



## Índia “Ocidental”, China “Tropical”: uma “espiritualidade do corpo” como elemento propiciador de encontros culturais no Brasil

“Western” India, “Tropical” China:  
a "spirituality of the body" as a propitious factor  
of cultural meetings in Brazil

Matheus da Cruz e Zica\*  
Maria Lúcia Abaurre Gnerre\*\*

### Resumo

O presente artigo objetiva fornecer elementos para uma melhor compreensão a respeito de como determinadas práticas espirituais e corporais de origem indiana e chinesa vêm se (re)configurando em terras brasileiras, a saber o Yoga e o Tai Chi Chuan. Apesar das singularidades que marcam cada uma destas práticas, tanto em suas propostas constitutivas quanto em suas trajetórias históricas em solo brasileiro, destacamos uma semelhança importante entre estes distintos universos de práticas: em ambas a compreensão do corpo pode preceder a compreensão das palavras. Justamente por isso, tais práticas estariam servindo como verdadeiros veículos para diálogos interculturais e religiosos. Os elementos espirituais que, nestas tradições, são passíveis de transmissão através de gestos e posturas corporais, constituem, a nosso ver, uma autêntica “espiritualidade do corpo”, que se caracteriza entre outras coisas por ser dinâmica e mutável, como são os próprios corpos humanos. Defendemos que esta característica fluida e dinâmica tem permitido um amplo processo de reinvenção de tais práticas no Brasil, seja no âmbito de nosso campo religioso, seja no âmbito de nossas corporeidades características, cuja feição peculiar só pode ser compreendida a partir de uma análise de processos históricos que incidem na formação de nossa sociedade.

**Palavras-Chave:** Espiritualidade do Corpo; Diálogos Culturais; Yoga; Tai Chi Chuan; Capoeira.

### Abstract

This article aims to provide elements to understand how certain spiritual and corporal practices originated from India and China, have been configured in Brazil, namely Yoga and Tai Chi Chuan. Despite the singularities that characterize each one of these practices, we highlight important similarities between them, either in their constitutive proposals or in their historical trajectories in Brazil. In both cases, the understanding of the body may precede the understanding of the words. Precisely for this reason, such practices are operating as vehicles for intercultural and religious dialogue. The spiritual elements that in these traditions are transmittable through gestures and body postures configure in our point of view, an authentic "Body spirituality", which is characterized by being dynamic and mutant, just as the own human bodies are changeable. We argue that this fluid and dynamic characteristic has allowed an extensive process of reinvention of such practices in Brazil, both within our religious field and within our own corporeality. The peculiar characteristics resulting from this process can only be understood by an analysis of the historical processes that affect the formation of our society.

**Keywords:** Spirituality of the Body; Cultural Dialogues; Yoga; Tai Chi Chuan; Capoeira.

---

Artigo recebido em 30 de abril de 2016 e aprovado em 29 de setembro de 2016.

\* Doutor e pós-doutor pelo Programa de Pós-Graduação em Educação (UFMG, 2011 - 2012), na linha de História da Educação, professor do Departamento e do Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões da UFPB. Membro do Grupo Padma (CNPq/UFPB) de Pesquisas em Religiões e Filosofias Orientais. País de origem: Brasil. E-mail: matheusczica@gmail.com..

\*\* Doutora em História (UNICAMP, 2006), pós-doutora em Ciência da Religião (UFJF, 2013), professora do Departamento e do Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões da UFPB. Membro do Grupo Padma (CNPq/UFPB) de Pesquisas em Religiões e Filosofias Orientais. País de origem: Brasil. E-mail: marialucia.ufpb@gmail.com.

## Alguns Pressupostos Introdutórios<sup>1</sup>

A proposta central deste artigo é fornecer subsídios para a compreensão das feições, que determinadas práticas espirituais e corporais de origem indiana e chinesa, vem adquirindo em terras brasileiras a partir do início do século XX. Tais práticas como o Yoga e o Tai Chi Chuan trazem consigo elementos de tradições religiosas orientais<sup>2</sup> que se disseminam através da criação de novas corporeidades entre seus praticantes.

No entanto, é importante ressaltar que embora existam importantes semelhanças, cada uma destas práticas dispõe de singularidades tanto em suas propostas constitutivas quanto em suas trajetórias históricas em solo brasileiro. Neste sentido, uma das semelhanças mais importantes que reconhecemos entre estes distintos universos de práticas, é que em todas elas a compreensão do corpo pode preceder a compreensão das palavras. E justamente por isso, tais práticas tem servido como veículos para diálogos interculturais e religiosos. Estes “diálogos dos corpos” são perceptíveis na formação de novas corporeidades entre os sujeitos destas práticas e de novas abordagens e nomenclaturas brasileiras para antigas gestualidades orientais.

Normalmente, o conceito de corporeidade é aplicado ao nível individual, uma vez que o indivíduo seria o único capaz de testemunhar sua própria existência corpórea. Ou seja, a corporeidade seria uma experiência de singularidade por excelência, já que cada corpo carrega suas feições e sua existência própria, o que instituem um “estar no mundo” singular daquele ser-corpo. Esta singularidade costuma ser forjada ao longo da vida do indivíduo, tanto por fatores sociais

---

<sup>1</sup> Esse artigo é um pouco mais extenso devido ao fato da ousadia de se traçar um paralelo entre duas práticas corporais e espirituais do Oriente que tomaram rumos bastante multifacetados em território brasileiro. Optamos por esse caminho por acreditarmos no fato de que ao virem analisadas lado a lado produziria uma capacidade heurística bem mais contundente do que se tivessem sido analisadas em artigos diferentes o que demandou um esforço teórico conjunto.

<sup>2</sup> Sobre o termo “oriental”, vale lembrar que tanto oriente quanto ocidente são conceitos criados a partir da Europa, em momentos históricos específicos e com finalidades específicas. A ideia de oriente relaciona-se ao “outro”, ao “diferente”, enquanto ocidente significa, neste contexto discursivo, aquilo que “nos é familiar”. Assim, ocidente e oriente não são de maneira alguma locais geográficos previamente existentes, mas sim construções sociais e discursivas criadas para diferenciar e classificar culturas e civilizações. A este respeito, temos a célebre obra de Edward SAID (1996).

externos, como por fatores internos ao corpo. E, no entanto, embora a singularidade seja uma marca importante e inevitável (já que cada um de nós é uma somatória única de determinados conjuntos de fatores), é também possível pensar em formações corporais que variam em virtude de determinadas formações sociais, de regimes de valores aos quais os corpos de determinadas sociedades e momentos históricos são submetidos. (LE BRETON, 2007, p. 11)

Neste sentido, buscaremos analisar também a atuação de algumas destas forças na constituição das corporeidades no Brasil, conforme se deu com o célebre caso da capoeira, e como estas forças dialogam com o Yoga e o Tai Chi Chuan quando estes aqui se instalam. Os elementos espirituais que nestas tradições são passíveis de transmissão através de gestos e posturas corporais, constituem a nosso ver, uma autêntica “espiritualidade do corpo”, que se caracteriza entre outras coisas por ser dinâmica e mutável, como são os próprios corpos humanos. É justamente esta característica fluida e dinâmica que tem permitido um amplo processo de reinvenção de tais práticas no Brasil, seja no âmbito de nosso campo religioso, seja no âmbito de nossas corporeidades características, cuja feição peculiar só pode ser compreendida a partir de uma análise de processos históricos que incidem na formação de nossa sociedade.

Antes de adentrarmos nas especificidades das histórias de tais tradições no Brasil, há também um elemento conceitual importante que deve ser analisado, justamente por permitir que este diálogo venha se estabelecendo de forma tão dinâmica. Trata-se do aspecto “não teológico” das tradições indianas e chinesas, que permite a estas tradições se propagarem mais através de suas práticas do que através de suas crenças, o que levaria suas práticas corporais merecerem um destaque enquanto práticas espirituais.

É importante frisar que tanto na Índia como na China, a “ortopraxia” desenvolve uma superioridade em relação a “ortodoxia”. O comportamento que expressa os valores hindus, por exemplo, e as estruturas de poder tem precedência sobre as crenças. Como afirma Frits Staal, um hindu “pode ser um teísta, panteísta,

ateísta, comunista e acreditar no que quiser, mas o que faz dele um hindu são as práticas rituais por ele realizadas e as regras as quais adere: em suma, o que ele faz” (STAAL, apud FLOOD, 2014, p.33). O hinduísmo não seria, portanto, um credo. A aderência ao *Dharma*<sup>3</sup> não envolveria fundamentalmente a aceitação de determinadas crenças, mas a prática ou cumprimentos de seus deveres, que são definidos de acordo com a estratificação social ensejada pelo *Dharma*. As fronteiras entre o que o Hindu pode ou não fazer são, em grande medida, determinadas pelo grupo ou pela casta endogâmica a que pertence. Grupo esse que se insere num contexto de ordenação hierárquica – e também, é claro, por uma ordenação de gênero.

Neste sentido, a tradição do Yoga se desenvolve ao longo da história da Índia como representante legítima desta ortopraxia característica do hinduísmo. Talvez em nenhum dos seis *darshanas*<sup>4</sup> a prática tenha tanta precedência sobre elementos filosóficos ou crenças do que na tradição do Yoga. Afinal, aquilo que pode ser considerado como sua principal meta, expressa nos primeiros aforismos do *Yoga Sutra* de Patanjali (sec. II a.C), é a vivência de um estado de cessação das ondas mentais ou movimentos da consciência, uma experiência estritamente prática e vivencial:

- 1.1 Agora, a instrução do Yoga
  - 1.2 Yoga é a supressão dos movimentos da consciência.
  - 1.3 Isto feito obtém-se a permanência da testemunha em sua natureza própria.
  - 1.4 Caso contrário ocorre a assimilação dos movimentos.
- (PATANJALI, trad. GULMINI, 2002, p. 116).

Nestes quatro aforismos iniciais, temos não só uma definição do Yoga como a supressão dos movimentos ou turbilhões da consciência, mas também uma indicação do objetivo central deste processo de supressão: com a contenção da

---

<sup>3</sup> Podemos compreender o conceito de *Dharma* como o conjunto de modelos e deveres a serem seguidos por todos aqueles que pertencem a um determinado grupo social. Costuma-se traduzir a palavra *Dharma* por Norma, Lei, Direito, Costume, Tradição, Moral, Religião... é tudo isso junto, e mais alguma coisa. O contrário, *Adharma*, é justamente a ação feita de modo não condizente com seu grupo/costume/lei: o caos (FONSECA, 2009, p. 10)

<sup>4</sup> Aqui o conceito *darśana* (ou seja, “ponto de vista”) se refere as seis escolas filosóficas reconhecidas pelo hinduísmo. A este respeito, cf. FEUERSTEIN (2006, p. 117).

consciência, emerge a testemunha em sua natureza própria, ou seja, o si mesmo transcendente, que está além das formas da natureza. Ao cessarmos nosso fluxo de pensamentos corriqueiros, pautados pelo ego individual, nos abrimos para a própria experiência primordial da totalidade, que antecede dualidades entre sujeito e objeto.

No âmbito deste artigo interessa observar, justamente o aspecto prático desta experiência, ou seja, que yoga foi concebido desde a antiguidade como um pratica interior de cessação das flutuações da mente, de estabilização das ondas mentais, e dos próprios pensamentos discursivos, para que a consciência pudesse ser clarificada<sup>5</sup>. Para que se possa efetivamente experimentar tal estado, o poder dos textos é sempre muito limitado face ao poder da própria prática diária e ininterrupta, este sendo sempre superior. Tal elemento estritamente prático que sustenta o texto de Patanjali não se perdeu com o tempo. Pelo contrário, um dos mais reconhecidos mestres do yoga contemporâneo, Sri K. Pattaby Joys (1915 – 2009), era reconhecido justamente por sua afirmação: “Take practice, all is coming!”<sup>6</sup>

Seguindo da Índia em direção ao leste asiático, mais especificamente à China, encontraremos uma situação bastante próxima desse quadro geral em que a “ortopraxia” sobrepuja a “ortodoxia”. O professor de Estudos Budistas e Religiões Chinesas do Departamento de Religião da Universidade da Flórida, Mário Poceski, em sua *Introdução às Religiões Chinesas* (2013 [2009], p.4) afirma que o *status* de religião do confucionismo e de algumas escolas do budismo seria no mínimo “controverso”, já que integram rotinas corporais e preocupações muito mais próximas de escolas de estudos do que de culto a divindades.

---

<sup>5</sup> Para compreender em profundidade a filosofia de *Patañjali*, é preciso compreender também a filosofia do *Sāṃkhya*, outro *darśana* que se desenvolve conjuntamente com o Yoga. Para o *Sāṃkhya*, há uma dualidade primordial de princípios a partir dos quais todo o universo se fundamenta. Este par conceitual é composto por *Puruṣa* e *Prakṛti*, podendo o primeiro ser entendido como o ser incondicionado e o segundo como a matriz fenomênica de onde deriva toda a natureza (GULMINI, 2002, p. 116). Nos aforismos apresentados acima, a testemunha é o próprio *Puruṣa*, este ser incondicionado que nunca acessamos com a nossa mente ordinária, pois nossa mente, sempre em movimento, é parte da *Prakṛti*. Assim, quando cessam os movimentos da mente, a natureza de *Puruṣa* pode ser testemunhada, como o reflexo perfeito da lua em um lago de águas paradas. (GNERRE, 2011, p. 169)

<sup>6</sup> Podemos traduzir por “Faça a prática e tudo virá!”. (DONAHAYE & STERN, 2010, p. 13).

Já o Professor de Estudos Chineses da Universidade de Tel Aviv, Meir Shahar (2011, p.299), estudioso da ambivalência representada pelo Mosteiro Shaolin, congregação budista chinesa milenar com forte tradição associada ao treino marcial, destaca que um dos pontos que mais se ressaltaram em sua pesquisa histórica foi a constatação da “antiga contradição entre o budismo como filosofia ética e como religião salvacionista”.

Ressalta-se que essa “contradição” do budismo percebida por ele no caso particular de seu estudo tem também sido enfatizada por outros estudiosos de tradições indianas, tibetanas, chinesas e japonesas. No âmbito acadêmico brasileiro podemos citar a última reunião da ANPTECRE (09 a 11/09/2015 - Curitiba), quando em uma das conferências principais do Congresso, o Prof. Dr. Deyve Redyson também enfatizou essa centralidade do universo prático em detrimento da adesão a verdades inquestionáveis no caso das práticas espirituais do leste e sudeste asiáticos:

Concluimos que o conceito de *religião* é complexo em si mesmo e, quando se trata de aplica-lo ao mundo oriental, o termo *religiões orientais* talvez não consiga dizer o que são essas práticas (...). Conhecendo a dificuldade de se traduzir o termo religião nessas práticas, podemos expressar em países como Índia, China e Japão uma representação e uma alocação da relação do homem com as divindades, do uso reflexivo do corpo e da mente que gera uma determinada espiritualidade. (REDYSON, 2015, p.151).

Esse viés filosófico-prático presente em muitas religiões orientais pode ser inclusive um dos responsáveis pela coexistência frequentemente pacífica de suas teorias em um mesmo território, para além do ódio dogmático. Para o Professor Mario Poceski, esse seria um dos maiores argumentos na defesa de uma maior atenção dos acadêmicos ocidentais em relação às experiências religiosas em território chinês. Segundo o pesquisador:

o estudo das religiões chinesas nos conecta com a tendência generalizada de construir diversas identidades religiosas abertas ou híbridas, que contrastam com os padrões ocidentais e islâmicos de identidades e filiações religiosas constrictas e singulares, cujo principal fundamento é a

fidelidade a um igreja, um dogma revelado, ou uma escritura sagrada. (POCESKI, 2013 [2009], p.4).

Foram, portanto, no contexto cultural da China, onde as religiões apresentaram teor filosófico acentuado, e em que a tendência à coexistência e hibridismo entre elas foram comuns, que muitas artes marciais hoje famosas no mundo se desenvolveram, como é o caso do Tai Chi Chuan, ou *Taijiquan*.

O termo japonês “Do” (道), relacionado à maioria das “artes marciais” daquele país, tem longa e profunda relação com um dos sistemas de ideias que estruturou a percepção de mundo da maioria dos países do leste asiático, influenciados pela precoce e pujante cultura textual chinesa, a saber o Taoísmo (Daoísmo). É a mesma tradição em meio à qual floresce o Tai Chi Chuan.

O Do (道) é o Dao (道) para os chineses – trata-se do mesmo caractere – que, no contexto ocidental, tem sido traduzido por Caminho ou Curso. Pela leitura do Daodejing (道德經), o *Clássico da Virtude do Caminho*, livro fundante da tradição Daoísta – vivida por muitos sob um aspecto religioso institucionalizado –, produzido há mais de dois mil anos, podemos perceber que o Caminho ou Curso do qual se fala é algo que não pode ser dito, que para compreendê-lo é preciso praticá-lo<sup>7</sup>. Aponta também para uma construção não ansiosa de si mesmo, encorajando a manutenção de uma relação contemplativa do humano com o mundo, se possível percebendo a não dualidade que está na base de todas as coisas.

Judô, Aikidô, Tae Kwon Dô, Iaidô, Jodô, Karatê-Dô, entre outros. Todas essas artes marciais do leste asiático, trazem em seus próprios nomes o conceito de Dô, ou Dao, elaborado pelos chineses há mais de dois séculos em um clássico que contem oitenta e um aforismos.

---

<sup>7</sup> Para maiores informações sobre esse clássico Cf. Zica (2014). Traduções diretas do *Dao De Jing* para o português: Mario Sproviero (Laozi, 1997) e Wu Jyh Cherng (Laozi, 1996).

O que conectaria o Tai Chi Chuan e essas outras práticas marciais do leste asiático com o Yoga indiano seria precisamente este pressuposto de harmonia entre os movimentos da natureza e a própria movimentação humana, guiada na maioria das vezes por sua respiração. Através desta sintonia fina entre o praticante e o fluir da natureza, que representa a própria ordem do universo, é possível sintonizar o ser individual e todas as coisas que existem. A unidade e a multiplicidade. Assim, pode-se dizer que em tais tradições é possível restabelecer a unidade plena através do movimento, afinal a mobilidade e a impermanência são características do próprio Dao, dos Dharmas budistas bem como da dança de Shiva – o Deus hindu considerado patrono do Yoga, que a todo momento dita os ritmos e fluxos do universo no compasso de seu bailado.

Para esse tipo de espiritualidade corporal, o domínio dos fluxos de energia, conhecidos como *Prana* na Índia e *Chi* (ou *Qi*)<sup>8</sup> na China ganham precedência sobre qualquer estudo de ordem teológica. Embora tais tradições disponham de elaborados sistemas filosóficos com diversas nuances e diferenças conceituais radicais, é possível dizer que tais sistemas filosóficos e espirituais se encontram alijados de sentidos fundamentais, quando estudadas fora de seu contexto prático.

Ou seja, reafirmamos assim a precedência da *ortopraxia* sobre a ortodoxia em tais tradições. Feitas estas considerações sobre práticas orientais, consideramos fundamental aqui observar que estas “sabedorias espirituais do corpo” não se restringem a culturas ditas orientais, até porque não consideramos oriente como uma categoria estanque, mas sim uma matriz de significados e tradições que se formam em constante diálogo com outras tradições. No caso brasileiro, temos um exemplo celebre e importante disto que chamamos de “espiritualidade do corpo”, onde a ortopraxia é o elemento fundante: a capoeira.

---

<sup>8</sup> O *prāṇā* – palavra que significa alento – é a força vital que circula pelos *cakras*, as rodas de energia do corpo sutil amplamente estudado nos textos do yoga tântrico. Guardadas as proporções, poderíamos dizer que se trata de um conceito análogo ao chinês *Chi* que diz respeito a uma energia vital que circula pelos meridianos mapeados nos tratados de acupuntura.



É sobre a capoeira, enquanto experiência de *ortopraxia* e espiritualidade do corpo pré-existente na sociedade brasileira no momento da chegada de outras práticas desta natureza, que discorreremos no item seguinte.

## 1 Capoeira e a espiritualidade do corpo no Brasil

Quando práticas corporais orientais chegam ao Brasil, sobretudo no século XX, já dispúnhamos aqui de uma formação social que abarcava práticas corporais próprias de conexão espiritual e empoderamento dos corpos. Podemos dizer que já havia aqui uma tradição viva de "espiritualidade do corpo", para a qual as danças indígenas, o transe dos terreiros e a capoeira seriam representantes presentes em nossa memória corporal.

Sobretudo a capoeira, por sua característica de dança, luta e prática de conexão corporal traz elementos de profundo interesse no âmbito deste artigo. Mesmo que a grande maioria dos brasileiros no século XX não fosse efetivamente praticante de capoeira (assim como a maioria dos indianos não é efetivamente praticante de yoga), esta prática passa a adquirir importância em nosso imaginário como referência de "empoderamento do corpo". Temidos ou admirados, os praticantes de capoeira foram sendo reconhecidos ao longo do século XX como parte constitutiva de nossa brasilidade por autores como Gilberto Freyre, Câmara Cascudo e Darcy Ribeiro. É justamente a partir deste viés interpretativo que pretendemos fazer uma breve análise da prática: afinal, consideramos que esta seja uma constituinte de nossa identidade corporal e uma referência importante no diálogo posterior com práticas orientais. Este discurso da capoeira como constituinte de uma identidade corporal brasileira pode ser visto em trechos como este, da obra *Sobrados e Mocambos* de Freyre (2000 [1936]):

O forte do capoeira era a navalha ou a faca de ponta; sua gabolice, a do pixaim penteado em trunfa, a da sandália na ponta do pé quase de dançarino e a do modo desengonçado de andar. A capoeiragem incluía, além disso, uma série de passos difíceis e de agilidades quase incríveis de

corpo, nas quais o malandro de rua se iniciava como que maçônicamente (FREYRE, 2000 [1936], p. 74).

Com base em relatos de viajantes do Século XIX, Freyre destaca o aspecto marcial da capoeira. Porém, não deixa também de destacar seu aspecto iniciático, ou seja, de uma prática que é transmitida de mestre a discípulo de maneira quase maçônica, e que propicia “agilidades quase incríveis do corpo”. Trata-se de uma descrição que se assemelha a própria descrição dos yogues da Índia feita por viajantes ingleses, também no século XIX. Tais descrições podem ser vistas em obras como a de Singleton (2010), que faz um interessante apanhado de tais textos. Neles, os yogues são descritos tanto por suas práticas de ascetismo e habilidades corporais (que eram vistas como formas de contorcionismo), quanto confundidos com mercenário ascético, que praticava uma cultura física sem almejar os benefícios yóguicos. Ou seja: tanto na Ásia como no Brasil, viajantes do século XIX teriam observado homens portadores de habilidades corporais e iniciações em mistérios análogos.

No caso da capoeira, Freyre não vai muito além das capacidades corporais notáveis de seus praticantes, assim como a maioria dos ingleses do século XIX não consegue ver nas práticas do Hatha Yoga algo distinto do contorcionismo circense. No entanto, reconhecidos praticantes de capoeira do século passado se referiram a ela como uma prática corporal dotada de sentido mais amplo, indo muito além de aspectos meramente físico-anatômicos.

Na verdade, a capoeira é uma prática que implica no aprendizado não apenas de golpes de braços e pernas, mas também no de tocar instrumentos, de ouvir e cantar músicas, e no de abandonar a exclusividade de comportamento corporal sempre comandado pela racionalização das ações. Por exemplo, quando dois companheiros entram numa roda de capoeira, não há tempo para pensar antes de agir. O golpe virá de surpresa, a resposta terá de ser imediata, sem interferência da razão, e esse fluxo de golpes e esquivas prosseguirá veloz e imprevisível por um bom tempo, até outros candidatos pedirem a vez. Se o

praticante “parar para pensar” o fluxo não seguirá, pois, mesmo que consiga se esquivar do golpe do qual planejava, outro que logo reaparecerá com muita probabilidade o colocará em xeque. Para Siega (2007, p.60), o momento emblemático desse “abandono” do apego excessivo aos comandos da mente proporcionado pela capoeira é aquele em que o praticante “anda de mãos no chão e pés para o alto, inversão cômoda, onde se tem a impressão de que o corpo conduz a cabeça” (ZICA, 2012, p. 23).

Justamente essa prática de “abandono” do apego excessivo aos comandos da mente individual (ou egóica), necessário para a prática da capoeira, coloca o praticante num estado de “presença absoluta no presente”, característica das práticas orientais. Assim, guardadas as diferenças culturais, o que nos interessa observar aqui é justamente que a capoeira institui no Brasil uma tradição de uso e “empoderamento” do corpo como ferramenta para a dissolução da mente.

Este arcabouço de corporeidade advindo da capoeira era algo bem diferente de uma concepção cristã, que também se fazia presente aqui:

Ao contrário da tradição cristã que opõe diametralmente corpo e espírito, estabelecendo um ideal de comportamento no qual o corpo é sublimado, as culturas africanas têm a performance das divindades, através das máscaras e/ou do transe da possessão, como elemento central de sua religiosidade. Nesta performance, o corpo torna-se o receptáculo da divindade, e sua expressão através da dança reencena e atualiza os mitos de criação, reafirma seus pactos com os vivos e dispensa a estes a força vital e a proteção necessárias a seu bem-estar. A dança e a música são sagradas, assim como a sensualidade – a percepção através dos sentidos e seu exercício. (Centro de Estudos Afro-orientais/UFBA, 2006, p.17; ênfase do original APUD ZICA, 2012, p. 24).

O ato humano de experimentar e atuar com o próprio corpo “algo ou alguém” que percebem como divindade faz com que a atividade desse corpo – incluindo nessa ideia de corpo os aspectos metais e espirituais – seja intensa e de amplo alcance em termos de partes ou elementos sensoriais envolvidos durante os movimentos. Esse ato intenso e repetido de reatualização da história de uma

cultura através do próprio corpo produziria um vigor nos sujeitos que o vivenciam, segundo os pesquisadores do Centro de estudos Afro-orientais da Universidade Federal da Bahia (UFBA) que traduziram essa disposição do corpo através do conceito de força vital. (ZICA, 2012, p. 24)

Mas, ainda a respeito da citação acima, vale lembrar que, além dos contrastes, a cultura brasileira é formada por sínteses e bricolagens de elementos diversos que se sobrepõem e se intercalam. E da síntese entre esta corporeidade advinda de culturas indígenas e africanas - que trazem consigo uma sacralidade do corpo -, com a própria religião cristã que aqui se instala, temos uma nova lógica corporal brasileira que também participa do cristianismo. Esta corporeidade pode ser vista, por exemplo, nas festas religiosas brasileiras, como a Lapinha, a festa de reis, do divino espírito santo, onde se dança e se canta para os santos ou o divino espírito santo. Ou seja: apesar de negar até um certo ponto esta concepção de corpo, a tradição católica brasileira também passa a incorporá-la. E talvez, tanto na capoeira quanto em nosso catolicismo popular, o corpo nunca tenha sido completamente dessacralizado, muito provavelmente em virtude destas concepções procedentes das tradições africanas. Justamente a partir destes substratos culturais, presentes em nossos corpos e nossas mentes, é que se estabelecem os primeiros diálogos com o Yoga e as artes marciais chinesas que aqui se instituem ao longo do século XX.

## **2 Cenas da história do Yoga no Brasil**

Conforme enunciamos anteriormente, a tradição do Yoga vem ganhando feições próprias no Brasil em função das peculiaridades de nossa formação sócio-corporal bem como de nosso universo singular de crenças e espiritualidades. Se por um lado temos em nossa cultura elementos constitutivos de uma corporeidade própria - como a capoeira e as danças negras e indígenas (muitas vezes travestidas em festas religiosas ou carnavalescas) – temos, por outro lado, elementos de uma espiritualidade própria, traduzida por um catolicismo popular que predomina no

Brasil até os anos 70 do século XX e que tem se mostrado ao longo de sua história bastante aberto a diálogos com outras tradições, ainda que de forma não explícita.

É a partir destes elementos culturais que constituem nosso corpo e nossa forma de nos relacionarmos com questões espirituais que, desde meados do século XX, o Yoga vem sendo digerido pela grande máquina antropofágica da brasilidade. E, o resultante deste processo a nosso ver é uma prática de Yoga adaptada a nossa cultura que não representa uma degeneração do “Yoga original”, mas sim um rico fruto de hibridismos entre tradições, que pode contribuir para novos desdobramentos na milenar história do Yoga.<sup>9</sup>

Mas afinal, que forma ocorrem os primeiros encontros (e desencontros...) entre o Yoga e os brasileiros? Embora não tenhamos respostas precisas sobre alguns dos capítulos iniciais da trajetória do Yoga no Brasil, apresentaremos a seguir algumas “cenas” que consideramos relevantes para a compreensão de nosso “Ióga” peculiar. Em nossa pesquisa a respeito do tema<sup>10</sup>, estabelecemos três fases na história do Yoga no Brasil. Uma fase inicial da chegada da prática, que antecede a emergência da chamada “nova era” no Brasil, uma segunda fase, de grande difusão e surgimento de figuras icônicas como os professores Hermógenes e DeRose, e por fim uma terceira fase, de novos discursos que emergem à partir de revistas especializadas, grupos de estudos nas academias, etc...Quando sistematizamos desta forma a história do yoga no Brasil não pensamos em criar períodos totalmente “diferentes”, mas apenas observar características que marcaram determinadas etapas deste processo, que ainda hoje se encontra em curso. No âmbito deste artigo, nos restringiremos a observar algumas cenas históricas destas duas fases iniciais, com base em livros da época, jornais e entrevistas sobre o tema.

---

<sup>9</sup> A este respeito, cf. GNERRE, 2011a.

<sup>10</sup> A este respeito, cf. GNERRE, 2010.

Os primeiros registros do processo de chegada do Yoga ao Brasil remontam aos anos 30 do século XX. Pouco tempo depois de aportar nos Estados Unidos e na Europa, trazida por grandes mestres indianos como Swami Vivekananda, Paramahansa Yogananda e seus contemporâneos – a tradição do Yoga chega aos países da América do Sul, sobretudo Argentina e Uruguai. Este processo, no entanto, não corresponde à migração de um yogue indiano para a região, mas sim à de um francês conhecido como Swami Sevananda (Leo Alvarez de Masqueville). A determinação do “primeiro” mestre de Yoga a chegar ao Brasil será sempre um ponto polêmico, assim como são todos os “pontos de origem” que a história busca estabelecer com precisão<sup>11</sup>. No entanto, podemos dizer sim que a figura de Sevananda teria sido aquele de maior vulto neste momento inicial da história do Yoga no Brasil.

Ainda no início da década de 40 do século passado, Sevananda torna-se fundador do GIDEE (Grupo Independente de Estudos Esotéricos), espécie de ‘universidade espiritual’ que funcionou em Montevideu (Uruguai). No interior deste grupo, teriam sido criadas linhas de estudo de yoga, teosofia, budismo, vedanta. Além de debater, o grupo se propõe também difundir, através de palestras, os resultados obtidos através de seus estudos. E, partindo do Uruguai, missões de membros de GIDEE passam a percorrer o Brasil (principalmente os estados do sul) e outros países da América Latina, dando palestras sobre questões espirituais, a bordo de uma Kombi, nos anos 50.

---

<sup>11</sup> Como nos lembra Sanchez (2014, p. 18), há outras versões a respeito do pioneiro da prática no Brasil: “Para Cordeiro (2013), a semente do Yoga brasileiro foi plantada pelo francês Swami Asuri Kapila, que chegou ao Uruguai em 1936 e, nesse mesmo ano, teria viajado para Porto Alegre, no Rio Grande do Sul. Antes disso, em 1932, Kapila fundou na França o Ramana Ashram - Escola Internacional de Yoga, cujos ideais estavam pautados no entendimento do Yoga Integral postulado por Sri Aurobindo.”

### **Imagem 1: Sevananda e sua companheira em sua Kombi “Pro Paz Espiritual” - Campinas (SP), 1953**



**Fonte: Fonte: EGRÉGORA, 2016**

Em seus cursos, Swami Sevananda teria se utilizado de elementos do sistema educacional de Yoga Integral de Sri Aurobindo, além de elementos do pensamento de outros Yogues como Vivekananda, Ramakrishna, Sivananda e Yogananda. O próprio Sevananda também teria sido responsável pelas primeiras apresentações sobre Yoga no Brasil, no ano de 1947 e a fundação *Ashram* construído em Resende, no Rio de Janeiro, na década de 1950.

Swami Sevananda também foi patriarca da Igreja Expectante, e a biografia desta denominação religiosa nos traz também uma biografia deste “pioneiro do Yoga no Brasil”, que tem auxiliado nas pesquisas históricas sobre este primeiro momento desta apropriação do yoga em território nacional. Em linhas gerais, podemos dizer que esta primeira fase teria se caracterizado por uma abordagem mais “monástica” do Yoga, que teria sido apresentado de forma mais restrita, iniciática, apenas para aqueles que teriam presenciado palestras e seguido o



ensinamento do mestre. Esta etapa inicial, de chegada do Yoga no Brasil encontra-se muito bem abordada na pesquisa de Raphael Lugo Sanchez (2014).

À partir deste primeiro “encontro” entre o Yoga e a cultura brasileira, outros importantes mestres despontam no cenário nacional, sobretudo no Rio e São Paulo. Em abril de 1958 Shotaro Shimada (1929-2009), brasileiro de origem nipônica, funda a primeira academia de Yoga no Brasil, em São Paulo. Shimada teria começado a estudar o Yoga através de exercícios respiratórios, e chamava os Pranaïamas de “ginástica respiratória”, pois sentia resistência das pessoas em relação ao termo Yoga. Em Dezembro do mesmo ano de 1958 teria sido fundada a primeira academia de Yoga do Rio de Janeiro. Seu fundador foi Jan Pierre Bastiou, que havia sido monge no mosteiro de Sevananda em Resende (RJ). Assim, no fim dos anos 50, registra-se uma primeira etapa de consolidação da presença do Yoga no Brasil. Mas, justamente a partir deste período, é que se desenvolve uma fase posterior, em que a prática registra aqui um grande crescimento<sup>12</sup>.

Os anos 60, e principalmente os 70 representam uma segunda fase na história do yoga no Brasil, onde se registra um crescimento sem precedentes de publicações sobre este tema. Mas, curiosamente, não são representantes da contracultura ou do movimento nova era, os principais mestres deste período, e primeiros autores brasileiros a publicar livros sobre Yoga. Pelo contrário, temos aqui dois membros das forças armadas, que exercem um papel decisivo para a história do Yoga no Brasil. O primeiro deles é o General Caio Miranda. O segundo, o Tenente José Hermógenes.

Vamos começar com uma breve exploração de elementos biográficos do primeiro. O General Caio Miranda era um oficial do exército e também membro da Sociedade Teosófica do Brasil. Sua porta de entrada no mundo do yoga teria sido uma obra do autor britânico William W. Atkinson, que escrevia com o pseudônimo

---

<sup>12</sup> Sobre aspectos biográficos de outros professores do período, há uma importante narrativa no site da sociedade brasileira de Yoga: (SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL, 2015).

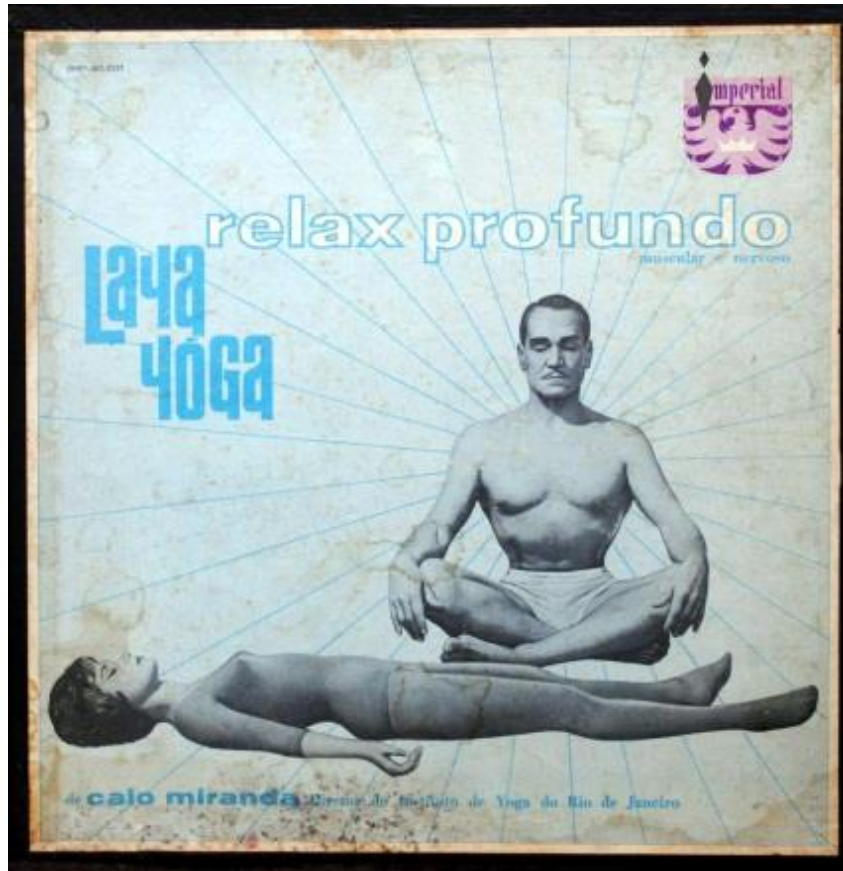


de Yogui Ramacharaca. Através do livro *As 14 Lições da Filosofia Yogi*, uma das primeiras obras sobre yoga traduzidas para o português, Caio Miranda teria aprendido a fazer exercícios respiratórios do yoga, e, depois de entrar para a Reserva, teria começado a ministrar aulas de Yoga em sua própria casa. Em 1.960, Caio Miranda publica aquele que é considerado o primeiro livro em língua portuguesa sobre Yoga, *A Libertação Pelo Yoga*. Em 1962 escreveu o segundo livro, *Hatha Yóga: a Ciência da Saúde Perfeita* (SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL, 2016a).

Embora não possamos efetivamente comprovar que o autor tenha escrito “o primeiro livro em língua portuguesa sobre Yoga”, há uma série de informações muito relevantes sobre sua biografia, que merecem ser melhor exploradas. Em primeiro lugar, a importância da sociedade teosófica neste contexto de introdução do Yoga no Brasil. A Tesosofia, através das obras de sua fundadora Helena Blavatsky, atuou de forma definitiva para introduzir sua visão do Yoga ao redor do mundo, desde o início do século XX. Justamente esta visão, pautada por uma perspectiva mística e esotérica da tradição, é aquela que irá cativar o General Caio Miranda, membro da organização.

Ora, precisamente esta valorização do físico, da saúde dos pulmões, foi algo profundamente valorizado também por Caio Miranda no momento de introdução da prática do Hatha Yoga no Brasil. 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). De fato, se observarmos sua fotografia estampada na capa de um disco de Laya Yoga, seu porte físico chama atenção:

**Imagem 2: Capa do disco “Laya Yoga – relax profundo”, de Caio Miranda <sup>13</sup>**



**Fonte: TOQUE MUSICAL, 2014.**

O que nos interessa notar aqui, em primeiro lugar, é que Caio Miranda, ao ser introduzido na prática das posturas (*asanas*) do Yoga, já desenvolvia a função de professor de Educação Física no Exército brasileiro. Este dado, associado as suas leituras do Yogue Ramacharaca, que também era um adepto do Yoga como fonte de “corpos saudáveis”, nos dá indícios precisos sobre a presença dos discursos que valorizam o empoderamento do corpo na tradição do Yoga brasileiro<sup>14</sup>. E, na verdade, essa mesma perspectiva de corpo vigoroso dialoga tanto com a tradição do Hatha Yoga tântrico, quanto com a conhecida capoeira brasileira, que embora não

<sup>13</sup> 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](https://www.youtube.com/watch?v=mXoG7JmCD_M) (acesso em 08/10/2014)

<sup>14</sup> Esta é uma tendência importante, que será seguida a risca pela escola do professor De Rose, sobre o qual falaremos mais a diante.

fosse difundida em âmbitos militares, sempre fez parte do nosso imaginário nacional de “corpo vigoroso”.

No entanto, é importante notar também que esta ênfase na valorização do corpo físico na obra do autor não está destituída das outras dimensões corpóreas tão caras a tradição indiana. Segundo as palavras do próprio Caio Miranda:

Nosso corpo físico contém, pois, uma parte densa, formada por substâncias em estado sólido, líquido e gasoso, e uma parte etérea, constituída por matéria física em estados superiores ao gasoso. Essa parte sutil e invisível denomina-se “duplo etérico” (MIRANDA, 1963, p 188)

Nesta interessante passagem, Caio Miranda levar ao seu leitor brasileiro o conceito de Corpo Sutil, advindo do Yoga Tântrico<sup>15</sup>, utilizando uma forma de linguagem mais acessível a sociedade brasileira do início dos anos 60. Também no intuito de permitir que mais pessoas pudessem acessar estas dimensões físicas e etéricas do corpo, Caio Miranda teria ministrado aulas gratuitas de Yoga em sua residência desde 1949, e posteriormente, na praia de Copacabana. Assim, já nos anos 50 o yoga seria incorporado a nossa tão característica “cultura de praia”, que sempre teve nas areias cariocas o seu epicentro.

Porém, apesar de seu empenho na divulgação da prática, o professor também apresenta posturas conservadoras, que podem ser observadas por exemplo em seu diálogo com tradições espirituais brasileiras como a Umbanda. A respeito desta, Miranda foi enfático ao afirmar seu olhar crítico na obra *Assim ouvi do mestre*:

O advento da Umbanda, religião que vem “de baixo para cima”, isto é, do povo para as classes mais cultas, está acorde com o ciclo social e cósmico que estamos vivendo: a Kali Yuga (MIRANDA, 1961, p. 129)

Vemos aqui um esforço de diferenciar a dimensão espiritual do Yoga da dimensão espiritual da Umbanda, prática que por sua vez se funda no Brasil

---

<sup>15</sup> A este respeito, cf. FLOOD, 2006.

fazendo uma síntese profícua com elementos indianos. É interessante também observa a postura do autor ao afirmar que, a Umbanda, uma religião originária de setores mais populares (portanto, “menos cultos”) estivesse em processo de adoção por classes mais “cultas” da sociedade brasileira, e que isso seria um indicativo da própria era da Kali Yuga<sup>16</sup> - a chamada “Era de Kali” na qual estaríamos vivendo segundo algumas linhagens do hinduísmo, que seria marcada pela degradação humana, pela violência e destruição do planeta (representada pelo próprio arquétipo da Deusa Kali).

Assim, temos na passagem de Miranda anteriormente citada uma postura de negação, por parte do autor, de qualquer possível diálogo do yoga “verdadeiro” com as religiões de matriz afro-brasileiras. Mas justamente isso nos dá indícios para supor que, a proposta de Yoga de Caio Miranda, que se desenvolve nos anos 50, dialoga com indivíduos que participavam de um campo social que já vinha sendo disputado pela Umbanda, e possivelmente, alguns destes indivíduos estariam transitando entre ambos os campos.

Este trecho também nos permite compreender para quem Caio Miranda está escrevendo: as classes médias e altas dos centros urbanos. São estas camadas sociais estas não deveriam “cair na tentação” de se render a Umbanda (afinal, era justamente nestes setores da sociedade que a Umbanda crescia nos anos 50 dos séculos XX). Seria melhor que permanecessem nas velhas esferas conhecidas do catolicismo tradicional, com o qual o Yoga desde o início consegue estabelecer diálogos profícuos em sua trajetória no Brasil.

Talvez o grande exemplo deste diálogo bem-sucedido entre o Yoga e o catolicismo brasileiro seja a obra de José Hermógenes, considerado o mais célebre

---

<sup>16</sup> Não há um consenso entre os interpretes das escrituras hindús sobre qual seria a grande era viente. Alguns, como Prabhupada e Caio Miranda acreditam que a Terra está atualmente em Kali Yuga. Outros, como Swami Sri Yukteswar e Paramahansa Yogananda interpretam que a era agora vigente é a de Dwapara Yuga (mais evoluída que a Kali Yuga). O que interessa no caso de nossa pesquisa é registrar que escrituras como o Mahabharata e o Bhagavata Purana apresentam Kali Yuga como uma era de crescente degradação humana.

professor brasileiro<sup>17</sup>. No site do instituto que leva seu nome, sua biografia resumida é apresentada da seguinte forma: “Um dos precursores do yoga no Brasil, desenvolveu diversos métodos de terapia holística, escritor de vasta obra, mestre de uma visão espiritual ampla, amorosa e sincretista” (INSTITUTO HERMÓGENES, 2016).

Chama atenção o fato de que o próprio discurso oficial sobre o mestre enfatiza seu caráter “sincretista”. Ao contrário dos mestres que o precederam, acreditamos que justamente isso teria sido sua grande contribuição para a história do yoga no Brasil: reconhecer o sincretismo como necessário para que esta prática fosse aqui compreendida. E este reconhecimento do sincretismo fica bastante claro em sua ampla produção bibliográfica, que brevemente analisaremos a seguir.

No ano de 1960, no mesmo ano em que Caio Miranda publicou a primeira obra sobre Yoga escrita em língua portuguesa, *A libertação pelo Yoga*, Hermógenes também publicou seu primeiro livro: *Autoperfeição com Hatha Yoga*, um clássico que hoje ultrapassa a 50<sup>a</sup> edição. A obra apresentava técnicas do Yoga como *pranayamas* (exercícios respiratórios), *ásanas* (posturas psicofísicas), purificações, higiene alimentar, atitude mental, repouso e alguns resultados da *Yogaterapia*, cujos efeitos foram sentidos e atestados pelo próprio autor.

Segundo Hermógenes, nos cinco anos que antecederam a escrita deste livro, ele teria praticado Yoga escondido no banheiro de sua casa, pois tinha recomendação médica de repouso absoluto (em virtude de uma tuberculose em estado avançado descoberta aos 36 anos de idade) e não queria preocupar ninguém com a execução de posturas tão inusitadas no contexto da época. Em uma entrevista realizada com o autor no ano de 2009<sup>18</sup>, em seu apartamento no bairro de Botafogo, no Rio de Janeiro, tivemos a oportunidade da escuta presencial de sua

---

<sup>17</sup> O professor Hermógenes faleceu no Rio de Janeiro, no dia 13/03/2015, aos 94 anos. Sua morte foi motivo de comoção nacional, tendo sido divulgada em quase todos grandes veículos da mídia brasileira, inclusive no Jornal Nacional. Vários professores de yoga e publicações especializadas também prestaram suas homenagens.

<sup>18</sup>Entrevista realizada no âmbito da pesquisa “História do Yoga e das religiões orientais no Brasil: uma abordagem de 1950 aos dias atuais” (GNERRE, 2011).

narrativa a respeito disso, onde ele enfatizou a falta de perspectivas de cura que lhe foi oferecida pela medicina da época, e a sensação única de poder voltar a respirar com seus pulmões saudáveis após incontáveis anos de prática de *Pranaiama*.

Um fato importante para compreendermos sua trajetória é que José Hermógenes era também tenente do exército brasileiro (assim como Caio Miranda, que era General), e, na década de 40, atuava na Escola de Instrução Especial do Exército (Realengo – RJ), tendo se reformado como Tenente Coronel, e depois disso, tendo finalmente se dedicado ao Yoga de forma integral<sup>19</sup>. Assim, conforme dissemos anteriormente, as primeiras cenas do Yoga no Brasil não registram hippies ou outros membros de movimentos da contracultura, em belos gramados floridos praticando yoga. Pelo contrário, são homens de farda que introduzem a prática no Brasil. Mas, a medida que se tornam mestres de Yoga, abandonar a farda parecia ser passo necessário.

Foi neste processo de trocar a farda pelo tapete de yoga que, em 1962, José Hermógenes funda no Rio de Janeiro a Academia Hermógenes de Yoga, que permanece em atividade até o momento presente. Mas, além de ensinar Yoga os que tiveram condição de frequentar sua academia, Hermógenes também se dedicou a levar o Yoga enquanto terapia aos hospitais. Neste sentido podemos enfatizar sua atuação como “Ex-Colaborador (em Yogaterapia) do Serviço de Doenças do Tórax, da Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro”. Ele teria sido o pioneiro ao levar práticas de yogaterapia para dentro dos hospitais, trabalhando sobretudo na santa casa do Rio de Janeiro – onde teria conseguido resultados importantes na cura de casos de doenças pulmonares (GNERRE, 2011b).

Em função de suas experiências hospitalares, há muitos relatos de cura de doenças nas primeiras páginas de *Autoperfeição com Hatha Yoga*. Isso nos dá um indicativo da importância deste discurso acerca dos benefícios à saúde, que teria servido como porta de entrada do yoga na vida de muitos brasileiros. Tendo em

---

<sup>19</sup> A este respeito, cf. SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL, 2016.

vista esta proposta de yoga profundamente “terapêutica” e acessível praticantes em qualquer condição de saúde (inclusive doentes), pode-se dizer que o autor colabora de forma decisiva para a democratização do Yoga no Brasil. Assim, o primeiro elemento que nos chama atenção na obra de Hermógenes é justamente sua disposição em criar uma acessibilidade à prática, tanto no campo das práticas de posturas e *pranaiamas*, quanto no campo dos conceitos do Yoga, que passam a ser adaptados a uma linguagem acessível a todos os brasileiros. Em muitos momentos de sua obra, Hermógenes nos traz relatos de casos como este, que exemplificam bem esta “adaptabilidade” de sua proposta de Yoga:

Um dos (casos) mais interessantes, porque logrou certa notoriedade, foi com uma irmã vicentina na Santa Casa de Misericórdia do Rio. Baixou à enfermaria 32, em plena crise de asma, agravando seu enfisema pulmonar, depois de ter recebido extrema-unção, sendo, portanto, esperada sua morte. O Divino Médico inspirou-me a abordar o caso, apelando, antes de mais nada, para os sentimentos e convicções religiosas da paciente.

— “Irmã, todos os dias, a senhora diz “seja feita a vossa vontade”, não é?”  
Semi-sufocada, com dificuldade, confirmou.

— “A senhora diz, mas não cumpre — acusei-a, com um sorriso amigo, como a pedir desculpas pela impertinência. A senhora precisa realmente deixar Deus tomar conta de seu corpo. Vamos aprender a fazer isto? Quer apostar como nunca sentiu maior felicidade do que vai sentir agora, confiando seu organismo e todos seus problemas ao Supremo? Vou ensinar-lhe a realizar, no organismo, o “seja feita a vossa vontade”, e a senhora vai ver como, agora mesmo, a crise vai cessar, pois Deus não falha, quando toma conta. A senhora só está assim, asmática, sofrendo tanto, porque ainda não sabe como deixar Deus tomar conta. Ao contrário, a senhora só tem tido fé em sua própria luta contra esta coisa. Até agora, só tem usado seus próprios recursos. E isto só lhe tem trazido ansiedade e frustração. Agora mesmo vai mudar de atitude. Pare de fazer esforço, consinta que Deus entre em ação. Feche os olhos...” E comecei a ensinar-lhe a relaxar. O resultado foi impressionante. O nervosismo cedeu. O pavor foi substituído pela calma. A respiração foi se minimizando até que, com um semblante muito sereno, parecia adormecida. (HERMOGENES, 1982, p. 46).

Aqui vemos claramente o método de Hermogenes em ação. É notável como o autor estabelece uma relação direta entre o conceito de “entrega ao divino”, sempre presente na tradição do Yoga, com um trecho da oração do “Pai nosso”: seja feita a vossa vontade. Tudo isso fez do Yoga algo muito mais fácil de ser aceito por



diversos setores de nossa sociedade, sobretudo pelas classes médias urbanas dos anos 60 e 70, época em que o Catolicismo reinava absoluto enquanto principal religião brasileira, seguido, à distância, pelo protestantismo.

Dentre as diversas faces do cristianismo, é sobretudo aquele de caráter franciscano com o qual Hermógenes se sintonizava em suas obras. Não por acaso, o professor se torna célebre por chegar nos congressos de Yoga brasileiros dos anos 70 e 80 cantando a oração de São Francisco em lugar de mantras complicados em sânscrito, e, mais recentemente, suas escolas passam a promover cursos sobre o Yoga de São Francisco (ESPAÇO HERMÓGENES DE NITERÓI, 2015). Afinal, dentre os santos católicos, talvez São Francisco seja aquele que mais incorpore o arquétipo do “Yogue renunciante”. E, justamente por isso, o franciscanismo tem sido uma chave importante para a recepção e leitura de diversas tradições orientais que aportam no Brasil.

No entanto, esta ligação entre elementos da tradição do Yoga não se estabelece apenas com o cristianismo, ou com outras tradições teístas. Pelo contrário, para Hermógenes, valores universais da tradição do Yoga também são assimiláveis por ateus:

Em Natal, um velho ateu, através de "Autoperfeição com Hatha Yoga", descobriu os primeiros esplendores de Deus, até então ocultos a seu olhos espirituais, que as enfermidades mantinham míopes, para poder enxergar beleza, bondade, grandeza, amor, pureza, felicidade, justiça, verdade e bem. Abandonou o velho hábito do chope e aprendeu a ser feliz meditando. (HERMOGENES, 1982, p. 93).

Devemos observar que nesta passagem o Yoga é apresentado como um elemento de “conversão”, adquirindo um tom de soteriologia. Afinal, a introdução do “velho ateu” ao Yoga através da obra de Hermógenes, permitiu que ele finalmente “descobrisse” os primeiros esplendores de Deus, ou seja, deixasse de ser ateu – um feito provavelmente não realizado por nenhuma religião institucional. Além disso, ele “abandona o velho hábito do chope”, algo tão presente na cultura brasileira. Esta brasilidade também se faz presente no exemplo carnavalesco,



utilizado para tratar da necessidade que o yoga tem de se afastar do “comportamento de massa”:

Quando a pessoa está metida num cordão de carnaval, confundida com os outros, dança, canta, pratica uma série de saracoteios que, se estivesse sóbrio, não faria. Enquanto está misturado com os foliões é apenas um deles, e age como todos. Somente depois que se afasta, e, à distância, considera o que vê os outros fazendo, só então, tem uma idéia do que andou também a fazer. (HERMOGENES, 1982, p. 123).

Aqui podemos perceber claramente o intuito do autor, ao qual nos referimos anteriormente, de possibilitar uma acessibilidade cultural ao Yoga pelos leitores brasileiros. Não por acaso, Hermógenes se utiliza de uma imagem tão conhecida do público brasileiro – o cordão carnavalesco – para exemplificar um tipo de ação que é guiada pelo comportamento da maioria e não pela consciência individual (que seria o comportamento desejado para um Yogue). Fica claro, através da metáfora utilizada, que a preocupação de Hermógenes é ir na direção inversa do estranhamento, para que o Yoga fosse compreendido como algo familiar ao brasileiro. E, com isso, a prática se tornaria uma ferramenta de saúde e bem estar perfeitamente adaptada a nossa sociedade.

Neste momento histórico da década de 60, no qual o yoga já vem se consolidando e ganhando lugar no campo da espiritualidade brasileira, surge em cena o professor DeRose, que estabelece uma nova abordagem sobre yoga no Brasil, e se distancia em diversos aspectos daquela abordagem que vinha sendo proposta por Hermógenes. Ao apresentar-se como portador do “Yoga dos Antigos”, um yoga baseado em textos sânscritos originais, DeRose marca sua ruptura com a perspectiva de José Hermogenes, que notadamente fazia um esforço de integrar o Yoga a cultura brasileira (o que representaria um processo de “deturpação” da prática). O que se segue são incontáveis disputas entre estas duas “escolas”, seja em jornais, associações, e mesmo em instâncias governamentais.

O próprio DeRose tem se esforçado para produzir seus relatos biográficos, que geralmente são publicados nas páginas iniciais de suas obras. Segundo tais

relatos, ele teria fundado, aos 20 anos de idade, o Instituto Brasileiro de Yoga, também no Rio de Janeiro. E, em 1969, DeRose publica a primeira edição daquele que viria a ser considerado seu livro mais importante, *Prontuário de Yoga antigo*, onde introduz o leitor ao seu modelo de Yoga, denominado *Swásthya Yôga*. Em 1978, DeRose teria liderado a campanha pela criação e divulgação do Primeiro Projeto de Lei visando à Regulamentação da Profissão de Professor de Yoga. Sob sua influência, surgiram diversos Cursos de Extensão Universitária para a Formação de Instrutores de Yoga em inúmeras Universidades pelo país (DEROSE, 1985).

Embora a prática de yoga na Índia esteja associada desde sua origem a praticantes do sexo masculino, no Brasil ela foi sendo associada a um universo feminino, e ganhando espaço principalmente nas academias de ginástica, desde a década de 70. Foi justamente galgando este caminho de transformação no imaginário social, que a prática do Yoga no Brasil foi deixando de ser associada a elementos exóticos em nossa sociedade, como os magros Sadhus indianos, aos quais nos referimos anteriormente (conceito ainda corrente na década de 60, momento de lançamento das primeiras publicações <sup>20</sup>), e passa cada vez mais a ser associada aos belos corpos femininos. A questão de gênero no caso do Yoga brasileiro seria um tema importante para um estudo a parte. Mas, de forma preliminar, podemos afirmar que corpos femininos em belas posturas serviram de “embaixadores” da prática em território nacional. E nas publicações de DeRose, estes corpos aparecem em diversas posturas ilustrativas, como signo da perfeição estética alcançada pelas mulheres jovens em *asanas* elaborados<sup>21</sup>.

Na verdade, a apresentação do Yoga através de corpos saudáveis e perfeitos, de ambos os gêneros, ganha uma nova dimensão nas obras de DeRose. Boa parte da construção do *Swásthya Yôga* por DeRose foi pautada na comparação entre “Yôga” e “yôga”. Nestas comparações, o mestre deixa claro que a sua proposta de

---

<sup>20</sup> Até o início da década de 60 era comum ainda a associação do Yoga ao Faquirismo, como indica José Hermógenes (2006, p. 87).

<sup>21</sup> A este respeito cf. DEROSE, 1995 e DEROSE, 2007.

Yôga seria a mais adequada justamente para pessoas jovens e saudáveis. Deixa claro também que a diferença na pronúncia do termo carregaria com signo uma degeneração da própria prática. O termo original em sânscrito só poderia ser pronunciado de forma correta com Ô, e sendo assim, representaria um outro tipo de Yoga, muito diverso do “Yôga”:

A yôga (também grafada yoga ou ioga, pronunciada com ó aberto) é uma coisa parada e requer paciência; o Yôga ( escrito sempre com acento circunflexo, com Y, pronunciado com ô fechado e no gênero masculino) é uma técnica dinâmica e lindíssima. “A yôga” é quase sempre mística; já o Yôga não admite misticismo. “A yôga” é recomendável para os idosos; no entanto, o Yôga é para gente jovem. (...)“A yôga” surgiu na década de 60 aqui mesmo no Brasil; o Yôga surgiu na Índia há mais de 5.000 anos (DEROSE, 1995, p. 28).

Nesta comparação, DeRose claro que a prática Yôga, ou seja, a prática milenar originária da Índia, não é recomendável para idosos e não teria um aspecto “terapêutico” (mais a diante na obra o autor irá trazer sua definição de “idoso” que não se resume a uma questão etária, mas que abrangeria sobretudo o aspecto da saúde corporal do praticante). A “yôga” no entanto, esta prática que teria se desenvolvido “aqui mesmo no Brasil” nos anos 60, seria sim recomendável para idosos. Temos aqui uma clara alusão a proposta de Hermógenes, que se diferencia justamente pelo caráter inclusivo e terapêutico de sua proposta, como vimos anteriormente. DeRose busca estabelecer um campo discursivo próprio, baseado, entre outras coisas, nas diferentes formas de acentuação de um termo sânscrito. Seu argumento é que no sânscrito não existem “vogais abertas” como no português, e que O Yôga é um termo masculino, e não feminino como foi sendo aqui popularizado.

Através de sua abordagem do Yoga, DeRose cria uma das maiores franquias de escolas de Yoga do Brasil, e ganha uma ampla circulação em meios

universitários inclusive, nos quais se disseminam os cursos de formação da instituição por ele fundada, o Uni-Yoga<sup>22</sup>.

O que se observa, principalmente a partir dos anos 70, quando se consolida a emergência da figura de DeRose é um processo de disputas em vários níveis dentro do campo do Yoga, indo desde representações discursivas até ações políticas, como eleger uma data representativa do Yoga ou regulamentar a profissão. Afinal, justamente nos anos 70 estão se formando associações de Yoga em diversos estados do Brasil, e DeRose também começa um processo de formação de Federações de Yoga. Há uma densa disputa neste sentido para o exercício de algum tipo de regime de regulamentação sobre as práticas do Yoga em território brasileiro. Mas, sobretudo, há uma disputa entre concepções: de um lado os defensores do inexorável processo de “abrasileiramento” do Yoga, e de outro lado, os defensores da preservação de uma pureza original. Até a contemporaneidade tendências deste tipo podem ser identificadas em diversos níveis discursivos e práticos que permeiam esta trajetória do Yoga no Brasil.

### 3 Traços da história do Tai Chi Chuan no Brasil

A prática do Tai Chi Chuan<sup>23</sup> é pautada pela ideia de equilíbrio entre o humano e a natureza. Em geral os movimentos corporais procuram se pautar nos movimentos desencadeados pela natureza. O vento nos galhos, a onda no mar, o movimento da água nos regatos... Essa aproximação com o movimento natural que existe no mundo, sem a pressa do cálculo humano, traz uma sensação de bem-estar privilegiada.

---

<sup>22</sup> Sobre a instituição, cf. (UNI-YÔGA, 2015).

<sup>23</sup> Dentre outras variações, poderíamos compreender o sentido dessa cultura corporal chinesa a partir das seguintes traduções dos respectivos caracteres que compõem seu nome: 太 (Tai) significa "o mais alto"; 極 (Chi ou Ji), significa a parte mais alta do telhado; e, por fim, 拳, (Chuan ou Quan), significa "Punho" ou "soco". Sendo ela uma prática que pode contribuir para a pacificação de agressões corporais, a partir de movimentos lentos e sutis associados ao trabalho de respiração, é entendida pelos chineses como um cultivo marcial elevado.

Se no caso do Yoga os primeiros indícios de sua presença em terras brasiliensis datam da década de 30 do século XX, o Tai Chi Chuan só vai ser notado com maior clareza a partir da década de 60 daquele mesmo século, com a importante diáspora de chineses pós-revolução comunista em seu território, como bem apontaram Aguiar & Apolloni (2008, p.262):

Foi a partir da década dos anos de 1960 e das diversas levas de Migração chinesa recente, concentradas, principalmente, no Estado de São Paulo, bem como, da divulgação pelo cinema, e, mais tarde, pela TV, dos filmes de Bruce Lee ou da famosa série Kung Fu, estrelada por David Caradine, que alguns aspectos da marcialidade chinesa passaram a ser conhecidos entre nós. (AGUIAR & APOLLONI, 2008, p.262).

O Mestre Liu Pai Lin foi um dos pioneiros na introdução do Tai Chi Chuan em solo brasileiro. Chinês que imigra para Taiwan no período da Revolução Comunista de Mao Zedong e que, em seguida, chega em São Paulo no ano de 1975, ensinando nessa cidade até seu falecimento, no ano de 2000. Mestre Liu já era profundo conhecedor de teorias daoístas provenientes de diferentes linhagens da China. Começa sua atividade no Brasil falando para pequenos grupos de chineses que viviam na principal capital econômica do país. Mas é através da linguagem corporal que começa a ter contato com brasileiros em suas fileiras de alunos.

Ensinando o Tai Chi Chuan a paulistanos, contando com pouquíssimos recursos linguísticos do idioma português, a experiência da cultura chinesa era ensinada aos brasileiros primeiro por seus movimentos corporais. É preciso ressaltar que mesmo integrando o Daoísmo institucionalizado, algo mais próximo do que ocidentais tendem a compreender através da palavra religião, Liu Pai Lin nunca deixou de aceitar alunos que quisessem aprender as práticas corporais chinesas das quais era profundo conhecedor (BIZERRIL, 2007). Dentre elas o Tai Chi Chuan. Isso nos dá mais um indicativo de que o Tai Chi Chuan poderia ser bem compreendido através do conceito de "espiritualidade corporal", visto que tem relação com textos canônicos cultuados por grupos institucionalmente organizados, mas que, no entanto, é praticado e procurado por pessoas que não necessariamente compartilham dessa esfera de crenças simbólicas e culturais.

Na mesma década de 70 do século XX, outra figura importante para a história do Tai Chi Chuan no Brasil aporta em nossas terras. Falamos de Wu Chao Hsiang, que também inicia seu ensinamento através do Tai Chi Chuan para, só posteriormente, enfatizar a presença do Taoísmo institucional em sua bagagem cultural, função que seria assumida plenamente por seu filho Wu Jih Cherng:

Mestre Cherng nasceu em Taiwan, em 1958, e em 1973 mudou-se com seus pais para o Brasil, onde foi viver no Rio de Janeiro. Seu pai, Wu Chao Hsiang, médico formado pela Faculdade de Medicina de Taipei (Taiwan) e Mestre em Tai Chi Chuan pela Sociedade Chinesa de Tai Chi, foi um dos primeiros introdutores da acupuntura e das artes marciais no Brasil, Rio de Janeiro, onde fundou o Instituto de Cultura Chinesa. Na infância, ainda na China, Mestre Cherng teve seu primeiro contato com o taoísmo: começou a ser treinado por seu pai na meditação e em artes orientais, como Tai Chi Chuan, Chi Kun, Pa Kua, Xin Yi. Posteriormente, no Brasil, continuou seu treinamento, incluindo então a Acupuntura e a Medicina Chinesa. No início da década de 80 viajou ao seu país de origem para estudar com os grandes mestres taoístas da atualidade. Retornando ao Brasil abriu uma academia no Leblon, Rio de Janeiro, para ensinar Tai Chi Chuan e Acupuntura. Paralelamente, iniciou seu projeto de difusão do Taoísmo no Brasil, compartilhando seus estudos com um grupo de brasileiros que se formou à sua volta. Passou a ministrar, naquele espaço, palestras semanais sobre a filosofia taoísta. (SOCIEDADE TAOISTA DO BRASIL, 2016a).

O Tai Chi Chuan se trata de uma prática que tem suas origens inegavelmente associadas a textos clássicos considerados por muitos chineses como sendo sagrados e míticos. No entanto, é uma prática não excludente, já que foi desenvolvida com o intuito de elaboração pessoal e autoconhecimento, ponto importante para as religiões orientais que não veem nisso um contraponto em relação à lógica religiosa. Ao contrário, essa autoelaboração é condição mesma para o progresso dos sujeitos em suas relações com o que transcende a realidade concreta, de acordo com essas tradições. Essa característica não deixa também de ser um trunfo dessa arte corporal, no que diz respeito à sua capacidade de expansão no interior dos mais diversificados contextos culturais. O próprio grupo da Sociedade Taoísta do Brasil, por exemplo, nunca impediu que não adeptos deixassem de praticar o Tai Chi Chuan em suas dependências:

#### Cursos de Artes Taoistas

A Sociedade Taoista do Brasil possui o Instituto de Artes Taoistas que oferece cursos sobre diversas artes do taoísmo. Participe, estude e aplique o seu conhecimento.

I Ching Clássico (易經);

I Ching da Flor de Ameixeira (梅花)

**Tai Chi Chuan (太極拳);**

Qi Gong (氣功);

Feng Shui (風水);

Ming Li (命理)

Astrologia Chinesa (紫微斗數).

Aquarela Chinesa (SOCIEDADE TAOISTA DO BRASIL, 2016b)

(Ênfase adicionada)

Para pensarmos o caso da expansão do Tai Chi Chuan no Brasil e no mundo não podemos deixar de mencionar o conceito de “espiritualidade do corpo”. São práticas que admitem um profundo trabalho interior no ser e em sua relação com o transcendental, mas que negam a necessidade de filiação exclusiva a um cânone textual ou religioso específico.

Outros dois mestres chineses que antecederam os Srs. Liu Pai Lin e Wu Chao Hsiang também divulgaram o Tai Chi Chuan através de suas escolas de Kung Fu na capital paulistana, desvinculando ainda mais essa prática de suas ligações com o Taoísmo ritualístico. Falamos do Mestre Chan Kowk Wai<sup>24</sup>, com seus ensinamentos de Tai Chi Chuan estilo Yang em sua *Academia Sino-Brasileira de Kung-Fu* – criada em 1973 – e Mestre Chiu Ping Lok<sup>25</sup>, que também ensinou Tai Chi Chuan estilo Yang em sua *Academia Tai Chi, Yoga, Kung Fu*, de 1969, que em 1986 se tornaria *Associação Fei Hok Phai*, ambas em São Paulo capital<sup>26</sup>. Mestre Chan Kowk Wai continua a divulgar a prática do Tai Chi Chuan no Brasil, bem como o fez seu conterrâneo de Cantão – Província do sul da China –, Mestre Chiu Ping Lok que faleceu em 2009 depois de ter ensinado essa arte durante mais de quatro décadas a centenas de brasileiros.

---

<sup>24</sup> Chegou em 1960 e inicialmente também ensinou apenas a chineses para só posteriormente ensinar artes marciais chinesas a brasileiros. Cf. ACADEMIA SINO-BRASILEIRA DE KUNG FU, 2016.

<sup>25</sup> Chegou em 1961 e inicialmente também ensinou apenas para chineses e só posteriormente ensinar artes marciais chinesas para brasileiros. Cf. ACADEMIA NAN FU DE KUNG FU E BOXE CHINÊS, 2016.

<sup>26</sup> Na verdade suas Academias rapidamente alcançaram filiais em uma grande quantidade de estados brasileiros, tornando a escala de influencia desses mestres muito mais larga do que se possa mensurar.

Não deixa de ser curioso o fato de que um chinês professor de Tai Chi Chuan e Kung Fu também ensinasse Yoga em seu estabelecimento, inclusive destacando essa prática no título de sua Academia, como foi o caso. Isso se explicaria por conta da experiência que o Mestre Chiu Ping Lok teria tido com hindus que excursionavam na China quando ele ainda morava no continente asiático<sup>27</sup> e do efeito positivo que ele teria percebido da associação dessa prática com os estilos de Tai Chi Chuan e Kung Fu que aprendera em sua pátria mãe. O estilo de Kung Fu Fei Hok Phai, criado por ele em terras brasileiras, não deixaria de ter em seu próprio “DNA”, por conseguinte, as marcas da própria antropofagia brasileira, local onde foi possível soldar a liga entre Yoga, Tai Chi Chuan e Kung Fu em sua trajetória de práticas corporais e que lograram sucesso tremendo já que conta com academias espalhadas por diversos estados da Federação.

### **Considerações finais**

Conforme já foi enfatizado, tanto o Yoga como o Tai Chi Chuan se configuram como “espiritualidades do corpo”, já que embora estejam baseadas em textos antigos escritos em suas línguas originais, ambas podem ser transmitidas através de seus gestos, posturas e até mesmo através de seus “silêncios”. Há também uma similitude no que tange à importância da presença dos mestres, que em ambas as práticas são considerados como portadores de ensinamentos quase iniciáticos aos discípulos brasileiros, conectando corpo e respiração a dimensões espirituais características do oriente. É importante frisar que um dos argumentos básicos do presente artigo é que ambos os quesitos citados, a saber: a “sacralidade do corpo” e a “relação mestre-discípulo”, os mesmos que nos permitem estabelecer pontos de contato entre o Yoga e o Tai Chi Chuan, já se faziam presentes em terras brasileiras através da capoeira.

---

<sup>27</sup> Cf. em ACADEMIA NAN FU DE KUNG FU E BOXE CHINÊS, 2016.



No entanto, além das referidas semelhanças, Yoga e Tai Chi Chuan guardam também diferenças em suas concepções de práticas bem como em suas trajetórias no Brasil. Não faremos aqui uma comparação entre diferenças conceituais que norteiam ambas as práticas, pois tal comparação se estenderia para muito além dos limites deste artigo. Mas, no âmbito das trajetórias históricas, é possível tecer algumas observações preliminares.

Conforme observamos ao longo de nosso artigo, há uma primeira diferença significativa em termos de temporalidades das práticas em solo brasileiro. Se os primeiros registros do Yoga no Brasil remetem à década de 30 do século XX, os primeiros registros do Tai Chi Chuan parecem remeter à década de 60, quando o Yoga já se encontrava plenamente estabelecido em solo nacional.

Além disso, o Tai Chi Chuan chega até nós através de mestres chineses que inicialmente transmitem seus conhecimentos para membros da própria comunidade chinesa que já estavam se estabelecendo no Brasil, e só posteriormente se expandem para praticantes brasileiros. No caso do Yoga, os primeiros mestres que trazem seus conhecimentos ao público brasileiro não são indianos, e não se dirigem inicialmente a comunidades de indianos (muito mais escassas que comunidades de chineses no Brasil).

Apesar dessas diferenças nos processos históricos de incorporação de ambas as práticas em território nacional, não podemos por isso afirmar categoricamente que determinada prática se manteve mais vinculada às suas origens do que outra, até porque há também uma enorme diversidade entre os ensinamentos e concepções de diferentes mestres, o que vale tanto para o caso do Yoga quanto do Tai Chi Chuan, conforme tentamos demonstrar. De toda forma, o que podemos observar, é o rico processo de acolhimento destas “espiritualidades do corpo” no Brasil, e os diálogos destas com outros elementos que constituem o rico campo espiritual e religioso brasileiro.

Se entendemos essas “espiritualidades do corpo” conectadas à outra ideia chave apresentada ao longo desse texto, “prevalência da ortopraxia sobre a ortodoxia”, pensamos poder estabelecermos uma compreensão dessas práticas como possíveis promotoras do desenvolvimento de “espiritualidades laicas”. Os exercícios do corpo trazem a possibilidade de buscas genuínas para cada praticante que irá relacionar seus exercícios a *corpus* discursivos distintos uns dos outros. Essas “espiritualidades do corpo” estariam ligadas, portanto, muito mais a um contexto de experimentações e investigações que de reafirmação de narrativas dadas. Esses não seriam os casos da Capoeira, do Yoga e do Tai Chi Chuan? Os adeptos dessas práticas de si, ao serem perguntados sobre os efeitos dessas artes sobre si mesmos frequentemente reconhecem que o trabalho espiritual está ali presente sim, mas também que, nem por isso, precisaram para tanto se tornarem adeptos de qualquer doutrinação ou filiação textual a quaisquer cânones religiosos.

Para concluirmos nossa argumentação propomos o pontapé para uma reflexão que consideramos poder ser frutífera para os investigadores interessados nessas temáticas em futuras pesquisas: em que sentido essas “espiritualidades do corpo” não estariam vinculadas ao que acadêmicos atuais têm detectado como uma presença crescente em nossos dias do que chamaram muito apropriadamente de “espiritualidades não-religiosas”<sup>28</sup>? Estaríamos falando de uma mesma coisa? “Espiritualidades do corpo”, “Espiritualidades laicas”, “Espiritualidades não-religiosas”... Novos horizontes se apresentam no eclético panorama religioso e espiritual brasileiro. Tentemos compreendê-los!

---

<sup>28</sup> A esse respeito conferir um dossiê com esse título publicado recentemente, em 2014, em **Horizonte**, com o editorial do coordenador da área na CAPES, o Professor Dr. Flávio Augusto Senra Ribeiro (HORIZONTE, 2016).

## REFERÊNCIAS

ACADEMIA NAN FU DE KUNG FU E BOXE CHINÊS. **Grão-Mestre Chiu Ping Lok**. Disponível em: <<http://nanfuacademia.com.br/grao-mestre-chiu-ping-lok/>>. Acesso em: 29 abr. 2016.

ACADEMIA SINO-BRASILEIRA DE KUNG FU. **A escola**. Disponível em: <<http://www.sinobrasileira.org/index.php?id=3&subid=10&ln=pt&scr=1366>>. Acesso em: 29 abr. 2016.

APOLLONI, R. W. & AGUIAR, J. O. Budismo, Marcialidade e Legitimação da Violência: o Kung Fu e as disputas historiográficas sobre o mosteiro de Shaolin. **Projeto História**, São Paulo, n.37, p. 261-278, dez. 2008.

BIZERRIL, José. **O retorno à raiz: uma linhagem taoista no Brasil**. São Paulo: CNPQ/PRONEX e Attar Editorial, 2007.

DEROSE. **Prontuário de Yoga antigo**. Rio de Janeiro: Editora Ground, 1985.

DEROSE. **Tudo o que você nunca quis saber sobre Yôga e Jamais teve a intenção de Perguntar**. São Paulo: Martins Claret/Uni-Yôga, 1995.

DEROSE. **Tratado de Yôga**. São Paulo: Ed.DeRose/Nobel, 2007.

DONAHAYE, Gui; STERN, Edwin. **Guruji: a portrait of Sri Pathabhi Jois through the eyes of his students**. New York: North Poin Press, 2010.

EGRÉGORA EXPECTANTE. Disponível em: <[www.igrejaexpectante.org](http://www.igrejaexpectante.org)>. Acesso em: 08 out. 2014.

ESPAÇO HERMÓGENES DE NITERÓI. **A yoga na oração de são francisco**. Disponível em: <<https://pt-br.facebook.com/events/816755941747023/>>. Acesso em: 30 mar. 2015.

FEUERSTEIN, Georg. **A Tradição do Yoga**. São Paulo: Pensamento, 2006.

FIGUEIREDO, Maria Alice. **Yoga Vidya, a Sabedoria do Yoga – Conceitos Fundamentais**. São Paulo, 1997.

FLOOD, Gavin. **The Tantric Body**. The Secret Tradition of Hindu Religion. New York: I.B. Tauris & Co. Ltd., 2006.

FLOOD, Gavin. **Uma introdução ao Hinduísmo**. Juiz de Fora: Ed. da UFJF, 2014.

FONSECA, Carlos Alberto (Tradução do sânscrito, prefácio e notas). **Bhagavadgita: Canção do Venerável**. São Paulo: Ed. Globo, 2009.

FREYRE, Gilberto. **Sobrados e Mucambos**. Rio de Janeiro: Record, 2000.

GNERRE, Maria Lucia Abaurre. Identidades e paradoxos do yoga no Brasil: caminho espiritual, prática de relaxamento ou atividade física?. **Fronteiras**, Dourados: UFGD/MS. v. 12. n. 21, p. 247-270, jan/jun, 2010.

GNERRE, Maria Lucia Abaurre. **Religiões Orientais**: Uma introdução. João Pessoa: Ed. Universitária UFPB, 2011.

GNERRE, Maria Lucia Abaurre. “**História do Yoga e das religiões orientais no Brasil: uma abordagem de 1950 aos dias atuais**”. Relatório de Estágio: Bolsa de Desenvolvimento Científico Regional, CNPq/UFPB, 2011a.

GNERRE, Maria Lucia Abaurre. **Gheranda Samhitā**: corpo e libertação na tradição do Hatha Yoga. **Revista Numem**, Juiz de Fora: v. 14, p. 219-246, 2012.

GULMINI, L. C. **O Yogasutra, de Patañjali** – tradução e análise da obra, à luz de seus fundamentos contextuais, intertextuais e lingüísticos. 2002. 455 p. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo.

HERMÓGENES, José. **Autoperfeição com Hatha-yoga**. 46<sup>a</sup> ed: Rio de Janeiro: Nova Era, 2006.

HERMÓGENES, José. **Yoga Para Nervosos**. 18<sup>a</sup> ed: Rio de Janeiro, Record, 1982.

HERMÓGENES, José. **Autoperfeição com Hatha-yoga**. 46<sup>a</sup> ed. Rio de Janeiro: Nova Era, 2006.

HERMÓGENES, José. **Yoga**: caminho para Deus. Rio de Janeiro, Editora Nova Era, 1996.

HORIZONTE. **Dossiê**: espiritualidades não-religiosas. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/horizonte/issue/view/650/showToc>>. Acesso em: 30 ago. 2016.

INSTITUTO HERMÓGENES. **Professor Hermógenes**. Disponível em: <<http://www.hermogenesyoga.com.br/sobre>>. Acesso em: 13 abr. 2016.

LAOZI. **Dao De Jing**. Tradução direta do chinês para o português por Mário Sproviero. São Paulo: Hedra, 2014. [1<sup>a</sup> ed. 1997].

LAOZI. **Dao De Jing**. Tradução direta do chinês para o português por Wu Jyh Cherng. Rio de Janeiro: Mauad X, 2011. [1<sup>a</sup> ed. 1996].

LE BRETON, David. **Adeus ao corpo**: antropologia e sociedade. 9. ed. Campinas: Papirus, 2003.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.

MIRANDA, Caio. **A libertação pelo yoga**. Rio de Janeiro: Livraria Freitas Bastos, 1963.

MIRANDA, Caio. **Assim ouvi do mestre**. Rio de Janeiro: Livraria Freitas Bastos, 1961.

PATAÑJALI. Yoga Sutra. In: GULMINI, L. C. **O Yogasutra, de Patañjali** – tradução e análise da obra, à luz de seus fundamentos contextuais, intertextuais e lingüísticos. 2002. 455 p. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo.

POCESKI, Mário. **Introdução às religiões chinesas**. São Paulo: Ed. UNESP, 2013.

REDYSON, Deyve. Sobre o conceito de religião nas religiões orientais. In: ROSSI, Luiz Alexandre; JUNQUEIRA, Sérgio. (Orgs.). **Religião, Direitos Humanos & Laicidade**. São Paulo: Fonte Editorial, 2015, p. 139-152.

SAID, Edward. **Orientalismo** - O Oriente como invenção do Ocidente. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

SANCHES, Raphael Lugo. **Curar o corpo, salvar a alma**: as representações do yoga no Brasil. Raphael Lugo Sanches. – Dissertação de Mestrado, Dourados, MS: UFGD, 2014.

SHAHAR, Meir. **O Mosteiro de Shaolin**: história, religião e as artes marciais chinesas. São Paulo: Perspectiva, 2011.

SIEGA, Carson Luiz. **Capoeira, Corpo, Espiritualidade**: as percepções de corpo, “ethos” e visão de mundo de crianças, de dez a doze anos, praticantes de capoeira em uma Escola Municipal de Porto Alegre – um estudo de caso. Dissertação (Mestrado) – Escola Superior de Teologia, São Leopoldo, 2007.

SINGLETON, M. **Yoga body: the origins of modern posture practice**. Nova York: Oxford University Press, 2010.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL. **A História do Yoga no Brasil**. Disponível em: <<http://www.sociedadebrasileiradeyoga.com/#!hystoria-do-yoga-no-brasil/c1j6c>>. Acesso em: 23 mar. 2015.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL. **Prof. Hermógenes (1921)**. Disponível em: <<http://www.sociedadebrasileiradeyoga.com/professor-hermogenes>>. Acesso em 30 set. 2016.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE YOGA INTEGRAL. **Quem Foi Caio Miranda?**. Disponível em: <<http://www.yogaintegralsaopaulo.com.br/caio-miranda>>. Acesso em: 29 set. 2016a.

SOCIEDADE TAOISTA DO BRASIL. **Atividades**. Disponível em: <[http://societadetaoista.com.br/rj/?page\\_id=28](http://societadetaoista.com.br/rj/?page_id=28)>. Acesso em: 29 abr. 2016.

SOCIEDADE TAOISTA DO BRASIL. **Mestre Wu Jyh Cherng**. Disponível em: <<http://sociadetaoista.com.br/blog/sociedade-taoista/mestre-wu-jyh-cherng/>>. Acesso em: 29 abr. 2016a.

STAAL, F. **Rules Without Meaning, Ritual, Mantras and the Human Sciences**. New York: Peter Lang, 1989.

TOQUE MUSICAL. Caio Miranda – Laya Yoga Relax Profundo. Disponível em: <<http://www.toque-musicall.com/?p=509>>. Acesso em: 08 out. 2014.

UNI-YÔGA. **Uni-Yôga**. Disponível em: <<http://www.uni-yoga.org.br/>>. Acesso em: 20 mar. 2015.

YOGA KARUNA. **A História do Yoga no Brasil**. Disponível em: <<http://yogakaruna.blogspot.com.br/p/historia-do-yoga.html>>. Acesso em: 06 out. 2014.

ZICA, Matheus da Cruz. **Identidade em Fuga: educação dos escravos no Brasil oitocentista a partir de anúncios de jornal**. Relatório de Estágio Pós-Doutoral. FaE/UFMG, 2012.

ZICA, Matheus da Cruz. Laozi contextualizado: por uma compreensão histórica da produção do Dao De Jing e de suas apropriações posteriores. **Cultura Oriental**, João Pessoa, v. 1, n. 1, p. 31-39, jan.-jun. 2014.