

Autores: Alicia Cima Rodriguez¹ e Daniel Giordani Vasques²

¹Graduanda em Ciências Sociais na UFRGS. Bolsista BIPOP/UFRGS. E-mail: aliciacimarodriguez@hotmail.com

²Professor Doutor do Departamento de Expressão e Movimento da UFRGS. E-mail: dgvasques@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

O estudo aqui apresentado teve início junto à formação de um grupo de práticas de yoga em ginásio localizado na cidade de Porto Alegre - RS. As aulas de yoga presenciais iniciaram em novembro de 2019 e as atividades ocorreram até dezembro. Em 2020 o projeto continuou, porém adaptado à realidade virtual condicionada pela COVID-19, os encontros de yoga acontecem no ciberespaço. Em campo estive como instrutora de yoga e pesquisadora e essa pergunta me acompanhou: Como podemos pensar a noção de corpo e de saúde a partir de práticas do yoga?

Nesse trabalho, as reflexões - desencadeadas do encontro de teorias com o campo - foram direcionadas para as aulas presenciais, as quais eram formadas por 12 a 15 participantes, a maior parte eram mulheres que moram no mesmo bairro do local de prática Assim, o objetivo deste estudo etnográfico é refletir sobre o yoga com base nas noções de corpo e saúde produzidas pela antropologia, analisando a partir da experiência em campo a interação entre as aulas de yoga, o corpo e os agenciamentos terapêuticos vivenciados pelos sujeitos.

2. YOGA NO GINÁSIO?



"Yoga é tipo alongamento, né? Ajuda a tonificar o corpo?" Um homem jovem nos perguntou durante a fase de divulgação das aulas, talvez essa pergunta se construa na lógica do mundo das academias de ginástica, onde o gasto energético e a estética do corpo são indissociáveis do exercício. Alguns elementos do ginásio como as arquibancadas, o teto alto, as caixas de som podem remeter um sentido esportivo à prática de yoga.

Com o início da prática *yogi* novos elementos foram incorporados ao espaço, como os mantras, os tapetes de yoga, o silêncio durante os movimentos, os olhos fechados.

3. COMO PODE O CORPO SER AFETADO NAS AULAS DE YOGA?

Durante as aulas no ginásio, os corpos movimentaram-se com yoga primeiramente através dos asanas, das posturas físicas e experimentam seu corpo através das simbologias corporais.

Contudo a corporificação (no sentido de Mol, 2004) de pedaços do mundo é um processo gradual e controverso, a exemplo da fala de uma aluna ao final da aula: **"hoje eu não consegui me concentrar"**. A concentração e percepção da experiência corporificada se desenha com os movimentos.

O corpo pode ser afetado (no sentido de Latour, 2008) a partir da experimentação, da articulação, isto é, sentir-se relaxado, revigorado, em estado meditativo, conforme a leitura das alunas, a medida em que corporifica ações que lhe permitiram observar a si mesmo e os seus sentimentos.



4. YOGA E AGENCIAMENTOS TERAPÊUTICOS

Os agenciamentos terapêuticos (no sentido de Tavares, 2017), isso é, o que adquire agência para construção da saúde está além dos sujeitos, agrega outros múltiplos mediadores que participam dos processos de saúde e cuidado.

Os agenciamentos terapêuticos no âmbito das aulas de yoga no ginásio envolveram:

- **pessoas (alunas, professores, etc.)**
- **objetos (tatames, plano de aula, toalha, etc.)**
- **ambiente**
- **mantras, propósitos, canais energéticos.**
- **sentimentos**



A terapêutica do yoga está associada à uma visão integrativa do ser, durante a aula eu costumava falar as seguintes instruções: **"Vamos levar nossa atenção para o ar que entra e sai pelas nossas narinas, a respiração faz o elo entre nossos corpos: físico, mental e espiritual"**, assim no que tange à experiência moderna e ocidentalizada junto ao yoga o que toca o terapêutico no yoga está intimamente relacionado à consolidação de hábitos yogis cotidianos de **autopercepção, autodescoberta e autocuidado.**

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, chegamos em alguns lugares com esse projeto: formou-se um grupo de interessadas em participar de encontros semanais direcionados a prática de uma atividade integrativa; ancoramos elementos do mundo do yoga a um espaço que agrega muitos elementos esportivos, favorecendo a diversidade de experiências locais; compartilhamos enquanto grupo, ideias, percepções e sentimentos; relacionamos as análises do campo com conceitos de Annemarie Mol, Bruno Latour e Fátima Tavares, formando pontes entre os conhecimentos acadêmicos das Ciências Sociais e os conhecimentos do campo; avançamos nas discussões acerca do corpo e da saúde junto à perspectiva do mundo do yoga. Ao finalizar este trabalho, é possível perceber que a experiência em campo foi construída junto a diversos atores, confluindo, assim, na distribuição da autoridade etnográfica sobre ele.

REFERÊNCIAS

- LATOUR, Bruno. **Como falar do corpo? A dimensão normativa dos estudos sobre ciência.** In: NUNES, J.A. ROQUE, R. (Org.). *Objectos Impuros: Experiências em Estudos sobre a Ciência.* Porto: Afrontamento, 2008. p. 39-61.
- MOL, Annemarie; LAW, John. *Embodied Action, Enacted Bodies. The Example of Hypoglycaemia.* in: **Body & Society** Vol. 10 (2-3); 2004, 43-62
- TAVARES, Fátima. *Rediscutindo conceitos na antropologia da saúde: notas sobre os agenciamentos terapêuticos.* **Mana [online]**. 2017, vol.23, n.1, pp.201-228