



DOI:10.12957/transversos.2019.47294

O CAMINHO INTERIOR DELAS: YOGA, GÊNERO E TRANSFORMAÇÃO SOCIAL NO BRASIL.

Maria Lucia Abaurre Gnerre
Universidade Federal da Paraíba
marialucia.ufpb@gmail.com

Gustavo César Ojeda Baez
Universidade Federal da Paraíba
gbaez@bol.com.br

Resumo: Nosso artigo se propõe a desenvolver uma análise de imagens e depoimentos de praticantes de Yoga do sexo feminino, no contexto histórico dos anos setenta do século XX, quando esta era uma forma de espiritualidade considerada “alternativa”. Nossa questão central é: será que existe uma relação entre a prática de origem indiana, disseminada entre mulheres brasileiras dos anos setenta, e algum tipo de transformação social para suas praticantes? Para responder esta questão, faremos algumas considerações introdutórias sobre a história do Yoga no Brasil, seguida por uma análise das transformações das representações femininas em imagens fotográficas de publicações dos anos sessenta e setenta, e por fim analisaremos alguns depoimentos de praticantes que relacionam o Yoga a questões de gênero no período.

Palavras chave: Yoga, transformação social, mulheres, Brasil.

Abstract: Our paper aims to develop an analysis of images and testimonials from female Yoga practitioners in the historical context of the seventies in the twentieth century, when it was considered an “alternative” form of spirituality. This is our central question: is there a relationship between this Indian practice, which spreads among women in the Brazilian society of the seventies, and some kind of social transformation for its practitioners? To answer this question we will make some introductory considerations about the history of Yoga in Brazil, followed by an analysis of the transformations of female representations in photographic images of publications from the sixties and seventies, and

finally we will analyze some testimonials of practitioners who relate Yoga to questions of gender in this period.

Keywords: Yoga, social transformation, women, Brazil.

1. Introdução:

Quando pensamos no tema “religião e transformação social” no contexto da sociedade brasileira dos anos 70, somos prontamente levados a pensar em casos de resistência e lutas políticas no âmbito das grandes religiões institucionalizadas, como a católica. Nesse sentido, temos a história das Comunidades Eclesiais de Base (CEB’s) e de outras organizações cristãs que se envolvem diretamente com lutas políticas e tornam-se agentes de transformações sociais em meio à ditadura militar. Estes são exemplos importantes de grupos religiosos bem definidos, que se destacaram por suas lutas naquele momento histórico, e que vêm recebendo diversos estudos acadêmicos nas últimas três décadas (BEOZZO, 1993; LÖWY, 1995 e TEIXEIRA, 1996).

A proposta central deste artigo, no entanto, não versa sobre grupos cristãos que atuaram como meios de resistência e transformação social no contexto da ditadura (sobretudo na primeira metade da década de 70), mas sim sobre praticantes de espiritualidades consideradas “outsiders”, que nesse mesmo contexto histórico se deslocaram do cristianismo para uma prática vista na época com algo totalmente “alternativo” — o Yoga.

Nossa questão central é: Será que existe relação entre a prática de origem indiana, que se dissemina no Brasil nesse cenário dos anos setenta (que também coincide com a contracultura e a emergência da Nova Era) e algum tipo de transformação social para seus praticantes? É uma questão difícil de ser respondida, tendo em vista a diversidade de propostas e de praticantes que o Yoga abarcava no Brasil já neste período¹. Porém, quando colocamos o filtro do gênero para esta questão, a resposta se torna iminentemente afirmativa: segundo nossa análise, o

¹ Sobre história do Yoga no Brasil, cf. GNERRE, 2016 e SANCHEZ, 2017, além de outros autores que serão citados ao longo deste trabalho.

Yoga pode sim ser compreendido como um elemento de emancipação, de empoderamento² do corpo, e, conseqüentemente, de transformação social para mulheres, numa época em que noções como “feminismo” e “igualdade de gênero” ainda arriscavam seus primeiros passos numa sociedade eminentemente patriarcal.

Assim, nossa proposta é tecer neste artigo uma abordagem ainda preliminar dessa questão, com base em alguns estudos de caso e registros fotográficos presentes em publicações da época. Antes de qualquer coisa, é importante ressaltar que as primeiras praticantes e difusoras do Yoga no Brasil foram, em sua maioria, oriundas das classes médias e altas dos grandes centros urbanos, o que impõe limites óbvios para a noção de transformação social³ neste caso. Porém, como veremos adiante, embora a prática não possa ser concebida nos anos setenta como um elemento de transformação social no sentido de romper barreiras de classe, por exemplo, ela pode ser vista sim como uma ferramenta de transformação do papel social destas mulheres.

O Yoga transformou a forma como elas se relacionavam com o próprio corpo, com o mundo, com os homens, e também a forma como elas passam a se representar dentro de sua própria categoria social. Uma transformação muitas vezes subjetiva, mas que repercute de forma intensa em relações sociais e relações de gênero, num período de grande repressão nas esferas públicas e privadas da sociedade brasileira. No entanto, um período em que os paradoxos se acentuam, e, junto com repressão nas ruas e repressão nos lares, temos também uma época de emergência do movimento feminista em escala global⁴, bem como de diversas outras formas de resistência que anunciavam a possibilidade de um novo mundo e uma nova sociedade.

² A respeito do termo “empoderamento” e de sua história relacionada às feministas negras, cf. BERTH, 2019.

³ Segundo CASTLES (2002), o termo comumente é aplicado sobre o modo como a sociedade e as culturas se transformam numa resposta ao crescimento econômico, a guerra ou em resposta a convulsões políticas. No entanto, podemos conceber o conceito de transformação social de maneira renovada para compreensão das mudanças culturais, como é o caso das alterações nas relações de gênero que aqui analisamos.

⁴ A este respeito, cf. PINTO, 2010.

Assim, paradoxalmente, temos no Brasil dos anos 70 um período de profunda repressão militar, e também o advento de uma série de novas espiritualidades no contexto da chamada “Nova Era”⁵. Como nos lembra GUERRIERO (2006, p. 58), tanto o Brasil como outros países ocidentais passam por mudanças drásticas a partir dos anos 60 com o advento da contracultura, caracterizada por ser um movimento de descontentamento em massa com os valores da sociedade tradicional, baseada no materialismo e na acumulação de bens. Nesse contexto, inúmeros movimentos de minorias ganham força, como o feminismo, movimentos indígenas, negros, livre opção sexual e outros de cunho libertário. E junto destes movimentos contestatórios emerge também um tipo de religiosidade flutuante e difusa, que o autor chama de “nebulosa místico-esotérica”, que abriga em seus contornos imprecisos tradições orientais, práticas exotéricas, sincretismos psicorreligiosos e toda uma série de vivências da Nova Era.

É justamente nesse cenário da Nova Era que o Yoga toma força no Brasil. Embora sua história na Índia seja milenar⁶ e mesmo sua presença Brasil seja anterior à contracultura e a própria Nova Era (remetendo aos anos 40 do século XX), é, sobretudo no fim dos anos 60 e início dos 70 que a prática se torna mais difundida em território nacional. Porém, há uma transformação sutil, no que diz respeito à participação das mulheres na prática, sobretudo entre a década de sessenta e a década de setenta do século XX, conforme analisaremos nos itens dois e três deste artigo. Por ora, faremos uma breve introdução à história do Yoga no Brasil, mostrando justamente as representações femininas nas primeiras produções nacionais sobre o tema (livros e discos) e a transformação desta participação feminina através de um protagonismo crescente.

Remontam às décadas de trinta e quarenta do século XX os primeiros registros do processo de chegada do Yoga ao Brasil. Porém, antes de iniciarmos aqui

⁵ Um conceito de contornos imprecisos, mas que vem recebendo importantes análises e tentativas de delimitação. De um modo geral, podemos compreendê-lo como um conjunto de práticas e crenças de caráter oriental ou relacionado a neopaganismos e xamanismos, em que se busca uma abordagem holística do ser humano, condizente com a “Era de Aquário”. A este respeito, cf. GUERRIERO, 2006 e AMARAL, 2000.
⁶Sobre história do Yoga, cf. FEUERSTEIN, 2005; ELIADE, 2004; ZIMMER, 2003; GNERRE, 2011.

uma breve exposição sobre esse processo, é importante ressaltar que nossa intenção não é estabelecer datas precisas da chegada desta prática ao solo nacional, ou mesmo reforçar discursos sobre os “pioneiros” da prática, mas sim observar contextos históricos, sociais e identitários que envolveram esses processos de chegada. Nesse sentido, é importante ressaltar que o Yoga teria chegado aqui num momento relativamente inicial de sua expansão global, pouco tempo depois de sua chegada aos Estados Unidos e à Europa, trazido por grandes mestres indianos como Swami Vivekananda, Paramahansa Yogananda e seus contemporâneos.

Os países do Cone Sul (sobretudo Argentina e Uruguai) dispõem de alguns dos primeiros registros sobre a chegada do Yoga no continente sul-americano. Este processo, no entanto, não corresponde à migração de um yogue indiano para a região, como ocorre na América do Norte, mas sim à migração de um francês conhecido como Swami Sevananda (Leo Alvarez de Masqueville), que depois se tornaria figura de grande destaque neste momento inicial da história do Yoga no Brasil, quando, partindo do Uruguai a bordo de uma Kombi, passa a percorrer o Brasil (principalmente os estados do sul) e outros países da América Latina, dando palestras sobre questões espirituais, nos anos 40 e 50 (GNERRE E SANCHEZ, 2015).

Após estes momentos iniciais da chegada do Yoga no Brasil, despontam na década de cinquenta outros mestres no cenário nacional, especialmente em São Paulo, no Rio de Janeiro e Curitiba⁷. Porém, temos nos anos 60, e principalmente nos anos 70, uma segunda fase na história do Yoga no Brasil, onde se registra um crescimento sem precedentes de publicações sobre este tema, o que indica também um crescimento do interesse de leitores brasileiros sobre o assunto. Uma questão, no entanto, merece destaque neste período da história do Yoga no Brasil: não são necessariamente representantes da contracultura ou do movimento Nova Era, os autores brasileiros que publicam livros sobre Yoga nestas décadas iniciais. Pelo contrário, temos entre eles dois membros das forças armadas, que acabam trocando

⁷ A respeito da trajetória destes mestres do fim da década de 50, cf. ZICA e GNERRE E ZICA, 2016.

a farda pelo tapete de Yoga: o primeiro deles é o General Caio Miranda; o segundo, o Tenente José Hermógenes.

Ambos foram figuras fundamentais para o desenvolvimento do Yoga no Brasil, e, devemos acrescentar ainda a esta galeria de mestres, que se tornam icônicos na segunda metade dos anos 60 e início dos 70, a figura do mestre DeRose⁸, que por sua vez não era oriundo de uma carreira militar, e continua em atuação na contemporaneidade com uma ampla rede de escolas. No entanto, uma vez que o foco central deste artigo é a compreensão da relação entre Yoga, gênero e transformação social no Brasil, vamos focar nossas análises iniciais em elementos biográficos do General Caio Miranda, e na capa de um disco lançado por ele. Além de ser um oficial do exército, é importante ressaltar que ele era também membro da Sociedade Teosófica do Brasil, na qual questões relativas a Yoga e meditação já vinham sendo debatidas desde sua fundação. Sua porta de entrada para as práticas específicas do Hatha Yoga⁹ teria sido uma obra do autor britânico William W. Atkinson, que escrevia com o pseudônimo de Yogue Ramacharaca, e foi um dos primeiros autores a ter suas obras traduzidas para o português pela Editora Pensamento.

Através dos ensinamentos de Ramacharaca, Caio Miranda teria aprendido a fazer exercícios respiratórios do Yoga (chamados de pranayamas), e, depois de dominar esses conhecimentos e entrar para a reserva, teria então começado a ministrar aulas de Yoga em sua própria casa. No ano de 1960, o autor publica uma obra considerada como a primeira em língua portuguesa sobre Yoga, intitulada “A Libertação Pelo Yoga”. Em 1962, teria publicado o segundo livro, “Hatha Yoga: a Ciência da Saúde Perfeita” (SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL, 2016)¹⁰.

⁸ Trata-se de um período de grandes debates na formação do campo do Yoga no Brasil. Tais debates envolveram sobretudo Hermógenes e DeRose, cujos posicionamentos em relação à prática foram se distanciando nos anos 70. Há importantes trabalhos acadêmicos que dialogam com esse momento histórico de forma mais detalhada (cf. SANCHEZ, 2017)

⁹ A respeito do conceito de Hatha Yoga, sua história e relação com o conceito anterior de Yoga clássico, cf. GNERRE, 2011.

¹⁰ Dados biográficos disponíveis no site institucional da Associação Brasileira de Yoga Integral: <https://yogaintegralsaopaulo.wixsite.com/sbyi/caio-miranda>. Acesso em 28/10/2019.

Em linhas gerais, podemos dizer que, combinando ensinamentos de mestres da Teosofia com ensinamentos de Hatha Yoga vigentes no período através de obras como a de Ramacharaca — que valoriza o elemento físico, associado à saúde dos pulmões —, temos as bases práticas e filosóficas que dão origem aos ensinamentos de Caio Miranda no momento de introdução da prática do Hatha Yoga no Brasil. Outro ponto importante a se observar aqui é que Caio Miranda, quando inicia sua prática de posturas (*asanas*)¹¹ do Yoga, atuava como professor de Educação Física do Exército brasileiro. Este dado, associado às suas leituras do Yogue Ramacharaca — também adepto do Yoga como fonte de “corpos saudáveis”—, nos dá indícios precisos sobre a presença dos discursos que valorizam o desenvolvimento físico na tradição do Yoga que se forma no Brasil, um país no qual esse empoderamento físico já vinha sendo historicamente valorizado através de práticas que se desenvolvem aqui, como, por exemplo, a Capoeira¹².

Essa noção de corpo vigoroso, associado à prática do Yoga, não pode ser considerada uma criação de praticantes ocidentais pautados por um olhar da educação física do início do século XX — embora esse referencial sem dúvida contribua para a construção de discursos associados à prática em seu processo de chegada ao ocidente. Esta noção da criação de um corpo vigoroso é na verdade muito anterior, e se fundamenta na própria tradição do Hatha Yoga tântrico. E Caio Miranda teria sido um dos autores que fazem essa “costura”, entre ensinamentos antigos e uma perspectiva ocidental sobre o corpo forte, devidamente “exercitado”. Nesse sentido, há uma série de relatos sobre o referido autor que o descrevem como sendo uma “figura carismática, alto, forte, corpo atlético, com voz firme e grave era instrutor de educação Física do exército Brasileiro” (YOGA KARUNA, 2014 apud GNERRE, 2016). Todas essas considerações iniciais servem de embasamento para

¹¹ O conceito de *asana* é central para a história do Yoga, e vem sendo traduzido simplesmente como postura, porém tem significados mais profundos: “Com o *asana* estável, o esforço de manter o corpo na mesma posição (com a coluna ereta) torna-se mínimo, e pode-se almejar o controle mais sutil das outras energias vitais que circulam pelo corpo do yogue” (GNERRE E BAEZ, 2013, p. 155).

¹² Sobre correspondências culturais entre Yoga e Capoeira, cf. ZICA E GNERRE, 2016.

que possamos analisar esta fotografia do autor e seu porte físico, estampada na capa de um disco de Laya Yoga:



Imagem 1: Capa do disco “Laya Yoga: relax profundo”, de Caio Miranda¹³. In: ZICA & GNERRE (2016).

Vamos nos deter por alguns parágrafos na análise desta capa, que representa uma importante narrativa inicial para os processos de transformação social que buscamos compreender neste artigo. O disco se intitula “Laya Yoga – Relax profundo”, que é o nome da própria prática especial ensinada por Caio Miranda. Em relação ao conteúdo desta prática, é importante notar que sua ênfase não incide apenas sobre os benefícios físicos do Yoga, muito pelo contrário. Trata-se de uma prática que induz a estados elevados de meditação através de mentalizações de imagens, e que tem na prática do relaxamento uma porta para processos de dissolução da mente egoica individual (MIRANDA, 1963, p 271).

A própria imagem da capa, portanto é ilustrativa deste processo de Relax profundo, conduzido pelo mestre Caio Miranda, com o objetivo de alcançar estados de consciência citados acima. Porém, embora os efeitos desejados da prática não sejam restritos ao nível físico, é justamente o físico do mestre que nos chama atenção nesta imagem, na qual ele aparece sentado com seu peitoral avantajado, cintura fina e bem definida, pernas confortavelmente cruzadas (note-se que ele não se apresenta em *Padmasana*¹⁴, a clássica postura de lótus para meditação), mãos relaxadas sobre

¹³ Na capa, podemos ver o mestre sentado. Há trechos do referido disco disponíveis para audição no YouTube. Cf.: https://www.youtube.com/watch?v=mXoG7JmCD_M (acesso em 23/10/2019). Fonte: TOQUE MUSICAL, 2014.

¹⁴ A respeito de *Padmasana* (definições e propriedades), cf. GNERRE, 2011.

os joelhos, e olhos semifechados, dando à sua face um ar de “tranquilidade observante”, apesar da seriedade militar ainda se fazer nitidamente presente. Deitada de forma totalmente relaxada à sua frente, encontra-se uma bela jovem, com silhueta característica do padrão de beleza dos anos 60, que podemos ver nitidamente através de um *collant* característico da época. Ao contrário do mestre, sua face se apresenta totalmente relaxada, assim como seus pés, pernas e braços. Apenas seu cabelo se mantém devidamente arrumado, nos moldes dos penteados erigidos à base de laquê, típicos da época.

Trata-se de uma narrativa visual que nos remete a um mundo nitidamente anterior à revolução de costumes e padrões estéticos determinados pela contracultura, mas que já nos dá mostras de inovações, das quais a própria prática do Yoga já faz parte. No entanto, a estrutura da prática nos mostra aqui relações de gênero ainda marcadas. O homem forte detém o controle do corpo da jovem, devidamente relaxado, quase desfalecido, em função de suas “doces e poderosas” palavras. Embora ela possa estar vivenciando uma experiência importante de Yoga e relaxamento, ela só deverá voltar deste estado de consciência quando for a vontade de seu mestre.

Assim como Caio Miranda foi um pioneiro na publicação de livros e na gravação de discos, obviamente as representações femininas no contexto do Yoga também adquirem um pioneirismo em suas obras. Mas nos anos seguintes, sobretudo nos anos 70, as mulheres não serão mais representadas nas publicações apenas como sendo discípulas dos mestres, porém passam a adquirir um protagonismo no ensinamento da prática, como professoras e modelos para posturas cada vez mais elaboradas. Este protagonismo impulsionado pela prática — que se faz sentir dentro dos livros — pode também ser sentido em suas relações sociais, conforme depoimentos de professoras da época, que analisaremos nos próximos itens deste artigo.

2. Yoga e gênero em publicações brasileiras da década de setenta.

Antes de observarmos essa transformação iminente no papel social das mulheres impulsionado pelo Yoga, é importante tecer algumas considerações preliminares sobre o próprio conceito de gênero com o qual estamos trabalhando. Devemos ressaltar, em primeiro lugar, que esta categoria, com todas a polissemia que envolve sua compreensão hoje, se constitui de tal forma num momento histórico recente, como resalta uma de suas mais conceituadas pesquisadoras:

A preocupação teórica com o gênero só emergiu no fim do século XX (...). O termo gênero faz parte da tentativa empreendida pelas feministas contemporâneas para reivindicar um certo terreno de definição, para sublinhar a incapacidade das teorias existentes para explicar as persistentes desigualdades entre mulheres e homens. (SCOTT 1995, p. 85.)

Assim como o conceito de Nova Era, também o conceito de gênero é fruto das transformações sociais do fim dos anos 60. Ou seja: é um conceito reivindicado politicamente pelas próprias pesquisadoras feministas, e que vai sendo construído neste período histórico de transformações profundas e emerge vinculado às necessidades destas mesmas pesquisadoras, que precisavam delimitar um arcabouço conceitual para apontar desigualdades sociais que historicamente se estabelecem entre homens e mulheres. Justamente por isso torna-se necessária sua aplicabilidade à história do Yoga no Brasil: Afinal, um olhar pautado pelo gênero sobre este assunto nos mostra um trajeto que se inicia numa condição de eminente desigualdade social, e embora esta desigualdade não seja totalmente superada, vai sendo transformada através das próprias praticantes femininas, que passam por um processo de “empoderamento”, seja de forma individual, seja de forma coletiva, associadas ao Yoga nos anos 70.

Embora muitos professores de Yoga desta época inicial não gostassem da chamada “ginasticalização” da prática, e não compactuassem com a associação que, segundo seus próprios textos, vinha sendo feita desde o início entre o Yoga e a ginástica, foi justamente a partir de sua expansão por diversos espaços e, inclusive, as próprias academias de ginástica, que a prática passa a ser cada vez mais associada a um universo feminino no Brasil da década de setenta. Ou seja: o próprio processo

de “ginasticalização” da prática, tão criticado na época pelos próprios praticantes, pode ter colaborado para afastar de certa forma o Yoga do tão temido universo das “seitas” orientais que os jornais da época noticiavam como um grande alerta para as famílias de classe média, a exemplo dos Hare Krishna (cf. CARVALHO, 2017). Outro processo que também colabora para esta aceitação entre este universo do Yoga e as classes médias urbanas da época, eminentemente católicas, teria sido a própria associação entre Yoga e cristianismo feita sobretudo por Hermógenes¹⁵, que talvez tenha colaborado de forma decisiva para uma maior aceitação social da prática.

Tendo assim galgado um caminho de transformação no imaginário social, através de mudanças em suas próprias representações iconográficas — cada vez mais associadas ao corpo feminino como forte, ativo e protagonista de posturas difíceis —, o Yoga no Brasil foi deixando de ser associado a elementos exóticos em nossa sociedade (como magros *sadhus* encantadores de serpentes) e passa a ser cada vez mais associada a mulheres de *collant*, em belas posturas, com um semblante pacífico. Tais corpos femininos serviram de “embaixadores” da prática em território nacional nas obras de diversos autores e, junto com esta entrada “imagética”, algumas mulheres deixaram de apenas ilustrar posturas e tornaram-se também professoras e autoras, como é o caso célebre da jornalista Glycia Modesta de Arroxellas Galvão, que, utilizando-se do pseudônimo Chiang Sing, escrevia uma coluna na revista “O Cruzeiro” e em lançou já em 1965 o famoso livro *Yoga para Mulheres*. Além dela, outro exemplo importante é a professora Maria Celeste de Castilho, pioneira na prática desde a década de cinquenta.

Uma obra do professor Julio Maran, de 1977, intitulada “Filosofia do Yoga”, e publicada pela editora Loyola (ou seja, uma editora cristã, o que mostra justamente essa aceitação da prática entre os meios cristãos da época), é um exemplo importante desta nova leva de publicações em que temos exclusivamente mulheres protagonizando as fotografias de *asanas*, como nos exemplos a seguir:

¹⁵ A este respeito, cf. ZICA & GNERRE, 2016.



Imagem 2: Praticante em *Padmasana*. In: MARAN, 1977, P. 61

Aqui vemos uma praticante sentada em *Padmasana* (ou postura de lótus) sobre um gramado. Infelizmente não conseguimos saber seu nome, mas o autor publica na contracapa da obra o nome das seis praticantes que foram fotografadas por ele para realizar sua obra¹⁶. A imagem é muito sugestiva: nela, a praticante executa de forma firme e estável a postura mais importante do universo do Hatha Yoga. Tal postura é enunciada num texto da tradição do Hatha Yoga produzido por volta do século XIII como “*Padmasana, que destrói todas as doenças*”¹⁷. Esta referência, presente no *Hatha Yoga Pradipika*, nos mostra os poderes tradicionalmente associados a esta postura, em que as pernas devidamente cruzadas e os pés perfeitamente encaixados dão à coluna um alinhamento e uma estabilidade perfeitos. Este alinhamento estável, além de favorecer a firmeza do corpo (músculos, ossos, etc.) e da mente, também favorece a saúde dos órgãos internos, através de uma boa digestão e uma boa respiração (por isso a alusão à “cura de todas as doenças” no texto antigo da tradição). Voltando à fotografia, observamos que, ao mesmo tempo que o corpo da praticante se posiciona de forma decidida na postura clássica, seu rosto demonstra um semblante calmo, meditativo,

¹⁶ Na contracapa da obra vemos agradecimentos a “Juraci, Sandra, Izabel, Vera, Lucilia e Regina” como mulheres que executam posturas nas fotografias da obra. Cf. MARAN, 1977.

¹⁷ GNERRE, 2011, p. 237

em meio a um jardim sobre uma colina. Além disso, a foto é feita a partir de um ângulo mais baixo, que nos traz assim uma impressão clara de “elevação”.

O texto abaixo da foto nos fala sobre as grandes lições da vida, e a necessidade de estar com o coração quieto e pacífico para que estas sejam aprendidas. Ora, justamente uma mulher é colocada aqui como exemplo visual para esta quietude do coração, que representa também a própria quietude da mente, a meta suprema do Yoga anunciada há cerca de dois mil anos por *Patañjali* nos aforismos iniciais do célebre Yoga Sutra¹⁸. Agora, sim, temos uma mulher ocupando uma postura e uma posição semelhante àquela do professor Caio Miranda na capa de seu disco que analisamos no item anterior. Além deste protagonismo numa postura de caráter meditativo, temos também o corpo feminino como protagonista para outras imagens que envolvem força e flexibilidade, como estas:

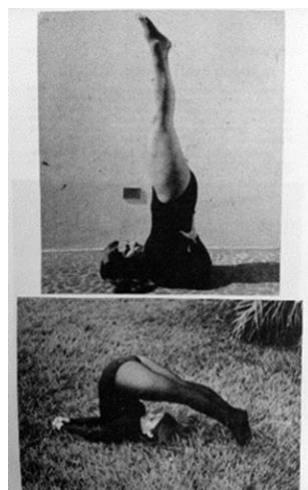


Imagem 3: Praticante em *Sarvangasana e Halasan*. In: MARAN, 1977, P. 104

Aqui vemos na mesma obra outra praticante desenvolvendo duas posturas invertidas sobre os ombros, que geralmente são feitas de forma consecutiva. A primeira, com as pernas esticadas, é *Sarvangasana* (ou postura da vela) e a segunda *Halasana* (postura do arado). Curiosamente, a primeira se encontra num piso firme e a segunda, sobre um gramado. Ambas as fotografias mostram novamente uma

¹⁸ O chamado Yoga Clássico se inaugura quando o sábio Patañjali produz uma compilação das técnicas de Yoga então existentes, em seu famoso texto *Yoga Sūtra* (produzido por volta do século II a.C.).

mulher com seu *collant* (agora preto), executando posturas que exigem força abdominal, força nas pernas e flexibilidade nos quadris e nos ombros. Tais posturas geralmente são associadas a processos de rejuvenescimento do organismo. Nestas imagens já não temos o semblante meditativo da primeira: o que se apresenta agora é o corpo feminino como capacitado para o esforço exigido pelo Hatha Yoga.

O que observamos nesta obra de Maran (1977), bem como em outras publicações sobre Yoga do período, nas quais as mulheres passam a ser protagonistas das imagens, é que se cria um discurso visual sobre Yoga no qual o corpo feminino surge como um corpo “empoderado”, não mais um corpo passivo, calmo e submisso, mas sim um corpo vigoroso, capaz de executar posturas elaboradas.

Esse processo de empoderamento aplicado ao corpo é na verdade um processo previsto por toda a tradição do Hatha Yoga da Índia medieval, quando o sistema filosófico e prático do tantrismo passa a ocupar o cerne conceitual do Yoga, colocando a figura da Shakti, ou o grande princípio sagrado feminino, como cerne de sua devoção¹⁹ e desenvolve toda uma gama de conhecimentos a respeito do corpo sutil, que Gavin Flood denomina “corpo tântrico” (FLOOD, 2006).

É importante observar, no entanto, que nos próprios textos clássicos da tradição do Yoga o que se observa é que as descrições das posturas muitas vezes nos mostram nitidamente que tais práticas eram eminentemente masculinas, através de citação a partes do corpo masculino (como o pênis, por exemplo)²⁰. Isso nos mostra que, mesmo se desenvolvendo num contexto tântrico de adoração e empoderamento do princípio sagrado feminino, a prática de Hatha Yoga na Índia teria tido um caráter eminentemente masculino, o que se explica tanto pelo lugar que as mulheres efetivamente ocupavam na sociedade indiana, quanto pelo regime restrito de guru-discípulo no qual era ensinada. No entanto, desde sua chegada ao ocidente no início do século XX, há uma multiplicação da prática entre as mulheres, e também no Brasil se observa esse processo de “cooptação” feminina do Yoga. Este

¹⁹ Sobre o conceito de Shakti, cf. GNERRE, 2013.

²⁰ A este respeito, cf. análise da postura *Sidhasana* em GNERRE, 2011.

processo, segundo nossas pesquisas, trouxe uma série de resultados que podem ser associados às próprias lutas por transformação social e emancipação feminina nas décadas de sessenta e setenta, conforme analisaremos a seguir.

A breve análise que desenvolvemos aqui, a respeito destas imagens e de sua relação com um processo de empoderamento do corpo feminino, tem um caráter preliminar e pode servir de inspiração para pesquisas futuras sobre o tema. Afinal, temos outros importantes autores brasileiros do período publicando obras sobre Yoga com protagonistas femininas que se destacam nesse universo das posturas cada vez mais avançadas. No entanto, uma transformação ainda maior estava em curso neste mesmo período, quando as próprias mulheres tomam o lugar de fala a respeito da prática, tornando-se não apenas “demonstradoras”, mas também professoras, autoras e organizadoras de grandes eventos de Yoga, conforme analisaremos no item seguinte deste artigo.

3. Yoga e transformação social: os congressos de Yoga e as mulheres difundindo a prática pelo Brasil.

Entre o fim dos anos 60 e início dos anos 70, observamos nos discursos de professores um esforço sistemático pela caracterização do Yoga como prática espiritual, a fim de evitar um temido processo de “ginasticalização” da prática. Buscando, justamente, resistir a essa tendência, e preservar os ensinamentos considerados verdadeiros e profundos desta tradição, observa-se nesta época um intenso movimento de organização desses professores em congressos e associações de Yoga, que se expandem pelo Brasil já nos anos 70.

Neste ciclo de institucionalização da prática, temos em 1973 a fundação da Associação Brasileira de Profissionais de Yoga por um grupo de praticantes que, sob a liderança do importante professor Jean Pierre Bastiou, que havia partido para a Índia para realizar um curso no Yoga Institute, em Mumbai²¹. De volta ao Brasil, este grupo funda a referida Associação com o objetivo de divulgar uma linha tradicional

²¹ A respeito disso, vide o site da própria associação, onde temos uma importante narrativa: <http://abpyrio.wix.com/abpyrio> (Acesso em 24/10/2019).

do Yoga baseado no Yoga de Patañjali, ou seja, tratava-se de uma forma de garantir que as práticas no Brasil mantivessem seu vínculo com a proposta indiana, que priorizava os elementos espirituais.

Não é nosso intuito aqui restituir todas as peças que constituem o complexo quebra-cabeça da formação das associações e congressos de Yoga no Brasil durante os anos 70. Mas consideramos importante analisar cenas que seriam representativas de algumas tendências importantes deste campo tão multifacetado, no qual as mulheres passam a exercer lugares de protagonismo. Assim, após a referida fundação da Associação Brasileira de Profissionais de Yoga, em 1975, DeRose também teria fundado a União Nacional de Yoga, que num momento inicial congrega instrutores e escolas de diversas modalidades de Yoga. Justamente esta entidade, a Uni-Yôga, passa a ser responsável por diversos cursos de formação na área, atrelados tanto a universidades públicas quanto particulares, sobretudo católicas (DEROSE, 1995, p. 29). Além destas associações e cursos de Yoga que aqui citamos, uma variedade de outras instituições e cursos (alguns com objetivos relacionados a linhagens mais específicas) começam a se formar no Brasil dos anos 70. Trata-se de um momento de expansão e, conseqüentemente, de multiplicação das propostas e pontos de vista sobre o Yoga no Brasil. E, justamente neste rico momento histórico, caracterizado pela diversidade, surgem as primeiras propostas de “regulamentação” e unificação da prática em território nacional, e posteriormente, uma série de controvérsias associadas a tais propostas. No âmbito deste artigo, o que nos interessa é analisar estas associações e congressos como lugar de ação e protagonismo destas mulheres. A própria questão numérica (ou seja, a quantidade de participantes do sexo feminino de tais eventos) é o que nos chama atenção, em primeiro lugar, em imagens como esta:



Imagem 4: registro fotográfico da II Convenção Nacional de Professores de Yoga (Curitiba, 1975). In: MARAN, 1977, p. 53

Nesta imagem, da II Convenção Nacional de Professores de Yoga, realizada em Curitiba no ano de 1975, temos cerca de cento e vinte participantes posando para a foto oficial do evento, em frente ao Colégio Estadual do Paraná. Dentre estes participantes, menos de vinte são homens, e todas as demais são mulheres. Essa desigualdade numérica serve de base, justamente, para exemplificar essa presença massiva das mulheres nestes eventos e em suas respectivas associações. Na linha de frente, observamos quatro mulheres ajoelhadas, com roupas semelhantes (provavelmente o traje da comissão organizadora), segurando com orgulho um papel, talvez a ata do evento: um documento histórico que, caso seja localizado, pode ser de grande auxílio para futuras pesquisas a respeito do tema.

Nesse mesmo contexto de criação de eventos e associações de Yoga do início dos anos 70, vemos também surgir uma figura feminina icônica, que talvez exemplifique de forma exemplar esse processo que aqui analisamos. Trata-se da paulista Maria Helena de Bastos Freire, que ganhou o status de “Primeira dama do Yoga” brasileiro, conforme registra uma matéria publicada no jornal Folha de São Paulo. Ela esteve envolvida na criação da Associação Internacional dos Professores de Yoga no Brasil e na organização do primeiro Festival internacional de Yoga no país.

Este festival começa a ser organizado em 1971, quando Maria Helena teria saído de um congresso na Austrália direto para a Índia, com a incumbência de organizar aqui o referido evento. Porém, a passagem pela Índia era algo profundamente arriscado naquele momento, pois aquele país encontrava-se em guerra com o Paquistão. Segundo seu depoimento para o jornal:

"A última invasão tinha acontecido e eu estava a caminho. Não existia e-mail, e meu marido, aflitíssimo, mandou um telegrama me pedindo para voltar. Fingi que não recebi e fui assim mesmo." (FOLHA DE SÃO PAULO, 17/08/2010)

Desta forma singela, Maria Helena teria conseguido driblar a preocupação de seu marido, e embarcado numa viagem à Índia, para convidar e trazer professores de Yoga para este primeiro festival que estava organizando. A narrativa de sua viagem torna-se épica:

"Rodei a Índia toda com um gravador enorme pendurado no pescoço, conhecendo, entrevistando e convidando professores para o congresso", diz. Não havia turistas, muito menos mulheres ocidentais, o que despertou estranhamento, mas também a simpatia dos indianos. Maria Helena conseguiu uma audiência com a então primeira-ministra Indira Gandhi, que autorizou a saída de todos os convidados. (FOLHA DE SÃO PAULO, 17/08/2010)

Temos alguns elementos importantes no trecho acima. Em primeiro lugar, a narrativa da audiência de uma professora de Yoga brasileira com a primeira-ministra da Índia, Indira Gandhi. A organização do evento internacional de Yoga no Brasil leva esta senhora a se envolver em importantes esferas políticas, inclusive sendo recebida pela primeira-ministra, que fazia então um governo controverso na Índia. Além disso, vemos em sua narrativa o caráter de aventura associado à organização do evento: uma viagem por diversos locais da Índia, onde não se viam "turistas ocidentais" e muito menos mulheres, sempre acompanhada de seu gravador enorme. Junto de Cecília Meireles²² e de Chiang Sing, Maria Helena Bastos Freire talvez tenha sido uma das primeiras mulheres brasileiras a viajar por aquele

²² Cecília Meireles fez uma célebre viagem à Índia, que reverbera num livro de poemas. A este respeito, cf. LOUNDO, 2007.

país, em busca da cultura milenar que dá origem à prática do Yoga, que agora representava o eixo central de sua vida.

No entanto, apesar de sua iniciativa e de todos os riscos envolvidos na viagem desta mulher sozinha pela Índia, e apesar também da notória colaboração por parte do governo indiano para a realização do evento no Brasil, o próprio governo brasileiro, em plena ditadura militar, não teria colaborado, através de um obscuro processo de negação de vistos. Mesmo com tais boicotes, o evento acontece, marcando o início de um importante ciclo de congressos de Yoga, que proliferam pelo Brasil nos anos seguintes, junto com associações e entidades. Outra cena relevante deste contexto é aquela em que se registram os primeiros cursos de formação em Yoga. Também nestes Maria Helena de Bastos Freire teria participado de forma ativa, atuando na construção do 1º Curso em Nível Universitário de Formação de Professores de Yoga, em 1972²³.

Esse mesmo processo emancipatório relacionado ao Yoga, vivido por mulheres do sul e sudeste do Brasil nos anos 60 e 70, também se expande por outras regiões, e podemos observar casos semelhantes no nordeste, sobretudo na Paraíba, onde uma dissertação de mestrado²⁴ registrou relatos importantes das primeiras professoras de Yoga do estado. Embora o foco central da autora em suas entrevistas não tenha sido a questão de gênero, esta fica latente nos depoimentos das praticantes mais antigas do estado. Neste sentido, temos na referida dissertação um relato muito importante da professora Ada Tavares Zenaide, que começa a praticar Yoga “sozinha e escondida” no início dos anos 50, influenciada por um livro de Chiang Sing, e, depois de alguns cursos de formação, também forma seu grupo de Yoga nos anos 60 e 70, em João Pessoa (PB):

Naquela época as mulheres eram marginalizadas e muito abafadas, e eu não via, também, muito progresso nas mulheres. As mulheres cresceram depois do feminismo, depois que elas começaram a se impor. Mas, eu ajudei a criar essa libertação para as mulheres. Eu começava a trabalhar

²³ Informações disponíveis em: <https://yogaintegralsaopaulo.wixsite.com/sbyi/histria-do-yoga-no-brasil>. Acesso em 29/10/2019.

²⁴ Cf. LIMA, 2010.

com o Yoga dentro de casa e elas iam se fazendo e eu ajudando a fazer com que elas fizessem o caminho para o interior delas, para que elas se encontrassem na via, no caminho da liberdade! Tá feito! Hoje eu tenho vários exemplos, de vida, se vocês quiserem conhecer. (Depoimento de Ada Tavares Zenaide, in: LIMA, 2010, p. 53)

Neste trecho selecionado de um longo e importante depoimento oferecido pela professora aos setenta e oito anos de idade, temos alguns elementos chaves que merecem ser cuidadosamente analisados. Primeiramente, devemos observar que ela se coloca num lugar de fala anterior à chegada do feminismo e dos processos de emancipação feminina. Fala sobre uma “época” em que as mulheres eram muito “abafadas e marginalizadas”, e que sua condição só iria se transformar — segundo a própria informante — , com a chegada do feminismo. Na sequência, ela liga diretamente sua prática de Yoga e seus ensinamentos específicos para mulheres ao próprio processo emancipatório que por elas seria vivido. Aponta-nos que teria ajudado a “criar esta libertação para as mulheres”, através de um trabalho dentro de casa, dentro do espaço do lar. Esse ponto é muito importante: apesar de despontar em academias como vimos anteriormente, o Yoga neste período também se configurava como uma prática eminentemente doméstica. Algo que as mulheres poderiam fazer em casa, sem causar grande impacto na sua vida doméstica, através de sequências relativamente simples, ensinadas em livros, e que não utilizavam equipamentos elaborados.

Assim, dentro da própria casa, ou na casa da professora (um espaço de convívio que também não causaria grande temor aos maridos), as mulheres poderiam encontrar através do Yoga seu próprio espaço interior. E, justamente, a criação desse espaço de liberdade interior reverberaria num processo de criação de liberdade exterior, uma liberdade social ao mesmo tempo tão difícil e tão desejada para as mulheres do período, sobretudo fora dos grandes centros urbanos do sudeste. Nesse sentido, a prática do Yoga pode ser considerada uma mola propulsora de transformações sociais que atua em diferentes regiões do Brasil, a partir de uma abordagem interior-espiritual, neste contexto histórico da década de setenta. Os processos posteriores de criação de associações estaduais, em sua

maioria capitaneados por mulheres (o caso da Paraíba encontra-se devidamente descrito na referida dissertação através do depoimento da professora Cristina Abreu)²⁵, representam também cenas importantes desses momentos de transformações sociais, quando mulheres são chamadas a criar e coordenar instituições, gerenciando agora uma série de processos relacionados ao Yoga, que definitivamente as impelem para muito além de seu próprio lar.

3. Considerações finais:

Procuramos analisar neste artigo um processo histórico de empoderamento feminino relacionado à prática do Yoga que pode ser observado pelo menos em dois níveis diferentes. Num primeiro nível, podemos perceber uma transformação social do papel das mulheres no próprio contexto interno do Yoga brasileiro. Essa transformação se dá especificamente nas representações sobre Yoga produzidas no Brasil entre os anos 60 e 70, nas quais mulheres praticantes se tornam cada vez mais protagonistas de suas ações e das posturas representativas desta tradição.

Esse processo, por sua vez, é resultado da própria difusão da prática entre grupos femininos nos centros urbanos, e pode ser considerado um espelho de suas próprias vivências — muitas vezes de caráter privado — de empoderamento dos seus corpos e transformação de suas mentalidades. Ou seja: dentro da própria tradição que se forma no Brasil, podemos observar um processo a partir do qual mulheres conquistam um espaço de expressão através de uma nova corporeidade²⁶ feminina que se funda neste processo.

Num segundo nível, podemos observar uma transformação social do papel destas mulheres em esferas que extrapolam as esferas da prática do Yoga, e que vão muito além de seus tapetes e posturas. Vemos grupos de mulheres se organizando, criando associações, organizando eventos, viajando, atuando politicamente em esferas que envolveram os governos da Índia e do Brasil em plena ditadura militar. Vemos aí um empoderamento político destas mulheres, que se envolveram nestas

²⁵ Cf. LIMA, 2010, p. 64

²⁶ Utilizamos aqui o conceito de corporeidade expandido de LE BRETON (2007).

ações e, muitas vezes, precisaram contrariar seus maridos e ir muito além das franjas de seu lar, em busca de um espaço na sociedade em que lhes fosse permitido praticar. Assim, a prática feminina representou, e talvez ainda represente, uma ferramenta poderosa de transformação individual nestes diferentes níveis. Na contemporaneidade, por sua vez, há uma série de elementos novos que precisam ser levados em consideração para qualquer tipo de análise mais elaborada, e, certamente, não teremos condições de desenvolvê-los no âmbito deste artigo. Mas, em linhas gerais, podemos dizer que a relação entre o Yoga e o capitalismo se acentua profundamente nos anos seguintes, e os espaços da prática passam a ser desejados e garantidos dentro da própria máquina do mercado, sobretudo em revistas e redes sociais (SANCHEZ, 2017).

Esse processo de aparente “fagocitose” da prática pelo capitalismo, no entanto, não destitui as possibilidades de transformação social vinculadas a seus ensinamentos. Afinal, existem resultados interiores da prática, de formação e transformação individual, que não podem ser “fagocitados”, e, justamente por isso, seus poderes de transformação individual e social continuam latentes. Nesse sentido, temos exemplos importantes de projetos sociais relacionados à prática do Yoga entre mulheres, nos quais a prática funciona como ferramenta de reestabelecimento físico, mental e emocional após processos traumáticos (OLIVEIRA, 2019). Finalmente, após estas considerações finais, nos parece perfeitamente plausível afirmar que existiu uma relação entre Yoga, gênero e transformação social no Brasil da década de setenta e que esta relação continua existindo até hoje, ainda que pautada por novas questões sociais e econômicas.

REFERÊNCIAS:

AMARAL, Leila. *Carnaval da alma: comunidade, essência e sincretismo na Nova Era*. Petrópolis: Vozes, 2000.

BEOZZO, José Oscar. *A Igreja do Brasil: de João XXIII a João Paulo II, de Medellín a Santo Domingo*. Petrópolis: Vozes, 1993.

BERTH, Joice. *Empoderamento*. São Paulo: Pólen, 2019.

- CARVALHO, Leon Adan Gutierrez de. *"A suave invasão": práticas e representações do movimento Hare Krishna em Pernambuco (1973-1996)*. 2017. Dissertação de Mestrado (Mestrado em História) - Universidade Federal Rural de Pernambuco, UFRPE, Recife, 2017.
- CASTLES, Stephen. Estudar as transformações sociais. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 2002, n.40, pp.123-148.
- DEROSE. *Prontuário de Yoga antigo*. Rio de Janeiro: Editora Ground, 1985.
- ELIADE, Mircea. *Yoga: imortalidade e liberdade*. São Paulo: Palas Athena, 2004.
- FEUERSTEIN, Georg. *A Tradição do Yoga*. São Paulo: Pensamento, 2005.
- FLOOD, Gavin. *The Tantric Body. The Secret Tradition of Hindu Religion*. New York: I.B. Tauris & Co. Ltd., 2006.
- GNERRE, Maria Lucia Abaurre. Gheranda Samhitā: corpo e libertação na tradição do Hatha Yoga. *Revista Numem*, Juiz de Fora: v. 14, p. 219-246, 2011.
- GNERRE, Maria Lucia Abaurre e BAEZ, Gustavo César Ojeda. Tradições Religiosas e Filosóficas da Índia na perspectiva de Mircea Eliade. *Reflexus*, v. 7, p. 143-160, 2013.
- GNERRE, Maria Lucia Abaurre; SANCHES, Raphael Lugo. As representações de Sevananda como pioneiro no campo do Yoga brasileiro. *Revista Cultura Oriental*, v. 2, p. 59-70, 2015.
- GUERRIERO, Silas. *Novos Movimentos Religiosos: o quadro brasileiro*. São Paulo: Paulinas, 2006.
- LE BRETON, David. *A sociologia do corpo*. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.
- LIMA, Vânia C. Lucena (UFPB). *Yoga como caminho de elevação da espiritualidade e da saúde*. Dissertação (Mestrado em Ciências das Religiões) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa: 2010.
- LOUNDO, Dilip. "Cecília Meireles e a Índia: viagem e meditação poética". In: Gouvêa, Leila V.-B (Org.). *Ensaios sobre Cecília Meireles*. São Paulo: Humanitas/Fapesp, 2007.
- LÖWY, Michael. *Marxismo e Teologia da Libertação*. São Paulo: Cortez, Autores Associados, 1995.
- MARAN, Júlio. *Filosofia do Yoga*. São Paulo, Ed. Loyola, 1977.
- MIRANDA, Caio. *A libertação pelo Yoga*. Rio de Janeiro: Livraria Freitas Bastos, 1963.
- OLIVEIRA, Marília Thereza Costa. *A cura através do movimento: processos terapêuticos entre mulheres através da disciplina do corpo no Hatha Yoga*. Dissertação (Mestrado em Ciências das Religiões) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa: 2019.

PINTO, Céli Regina Jardim. Feminismo, História e Poder. In: *Rev. Sociol. Polít.*, Curitiba, v. 18, n. 36, p. 15-23, jun. 2010.

SANCHES, Raphael Lugo. *Curar o corpo, salvar a alma: as representações do Yoga no Brasil*. Dourados: Ed. UFGD, 2017.

SCOTT, Joan Wallach. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. In: *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 71-99, jul.-dez. 1995.

TEIXEIRA, Faustino. *Os Encontros Intereclesiais de Cebs no Brasil*. São Paulo: Paulinas, 1996.

ZICA, Matheus da Cruz e; GNERRE, Maria Lucia Abaurre. Índia Ocidental, China Tropical: uma “espiritualidade do corpo” como elemento propiciador de encontros culturais no Brasil. *Horizonte: Revista de Estudos de Teologia e Ciências da Religião*, v. 14, p. 789, 2016.

ZIMMER, Heinrich. *Filosofias da Índia*. São Paulo: Palas Athenas, 2003.

Maria Lucia Abaurre Gnerre: Doutora em História Social pela Unicamp e Professora Associada do Departamento de Ciências das Religiões - Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Gustavo César Ojeda Baez: Doutor em Ciências Sociais (UFCG, 2016). Pós-doutorando PNPd pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões (PPGCR/UFPB).

Como citar este artigo:

Gnerre, Maria Lucia Abaurre; Baez, Gustavo César Ojeda ; “O CAMINHO INTERIOR DELAS: YOGA, GÊNERO E TRANSFORMAÇÃO SOCIAL NO BRASIL” .In REVISTA TRANSVERSOS. "Dossiê: RELIGIÃO E MUDANÇA SOCIAL ". N° 17, Dezembro, 2019, pp. 115-137 Disponível em <<https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/transversos/index>>. ISSN 2179-7528. DOI:10.12957/transversos.2019.47294