

O *yoga* no serviço de orientação ao exercício (SOE) de Vitória: uma ascese contemporânea religiosa e corporal

Yoga at the exercise orientation service in Vitoria (Brazil): a contemporary religiously and bodily ascetism

El yoga en los servicios de orientación al ejercicio (SOE) de Vitória/ES (Brasil): un ascetismo contemporáneo religioso y corporal



Lígia Ribeiro e Silva Gomes

Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, ES, Brasil
upanishdsribeiro@gmail.com



Felipe Quintão de Almeida

Universidade Federal do Espírito-Santo, Vitória, ES, Brasil
fqalmeida@hotmail.com



Eduardo Lautaro Galak

CONICET, La Plata, Buenos Aires, Argentina
eduardogalak@gmail.com

Resumo: Este artigo pretende analisar a presença da religiosidade em aulas de *yoga* ofertadas pelo serviço público de saúde na cidade de Vitória. O trabalho de campo teve duração de um ano e sete meses e acompanhou duas turmas, constituindo-se por uma pesquisa qualitativa em que foram utilizados os seguintes instrumentos metodológicos: observação participante, entrevistas semiestruturadas, aplicação de questionário e formulação de diários de campo. Assim, identificamos que as aulas de *yoga* tinham uma conotação em que os aspectos religiosos eram sua marca identitária, conformando-se em uma ascese contemporânea própria de processos ambivalentes e mostrando-se como uma prática exemplar dos processos de hibridização cultural.

Palavras-chave: *Yoga*. Ascese. Serviço Público de Saúde. Educação Física.

Abstract: This paper intends to analyze the presence of religiosity discourses in yoga classes at the public health service in Vitória/ES (Brazil). Field research lasted a year and seven months and followed two yoga groups, constituting a qualitative research in which are used the following methodological instruments: semi-structured interviews, participant observation, surveys and formulation of field diaries. It was identified a particular connotation on yoga classes, where religious aspects were their identity mark, conforming a contemporary asceticism which is part of an ambivalent processes and showing this corporal practice as an example of a cultural hybridization processes.

Keywords: Yoga. Ascetic. Public Health Service. Physical Education.

Resumen: Este artículo pretende analizar la presencia de la religiosidad en clases de *yoga* ofrecidas por el servicio público de salud en la ciudad de Vitória/ES (Brasil). El trabajo de campo tuvo una duración de un año y siete meses y acompañó a dos grupos, constituyéndose de una investigación cualitativa en que fueron utilizados los siguientes instrumentos metodológicos: observaciones participantes, entrevistas semiestructuradas, aplicación de encuestas y formulación de diarios de campo. Identificamos que las clases de *yoga* tenían una connotación en que los aspectos religiosos eran su marca identitaria, conformándose en un ascetismo contemporáneo propio de procesos ambivalentes y mostrándose como una práctica ejemplar de los procesos de hibridación cultural.

Palabras clave: *Yoga*. Ascetismo. Servicio Público de Salud. Educación Física.

Submetido em: 13-01-2019

Aceito em: 22-04-2019

Introdução

Ao fazer um levantamento no repositório da CAPES sobre a produção acadêmica acerca do *yoga*, encontramos trabalhos que se subdividem em duas áreas de interpretação: a primeira, cujas obras se localizam na área da saúde pública/coletiva, analisa-o enquanto uma prática terapêutica que visa a obter benefícios à saúde física e mental. A segunda – que salienta os aspectos da meditação e da introspecção, da religiosidade e da filosofia do *yoga*, que o diferencia das outras práticas corporais – está articulada ao campo das Ciências Humanas e Sociais. Dentre esses, destacamos a tese de Siegel (2014), na área da saúde coletiva, que investigou o *yoga* no SUS como uma prática singular do ponto de vista da racionalidade médica. Esse trabalho faz um importante mapeamento da utilização do *yoga* pelo SUS, seja como prática corporal ou como terapia de tratamento. Nunes (2008), por sua vez, trata da experiência corporal na prática do *yoga*, apontando-a como uma eficaz estratégia que marca o corpo por meio da experiência. Já a contribuição de Barroso (1999) é significativa na medida em que discute a construção da pessoa oriental no Ocidente, apresentando questões acerca dos processos de subjetivação e introspecção como importantes para a divulgação dessa prática e para o fortalecimento de um *self* distinto do eu. Seu esforço foi mostrar como ocorre a adaptação dessa prática retirando dela os aspectos de tradição oriental, muito em função do descarte por parte dos instrutores brasileiros, que privilegiam a dimensão corporal. Sanches (2014) é um autor que discute as representações do *yoga* no Ocidente a partir dos primeiros professores que o difundiram no Brasil.

Mais recentemente, Rabello *et al.* (2018) trazem à luz a discussão do *yoga* como uma *askesis* (prática ascética) no sentido *foucaultiano*, sobretudo com relação à produção e transformação da vida. Outro trabalho coletado foi o de Barros *et al.* (2014), que também faz uma pesquisa sobre o *yoga* enquanto promotor de saúde que utiliza as técnicas corporais e respiratórias, bem como seus con-

teúdos éticos, constatando sua eficácia com parte do grupo que participou do estudo.

Esses estudos foram importantes para as nossas análises, mas compõem reflexões acerca da legitimação do *yoga* numa perspectiva que o endossa enquanto prática corporal e mental. No campo da Educação Física, essa temática ainda se encontra pouco debatida, levando a uma carência de criticidade sobre os usos do *yoga* (GOMES; ALMEIDA; GALAK, 2019). Nesse sentido, entendemos que este artigo é importante porque, além de atualizar a discussão a respeito da relação do *yoga* com a Educação Física, tensiona, em alguma medida, a reflexão sobre essa prática para além das questões afetas ao corpo, focando as análises dos usos, sentidos e apropriações do *yoga* do SOE.

Nesses termos, este artigo trata-se do recorte de uma pesquisa de doutorado que investigou as significações atribuídas ao *yoga* ofertado pelo serviço público de saúde em Vitória por meio de um estudo de cunho qualitativo, que utilizou como estratégia metodológica a observação participante entre os meses de março de 2016 e setembro de 2017. Os instrumentos metodológicos utilizados foram: aplicação de questionário e entrevista semiestruturada¹ com os usuários do serviço e os professores², bem como a produção de diário de campo.

O campo de pesquisa foi um módulo do Serviço de Orientação ao Exercício (SOE) que oferta aulas de *yoga*. Acompanhamos duas turmas (uma no período da manhã e outra no noturno) que possuíam cerca de trinta alunos, cujas aulas aconteciam às segundas e quartas-feiras, das 08h às 09h, e às terças e quintas-feiras, das 18h às 19h30min. O grupo da manhã era composto por mulheres de meia idade e a turma noturna por jovens entre 18 e 25 anos. Os profissionais que atendiam as duas turmas eram professores de Educação Física vinculados à Secretaria Municipal de Saúde

¹ As entrevistas foram feitas com 9 alunas do grupo da manhã e 3 alunos do noturno, uma vez que esses foram os colaboradores que se dispuseram a auxiliar com a pesquisa. Os questionários foram distribuídos a todos os alunos, mas apenas 29 foram devolvidos aos pesquisadores.

² Todos os nomes utilizados para referência aos usuários e professores serão fictícios para garantir que suas identidades sejam preservadas.

(SEMUS), que foram denominados, neste artigo, “Yasmin” e “Yuri”, docentes dos turnos matutino e noturno, respectivamente.

O SOE é um programa da SEMUS que foi implantado em 1990, sendo considerado um modelo pela Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e visto como pioneiro pelo ministério da Saúde, servindo de inspiração para a elaboração do programa “Academia da Saúde”, criado em 2011. Seu principal objetivo é contribuir para a promoção da saúde, prevenção e atenção às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) – práticas a serem viabilizadas por ações que promovam o aumento do nível de atividade física, a produção de modos de vida saudáveis e a melhoria da qualidade de vida da população³.

Atualmente existem quinze módulos do SOE distribuídos em locais como parques, praias e praças que funcionam nos turnos matutino (das 6h às 10h) e noturno (das 17h às 21h). A equipe que sustenta o programa é composta por professores de Educação Física efetivados pela Prefeitura Municipal de Vitória (PMV), bem como por estagiários da mesma área. Esses módulos ofertam práticas corporais, atividade física coletiva, avaliação física, orientação ao exercício, práticas integrativas complementares (PIC), além de outras ações de educação e cuidado em saúde desenvolvidas de forma integrada com as equipes das Unidades Básicas de Saúde (UBS). Tendo isso em mente, nosso foco não está em discutir o *yoga* como um elemento da política de saúde, mas sim os aspectos que constituem suas aulas nesse espaço.

O recorte para a elaboração deste artigo foi o aspecto religioso, entendido como uma forma de elaborar a integração entre as dimensões sensitivas, intuitivas, emocionais e racionais, como nos mostra Vasconcelos (2009). Dessa forma, analisamos como ocorre a materialização desse princípio religioso e de que maneira isso se converte em uma ascese contemporânea que constrói uma prática de *yoga* distinta das tradicionais (com vínculos mais explícitos com

³ Dados retirados do site da SEMUS. Conferir em: <http://www.vitoria.es.gov.br/cidadao/no-soe-populacao-tem-orientacao-gratuita-para-exercicios-fisicos>.

os códigos de sua tradição oriental)⁴. Para maior esclarecimento do que vem a ser uma ascese, é preciso analisar primeiramente as concepções genealógicas desse conceito, que, para Foucault,

é o conjunto mais ou menos coordenado de exercícios disponíveis, recomendados, até mesmo obrigatórios, ou pelo menos utilizáveis pelos indivíduos em um sistema moral, filosófico e religioso, a fim de atingirem um objetivo espiritual definido. Entendo por objetivo espiritual uma certa mutação, uma certa transfiguração deles mesmos enquanto sujeitos e enquanto sujeitos de conhecimentos verdadeiros (FOUCAULT, 2010, p. 505).

Tal aspecto é importante porque observamos que o *yoga* investigado por esta pesquisa pauta-se em princípios ascéticos, apresentando um misto de ascese e prática corporal. Nesse caso, aproxima-se das bioasceses contemporâneas às quais refere-se Ortega (2010). Para o autor, essas práticas são o reflexo das asceses clássicas, mas, na atualidade, ganham outras formas e objetivações. A ascese clássica greco-latina é uma prática para a liberdade. Na contemporaneidade, essas práticas remetem a processos de aprisionamento e servidão. Isso porque “[...] a bioascese é serva da ciência, da causalidade, da previsão e da necessidade, que constrange a liberdade de criação e anula a espontaneidade. Ela está submetida à lógica da fabricação do *homo faber*, matriz das bioidentidades” (ORTEGA, 2010, p. 46).

Com as análises, identificamos em que medida os processos religiosos contidos nessa prática produzem, modulam e fortalecem as subjetividades dos usuários do SOE e procuramos analisar, sobretudo, por que os usuários acionam uma prática em que os cuidados corporais e os ritos religiosos estão em sintonia.

O texto estrutura-se em único tópico analítico seguido das considerações finais.

4 Ao se falar de Oriente e ocidentalização do yoga, não estamos imputando um caráter universalizante a tal prática. Entende-se que ele foi incorporado de distintas formas no Ocidente. Assim, reconhece-se que essa prática se relaciona com processos de hibridização cultural em diferentes contextos.

O yoga do SOE: uma prática ascética contemporânea

O *yoga* se estabelece no Brasil por ser uma das práticas corporais alternativas que se responsabilizam por unir esoterismo⁵ e saúde física, e segundo Castro (2007) faz parte da crescente onda de práticas que procuram deslocar o indivíduo (corpo e mente) para se integrar com o cosmo. Essa forma de compreender as práticas corporais justifica-se pela visão de mundo sob uma perspectiva holística, cosmovisão que entende que o todo e as partes são interligados.

A difusão e reelaboração do *yoga* no Brasil influenciaram aspectos mercantis, uma vez que esse é ajustado à cultura local no momento em que é descoberto pela indústria do corpo como mais um dispositivo que corresponde aos produtos disponíveis nos campos da estética corporal e da saúde como um todo e aos quais o público mais bem informado pode ter acesso. Mesmo que o *yoga* faça parte do pacote das ofertas das práticas corporais que a indústria do *fitness* dispõe, seus praticantes buscam nele uma espécie de terapia corporal e mental para problemas de várias ordens; tudo isso se enquadra no que denominamos “prática ascética contemporânea”, visto que se encaixa em ascetes atualizadas em que o corpo passa a ser o espaço privilegiado dos processos espirituais⁶ que envolvem o *yoga*.

O que nos levou a vincular a prática de *yoga* do SOE às representações *bioascéticas* atuais foi a identificação de que os usuários do serviço desejavam uma prática que agregasse simultaneamente rituais religiosos e corporais, uma vez que as angústias, as doenças psicossomáticas e a lógica religiosa das aulas foram os elementos que sobressaíram nas análises e forneceram a reflexão acerca dos princípios doutrinadores contidos nas aulas das duas turmas investigadas. Dessa forma, algumas questões foram pen-

5 Por “esoterismo” entendemos os aspectos religiosos da prática de *yoga*, que são de difícil compreensão, em especial pelo seu obscurantismo e formas enigmáticas de explicar o ser humano e o cosmo (FEURSTEIN, 2006).

6 Neste trabalho, entendemos os aspectos espirituais independentemente de instituição religiosa. No entanto, a espiritualidade não negaria a religiosidade e vice-versa, até porque aqui trataremos de vários credos, sendo o cristianismo o mais citado (CONF. CAMBOIM; RIQUE, 2010).

sadas para iniciar as reflexões: Por que, na atualização do *yoga*, substitui-se o sistema simbólico da cultura oriental por orientações religiosas locais? Que signos religiosos são utilizados na atualização do *yoga* do SOE? Que religião predomina nas aulas? Qual a função das aulas para os usuários do SOE?

“A purificação do corpo”, “conselhos para o bem viver” e os “cuidados de si (autocuidado)” eram destaques nas narrativas das aulas matutinas. À noite, o enfoque era o corpo a partir de todo um ritual estético, cuja introspecção era o ponto de partida para os contornos dados a uma espécie de ginástica oriental. Esses elementos fortaleciam a espiritualidade e ligavam os usuários a uma cosmologia própria, em que o destaque se amparava consequentemente na obtenção da saúde. Nesse caso, a dualidade “corpo e mente” era tratada sob uma visão holística do ser humano e da natureza. Pode-se afirmar que à noite as aulas se aproximam da cosmovisão do *yoga* de tradição indiana, mas se afastam do seu sistema simbólico no que se refere ao descarte de seus códigos e signos para adaptá-lo ao ambiente e às pessoas.

As aulas da manhã ganhavam destaque porque delas sobressaíam-se ritos religiosos vinculados ao cristianismo, com pinceladas de uma visão holística de sociedade. Esse processo atravessava todas as aulas por meio de narrativas identificadas como conselhos para o bem viver e o amor-próprio, visão altruísta do coletivo e o cultivo do espírito comunitário. Não diferente desse grupo, as aulas da noite iniciavam-se com técnicas variadas de introspecção que duravam mais ou menos trinta minutos; isso ocorria antes do momento dos *ásanas* (posturas). Também chamou a nossa atenção a forma da entrega e a satisfação dos usuários com o “momento espiritual”, mesmo que no espaço das aulas encontrássemos pessoas de vários credos religiosos, inclusive ateus.

Nessas aulas ocorria uma ascese nos moldes contemporâneos, focada na individualidade, na construção ou no fortalecimento das subjetividades que ali se encontravam a partir de orientações que mostravam a importância das relações entre o todo e as partes (o individual e o coletivo, a natureza e o ser humano). Ela era iniciada

a partir dessas orientações, que tinham o corpo como lugar privilegiado das experiências e das aprendizagens que, para o grupo, eram sagradas. Os processos ascéticos ocorriam no início ou no término das aulas. No que diz respeito aos encontros da manhã, as rezas como o “Pai Nosso” e a “Ave Maria” também estavam presentes, mesmo que Yasmim não assumisse o cristianismo como sua religião.

Havia um esforço na aula para que o corpo fosse entendido como uma construção divina e a mente era potencializada para que as orientações fossem eficazes nesse processo. Assim, vimos a constituição de um *habitus* que montava de forma eficaz uma espécie de *segundo sistema nervoso* nos usuários do SOE⁷. Nesse caso, o *yoga*, enquanto prática corporal, estava sendo admitido como uma ascese potente. A explicação para a sacralização do corpo dava-se em virtude da crença de que há no ser humano uma fagulha divina, visto que o homem/mulher é uma criação de Deus e, por isso, ouvíamos em todas as aulas: “Vamos achar o Deus que nos habita” (YASMIM, abril de 2017).

Esses conselhos aconteciam da mesma forma, com as mesmas palavras, e se faziam soar como mantras aos ouvidos das alunas. A satisfação e aceitação eram evidentes:

Estamos agora olhando para dentro, prestando atenção no tempo presente, no aqui e no agora. Se algum pensamento nos invadir, que envolva acontecimentos passados ou projeções futuras, é necessário bani-los e estar presente nessa manhã, na prática de *yoga* (YASMIM, maio de 2016).

Olhem para Deus e a nossa relação com o divino. Como é importante entendermos que temos relação direta uns com os outros; somos unidades fazendo parte de um todo interligado.

⁷ Expressão cunhada por Arenari e Torres (2012) para designar a incorporação de um *habitus* enquanto sistema de disposições duráveis que surgem dos espaços sociais. Esses autores se apoiam nos conceitos de Pierre Bourdieu, especialmente no de *habitus*, central na sua teoria relacional. Aqui seguiremos especialmente a sua teorização do *habitus* em “O senso prático” (BOURDIEU, 2009) e “Meditações pascalinas” (BOURDIEU, 2001), e a complementaremos com alguns olhares sobre o corpo (WACQUANT, 2004; GALAK, 2010).

[...] quando alguém está sofrendo, sofremos também. [...] Alguém precisa de prece e oração? É porque tem alguém que está passando por uma situação de saúde difícil (YASMIM, maio de 2016).

Além de ser respeitada, Yasmim era tida como uma competente professora de *yoga*. Ademais, havia um consenso sobre o que era dito, salvo poucos posicionamentos contrários advindos de duas usuárias que buscavam um *yoga* mais físico/corporal e queriam mais vigor e menos preces e orações.

Para Yuri, as aulas seguiam os mesmos contornos e orientações, porém o enfoque era o holismo. Contudo, nesse grupo existiam católicos, espíritas, umbandistas e ateus, o que chamava a atenção porque todos/as aceitavam essas orientações de forma unânime e demonstravam a necessidade de recebê-las. Assim, o corpo era um importante elo para a conexão com o que ele chamava de “força maior” e era evidenciado enquanto potência para atuar como “ponte para alcançar o pai”, nas palavras dele. Dessa forma, abria-se um espaço disponível para a propagação das energias cósmicas. Nesses rituais, a parte inicial da aula era denominada de estado de centramento, em que corpo e mente se integravam, silenciavam e energizavam para que todos conseguissem alcançar os benefícios da prática. Contudo, todo o processo previa a obtenção da saúde. Seguem algumas narrativas de Yuri que mostram como ocorriam esses conselhos:

Vamos prestar atenção no aqui e agora. Esse momento é o principal da aula para conseguirmos potencializar as posturas. Quem quiser pode se sentar ou deitar. O bom seria ficar sentado, mas sei que estão cansados de um dia de trabalho. Quem estiver sentado, as costas têm de estar bem esticadas para a energia fluir com mais facilidade, essa energia sutil que a gente não vê, mas que precisamos dela (YURI, abril de 2016).

Vamos romper com a agitação mental. Tentem identificar a importância do sagrado em nossas vidas. Não sei se acreditam, mas para quem acredita... Quem não acredita, entrem em conexão com vocês mesmos. Tentem entrar em conexão com essa força maior (pai) ou com a natureza ao redor (YURI, abril de 2016).

Nas duas aulas havia orientações espirituais, um misto de conselhos para a introspecção que livrasse a mente dos pensamentos estressantes e da agitação do dia a dia, bem como resolvesse problemas emocionais. Era notório que estava em jogo o fortalecimento da autonomia e da individualidade, sobretudo para o controle mental. Para as duas turmas essas orientações se atrelavam às crenças locais com outra orientação clara: o cultivo de uma vida religiosa em que o corpo e a mente eram divinizados sob a tutela das crenças em um Deus (substância)⁸. Para melhor esclarecimento, segue uma sequência de narrativas dos alunos:

Acredito que o *yoga* nos aproxima da natureza, do outro, do divino (CLEIDE, aluna da manhã, agosto de 2016).

A ioga mostra que somos filhos de um mesmo pai. É estar comigo. Foi nessa prática de ioga que comecei a me amar e me conhecer (ROSA, aluna da manhã, agosto de 2016).

Imagino que seja a energia que está em volta de nós, energia espiritual. Me acalma, equilibra o meu corpo e minha mente (LIANA, aluna da noite, agosto de 2016).

O *yoga* consegue me fazer parar por mais de uma hora, conseguindo me tranquilizar e me dar mais energia para o dia a dia. Maravilhoso. Essa frase que Jesus Cristo pregou aqui na Terra muitas vezes: amar ao próximo, desejar o melhor para o outro (CLAUDIA, aluna da manhã, agosto de 2016).

⁸ Aqui atribuiremos as concepções dos dois professores sobre religião aproximada ao que Eller entende: "religião é o discurso, a linguagem e a prática, ou os meios pelos quais a sociedade humana e a cultura se expandem para incluir os não humanos. No cristianismo, Deus é o pai - um termo de parentesco" (2018, p. 32).

Elas mostram as disposições inscritas pelas crenças dos usuários dos dois grupos, mas também pelo cultivo do autocontrole e da produção do sentimento de comunidade; atrelados à constituição do cuidado de si e do outro, isso engloba a natureza. Esse exercício tinha por princípio o cultivo da autoimagem e do autoamor como mandamentos “sagrados”, uma espécie de tratamento terapêutico-espiritual. Cada aluno se centrava em si mesmo, fortalecendo seu “eu” numa relação amistosa em que as subjetividades entravam em evidência. No caso da noite, os usuários gostavam da prática física, mas achavam interessante o teor espiritual das aulas.

Tais aspectos se aproximam, em certa medida, dos primeiros movimentos que tomaram o *yoga* como uma prática mística (misteriosa e sobrenatural) e esotérica porque o Ocidente recebeu o *yoga* numa relação de abertura às novas religiões através de movimentos contestatórios que rompiam com a ortodoxia religiosa em vigor (BARROSO, 1999). Em resumo, abria-se espaço a uma mística centrada no “eu”. Esses pontos são observados no *yoga* do SOE, porém com relação ao individualismo e à busca da autoperfeição corporal ou cognitiva por meio de uma prática religiosa que atue direto na subjetividade a partir de relações amistosas para a valorização de “si”, sobretudo a partir da tutela de Deus ou da “força maior” que surge nas narrativas do professor Yuri. Isso marca o *yoga* como uma prática ambivalente que não é nem uma coisa nem outra, podendo ser traduzida como uma construção híbrida que serve a vários sentidos, como indicado por Bauman (1999) sobre os processos ambivalentes da atualidade. Ao escolher determinada prática, o indivíduo o faz por dentro de um fluxo de informações e hábitos que potencializam uma relação ambivalente entre prática corporal e busca do equilíbrio físico e mental (saúde), em um enquadramento social a determinado grupo.

Nesse percurso identificamos que nas duas turmas havia o desejo de se aproximar de algum tipo de orientação religiosa por meio das técnicas mentais, o que pode ser observado nas duas narrativas seguintes – a de uma aluna da manhã que se diz atea

e a de um aluno da noite que declara não acreditar em Deus, mas acha interessante esse aspecto da aula:

Eu acho isso lindo. Eu acredito muito mais nesse Deus, né. Aquele *namastê*, reverencio o Deus que está em você, eu acredito muito nesse Deus, nessa energia divina, e que é a que cada um traz consigo. Então pra mim faz um sentido enorme. [...] embora eu tenha formação católica, eventualmente frequento missa, mas esse sentido da divindade de cada um faz muito sentido (SOLANGE, julho de 2017).

Eu li um livro sobre *tantra yoga*; nunca tinha ouvido nem falar e foi interessante. Mas eu me interessei muito sobre hinduísmo também, sobre as religiões orientais que têm uma visão muito diferente dessa visão ocidental do Deus do catolicismo. Da nossa posição aqui e o que é que a gente precisa, por exemplo (FÁBIO, agosto de 2017).

O espaço é propício para aperfeiçoar as técnicas de introspecção e buscar uma relação mais íntima com a própria espiritualidade ou, ainda, nas palavras de Barroso (1999), para ir à busca de um “eu diferente do *self*”⁹. Essa relação se intensifica pelos aspectos espirituais das aulas, mesmo que elas não se vinculassem a alguma religião.

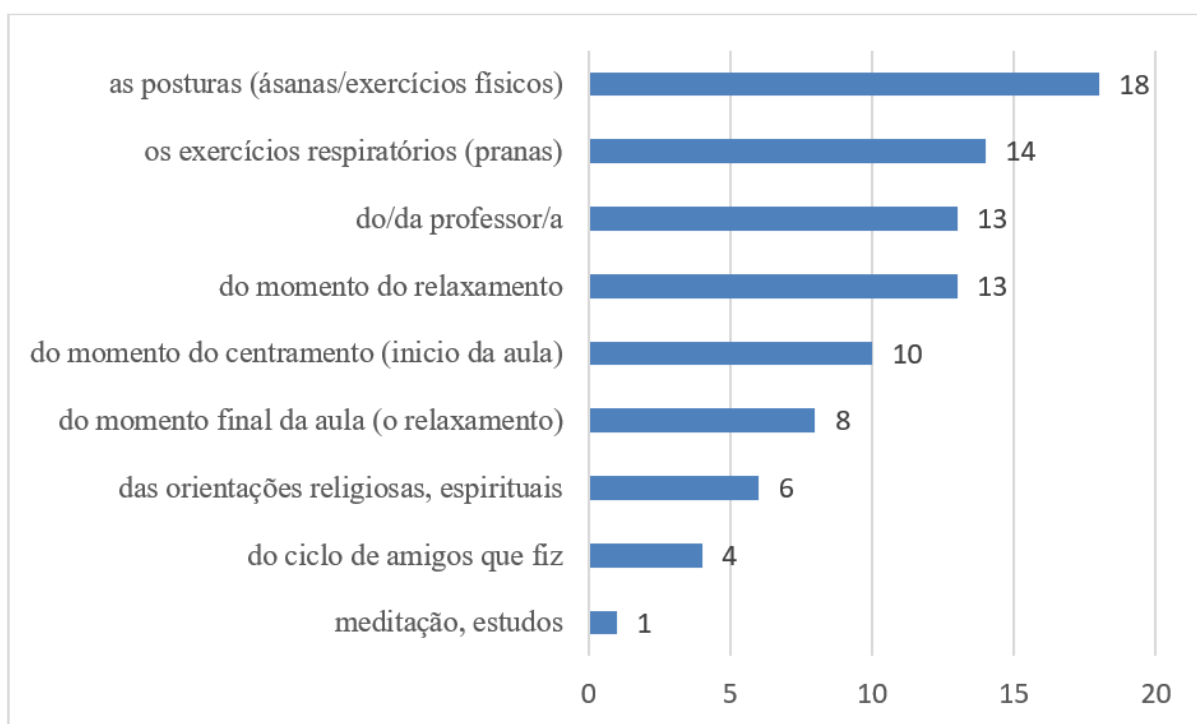
As posições sobre a forma da condução das aulas divergiam, mas a maioria aceitava e cultivava essas orientações. Numa sociedade onde os interesses partem das perspectivas de vida dos indivíduos, identificamos alguns posicionamentos contrários aos rituais religiosos. Clélia, uma aluna da manhã, relatou que deixou as aulas de Yasmim e passou a frequentar as da noite porque as orientações católicas estavam exacerbadas, o que para ela era

⁹ Nesse caso, esse aspecto se aproxima da ideia de espiritualidade cuja dinâmica se atrela à aproximação com uma espécie de “eu” profundo, que não corresponde necessariamente aos caminhos padronizados e difundidos pelas hierarquias religiosas tradicionais. Nas tradições religiosas indianas há uma espécie de dupla personalidade espiritual que habita uma mesma pessoa, sendo uma a mente, que é ilusória (condicionada), e a outra a consciência, que é a verdadeira personificação do eu – em sânscrito é chamado de *atmam* (CONF. FEURSTEIN, 2006).

bom, porém ocorria em demasia. À noite ela percebia a direção religiosa e gostava mais do enfoque de Yuri, que não trazia orações e preces católicas.

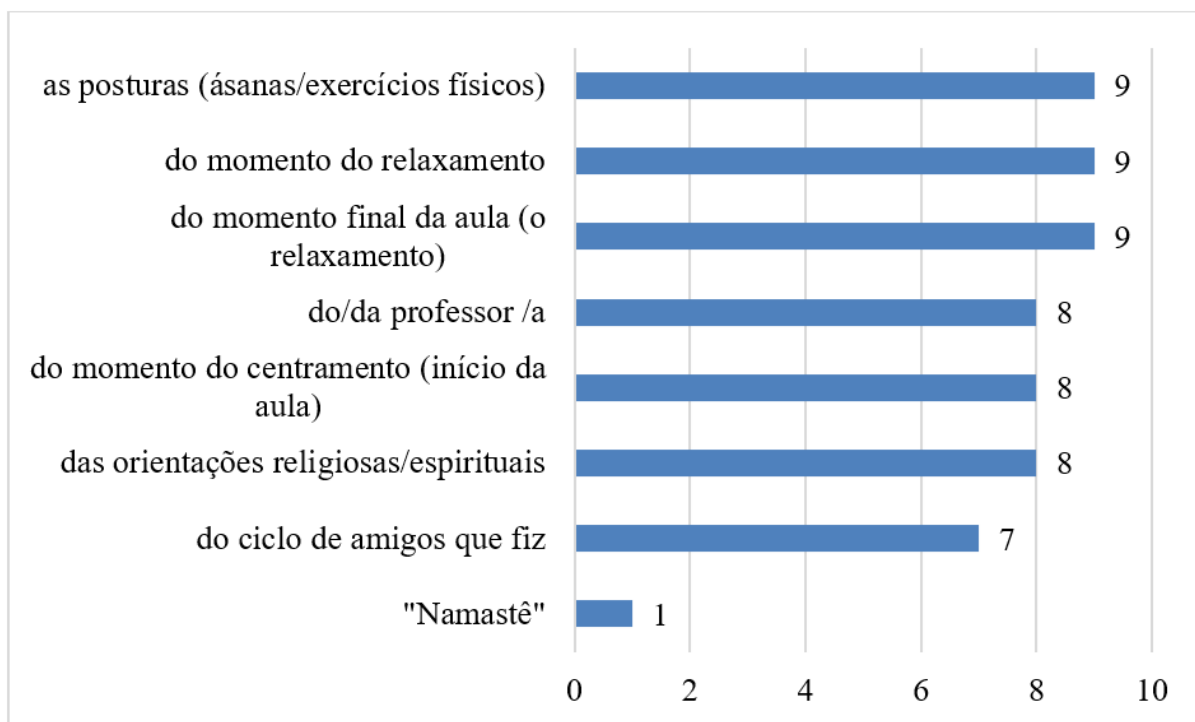
Nas aulas da manhã havia pouca ênfase nos *ásanas* (posturas), mantras (vocalização de sons) e *pranayamas* (técnicas respiratórias), predominando o discurso religioso. A evidência da aula estava no relaxamento, na concentração, na introspecção, no exercício de meditação guiada; as orientações religiosas referiam-se, em especial, às condutas individuais que impactavam o coletivo, sobretudo no retorno à natureza. Após todas as aulas, evidenciavam-se sentimentos de gratidão expressos nos semblantes dos alunos. Para ilustrar e deixar claro esse processo, os gráficos a seguir mostram o que é mais importante nas aulas para os usuários dos dois grupos:

Gráfico 1 – Grupo da manhã.



Fonte: Dados da pesquisa.

Gráfico 2 – Grupo da noite.



Fonte: Dados da pesquisa.

Yasmim trabalha orientações que atuam como tecnologias mentais para potencializar o equilíbrio psíquico, o que interpretamos como técnicas de “inculcação”, processos de interiorização, que identificamos já estarem presentes nas usuárias. Isso significa dizer que essas disposições já faziam parte da vida da maioria das pessoas que integram o grupo. Assim, além das disposições prévias, realinhavam-se atualizações das próprias convicções. Tais aspectos podem ser identificados com a ideia *bourdieuana* de que toda prática social é efeito de uma exteriorização da interioridade e de uma interiorização da exterioridade (BOURDIEU, 2002).

As narrativas das aulas soavam como provérbios retirados de um livro sagrado para a maioria dos usuários. Criavam-se, com isso, estímulos psicológicos orientados pela interseção holística e cristã. Como ocorriam em todas as aulas da mesma forma, parecia uma espécie de lembrete que deveria ficar gravado, fortalecendo as subjetividades. Semeava-se, com isso, uma percepção cosmológica entre o humano, a natureza e Deus. Durante a aula, todas

ficavam paralisadas com o tom dos conselhos e, no final dela, formava-se uma fila para parabenizar a professora pelas orientações. Assim, ouvia-se a todo o momento: “a professora é iluminada; ela está no lugar certo, na hora certa”. Era como estar diante de um modelo ideal de religiosidade, mostrando que existiam interesses religiosos comuns. Como destacado nas orientações de Bourdieu (2011) ao se referir à disseminação de um arbitrário cultural, para haver uma audiência, deverá existir, antes disso, um público que consinta e aceite, aderindo aos acordos.

As aulas de *yoga* no SOE caracterizavam-se por uma realidade própria – ou se construía ou se produzia sua própria cultura –, um campo simbólico que se constituía autônomo, porque sua organização interna confirmava a produção de seus próprios bens simbólicos (BOURDIEU, 2007), que eram os conselhos para o bem-estar físico e mental e as narrativas morais para uma vida religiosa, dotadas de práticas espirituais. Os estímulos psicológicos reuniam os conselhos visando aos *cuidados de si (eu)* e a orientações para uma vida em sintonia com Deus ou com o cosmo. Construía-se uma identidade autônoma, permeada pela imagem narcísica de si mesmo. Em resumo, a intenção era reunir corpo e mente em um encontro sagrado com o si (eu). Segue um encadeamento de conselhos que Yasmim (abril de 2016) criou e ritualizou para suas aulas:

Pela graça de Deus, eu estou melhor e melhor em todos os sentidos. Pela graça de Deus, eu estou melhor e melhor em todos os sentidos. Por favor, repitam três vezes essa prece mentalmente. Sinta o sopro da vida, o *prana* entrando em nossas narinas. Sinta o *prana*, o sopro divino entrando em nossas narinas.

Percebam a delicadeza de nossos rostos; agradeçam a Deus por isso. [...] percebam as nossas sobrancelhas, nariz, ouvido, olhos, boca, língua, couro cabeludo. Sintam seus braços, suas mãos, dedos, pernas, coxas, barriga, peitoral, enfim, a energia sutil

que possuímos. Percebam o espaço entre os ruídos externos e nosso silêncio interno. Acariciem seus corações com as duas mãos. [...] Passem a mão no rosto e corpo e percebam o quanto somos perfeitos.

Era notória a satisfação das alunas com as orientações, uma vez que suas feições ficavam tranquilas e serenas, chegando a exibir certo êxtase. Uma aluna da turma da manhã declara a sua satisfação com aquele momento: “Eu gosto de me acariciar, é gostoso” (ROSA, abril de 2016).

Em situação semelhante, porém mais articulada com o *yoga* de tradição indiana, Yuri conduzia o seu trabalho chamando a atenção para o cosmo e para a presença de uma Inteligência Suprema, sendo atribuída a Deus a significação de Supraconsciência, que, para ele, era sinônimo do “Pai criador”, uma força inteligente que criou tudo, incluindo a própria natureza. Nesse caso, há certa ambiguidade na orientação, visto que ela apresenta, simultaneamente, as noções cristã e holística de Deus. Segue sua narrativa:

Deixem suas preocupações de lado; convido a estarem presentes aqui e agora, nesse momento. É muito importante termos o controle dos pensamentos que não pertencem ao momento presente. Gente, pra praticar *yoga* é preciso seguir alguns rituais e o primeiro deles é o processo de desprendimento das preocupações do dia a dia.

É muito importante a contemplação da mente. [...] Vamos concentrar e elevar o nosso pensamento para o divino, o Pai. O nosso corpo é um templo do sagrado, como queiram chamar; é importante contemplar e concentrar no aqui e agora. É muito importante estarmos presentes na aula e que nunca esqueçamos disso; é fundamental para o bom resultado do *yoga* (YURI, maio de 2016).

O “centramento” nas aulas da noite era uma condição *sine qua non* para se atingir os objetivos de integrar corpo e mente, buscando-se concentração e interiorização. Era o encontro com o si (eu) para se alcançar o divino (Deus) – uma espécie de criador de todas as coisas, que Yuri não gostava de especificar quem era –, porém o alvo era que o corpo fosse a ponte para esse processo.

No momento das posturas (ásanas), Yuri adaptava uma sequência muito vigorosa, sem intervalos, deixando os alunos exaustos. Isso não ocorre nas aulas de *yoga* tradicionais, em que há intervalos e nas quais uma postura intensa é compensada com outra mais leve. Essa parte da aula tinha visivelmente uma preocupação corporal em trabalhar o tônus muscular, a resistência física, a força e o equilíbrio. Assim, consistia em uma prática corporal potente nos moldes contemporâneos com requintes de um contorcionismo oriental.

O destaque é o fato de os dois professores afirmarem não pertencer a denominações religiosas, mas manterem presentes as questões espirituais e místicas, discursos fortes para as aulas. Yuri e Yasmim declaravam seus posicionamentos sobre religião com as seguintes explicações:

Eu não tenho religião. Eu falo para os outros, eu ousa falar que, cada um, a partir de uma consciência, né, dessa energia poderosa, que tem o fator divino, tem o pai, tem o universo. Então, quer dizer, você tem que acreditar que existe uma energia muito poderosa que tá aqui, sempre presente, que faz com que a gente acredite nessa condição da ação e reação. Eu, pra mim, o universo é maioria [...] (YURI, junho de 2016).

Então, se eu sou parte de um todo que é perfeito, mas tem que lidar com o corpo e as sensações, e essas sensações modificam a minha energia, eu entendo, né, aquela coisa do *yin* e *yang*, tá tudo dentro de mim, é um armário, uma gaveta que está cheia de coisas. Então o que é que vou usar nesse momento? Eu vou

abrir uma gaveta pra selecionar alguns objetos que estão ali. Quais objetos que eu quero selecionar? Quais pensamentos eu vou escolher pra eu encontrar dentro de mim essa organização mental que me faz agir da melhor forma e qualificar as minhas atitudes? [...] (YASMIM, agosto de 2017).

As duas concepções atravessavam as aulas, seja para a divinização do corpo ou para o contato com uma “força maior”. Os princípios de introspecção dos encontros estavam igualmente evocados para os grupos, visto que garantiam um espaço simbólico que se transportava para as relações individualizadas da busca por processos subjetivos ascéticos atualizados pelas relações estabelecidas entre saúde, corpo e espiritualidade.

Os processos vividos tanto pelo grupo da manhã quanto pelo da noite entrelaçavam-se produzindo cultura e fortalecendo um *habitus* performático dentro de uma perspectiva contemporânea em que uma prática corporal era montada a partir das necessidades subjetivas dos dois grupos. Tratando-se de um espaço social, os problemas oriundos da vida em comunidade fazem-se presentes, estruturando, modificando ou perpetuando situações atravessadas por interesses divergentes e objetivos que se contrapõem.

Considerações finais

As aulas de *yoga* no módulo do SOE mostravam a dimensão do mundo real que se reproduzia na prática, constituindo-se em uma mística religiosa que era corpórea e espiritual, abrindo espaço para uma forma de hibridização do *yoga*, prática que corresponde às ascetes contemporâneas. Há de se considerar uma distinção entre o *yoga* do SOE e as bioascetes atuais, porque as últimas correspondem a práticas de servidão e respondem aos apelos da indústria corporal e estética em que o corpo é correspondente subjetivo dos agentes. Nas práticas de *yoga* pesquisadas, isso representa mais um elemento dos seus aspectos ambivalentes.

Tais aspectos conformam e classificam o *yoga* do SOE como um produto moderno, transformado, ressignificado e com identidade própria. Sua ação sobre o grupo fortalece as subjetividades, transforma o espaço e reflete a reprodução da vida. A religiosidade e espiritualidade são aspectos importantes para os dois grupos, passando por Yuri e Yasmim e abarcando os usuários. A busca pelo *yoga* no SOE, de forma geral, ocorre pelo fato de ser uma prática que traz elementos próprios para o corpo, com a particularidade de conduzir a processos mentais que sintonizem essas duas dimensões numa simbiose sistemática. Para a turma noturna, o foco era espiritual e físico; para a da manhã, espiritual e catequizante. As questões relacionadas a corpo, estilo de vida, vida ativa e *performance* corporal – que não apresentavam o caráter impositivo da cultura do *fitness* – também faziam parte dos interesses dos usuários dos SOE, embora não chamassem a atenção.

Assim, encontramos uma prática corporal apresentada como legítima, nos moldes do *yoga* tradicional, que tem servido para o sentimento de pertencimento a um dado grupo ao relacionar o desejo dos usuários por práticas espirituais. Ou seja, é no entrecruzamento de narrativas de autoajuda, autocuidado e amor-próprio que se articulam as demandas dos grupos investigados. Identificamos, com isso, uma prática híbrida e ambivalente que está sendo transformada e atualizada pelas aulas de *yoga* do SOE.

Referências

- ARENARI, Brand; TORRES, Roberto. Os batalhadores e o pentecostalismo: um encontro entre classe e religião. (org.) Jessé Souza. In: **Os trabalhadores brasileiros: nova classe média ou nova classe trabalhadora?** Belo Horizonte. Ed. UFMG, 2012, p. 311-349.
- CAMBOIM, Aurora; RIQUE, Júlio. Religiosidade e espiritualidade de adolescentes e jovens e adultos. **Revista Brasileira de História**

das Religiões. ANPUH, ano III, n. 7, mai. 2010. Disponível em: <http://www.dhi.uem.br/gtreligiao>. Acesso em: 16 abr. 2019.

BARROSO, Maria Macedo. As iogas como cultura alternativa: a utilização do corpo para a produção do sagrado. **Motriz**, Rio Claro, v. 5, n. 2. p. 189-193, 1999.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade e ambivalência.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

BOURDIEU, Pierre. **A reprodução:** Elementos para uma teoria do sistema de ensino. 4. ed. Petrópolis, Rj: Vozes, 2011. (Texto Fundantes de Educação).

BOURDIEU, Pierre. **A distinção:** Crítica social do julgamento. São Paulo: Edusp, 2007.

BOURDIEU, Pierre. **Meditações pascalinas.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.

BOURDIEU, Pierre. **O senso prático.** Rio de Janeiro: Vozes, 2009.

CASTRO, Ana Lucia. Culto ao corpo e estilos de vida: o jogo da construção de identidade na cultura contemporânea. **Perspectivas**, São Paulo, v. 31, p. 137-168, jan./jun. 2007.

ELLER, Jack David. **Introdução à antropologia da religião.** Petrópolis, Rj: Vozes, 2018.

FEUERSTEIN, Georg. **A introdução do yoga:** história, literatura, filosofia e prática. São Paulo: Pensamento, 2006.

FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito.** São Paulo: Martins Fontes, 2004.

GALAK, Eduardo Lautaro. **El concepto cuerpo em Pierre Bourdieu:** Una análise de sus usos, sus límites, sus potenciales. Dissertação (Mestrado) - Facultad de Humanidad y Ciências da la Educacion. Universidad Nacional de La Plata. La Plata/Argentina, 2010.

GOMES, Lígia Ribeiro e Silva; ALMEIDA, Felipe Quintão; GALAK, Eduardo Lautaro. As práticas corporais alternativas e a educação física: uma revisão sistemática. **Motrivivência**, Florianópolis,

v. 31, n. 57, p. 01-20, janeiro/março, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2019e54167/39016>. Acesso em: 12 abr. 2019.

GONÇALVES, Denise Oliveira. **O Averso e o direito:** movimento hippie e o mercado cultural da moda. (2007). Dissertação (Mestrado), Programa e Pós-Graduação em História. Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG, 2007.

NUNES, Tales da Costa Lima. **Do corpo, a consciência; Do corpo à consciência.** O significado da experiência corporal em praticantes de yoga. Dissertação (Mestrado) Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), 2008.

ORTEGA, Francisco. **O Corpo incerto:** corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea. Rio de Janeiro: Garamond, 2010.

RUSSO, Jane. **O corpo contra a palavra.** Rio de Janeiro: Ufrj, 1993. 231 p.

SANCHES, Raphael Lugo. **Curar o corpo salvar a alma:** as representações do yoga no Brasil. 2014. 111 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Programa de Pós-graduação em História - Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, 2014.

SIEGEL, Pamela. **"Yoga e Saúde:** o desafio da introdução de uma prática não-convencional no SUS". 2010. 202 f. Tese (Doutorado em SAÚDE COLETIVA) - Instituição de Ensino - Universidade Estadual de Campinas, CAMPINAS.

TAVARES, Fátima Regina Gomes. Legitimidade terapêutica no Brasil Contemporâneo: as terapias alternativas no saber psicológico. **Physis:** Revista da Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 13(2), p. 83-104, 2003. Disponível em: https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S0103-73312003000200006&script=sci_arttext. Acesso em: 20 set. 2018.

VASCONCELOS, Eymard Mourão. **A espiritualidade na educação popular em saúde.** Cad. Cedes, Campinas, vol. 29, n. 79, p. 323-

334, set./dez. 2009. Disponível em: <https://www.cedes.unicamp.br>. Acesso em: 11 abr. 2019.

WACQUANT, Loic. **Esclarecer o *habitus***. In: Journal: Revista da Faculdade de Letras: Sociologia, vol. 14, nº 1, p.35-41, 2004.

Aprovação de comitê de ética em pesquisa

pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Espírito Santo . Título: A IOGA NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE (UBS): SIGNIFICAÇÕES ATRIBUÍDAS AS PRÁTICAS CORPORAIS DE TRADIÇÃO ORIENTAL

Publisher

Universidade Federal de Goiás. Faculdade de Educação Física e Dança. Publicação no Portal de Periódicos UFG. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.