, repito, pelo curso de formação que Pedro ministra; pelo encontro nacional também organizado por ele, no qual Lalita esteve presente nos últimos três anos; pelos cursos que tanto Pedro quanto Lalita ministram Brasil afora; e recentemente observei, em Florianópolis, a formação de grupos de estudo de *Vedanta* em escolas de Yoga, a partir dos CDs de aulas gravados por Lalita.

A primeira vez que tive contato com o *Vedanta* foi dentro do curso de formação por meio de um swami que foi convidado a dar uma aula. Posteriormente Pedro, no decorrer do curso, começou a citar, cada vez mais frequentemente o seu mestre em suas aulas. O seu mestre é indiano e é o mesmo mestre do swami que foi convidado a dar o curso. Depois, escutei citação a Lalita, como uma respeitada professora de *Vedanta* brasileira no Rio de Janeiro. Lalita foi aluna do mesmo mestre de Pedro, na década de 70.

Chamo a atenção para Lalita porque em campo ela foi citada como principal referência brasileira dentro do *Vedanta*. Ela, por meio de seu instituto localizado no Rio de Janeiro, comercializa aulas gravadas de cursos que ministrou. Praticantes que conversei conheceram o *Vedanta* por meio de Pedro e posteriormente chegaram a Lalita. Cheguei a conversar com pessoas que hoje têm ela como “mestre”. Yogavrata assim se referiu a Pedro e a Lalita:

Pedro foi quem me mostrou que o Yoga é universal. Havia tempos que praticava, porém sem a orientação correta. Pedro mostrou-me o caminho e foi através dele que conheci meus mestres, o mestre indiano e a Lalita. Foi também pelos ensinamentos do Pedro que guiei minha prática pessoal de *Hatha Yoga*.

Não tive oportunidade de entrevistar Lalita, mas observei uma de suas palestras no encontro organizado por Pedro. Portanto, tanto na fala de Pedro, quanto na de Lalita, pude ter a referência da “tradição” de *Vedanta* passada aos

alunos.

Em conversa com Yogavrata, ele comentou que Lalita disse num curso no Rio de Janeiro que há alguns anos atrás ela tinha poucos alunos e depois que Pedro se tornou divulgador do *Vedanta*, a quantidade de alunos e a procura por *Vedanta* aumentou significativamente. Essa afirmação nos mostra a importância de Pedro não apenas como divulgador do Yoga no Brasil, mas atualmente também como disseminador do *Vedanta*. A afirmação aponta também para o aumento de espaço que o *Vedanta* adquiriu no meio *yogi*.

### Retorno ao texto

Retomando a relação entre *Haṭha Yoga* relacionado à “prática” e *Vedanta* relacionado ao “estudo”, percebemos que a defesa da tradição se dá por meio do estudo. Esse estudo está embasado num corpo de textos que é constantemente referenciado e discutido e que ocupa papel central na espiritualidade do *Vedanta*. Dessa maneira, o *Vedanta* assemelha-se ao espiritismo kardecista estudado por Lewgoy (2004), pois da mesma maneira é um “Religião de letrados” e está centrado na “interpretação de uma bibliografia religiosa própria” (p. 01). Podemos dizer do *Vedanta*, também, o que disse Lewgoy sobre o espiritismo: “Socializar-se no espiritismo significa familiarizar-se, estudar, falar bastante sobre os autores e as obras canônicas, ou seja, ingressar num universo de debate e reflexão dominado por uma tradição religiosa escrita, letrada” (p.01).

O discurso de legitimidade ao mesmo tempo critica a centralidade da prática no corpo físico, defende um conhecimento respaldado nas escrituras. Como comentou Lalita:

O objetivo último do Yoga é nos capacitar enquanto essa pessoa, corpo, mente, emoções, nos capacitar ao autoconhecimento, a esse estudo. E o estudo mesmo do Ser, do Eu, é na forma de vários textos diferentes que é a parte final dos Vedas que é *Vedanta*. A Gita é o principal texto de *Vedanta*. É principal no sentido de que é mais completo, não é o principal em termos de importância porque na verdade o que a gente encontra no final dos Vedas são as *Upani ṣads*, ou seja, a gente poderia dizer o que é *Vedanda*, é *Upani ṣad*, são os textos chamados *Upani ṣads*. Mas

em termos de totalidade do estudo a Gita apresenta todos os temas que aparecem nos estudos de *Vedanta*. Então é o texto realmente mais completo. (Lalita)

Esse “estudo” de *Vedanta* consiste na recitação dos versos das escrituras, acompanhada da sua tradução e interpretação. Uma aula de Vedanta começa com o mantra do estudo recitado em sânscrito<sup>45</sup>, que é uma prece, o pedido de uma benção e de uma situação propícia ao aprendizado. Diferente da prece comentada por Lewgoy (2004), o seu intuito nada tem de teor espiritual, mas é ressaltado sim uma ênfase mais psicológica, interna de disposição emocional, mental, física do indivíduo para a apreensão do conhecimento que está sendo transmitido.

O estudo de *Vedanta* é sistemático, no sentido de que se escolhe uma escritura sobre a qual falar e segue-a do início ao fim. Cada *sūtra*, aforismo, do texto é recitado em sânscrito, depois traduzido e interpretado pelo orador. É pedido que não interrompa o orador, que só se pergunte algo se a dúvida estiver gerando muito desconforto pessoal. Do contrário, diz Lalita, a dúvida será sanada naturalmente ao final da fala do orador, pois o método de conhecimento é preciso e não deixa qualquer dúvida. Essa organização da aula, da oratória de Vedanta, reflete a importância que é posta na figura do mestre, do professor que interpreta as escrituras da “tradição”.

Para seguir e melhor compreender os textos, alguns alunos começam a estudar sânscrito. Muitos dos *yogis* com os quais conversei estavam estudando sânscrito e no curso de formação de Pedro há aulas dedicadas ao estudo básico do sânscrito. Pela internet, observei um significativo número de espaços que oferecem aulas de sânscrito. Em São Paulo, no Rio de Janeiro e em Florianópolis. E como disse acima, esse “estudo” é para um grupo letrado de camada média urbana.

Nesse contexto, porém, não basta ter o respaldo da escritura, é necessária a

---

<sup>45</sup> “Om que estejamos sempre unidos e bem nutridos. Que estejamos sempre unidos e protegidos. Que trabalheemos juntos. Que progredamos juntos. Que nosso conhecimento seja luminoso e realizador. Que nunca haja inimizade entre nós. Que haja paz, paz, paz”. (Trecho retirado da apostila do curso de formação de Pedro)

correta interpretação da mesma. Há, para isso, todo um cuidado na tradução dos termos do sânscrito para o português da parte de Pedro no curso de formação, e constantes citações a seu mestre, como baliza da interpretação correta do que está escrito. Os textos sânscritos, quase todos estão escritos em forma de *sūtras*, ou seja, aforismos. E ao mesmo tempo possuem alto teor metafórico. É preciso uma verdadeira hermenêutica para a sua compreensão, uma compreensão racional. E é exatamente uma hermenêutica que Pedro propõe fazer quando interpreta algum texto. No caso dos *Yoga Sūtras* de Patanjali, ele vai e volta na leitura dos sutras, buscando palavras de um e conectando a sua interpretação ao outro.

No meio aqui estudado sugiro um deslocamento do *Haṭha Yoga* ao *Vedanta*. Senão um movimento, uma influência cada vez maior do *Vedanta* sobre os praticantes de *Haṭha Yoga*, dentro do qual o primeiro aparece como a voz da tradição. A palavra que está embasada nas escrituras e que é transmitida há milênios, de mestre à discípulo, encontra-se viva no discurso do mestre que é embasado nos textos sagrados. Esse deslocamento do *Haṭha Yoga* ao *Vedanta* é também um movimento do corpo à palavra, é a ênfase no conhecimento e na “tradição” transmitida oralmente e que não tem como centralidade as técnicas corporais, como no caso do *Haṭha Yoga*. Ou mesmo como no caso do Tao, estudado por Bizerril que afirmou que o conhecimento chinês está vinculado ao ensino sem palavras:

Pelo convívio com o mestre, o treinamento diário, bem como pelo desenvolvimento de habilidades corporais perceptivo-motoras, o praticante literalmente incorpora uma filosofia de vida (Bizerril, p. 04)

A tradição do *Vedanta*, sua transmissão, chega ao nosso contexto por meio não apenas de mestres indianos que para aqui vem. Mas no meio estudado principalmente por meio de brasileiros que se inserem dentro da “tradição” indiana e a reinauguram aqui, como é o caso de Pedro e de Lalita. A viagem à Índia aparece, nesse contexto, como um ideal, como um valor e ao mesmo tempo como a possibilidade de autoconhecimento, como uma viagem interior. Isso será



comentado posteriormente.

Numa sociedade na qual o valor indivíduo é predominante, na qual a busca pela interioridade e o reforço pelo caminho pessoal e pela autenticidade são ressaltados constantemente, a rede formada pelo Yoga está centrada não em comunidades como acontece nos Ashrams da Índia – ou como aconteceu quando das criações das comunidades nos anos 70 influenciadas pelo movimento hippie e a sua contestação dos valores estabelecidos – mas em pessoas que são referências. Não digo que Pedro é considerado mestre, pois ele foi referenciado pelos alunos mais como professor. No entanto, Lalita foi citada por alguns entrevistados como mestre.

Essa rede estabelecida nos centros urbanos e entre eles, centrada em figuras que se deslocam ministrando aulas e cursos, torna essa rede mais dinâmica em relação ao espaço que ocupa. Em determinado momento, um lugar ou cidade pode possuir valor simbólico ao grupo, noutro momento esse valor ser transportado a outro lugar. Como aconteceu com o curso de formação de Pedro no qual Florianópolis representava “o lugar do Yoga” e posteriormente perdeu esse status por motivos que comentei em capítulo anterior. Ou seja, o valor referencial está em torno das pessoas que ensinam, em seu carisma e no grau de confiança que a pessoa passa, que são analisados pela coerência entre o que ensina e o que pratica e por valores agregados como o fato de ter estudado com mestres na Índia ou estar inserido dentro de uma tradição proveniente de lá.

### **A viagem à Índia como valor**

Discuti no primeiro capítulo deste trabalho, a influência do movimento romântico na divulgação do hinduísmo no ocidente. E a aproximação entre a busca interior romântica e a cosmologia hindu sobre o *self*. Agora arrisco uma aproximação entre a idéia de *bildung* romântica como viagem e a exaltação a viagem à Índia observada em campo. Não que haja menções feitas em campo que remetam diretamente a esta associação, mas como parti do princípio de que a idéia romântica de desenvolvimento interior contribuiu para a assimilação ocidental

do conceito hindu de *self*, proponho tal referência.

A idéia de *bildung* como viagem ou deslocamento, aproximo ao que observei em campo como exaltação a viagem à Índia, berço da “tradição”. Viajar à Índia, significa, então, lançar-se numa jornada que torna a pessoa noutra, que a faz crescer internamente, tanto pelo contato com mestres, quanto pelo estranhamento que uma cultura completamente diferente causa.

Comentei anteriormente que a rede que observei nesta pesquisa, é formada ao redor da figura de Pedro e Lalita. Estes são vistos como as figuras representantes do conhecimento de *Vedanta* tradicional que remete à Índia e ao mestre de ambos que lá vive.

A rede leva-nos à Índia, ao Ashram do mestre de Pedro e Lalita. Ambos organizam visitas guiadas à Índia e no trajeto está incluso a visita ao Ashram do mestre. A Índia, percebi, aparece como centro de legitimação tanto do *Vedanta* quanto do *Haṭha Yoga*. Em folders de divulgação de professores de *Haṭha Yoga*, é comum lermos que este já visitou a Índia e às vezes aparece quantas vezes visitou, o período que passou e o professor com quem estudou.

Conversei com Lila assim que ela retornou da Índia, depois de uma estadia de três meses. Ela relatou-me suas impressões. Ela é advogada. Acabou, recentemente, o mestrado em direito ambiental na UFSC, mas estava insatisfeita com o direito. Fez, então, o curso de formação com Pedro. Logo depois começou a ministrar aulas em duas escolas aqui em Florianópolis. Ela foi à Índia para aprofundar os seus estudos. Foi numa turma levada por Lalita. Primeiramente, com o grupo, fizeram um tour por locais sagrados, visitaram templos e fizeram peregrinações. O passeio terminou em Rishkesh, no Ashram do mestre indiano. Depois do tour e da visita à Rishkesh, Lila ficou com uma amiga numa pequena cidade ao sul, estudando Yoga e a maior parte do tempo *Vedanta* em outro Ashram de um discípulo do mestre indiano, da mesma linhagem.

O choque cultural é um aspecto mencionado por todas as pessoas com quem conversei que viajaram à Índia. Lila em especial enfatizou o que muitos comentam sobre a Índia, que, a todo o momento, era o bom e o ruim junto. O barulho, a poluição, a multidão, a sujeira, as desigualdades, mas ao mesmo tempo

ensinamentos tão profundos. Em conversas com quem foi à Índia escutei dois tipos de comentários, que variam junto com esses dois aspectos inerentes ao país do Yoga: ouvi relatos de espanto e de certo desencanto diante dos aspectos contrastantes da Índia, até mesmo do Yoga que lá é ensinado; e ouvi comentários encantados com a sabedoria e a espiritualidade que lá encontraram.

Para Lila, o que mais valeu nessa ida à Índia foi o descentramento que a experiência de viver numa cultura totalmente diferente da dela causou. A possibilidade de repensar as suas atitudes diante da vida. “Ainda não cheguei” disse ela, “está difícil de chegar, estou passando pelo mesmo processo de adaptação que passei ao chegar lá”.

A sua ida, pelo relato que me deu, reforçou a sua permanência dentro da rede *yogi* no Brasil. Ela disse que se sente confortada e feliz em saber que nós aqui estamos servidos de bons professores, referindo-se a Lalita e a Pedro. Que ambos estão preocupados em passar a tradição da maneira como é lá.

R participava da conversa e concordou tanto com as impressões dela sobre o paradoxo que é a Índia, quanto com o fato de ter dois professores qualificados aqui perto. Como já visitante anterior da Índia e como pessoa que mantém contato freqüente e tem Lalita como mestre, disse não ver diferença entre o ensinamento dado por ela em relação do mestre indiano. Lila e R disseram que dá pra ver claramente a linhagem, a continuidade do conhecimento nos três professores, referindo-se ao mestre indiano, a Lalita e a Pedro.

R concordou também com Lila quanto ao amadurecimento que trouxe a sua ida à Índia. Diz que a viagem o fez repensar sobre a sua vida aqui no Brasil e disse ter causado o mesmo deslocamento e reflexão sobre si que Lila comentou. Assim, a Índia, ao mesmo tempo, é colocada como berço da “tradição” e como local de crescimento pessoal pelo contato que promove com o estranho, com o diferente. Pois é dito que própria viagem, independente do contato com a “tradição”, traz aprendizado pela confrontação com o diferente e pela oportunidade de reflexão, de observação de si a partir de um estranhamento. Esse afastamento de si causado pela viagem à Índia comentado por R e Lila, é semelhante ao afastamento de si incentivado por Pedro dentro da própria prática de Yoga, o que

apresentei em capítulo anterior como observação de si como objeto. E é a partir desse afastamento que há o crescimento interior, como também coloquei anteriormente.

Vimos, portanto, como é construído o discurso de defesa da tradição, em oposição ao “yoga físico”. Nesse contexto, o “conhecimento essencial” aparece como um valor. E, em torno da defesa da “tradição, são construídos laços identitários, a partir, principalmente, da filiação, do “estudo” dos textos sagrados e de viagens à Índia.

### **Considerações finais**

No primeiro capítulo deste trabalho, apresentei um panorama geral sobre o Yoga no ocidente e discuti alguns valores que observei presentes no meio *yogi* atualmente à luz de debates já postos por outros autores, tanto a cerca do Yoga quanto do campo alternativo.

Percorrendo trajetória similar a de Barroso e Carvalho, apresentei a inserção do Yoga no ocidente e relacionei essa inserção com a formação do campo alternativo hoje. Mostrei, então, como o Yoga se inseriu no Ocidente, no meio que chamamos de “alternativo”, seguindo um caminho que descrevo como tendo quatro períodos. São eles: descoberta/encantamento; psicologização/experimento; corporificação/desencantamento e resgate/reencantamento.

Trouxe à tona, a partir dessa trajetória que decidi trilhar para apresentar a inserção do Yoga no ocidente, três personagens ilustrativos do contato entre o ocidente e o oriente, especificamente a Índia. Dois deles pertencentes ao romantismo alemão, pois, acredito, assim como Barroso, que foi a partir desse movimento e os valores que defendia – individualismo, contestação aos valores nascentes na Europa e a idéia de *bildung* – que o Yoga inseriu-se no ocidente, a partir de intelectuais da época, suas traduções de textos sagrados hindus e seus comentários. Entre esses intelectuais, cito Schopenhauer e Herman Hesse.

No segundo capítulo busquei apresentar o ethos do grupo *yogi* estudado, apresentando o curso de formação, descrevendo as aulas e a in-corporação da prática de Yoga. No mesmo capítulo, mostrei como alguns participantes do curso de formação contam a sua história pessoal a partir do corpo. E, por último, não poderia deixar de mencionar o aspecto do consumo relacionado ao Yoga.

No terceiro capítulo, apresentei a visão de mundo *yogi*, e defendi a idéia de que esta possui três elementos – reconhecimento do inconsciente, a crença num “Eu” interior e a associação entre corpo, mente, emoções e espírito - que são fundamentais na sua disseminação no ocidente e que ao mesmo tempo são apropriadas e reinterpretadas num contexto no qual o valor individualista é predominante.

Neste mesmo capítulo apresentei a idéia de copo sutil e a construção da dualidade entre equilíbrio e desequilíbrio, alguns valores defendidos no meio e os seus aspectos utilitários. Posteriormente, mostrei a divisão êmica entre “prática”, associada ao Yoga e “estudo”, associado ao Vedanta, e discuti a visão de mundo do Vedanta e a sua idéia de “Consciência” ou “Ser”.

No quarto e último capítulo, apresentei o discurso de defesa à “tradição e em contraposição a que é construído tal discurso. Discurso que é embasado pelo Vedanta e que defende a filiação e mostra um forte caráter de retorno ao texto.

Este trabalho teve como intuito um mergulho no universo *yogi* para a observação de uma visão de mundo e de um ethos *yogi* específico. Vimos que tanto o ethos quanto a visão de mundo *yogis* tem o corpo como representação central e ao mesmo tempo forte caráter individualizante. Vimos tanto como o papel do corpo reflete nos valores defendidos no meio, como nos relato das histórias de pessoais.

Como mencionei em capítulos anteriores, são muitas as facetas do Yoga hoje e podemos dizer que o próprio fenômeno é uma “floresta luxuriante”, adjetivo usado por Dumont referindo-se ao Hinduísmo. Dentro dessa “floresta luxuriante” efetuei o recorte de uma determinada rede formada por pessoas de uma camada média urbana que circula entre os centros urbanos e compartilham de símbolos comuns.

Dentro dessa rede, como vimos, o Vedanta ocupa papel importante e influente sobre a visão de mundo *yogi*. Ao ponto de servir como referência à defesa de um conhecimento “autêntico”, “tradicional”.

Esse mergulho dentro do universo *yogi* e a apresentação desse ethos e dessa visão de mundo específicas pode contribuir à Antropologia no sentido de fomentar abordagens diferenciadas sobre as facetas do fenômeno alternativo.

Algumas abordagens sociológicas tendem a ofuscar a riqueza do fenômeno. E ao mesmo tempo a classificação do fenômeno como “barbárie religiosa” (Carvalho 1991), “supermercado de técnicas corporais” (Carvalho 1991), ou a interpretação enfatizada por Leila Amaral como movimento cuja característica principal é a “errância” (Amaral 1999), podem simplificar e estereotipar um fenômeno de difícil apreensão. Tais abordagens são compreensíveis, pois a primeira vista, visto como um todo, o que se vê realmente parece ser uma “floresta luxuriante” com fronteiras tênues entre o campo religioso e o terapêutico e entre “tradições” as mais diversas que se misturam e geram novas sínteses.

No entanto, dentro do ecletismo e do sincretismo, próprios do campo alternativo, é possível observar grupos que criam fronteiras simbólicas em torno da idéia de pureza e de defesa de uma tradição, fazendo desse idéia valores. E que ao mesmo tempo criticam o ecletismo, o sincretismo, o comércio religioso.

Maluf (2003) sensível à compreensão do sentido que os atores constroem a suas experiências dentro do universo alternativo, propôs que são os “itinerários de vida singulares que ajudam a tecer e dar sentido a esses cruzamentos de diferentes tradições e cosmologias religiosas e espirituais, configurando o que se poderia chamar de religiosidade além do templo e do texto” (p.01). Bizerril, no mesmo sentido, mostrou-nos por meio de uma etnografia do Tao, como um grupo mantém fronteiras simbólicas bem definidas e transmitem a “tradição”.

Neste trabalho vimos, a partir dos ensinamentos de um instrutor de Yoga, de seus alunos e de uma rede formada a partir dele, a construção de uma tradição transplantada do oriente e aqui reinventada.

Vimos o contrário do que afirmou Amaral (1999) de que: “no mercado da Nova Era de bens espirituais, ao invés de regras, normas, demonstrações lógicas,

juízos, debates, conceitos, prognósticos ou propósitos objetivos e substantivos, oferecem-se *crafts* – “técnicas” e “arte”, pouco conteúdo e muitas práticas” (p.74).

No contexto aqui estudado, pelo contrário, uma complexa visão de mundo é transmitida - ao menos há a tentativa de transmissão - acompanhada pela crítica à “prática” - no caso aqui referindo-se à prática corporal - destituída do “estudo”. O “estudo” que é compreensivo, verbal, “lógico”, como defende Lalita. Estudo que vai no sentido oposto ao observado por Maluf em relação as experiências espirituais da Nova Era no Brasil de religiosidade além do texto, pois todo ele é baseado em textos e vem acompanhado, para o público em questão, do estudo de sânscrito.

Ao invés da “errância”, portanto, observei o discurso da importância da filiação e da permanência. Permanência não dentro de um grupo ligado ao mesmo espaço necessariamente. Mas permanência dentro dessa rede que compartilha e reforça símbolos comuns.

## **Referências Bibliográficas**

AURÉLIO, Marco. *Meditações*. São Paulo: Martin Claret, 2002.

BARROSO, Maria Macedo. *A Construção da Pessoa “Oriental” no Ocidente: Um Estudo de Caso Sobre o Siddha Yoga*. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social). Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro, 1999.

BIZERRIL, José. *Retornar à Raiz Tradição e Experiência em uma Linhagem Taoísta no Brasil*, tese de doutorado em antropologia, PPGAS, Brasília, UnB, 2001.

\_\_\_\_\_. *Mestres do Tao: tradição, experiência e etnografia*. *Horiz. antropol.* [online]. 2005, vol. 11, no. 24 [citado 2008-04-26], pp. 87-105. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010471832005000200005&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010471832005000200005&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 0104-7183. doi: 10.1590/S0104 71832005000200005

CAHN FUNG, Annie: *Paul Brunton: A Bridge Between India and the West*. Doctoral thesis, Sorbonne, 1992.

CARVALHO, J. J. *Características do fenômeno religioso na modernidade*, in Bingemer, M.C.L., org., *O impacto da modernidade sobre a religião*. São Paulo: Loyola, 1992.

CAROZZI, Maria Julia. "A autonomia como religião". In.: *A nova era no Mercosul*. Petropolis: Vozes, 1999: 149-187

CHAMPION, Françoise. «La nébuleuse mystique-ésotérique» in CHAMPION et HERVIEU-LEGER, *De l'émotion en religion*, Paris, Ed. du Centurion, 1990, pp.17-69.

CRAPANZANO, Vincent. *Tuhami. Portrait of a Moroccan*. Chicago and London: The University of Chicago Press, 1980.

CSORDAS, Thomas J. *Embodiment as a Paradigm for Anthropology*. *Ethos*, 1990.

CSORDAS, Thomas J. *Embodiment and experience*. Cambridge: Cambridge University Press, 1994.

DUARTE, Luís Fernando Dias. *Indivíduo e Pessoa na Experiência da Saúde e da Doença*. *Ciência e Saúde Coletiva*, 8(1): 173-183, 2003.

DE MICHELIS, Elizabeth. *A history os modern yoga: Patanjali and western esotericism*. England: Continuum, 2004.

DUMONT, L. *Homo hierarquicus: O sistema de castas e sua implicações*. Brasília: UnB, 1992.

\_\_\_\_\_. *Homo Aequalis: Gênese e Plenitude da Ideologia Econômica*. São Paulo: EDUSC, 2000.

DUMONT, L. O individualismo. *Uma perspectiva antropológica da ideologia moderna*. Rio de Janeiro, Rocco, 1985.



- ELIADE, Mircea. *YOGA: Imortalidade e liberdade*. São Paulo: Palas Atena, 1996.
- EVANS-PRITCHARD, E. E. *Bruxaria, oráculos e magia entre os Azande*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.
- FEUERSTEIN, Georg. *A Tradição do Yoga, História, Literatura, Filosofia e Prática*. São Paulo: Ed. Pensamento; 1998
- FIGUEIRA, Sérvulo A. *Introdução: psicologismo, psicanálise e ciências sociais* in FIGUEIRA, S.A. (org.) *A cultura da psicanálise*. São Paulo: Brasiliense, 1985, 7-13.
- GEERTZ, Clifford. *A interpretação das Culturas*. Rio de Janeiro: LTC, 1989.
- GOLDENBERG, Miriam org. *Nu & Vestido. Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro. Record 2002.
- GULMINI, Lilian. *Estudos sobre o Yoga*. 1ª ed. São Paulo: CEPEUSP, 2003
- JEAN, Jackson. "Chronic pain and the tension between the body as subject and object". In.: *Embodiment and experience*. Londres Cambridge University Press 1994: 201-228.
- LADERMAN, Carol. "The Embodiment of symbols and the acculturation of the anthropologist". In.: *Embodiment and experience*. Londres Cambridge University Press 1994: 183-197.
- LÉVY-BRUHL, Lucien. *La mentalité primitive*. Paris: Félix Alcan, 1927.
- LEENHARDT, M. *Do Kamo. La persona y el mito em el mundo melanésio*. Barcelona Paidós. 1997.
- LÉVI-STRAUSS, Claude: *O feiticeiro e sua magia*. In *Antropologia Estrutural*. Tempo Brasileiro. Rio de Janeiro, 1991.
- LEWGOY, Bernardo. *Etnografia da leitura num grupo de estudos espírita*. *Horiz. antropol.* [online]. 2004, vol. 10, no. 22 [cited 2008-04-25], pp. 255-282. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-71832004000200011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-71832004000200011&lng=en&nrm=iso). ISSN 0104-7183. doi: 10.1590/S0104-71832004000200011.
- LUKES, Steven. Conclusion, In CARRITHERS, M. et alii (eds.) *The Category of person: anthropology, philosophy, history*, Cambridge, Cambridge Un. Press, 1985.
- MAGNANI, José Guilherme Cantor. *O Circuito Neo-esotérico na Cidade de São Paulo*. In: CAROZZI, Maria Julia (org.). *A Nova Era no Mercosul*. Petrópolis:

Vozes, 1999.

MAGNANI, José Guilherme C.. *Mystica Urbe: Um estudo antropológico sobre o circuito neo-esotérico na cidade*. São Paulo, Studio Nobel, 1999.

MALUF, Sônia. *Les Enfants du Verseau au Pays des Terreiros. Les cultures thérapeutiques et spirituelles alternatives au Sud do Brésil*. Thèse. (Doctorat en Anthropologie Sociale et Ethnologie). Paris, E.H.E.S.S, 1996.

\_\_\_\_\_. *A centralidade do corpo nas culturas da Nova Era (ou da mente ao corpo)*. ABRASCO –Mesa Redonda: Corpo, Saúde e Religião 11/julho/2005.

\_\_\_\_\_. *Os filhos de Aquário no país dos terreiros: novas vivências espirituais no sul do Brasil* ISSN 1518-4463. Ciências sociales y religión, Porto Alegre, v. 5, n. 5, p. 153-171, 2003.

\_\_\_\_\_. *Criação de si e reinvenção do mundo: Pessoa e cosmologia nas novas culturas espirituais no sul do Brasil*. Antropologia em Primeira Mão, v. 81, p. 4-34, 2005.

\_\_\_\_\_. *Corpo e corporalidade nas culturas contemporâneas: abordagens antropológicas* ISSN 1414-722X. Esboços, PPGHistória/UFSC Florianópolis, v. 9, p. 87-101, 2002.

\_\_\_\_\_. *Da mente ao corpo? A centralidade do corpo nas culturas da Nova Era* [2005]. Ilha. Revista de Antropologia (Florianópolis), v. 7, p. 147-161, 2007.

MARTINS, Paulo Henrique. “As terapias alternativas e a liberação dos corpos”. In.: *A nova era no Mercosul*. Petropolis: Vozes, 1999: 80- 105.

MAUSS, Marcel. “Uma categoria do espírito humano: a noção de pessoa, a noção do “eu”. In.: *Sociologia e Antropologia*, São Paulo: Cosac & Naify, 2003 [1950]: 360-399.

\_\_\_\_\_. “As técnicas do corpo”. In.: *Sociologia e Antropologia*, São Paulo: Cosac & Naify, 2003 [1950]: 400-423.

\_\_\_\_\_. “Ensaio sobre a dádiva – forma e razão da troca nas sociedade arcaicas”. In.: *Sociologia e Antropologia*, São Paulo: Cosac & Naify, 2003 [1950]: 180-317.

PRANDI, Reginaldo. *Os candomblés de São Paulo*. São Paulo: Hucitec/Edusp, 1991.

RUSSO, J. *O Corpo contra a Palavra*. Tese. (Doutorado em Antropologia Social). Rio de Janeiro: PPGAS-Museu Nacional, 1991.

SAID, Edward. *Orientalismo - O Oriente como Invenção do Ocidente*. São Paulo: Companhia das Letras, 1990.

SCHOPENHAUER, Arthur. *Da Morte. Metafísica do Amor. Do Sofrimento do Mundo*. São Paulo: Martin Claret, 2003.

SCHOPENHAUER, Arthur. *A Arte de Escrever*. Porto Alegre: L e PM, 2007.

SONTAG, Susan. *Doença como metáfora, AIDS e suas metáforas*. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

SEEGER, A., DA MATTA, R. e VIVEIROS DE CASTRO, E. "A construção da Pessoa nas sociedades indígenas brasileiras", in: Boletim do Museu Nacional, Rio de Janeiro, Museu Nacional, nº32, maio 1979, pp.2-19.

SIMMEL, Georg. *A metrópole e a Vida do Espírito*. In: Fortuna, Carlos (org) *Cidade, Cultura e Globalização. Ensaios de Sociologia*. Oeiras, Celta Editora, 1997.

TAVARES, Fátima Regina Gomar, "O Holismo Terapêutico no âmbito do movimento Nova Era no Rio de Janeiro". In.: *A nova era no Mercosul*. Petropolis: Vozes, 1999: 106-129.

THOREAU, Henry David. *Andar a pé*. Rio de Janeiro: W. M Jackson Inc., 1950.

VELHO, Gilberto. "Projeto, emoção e orientação em sociedades complexas". In, *Individualismo e cultura*. Rio de Janeiro, Zahar, 2004. p. 13-37.

WACQUANT, Loïc. 2002. *Corpo e Alma Notas Etnográficas de um Aprendiz de Boxe*. Rio de Janeiro: Relume Dumará.

VIVEKANANDA, Swami. *O que é Religião*. Rio de Janeiro: Lótus do Saber, 2004

WEBER, Max. *The Religion of India. The Sociology of Hinduism and Buddhism*. New York, London: The Free Press, 1967.





