



# YOGA EM MEU CORPO: UM ESTUDO SOBRE TRANSFORMAÇÕES NOS MODOS DE MOVER-PENSAR-MOVER EM DIÁLOGO COM A CULTURA WANANO

**Palavras-Chave:** Técnica em dança, Yoga, Cultura Wanano.

**Autores(as):**

Eleomara Muniz Alvares, IA (UNICAMP)

Profa<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Mariana Machado Baruco (orientadora), IA (UNICAMP)

---

## INTRODUÇÃO:

“Yoga Em Meu Corpo: um estudo sobre transformações nos modos de mover-pensar-mover em diálogo com a cultura wanano”; tem o objetivo de sistematizar uma prática em yoga baseada no livro de Chanchani e Chanchani (1997) pensando na adaptação para o contexto da técnica em dança contemporânea. No livro estudado constam orientações sobre os *asanas* (posturas) do Iyengar Yoga, contendo ilustrações e orientações textuais. Com auxílio da orientadora, estou traduzindo os conteúdos do livro (do inglês para o português), estudando os asanas e elaborando pequenas sequências usando essas posturas, pensando em uma aproximação desses saberes com aqueles advindos de minha própria história com a dança. A partir desta pesquisa, irei produzir pequenos vídeos de aulas básicas de dança contemporânea, que serão organizados em um vídeo final da pesquisa. A pesquisa tem também o propósito de me preparar para uma segunda pesquisa de iniciação científica, que pretendo fazer futuramente, sobre mitologia indiana relacionada à mitologia wanano, meu povo, voltada à criação em dança.

A pesquisa parte da compreensão de investigar as interseções entre a prática do yoga e a cultura Wanano, um povo indígena da Amazonas. Busca compreender como a introdução e a adaptação do yoga podem promover transformações nos modos de mover, pensar e perceber o corpo, criando diálogos interculturais que envolvem trocas de saberes, corporações e cosmologias.

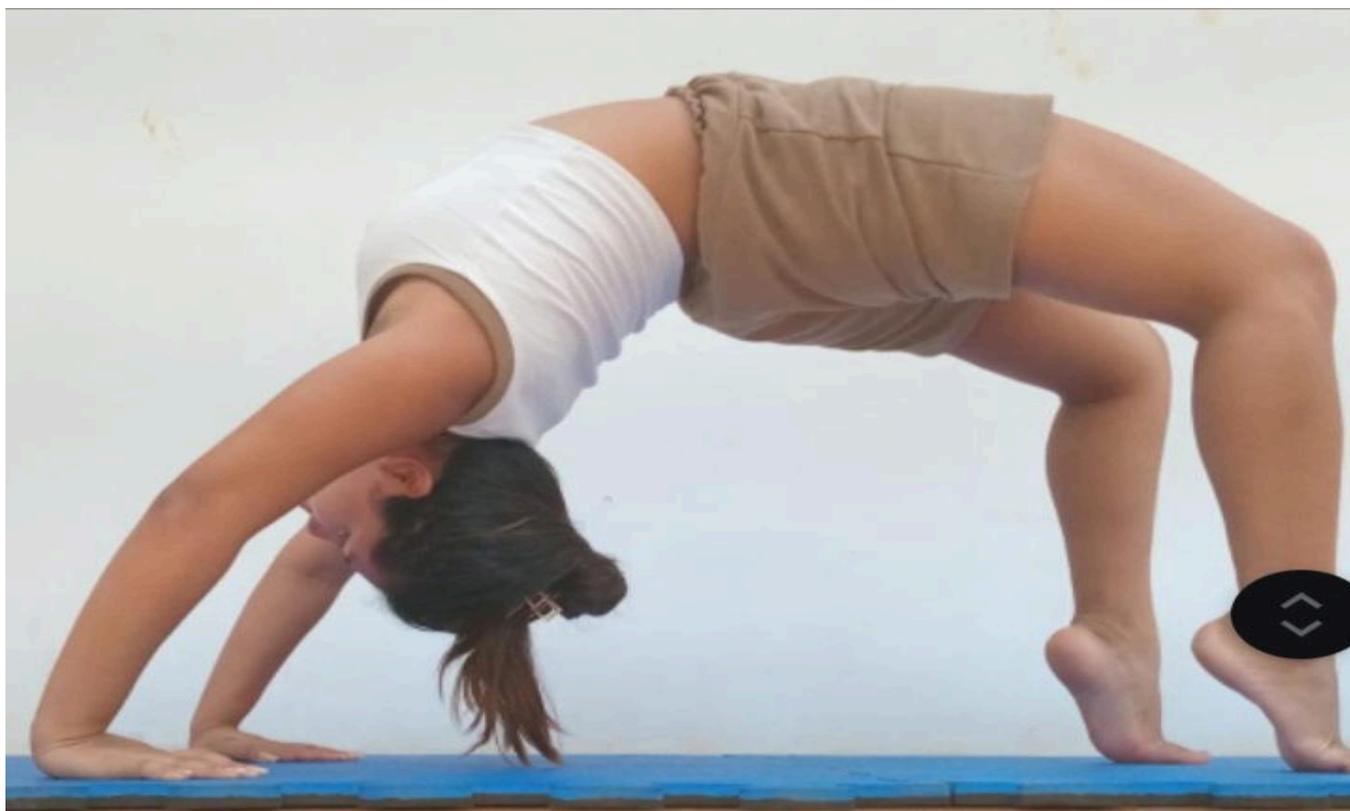
O yoga, originário da Índia, enfatiza a união entre corpo, mente e espírito por meio de posturas (*asanas*), respiração (*pranayama*) e meditação. Sua prática busca promover equilíbrio, autoconsciência e saúde integral. Nos contextos ocidentais e interculturais, o yoga passa por processos de adaptação, onde por meio dos quais incorpora elementos culturais diversos, promovendo mudanças na experiência corporal e na percepção de si mesmo.

A cultura Wanano possui uma cosmologia particular, caracterizada por um entendimento do mundo baseado em mitos, ritos e formas de movimento tradicionais. Essas expressões culturais revelam modos específicos de mover o corpo, relacionar-se com o ambiente e compreender a existência.

Ao dialogar com a cultura Wanano, a prática do yoga pode sofrer adaptações que refletem seus valores e cosmologias. Por exemplo, posturas que representam elementos naturais ou rituais locais podem ser integradas às práticas tradicionais, favorecendo uma experiência de movimento que reitera a conexão ancestral com a natureza. Isso pode promover mudanças nos modos de pensar o corpo, ampliando a compreensão de que o corpo não é apenas uma máquina funcional, mas um espaço sagrado e narrativo, cheio de simbolismos e relacionamentos com o universo. Assim, práticas de mover e pensar deixam de ser separadas, reforçando uma visão de corpo e de mundo sistêmicas.

As adaptações interculturais do yoga podem gerar diversas transformações, como: Uma maior consciência do corpo em relação aos aspectos espirituais e

sociais dos Wanano e a incorporação de movimentos tradicionais às posturas de yoga, criando uma nova linguagem-.



**CONCLUSÕES:**

A prática do yoga, quando dialogada e adaptada às culturas indígenas como os Wanano, pode promover uma revitalização dos modos de experimentar o corpo e o movimento. Essa troca intercultural abre possibilidades para novas formas de compreender a si mesmo, o mundo e as relações entre corpo, cultura e cosmologia. Dessa forma, o yoga se torna um espaço de encontro, transformação e resistência cultural, contribuindo para a valorização e o reconhecimento das especificidades identitárias.

## **BIBLIOGRAFIA**

CHANCHANI, Swati; CHANCHANI, Rajiv. Yoga For Children: A Complete Illustrated Guide to Yoga. Bangalore: 2ª.Ed. india: Ubs Pub Ltd, 1997. ISBN: 8186112227.

MACHADO, Ana Maria. Bisa Bia, Bisa Bel. 3ª. ed. São Paulo:salamandra,2007.ISBN: 8516055620.

SANTOS, Inacyra Falcão dos. Da tradição africana brasileira a uma proposta pluricultural de dança-arte-educação. Tese de doutorado. 1996. 220p. Faculdade Educação/USP:1996.

SANTOS, Inacyra Falcão dos. Corpo e Ancestralidade: uma Proposta Pluricultural de dança-arte-educação. 1ª. ed. São Paulo:Edufba.2002.ISBN:978-85-232-0282-X.