

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
Biblioteca - F. E. F.



1150007039



FEF

T/UNICAMP Sch18i

VERA SCHATTAN

... IN CORPORE SANDO: O CORPO E AS DIFERENÇAS

UNICAMP  
IFCH  
CONJ. DE SOCIOLOGIA

... IN CORPORE SANO: O CORPO E AS DIFERENÇAS

Dissertação de Mestrado

Vera Schattan

CAMPINAS  
1985

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
Biblioteca - F. E. F.

VERA SCHATTAN

... IN CORPORE SANO: O CORPO E AS DIFERENÇAS

Dissertação de Mestrado em  
Sociologia apresentada ao  
Instituto de Filosofia e  
Ciências Humanas da Univer  
sidade Estadual de Campinas

CAMPINAS, 1985

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
BIBLIOTECA - F. F. L. C.

## RETROSPECTIVA

Este trabalho é fruto de uma pesquisa realizada entre março de 1982 e junho de 1985 na cidade de Campinas.

A elaboração do projeto de pesquisa bem como a frequência aos cursos do primeiro ano de mestrado foram possíveis graças à bolsa de estudos que me foi concedida pelo CNPq. A possibilidade de concluir o curso, de executar o projeto e de receber os relatórios de pesquisa, agregados de estimulantes comentários e críticas devo à FAPESP.

Há quatro anos atrás quando comecei este trabalho a questão do corpo aparecia como bem mais distante e obscura do que hoje. De modo que antes de estabelecer os limites do meu objeto de estudo, fui obrigada a esboçar os contornos daquilo que se delineava como um campo de problema: o corpo. Os primeiros, e mais decisivos, passos neste sentido foram dados quando elaborei o projeto de pesquisa e estão documentados no capítulo I. Agradeço as preciosas indicações que recebi de Suely Kofes de Almeida, Maria Cristina Rios Magalhães e Geraldo Giovanini nesta etapa.

A partir daí foi possível definir a questão do acelerado crescimento das escolas de treinamento corporal (danças, ginásticas, lutas...) como núcleo de problema dentro deste campo e elaborar uma hipótese geral de trabalho. Na verdade, esta relação, tal como está formulada no capítulo II, se aproxima mais das conclusões a que cheguei

do que propriamente do projeto inicial; voltarei a esta questão adiante. Também aqui quero agradecer a Suely K. de Almeida pelos valiosos comentários e sugestões.

Desta fase de estruturação da pesquisa é importante recuperar ainda a opção metodológica que fiz. O meu objetivo, no tocante à pesquisa de campo, era o de encontrar um método de trabalho que, se adaptando a amostras pequenas, permitisse combinar a riqueza fornecida por dados quantitativos e qualitativos. O rigor metodológico que resultou desta preocupação compensou de forma satisfatória uma certa fluidez inerente ao objeto e permitiu, entre outras coisas, a coleta sistemática de material, o que muito contribuiu para enriquecer as possibilidades de análise. Uma descrição detalhada desta metodologia se encontra no capítulo III. Foi grande a ajuda que recebi de Salomão Schattan para a mentar e operar. Quero agradecer também a Eugenia Trancoso Baltar que, no meio do corre-corre universitário e quase sem me conhecer, se dispôs a retardar seu trabalho para processar boa parte dos dados que coletei.

Fica assim o leitor avisado que só no quarto capítulo se alcança o território desta expedição. Espero, no entanto, ter deixado claro o roteiro tanto do trajeto como das manobras que a partir daqui serão executadas.

O trabalho de campo teve início em fevereiro de 1983 quando obtive junto à prefeitura uma primeira lista das escolas de treinamento corporal sediadas na cidade. Na verdade tive que caminhar e con

versar ainda um bom tanto até ter a sensação de contar com um sistema de referência que mesmo não sendo completo me parecesse satisfatório.

Numa primeira fase trabalhei no bairro do Centro nas escolas de capoeira, Beira Mar e Coquinho Baiano; de yoga, Unyoga e Cursyoga, e no Bosque de Jequitibás. No início de setembro esta fase da pesquisa estava concluída.

Em outubro iniciei a segunda fase trabalhando nas escolas Athletic Apollo Center, Clube Regatas e LuaSol no bairro do Cambuí e no Parque do Taquaral.

Em abril de 1984 a pesquisa de campo estava concluída e em agosto de 1984 o conjunto dos dados já estava processado e disponível para análise.

Durante este período Margot, Sonia, Ruth, Vicente, Godoy, Wilton e Aloísio, os professores, foram meus grandes protetores, me abrindo as portas, fornecendo as informações necessárias e sobretudo me recebendo com grande amizade, é difícil falar da gratidão que sinto. Quero agradecer também aos alunos e corredores que responderam às longas entrevistas a que os submeti.

As fotos constantes deste capítulo são de Monique Cabral. Juntas, trabalhamos, não só durante este período mas para além dele, tentando construir uma linguagem comum e descobrir os mistérios próprios às pesquisas sociais e visuais. Me alegra não só ver cenas tão

perspicazes a documentar este trabalho como também ter tido o prazer de conviver com uma pessoa disposta a se interessar, se abrir e colaborar com o trabalho de outra.

Feito este reconhecimento do território, passo, no capítulo V, à tarefa de reaprender a realidade mapeada, num outro nível de abstração; busco então o conceito e o comentário. O diálogo com Cláudia Laversveiller de Moraes, neste período, foi precioso. Mas seria injusto falar apenas deste período. A sua amizade, as nossas conversas e suas observações estão presentes em todo o trabalho.

Agradeço a Marisa Corrêa e Daniel Hogan a leitura de partes do manuscrito bem como suas críticas e sugestões.

Quero lembrar também o bom humor e a colaboração constante que recebi de todo o grupo da secretaria de pós-graduação do IFCH.

A João Aidar Filho, Eva Schattan e Luís Otávio Burnier devo a possibilidade de interessantes experiências práticas e diálogos que serviram como rico fermento a este trabalho.

O Francisco processou todos os dados necessários à primeira fase da análise e foi o corretor oficial do texto, mas isso são apenas detalhes de uma sociedade bem maior que guardamos e sem a qual a vida teria menos graça e eu menos força para levar a cabo certas empreitas um tanto fantásticas.

Apesar dos conselhos em contrário de Umberto Eco não poderia encerrar sem agradecer a atenção, a dedicação e o encorajamento que recebi do meu orientador Manoel Tosta Berlinck.

Campinas, junho de 1985.

## ÍNDICE

	<u>PÁG.</u>
CAPÍTULO I: TRAGAM O CORPO!	
1. Do Social .....	01
2. Do Indivíduo .....	06
3. Das Técnicas .....	10
4. Das Mudanças .....	12
CAPÍTULO II: O CULTO AO CORPO	
1. Um problema que intriga .....	16
CAPÍTULO III: ACERCA DOS PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	
1. Das hipóteses .....	25
2. Do domínio em estudo .....	26
3. Dos modos de investigação e análise .....	27
4. Sobre o tamanho da amostra .....	33
CAPÍTULO IV: INVENTARIANDO: O EMPÍRICO E O TRANSCENDENTE	
1. Yoga .....	35
A. Das escolas .....	36
B. Da yoga .....	55
C. Do corpo .....	63

	<u>PÁG.</u>
2. Corrida .....	75
A. Dos parques .....	76
B. Da corrida .....	84
C. Do corpo .....	91
3. Capoeira .....	106
A. Das escolas .....	107
B. Da capoeira .....	125
C. Do corpo .....	133
4. Entre os técnicos .....	145
CAPÍTULO V: IDÉIAS SOBRE O SEM FIM	
1. Receituário das forças .....	163
2. Troca de luzes .....	173
3. Comentários finais .....	180
BIBLIOGRAFIA .....	184
APÊNDICE	
TABELAS	
QUESTIONÁRIOS: ALUNO - CORREDOR; PROFESSOR; ESCOLAS - PARQUES	

CAPÍTULO I

TRAGAM O CORPO!

## 1. Do Social

O corpo enquanto alvo de atenção e cuidados é um tema antigo. Mas é recentemente, com as ciências sociais que ele começa a ser pensado enquanto uma construção social.

Estas ciências tomaram o corpo como mais um alvo onde era possível fazer atuar uma reflexão que, ao desnaturalizar certos fenômenos, apontava a eficácia do meio social na constituição de realidades.

No artigo "A preeminência da mão direita", de 1907, se percebe claramente o esforço de Robert Hertz em, após elaborar um argumento onde pretende descartar a existência de um condicionamento fisiológico suficiente para explicar a generalidade do fenômeno destreza, propor o corpo como mais uma construção social, o que não deixava de significar a ampliação do domínio das ciências sociais.

Fixando como ponto de referência constante, embora não exclusivo, a sociedade maori, ele vai anotando um conjunto de oposições, que marcam a vida social, tais como: aquelas que dominam o mundo espiritual dividindo-o em sagrado e profano e que aparecem sob a forma de entidades que ocupam lados opostos do universo, as que permitem dividir todos os acontecimentos do universo incluindo os objetos inanimados em duas imensas classes de acordo com o fato de serem considerados macho ou fêmea e as que dividem a tribo em duas seções opostas e complementares. A partir daí ele propõe a seguinte questão: "Como pode o corpo humano, o microcosmo, escapar à polaridade que governa todas as coisas?". (Hertz, 1907:94 a 98).

Já começam portanto a ser enunciadas as regras de um jogo em que o social participa da construção do corpo, e de uma tal maneira que "direita e esquerda se estenderam dos limites do nosso corpo até alcançarem o universo" (Hertz, 1907:102), o que significa que o sujeito encontrará em seu próprio corpo uma referência que permitirá situar os conceitos que lhe são propostos socialmente.

É de um corpo que obedece às regras de um jogo semelhante que fala Marcel Mauss em seu artigo "As técnicas corporais" de 1934, mas que já aqui começa a figurar num novo campo de problema. É que as técnicas e a educação corporal, com as habilidades e especificidades que elas possibilitam e engendram, deixam de aparecer como simples marcas de uma diferença, para começarem a surgir como momentos de sua elaboração.

Ao avançar na discussão de um dos problemas que mais lhe intrigavam, o de compreender as diferenças que separam o "homem primitivo" do "civilizado", Mauss vai conferir ao corpo uma certa autonomia.

É que, para ele, ser civilizado significa essencialmente ter a capacidade de exprimir com lentidão as emoções, de ganhar, entre o estímulo e a resposta a ele, o espaço da consciência e de um tal modo que "de fato, só homem civilizado... sabe controlar as diferentes esferas da sua consciência. Ele difere dos demais. É especializado, com frequência é hereditariamente diferenciado pela divisão do trabalho social que com frequência também é hereditária". (Mauss, 1934 : 201).

De modo que, ao associar a esse "saber fazer" e "ter controle" às técnicas corporais, Mauss apontou um corpo que, se chega a exprimir o social, é antes como um fator que o permite e caracteriza e não como uma de suas expressões que sempre ocorrem um pouco defasadas em relação ao que seja a essência mesma desse social.

Mas deixando ainda uma questão intocada, se as técnicas são tomadas como fatores que permitem a diferença é porque elas próprias guardam desde o princípio a marca dessa diferença. Esse tipo de enigma ganha em Natural Symbols escrito por Mary Douglas em 1970 uma magnitude que o torna bem mais nítido.

Nesse trabalho se investiga como os símbolos corporais, (i.e. os modos como o corpo é percebido e representado nas diferentes sociedades), estão relacionados à experiência social.

O resultado é a enunciação de duas séries e das regras que as relacionam: de um lado ficam registrados os diferentes tipos de sociedade<sup>(1)</sup> e de outro os diferentes tipos de representações de sistemas<sup>(2)</sup>.

O enfoque é sugestivo pois permite relacionar a situações precisas<sup>(3)</sup> tanto a variedade como as características dos diferentes saberes corporais desenvolvidos pelo mundo. De tal modo que essa diversidade passa a ser percebida não mais em relação a múltiplas possibilidades sugeridas pelo corpo humano, mas pela apropriação que as diferentes sociedades fazem de sua plasticidade. Assim não deveríamos nos perguntar mais pela representação que capta mais refinadamente a

concretude do corpo humano mas antes qual a experiência social que mais adequadamente adere a ela.

Como a precedência é do social<sup>(4)</sup>, e a representação, embora atuando sobre ele, já esteja previamente determinada por esse mesmo social, o enigma permanece. Afinal como pode a experiência social construir um corpo à sua imagem? O que garante exatamente essa passagem de uma instância a outra?

A idéia não é fazer girar em torno do problema da precedência a discussão, já que, como os próprios autores mostram, há uma oscilação entre esses dois momentos, mas problematizar o momento de constituição dessas técnicas e representações reconhecendo-lhes uma autonomia que poderá se expressar no que até aqui é apresentado como uma matriz primeira: o social.

Gostaria de retomar as idéias e conceitos até aqui propostos, e que foram desenvolvidos sobretudo com vistas a dar conta das diferenças entre as várias sociedades humanas, no estudo de uma sociedade complexa.

A idéia é investigar como as técnicas e os símbolos corporais podem atuar na construção de diferentes corpos no interior de uma sociedade de classes.

NOTAS

- (1) São as diferentes proporções em que grid e group estão combinados que lhe permitem caracterizar essa experiência social. Group diz respeito às sociedades onde se experimenta uma unidade social bem delimitada e grid àquelas em que as regras que referem uma pessoa a outra se dão em base a uma conduta egocentrada. (Douglas, 1970:60).
- (2) A variedade de representações de sistema se reconhece nos limites mais ou menos rígidos que as "formas" em questão apresentam, assim como no fato do seu interior aparecer de modo mais ou menos estruturado.
- (3) Como exemplo cito a passagem que segue e que se assemelha a várias outras: "Se group é forte e grid fraco a idéia de uma forma corporal vulnerável a ataques de fora tende a ser transferida de um contexto a outro... de modo que desde que a experiência social enfatize os limites externos mas não a estrutura interna, o interior do corpo é pensado como vulnerável mas indiferenciado, o que ao nível da filosofia social corresponde a um otimismo quanto às possibilidades do social permanecer indiferenciado". (Douglas, 1970:ix).
- (4) "O corpo social restringe o modo pelo qual o corpo físico é percebido. De modo que a experiência física do corpo é sempre modificada pelas categorias sociais através das quais ele é conhecido, sustentando uma visão particular da sociedade. Há uma continuada troca de sentido entre os dois tipos de experiência em relação ao corpo, de modo que cada uma reforça as categorias da outra." (Douglas, 1970:65).

## 2. Do Indivíduo

Os estudiosos da psique humana reservaram ao corpo um lugar de honra em sua reflexão. São muitas as escolas que estudam o modo pelo qual os processos psíquicos e físicos se imbricam, num conjunto de abordagens bastante diversas.

Vou me ater a recuperar dentro desta área de pesquisa alguns conceitos bastante sucintos que permitirão enxergar o corpo dentro de uma perspectiva um tanto distinta daquela que acabei de expor.

Já em Wilhem Reich, que viu no corpo uma verdadeira possibilidade revolucionária e cujo pensamento se multiplicou e diversificou entre fiéis e infiéis num sem número de abordagens, há uma denúncia violenta contra o social e um voto de esperança no indivíduo (Reich, 1942).

Esperança que poderia se concretizar através do corpo, o qual foi em sua obra pensado com tamanha nitidez e construído com categorias de tal modo assimiláveis que se poderia falar no surgimento de uma nova representação de corpo.

Com isso Reich passava a fazer atuar a autonomia que propunha ao campo e ajudava a explicitar a situação em que há várias representações disponíveis.

Essa situação, que não chega a ser explicitamente problematizada na obra Body Image and Personality de Seymour Fisher e Sidney E.

Cleveland, lhe serve de pano de fundo. É que desde o início do livro, onde se estudam as relações entre a representação corporal e o comportamento individual, se reconhecem as possibilidades de, ao longo da vida de um indivíduo, se processarem mudanças nesta representação.

O grande esforço é no sentido de conhecer o âmbito de atuação da representação corporal. Para tanto se começa por defini-la nos termos que se seguem: "o corpo de um indivíduo é a área de seu campo de experiência que mais absolutamente lhe pertence e a representação corporal é a sua "base de operações" no mundo. O seu conceito dessa base será necessariamente significativo na forma como ele se conduzirá. Por exemplo se ele a representa como frágil terá mais tendências a comportamentos tímidos do que se a representa como forte e sólida". (Fisher e Cleveland, s.d.: 345). E a partir daí passam a investigar através de um conjunto de pesquisas tanto qualitativas quanto quantitativas o modo pelo qual essa representação se relaciona com o comportamento individual.

Assim, por exemplo, são estudadas as relações entre uma representação que conta com limites corporais claramente definidos e as seguintes variáveis:

- necessidade interior de levar adiante proposições que o indivíduo toma para si;
- tipo de comportamento apresentado em pequenos grupos;
- modo de vida, levantando-se a estabilidade nas atividades desenvolvidas, a preservação da individualidade e a aceitação ou não de padrões sociais convencionais.

Vê-se portanto com que cuidado o tema foi estudado e quão

amplas eram as possibilidades que ele parecia conter, o que as pesquisas assim confirmavam.

Se até aqui a representação corporal vem aos poucos sendo relativizada ao sabor dos encontros que poderão se dar na vida de cada um, na obra de Wapner e Werner El percepto del cuerpo ela fará a sua aliança definitiva com o indivíduo. É que aqui esse indivíduo na sua "experiência afetiva e cognitiva" (Ajuriaguera in Wapner e Werner , 1969:90) será o núcleo ativo que organizará a representação. E não apenas a representação de corpo mas a partir desta e de acordo com ela surgirá uma representação do eu e do mundo<sup>(1)</sup>.

De uma tensão inicial entre o social e o indivíduo as ciências da psique encontraram neste último uma gama de possibilidades cada vez mais atraentes.

Não deixa de ser curioso que, enquanto na exposição anterior os símbolos corporais eram percebidos não apenas como expressão de diferentes experiências sociais mas também como elementos que as possibilitavam, nesta as representações corporais apareçam tanto como fatores explicativos dos diferentes comportamentos individuais como da própria variedade de representações existentes de corpo, de self e de mundo. Também as estratégias de raciocínio se assemelham, mas numa inversão radical dos polos.

É interessante o esforço que as ciências sociais têm feito para se apropriar dessa ruptura reconhecendo na própria constituição do indivíduo uma estratégia do social.

A mim esse indivíduo seduz enquanto marco de um desejo, que brotando de um incômodo qualquer, poderá vir a elaborar alguma coisa expressiva num ou noutro dos campos onde se "luta" para constituí-lo.

#### Notas

- (1) À forma mais ou menos articulada em que o indivíduo experimenta o seu corpo corresponderá uma tendência a experimentar o eu e o mundo circundante de forma similar. (Witkin in Wapner e Werner, 1969: 43).
- (2) Me limito neste item a apresentar como o problema do corpo tem sido tematizado por estudiosos da psique humana. Com isso não menciono adentrar nesta vasta polêmica que diz respeito ao indivíduo e sua constituição.

### 3. Das Técnicas

A cada experiência social ou individual, o seu corpo. É disso que falei até aqui. Agora surge uma nova possibilidade: que cada um escolha o seu corpo.

Esta é uma das grandes novidades que as escolas de treinamento corporal introduziram. Uma escolha que se torna possível graças à multiplicidade de técnicas existentes no mercado.

É que da ginástica ao t'ai-chi, do ballet ao jazz, da capoeira ao judo ou da musculação à yoga... as concepções de corpo são as mais diversas. Pois que em cada uma a natureza da vida, do equilíbrio e da saúde é entendida de uma maneira particular, muitas vezes associada às diferentes épocas e regiões do mundo em que estes saberes tiveram sua origem.

Assim, questões como: Qual o movimento mais adequado ao corpo? Qual a tensão que menos o desgasta? Ou qual a estética que melhor realça as suas formas?, serão respondidas de modo um tanto diverso pelas diferentes técnicas. Diferenças que se expressam nas práticas, nos conceitos e no ideal de corpo de cada uma.

É digno de atenção não apenas o crescente número de escolas e técnicas em nossas cidades, mas também o rol de problemas cada vez mais vasto que poderão encontrar nelas uma via de resolução. Dos estéticos, físicos, mentais, da velhice, do imobilismo, do mau humor ..., num conjunto de problemas que se originam nas esferas mais diver-

sas; o trabalho, a família, a cidade grande...; todos têm aos poucos encontrado num corpo associado a essas práticas um campo de resolução possuidor de alta eficácia simbólica.

De modo que aos poucos, sem deixar de ocupar um lugar na totalidade da vida, o corpo irá ganhando espaços onde os vários problemas associados à especialização e à representação corporal serão relocalados numa perspectiva de livre construção.

Também sem chegar a por em questão a univocidade da relação entre as experiências social e individual e o corpo construído, assistimos a um deslocamento do problema para um novo domínio, o das técnicas de treinamento corporal. É que estas passam a surgir como o locus natural onde toda a reflexão, os exercícios, a pesquisa e a elaboração de um pensamento sobre o corpo se deve dar.

#### 4. Das Mudanças

Como a reflexão nem sempre espera os fatos, nem tampouco estes a reflexão, pelo contrário as perspectivas se multiplicam em várias trajetórias, vamos ver que o corpo vai aparecendo simultaneamente em vários registros.

Pelo espaço em que cada um apreende o problema se torna possível diferenciá-los. Enquanto tanto as ciências sociais quanto as psicológicas vêem um corpo que se constitui difusamente nas várias esferas, situações e épocas da vida, as escolas de treinamento corporal se colocam como o espaço privilegiado para a sua constituição. No cruzamento destes dois espaços veremos um outro registro em que o problema do corpo é trabalhado no interior de uma teoria de mudança social.

Dumazedier foi um dos primeiros pensadores a chamar a atenção para a importância que o lazer vinha assumindo na sociedade moderna e a apontar para o papel que ele poderia desempenhar na construção de uma sociedade democrática. (Dumazedier, 1962).

Víctor Turner em seu artigo "Variations on a theme of liminality" recupera este argumento mas no interior de um pensamento que vê no lazer um elemento essencial à estrutura da sociedade contemporânea. É que ele reconhece num certo gênero de lazer, o liminóide, o locus mais favorável à anti-estrutura.

Para ele "existem dois grandes modelos para o interrelacionamento humano que estão justapostos e também se alternando. O primei

ro é o da sociedade como algo estruturado, diferenciado e organizado em sistemas político-jurídico-econômicos; o segundo que emerge reconhecidamente no período "liminar", é o de uma sociedade desestruturada ou rudimentarmente estruturada e relativamente indiferenciada", sendo que estes dois momentos interagem "num processo dialético: para o imediatismo da anti-estrutura dá-se o mediatismo da estrutura e nenhuma sociedade pode funcionar adequadamente sem essa dialética". "Juntos estes dois momentos são como uma torrente de vida um trazendo poder e o outro fertilidade". (Turner, 1969:96 a 140).

Nesta ótica "o estudo dos gêneros liminares e transformativos, nos quais os esportes desempenham importante papel<sup>(1)</sup>, deverá possibilitar uma "desalienação" do processo de trabalho" (Turner, s.d. : 51) e a sua expansão favorecer um processo de intenso ajustamento e experimentação social.

Com Foucault a questão do corpo deixa de aparecer subordinada à do lazer, uma vez que em sua obra o corpo surge como um campo em si, passando a fazer parte da produção de verdade e saber própria às sociedades capitalistas.

É que para ele "o domínio, a consciência de seu próprio corpo só puderam ser adquiridos pelo efeito do investimento do poder sobre o corpo: a ginástica, os exercícios, o desenvolvimento muscular, a nudez, a exaltação do belo corpo... tudo isso conduz ao desejo do seu próprio corpo através de um trabalho insistente, obstinado, metuculoso, que o poder exerceu sobre o corpo das crianças, dos soldados, sobre o corpo sadio". (Foucault, 1975:146).

Ocorre que dado este investimento do poder sobre o corpo as "pessoas podem passar a reivindicar o seu próprio corpo contra o poder" (Foucault, 1975:146), donde a necessidade de se atentar ao modo pelo qual este domínio vem se organizando.

Afinal, "a análise em termos de poder não deve postular como dados iniciais a soberania do Estado, a forma da lei ou a unidade de uma dominação, estas são apenas e antes de mais nada, suas formas terminais. Com o termo poder me parece que se deve entender, antes de mais nada, a multiplicidade de relações de forças imanentes ao campo onde são exercidas e constitutivas da sua organização; o jogo que através de choques e lutas incessantes transforma-as, reforça-as, inverte-as". (Foucault, s.d.:88).

Vemos assim como o corpo vai sendo associado aos principais temas de reflexão destes autores e como ganhou dentro de seus trabalhos um lugar de destaque.

\* \* \*

No conjunto, as várias perspectivas analisadas neste capítulo enquadram o corpo como momento de diferença, (diferenças culturais, de caráter, de aparência...), sendo o corpo a ela associado enquanto seu sinal, portador ou marco.

Diferenças estas que se dizem cada vez mais através de características, tanto visíveis como invisíveis, do corpo, apreendidas ora no físico e na arte de fazer, i.e. na especialização física, ora nos símbolos e conceitos que regem a sua concepção e representação.

Como a esses momentos corresponde uma infinidade de elementos, temos visto a variedade de corpos classificados e catalogados crescer.

Crescimento atrelado à busca de um elemento suficiente para explicar a diferença ou engendrar o novo. O neurótico e o normal, o primitivo e o civilizado, o corpo de classe e o corpo de todas as classes... associam à mobilidade dentro destas categorias a possibilidade de transformação.

De modo que não se fala sempre das mesmas diferenças, nem tampouco das mesmas mudanças, mas cada vez mais se torna possível mudar através do corpo.

É que aos poucos vai se delineando um campo, o do corpo, que ao ir se autonomizando passa a responder pela própria constituição dos indivíduos e do social.

#### Notas

- (1) As pesquisas realizadas por Csikzentmihalyi com alpinistas, jogadores de futebol, xadrez, hockey, basquete e nadadores de longa distância o levaram a reconhecer nestas atividades a possibilidade de se experimentar "o fluxo, uma sensação holística presente quando atuamos com envolvimento "total", i.e. num estado em que ação segue ação em sintonia com uma lógica interna que aparentemente não necessita de nenhuma intervenção consciente de nossa parte". (Csikszentmihalyi apud Turner, s.d.:48). Fluxo este que para Turner está diretamente associado à experiência liminar.

# CAPÍTULO II

## O CULTO AO CORPO . 16

### 1. Um Problema que Intriga

A questão do corpo surpreende não só pela vitalidade com que vem ocupando espaço como também pela sua definitiva associação com o tema da variedade.

As escolas de treinamento corporal explicitam de forma plena estas características. Da variedade, já falei. Do crescimento, tomo, para lhes dar uma idéia das suas dimensões, o caso de Campinas, uma cidade média, que teve nos últimos oito anos o número de escolas que constam das páginas amarelas multiplicado quase que por dez, passamos de cinco a quarenta e nove<sup>(1)</sup>. Não encontrei nenhuma atividade similar que tivesse apresentado um crescimento próximo a este.

É importante notar, entretanto, que ao lado deste diversificado crescimento da oferta age um outro fator não menos surpreendente, um síndrome ainda sem denominação específica que se desenvolve em pessoas de todas as idades, credos, sexos e ocupações e tem assumido proporções epidêmicas.

Este síndrome apresenta a seguinte sintomatologia: um mal estar físico associado a um profundo desconforto em relação ao próprio corpo. A sensação é de que ele se desfaz, a flexibilidade, as formas, a resistência... parecem se derreter aceleradamente. São os seus portadores aqueles que mais massivamente procuram as escolas em questão.

Vemos então que, ao lado deste crescimento da oferta e da decorrente incitação à prática destas técnicas, age um outro tipo de

pressão que é sentida pelas pessoas por vezes como um conjunto de novas exigências quanto ao seu desempenho corporal e em outros casos como uma necessidade de se reconhecerem no discurso socialmente vigente sobre o corpo.

A forma que esta pressão assume me faz voltar à lembrança alguns relatos antropológicos que descrevem a força de certas pressões sociais em desencadearem reações físicas.

No nosso caso, esta pressão se configura na dificuldade que as pessoas, atacadas pelo síndrome, sentem em reconhecer seu corpo, sendo que só com as práticas corporais tal faculdade retorna. Para aclarar esta situação proponho uma imagem: a do indivíduo que, incomodado com seu corpo, sai para correr. É como se ele corresse atrás do seu corpo, daquela representação que lhe é socialmente oferecida, pois só assim pode readquirir a sensação de ter um corpo.

Mas o que exatamente permite o retorno da sensação de consistência corporal?

Há, é claro, a força poderosa da sugestão, mas esta parece se assentar em alguns fatos mais concretos como a própria alteração do tônus muscular que decorre da prática dos exercícios físicos e o controle da imagem corporal que, ao ser estimulado por estas práticas, permite o domínio sobre uma série de processos involuntários do corpo. (Schilder, 1935:70 a 94).

Note-se, então, que a partir daí se cria não só uma base favorável para que tais técnicas surtam efeito como, ao se ampliar o repertório de movimentos prontos a que o praticante tem acesso e se refinar o tipo de domínio consciente sobre a emoção e uma parte do in-consciente, se estimula também um processo de educação das atividades e reações corporais.

Chamo ainda a atenção para a indicação de Wapner e Werner (1969) sobre a existência de uma estreita relação entre a representação que se tem do próprio corpo e aquela que se tem do espaço exterior, o que sugere que estes saberes, ao veicularem novos modos de se perceber e representar o corpo, estimulam alterações na percepção que os praticantes têm da realidade exterior.

Alinhando os vários sinais aqui apresentados, uma imagem se delineia, já que, simultaneamente à expansão do domínio das técnicas de treinamento corporal, se amplia o campo potencialmente capaz de preparar, socializar e especializar os corpos dos diferentes grupos sociais.

Cabe então aprofundar esta indicação pois ela nos põe na pista que permite levantar subsídios para o equacionamento da questão colocada em 1975 por Michel Foucault: "De que corpo necessita a sociedade atual?".

O método mais fértil, para tanto, me parece ser proceder a um rigoroso mapeamento da realidade empírica em questão, tomando-a sob três ângulos.

Num deles, usando a nomenclatura proposta por Foucault em "O uso dos prazeres" (1984), investigarei os "tipos de normatividade" que vêm se impondo ao corpo a partir destas escolas, i.e. das práticas e dos discursos que as estão viabilizando, já que deste esforço deve resultar a possibilidade de formular uma tipologia das especializações físicas estimuladas.

De outro ângulo, perseguirei as "formas de subjetividade" promovidas por estas práticas, i.e. os modos como as pessoas passam a perceber, representar e se relacionar com seu corpo e que podem ser apreendidos na representação que os indivíduos expressam de seu corpo. Deste procedimento resultará uma tipologia das representações de corpo.

Finalmente, buscarei o modo pelo qual o consumo destas técnicas está organizado, o que equivale a um esforço para conhecer qual será, para além da sensação de livre escolha, a técnica que os diferentes indivíduos efetivamente escolherão.

Uma vez de posse destas informações se tornará possível relacionar: tipos de especialização física, tipos de representação corporal, grupos sociais e técnicas corporais atuantes. Poderei então, na medida em que sejam observadas relações que se repetem sistematicamente entre estes elementos, começar a responder questões tais como: que corpos estão sendo preparados e como. E a partir daí, delinear o que talvez seja uma curiosa tecnologia de constituição dos corpos.

Do social, dos indivíduos, das técnicas e das mutações, desta trama surgem muitos possíveis, os praticantes podem passar a reivindicar o seu próprio corpo contra aquele que lhes vem sendo proposto, os que organizam os treinamentos podem lançar as mais variadas propostas e experiências, os espaços podem ser totalmente reestruturados.

De modo que, explicitar os termos em que esta experiência vem se dando equivale a sistematizar e sintetizar um conjunto de informações que poderão ser reabsorvida dentro das perspectivas mais diversas.

#### Notas

(1) Em 1982 obtive junto à prefeitura de Campinas uma lista das escolas de treinamento corporal aí registradas, também levantei informações referentes a outras atividades comerciais que por seu porte ou natureza guardam alguma relação com estas escolas. A idéia era refazer este levantamento no final da pesquisa a fim de que estas informações agregadas a outras, referentes ao crescimento da população na cidade durante este período, permitissem uma visão mais precisa do tipo de crescimento que se deu no domínio em estudo. Em 1985, entretanto, estas informações me foram reiteradamente negadas por esta prefeitura sob a alegação de se tratar de material altamente sigiloso.

As informações que seguem resultam assim de consulta às Páginas Amarelas.

## QUADRO Nº 1

## NÚMERO DE ESCOLAS DE TREINAMENTO CORPORAL E LÍNGUAS EM CAMPINAS

A N O	77/78	78/79	79/80	80/81	81/82	82/83	83/84
Número de escolas de treinamento corporal	5	10	14	17	26	31	49
Número de escolas de línguas	19	24	29	36	48	46	25

## QUADRO Nº 2

## DISTRIBUIÇÃO ESPACIAL DAS ESCOLAS DE TREINAMENTO CORPORAL EM CAMPINAS

B A I R R O S	Número de escolas em:		
	1978	1981	1984
Centro	2	8	12
Cambuí	2	5	11
Ponte Preta	1	1	4
Chapadão	-	1	3
Taquaral*	-	1	3
Barão Geraldo	-	1	1
Vila Industrial*	-	-	2
Botafogo	-	-	1
Chácara da Barra*	-	-	1
Jardim Eulina*	-	-	1
Jardim N. Europa*	-	-	1
Jardim S. Carlos*	-	-	1
Nova Campinas	-	-	1
Parque Itália*	-	-	1
Proost de Souza*	-	-	1
São Bernardo	-	-	1
Saudade	-	-	1
Vila J. Inácio*	-	-	1
Vila P. Anchieta*	-	-	1

Esta última tabela nos mostra que acompanhando o crescimento do número de escolas vem se dando uma difusão espacial destas atividades. De um núcleo inicial, o Centro e o Cambuí, vemos as escolas se espalharem inclusive para os bairros da periferia. É verdade que as escolas de periferia não costumam aparecer nas Páginas Amarelas, entretanto nos bairros assinalados com (\*) é a própria Prefeitura nos Ginásios e Praças que tem se encarregado desta difusão através das escolas de esporte onde se ministram cursos de ginástica, vôlei, nataçãõ e basquete.

CAPÍTULO III

ACERCA DOS PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Espero ter até aqui esclarecido satisfatoriamente o alvo deste trabalho. O passo seguinte é pois explicitar os métodos de pesquisa que utilizei para tentar alcançá-lo.

Para tanto escolhi um caminho que talvez não seja o mais elegante, já que ao reconstruir integralmente os vários momentos tanto do planejamento, da coleta como da análise do material, voltarei a alguns pontos e colocações que foram superados pelo próprio processo de trabalho. Agindo assim, entretanto, acredito que ficará mais claro o sentido estruturador que a metodologia empregada teve no conjunto deste trabalho. De outro modo ela poderia aparecer como mero instrumento de operacionalização de um problema em si suficientemente estruturado.

## 1. As Hipóteses

Inicialmente elaborei três hipóteses que nortearam o trabalho de campo. São elas:

- Que as técnicas de treinamento corporal em estudo não apenas contam com uma concepção específica sobre o corpo, como estimulam naqueles que as praticam a incorporação de representações e especializações corporais em concordância com seus fundamentos.
- Que paralelamente a tal diferenciação por escola, se espera verificar a ocorrência de elementos característicos tanto no treinamento físico, no discurso que o acompanha, em seus efeitos, como nas reelaborações efetuadas pelos seus praticantes, que variariam regularmente em função do grupo social a que a escola atende.
- Que existem relações entre tipo de saber praticado e:
  - . o tipo de modelo corporal elaborado e incorporado;
  - . a qualidade do domínio corporal;
  - . a capacidade e a qualidade com que o indivíduo organiza a representação do espaço externo.

A variedade de técnicas, o nível sócio-econômico e de tempo de prática aparecem portanto como variáveis de controle importantes para o teste das hipóteses.

## 2. O Domínio em Estudo

A partir daí foi possível decidir pela realização da pesquisa num total de dez estabelecimentos.

Foram estudadas quatro escolas de yoga (duas no bairro do Centro e duas no do Cambuí), quatro escolas de capoeira (duas no Centro e duas no Cambuí) e dois parques (um no Centro e um no Taquaral).

A escolha destes bairros foi orientada pela suposição da existência de uma estreita correlação entre a estratificação geográfica e a social e pelo fato destes bairros servirem a diferentes estratos sócio-econômicos.

No caso desta pesquisa, entretanto, este critério se mostrou insatisfatório e, posteriormente, foi preciso ponderar, em cada questionário, o nível de renda, escolaridade e ocupação do pesquisado<sup>(1)</sup> para decidir pela sua inclusão no estrato sócio-econômico, um; que agrega aqueles que recebem renda geralmente entre um e quatro salários mínimos, cursaram o primeiro grau completo ou o segundo incompleto e exercem ocupações tais como: encanador, balconista, cobrador de ônibus, dona de casa, maçariqueiro, manicure, jogador, vendedor...; ou no estrato sócio-econômico zero; que agrega aqueles com renda e nível de escolaridade mais alto, bem como os que exercem profissões com maior prestígio social.

### 3. Os Modos de Investigação e Análise

Nas escolas e parques três elementos são facilmente reconhecíveis: os praticantes, os professores e o espaço.

A preocupação seguinte é pois, a de como extrair "verdades" destes elementos.

O caminho que trilhei começa no estabelecimento de dois núcleos de problema.

Um deles abre a possibilidade de conhecer de que forma a concepção do corpo, o discurso pronunciado e o tipo de domínio corporal desenvolvido se combinam em cada escola para dar origem a uma experiência única.

Para chegar a compor esta imagem se fazem necessárias as informações que dizem respeito: ao modelo que sustente as práticas propostas pela escola, à base de verdade que sustenta este modelo, à forma como os alunos são concebidos e ao tipo de experiência coletiva desenvolvida.

Levantei estas informações através da observação participante realizada cotidianamente nas escolas, de uma entrevista com os professores na qual busquei conhecer a filosofia da escola exposta explicitamente por eles, do estudo de bibliografia referente ao tema e através de documentação fotográfica.

As notas e reflexões elaboradas a partir deste percurso se encontram no capítulo quatro, itens: yoga, da yoga, corrida, da corrida, capoeira, da capoeira e no capítulo cinco.

No outro núcleo faço uma reflexão sobre o modo pelo qual esta experiência é introjetada pelos praticantes em função sobretudo do tipo de saber que praticam e do estrato sócio-econômico a que pertencem.

O levantamento dos dados que permitiram esta reflexão foi feito em uma amostra de alunos previamente estratificados.

Em cada uma das escolas trabalhei junto a oito alunos (quatro iniciantes, i.e. que praticam a técnica há menos de dois anos, e quatro adiantados) e em cada parque junto a dezesseis corredores (oito iniciantes e oito adiantados), que escolhi através de sorteio, ou quando isto não era possível, através de uma amostra sistemática.

A este grupo apliquei um questionário, por mim elaborado, constituído basicamente de questões fechadas (62 questões fechadas e 15 questões abertas).

As informações assim colhidas permitiram ponderar sobre a existência de certas regularidades associadas aos diferentes grupos que podem ser atribuídas tanto à técnica praticada, como ao tempo de prática ou ainda ao estrato sócio-econômico.

Através da estrutura da amostra se pode perceber claramente como estas variáveis foram combinadas.

## QUADRO Nº 3

## ESTRUTURA DA AMOSTRA

		YOGA	CORRIDA	CAPOEIRA	TOTAL
INICIANTES	ESTRATO 0	8	10	8	26
	ESTRATO 1	8	6	8	22
	SUBTOTAL	16	16	16	48
ADIANTEADOS	ESTRATO 0	11	7	9	27
	ESTRATO 1	5	9	7	21
	SUBTOTAL	16	16	16	48
T O T A L		32	32	32	96

Os procedimentos de que lancei mão para trabalhar este material são relativamente complexos. Como no texto aparece apenas a análise deste material acompanhada de uma breve referência às tabelas que utilizei na sua confecção, explicito a seguir os procedimentos que viabilizaram a construção das tabelas, bem como o modo pelo qual devem ser lidas.

Inicialmente levantei as distribuições de frequência, as porcentagens e construí uma série de histogramas das sessenta e duas

variáveis estudadas em função, da técnica, do tempo de prática e do estrato sócio-econômico.

A partir desta primeira análise selecionei as variáveis com as quais, seguindo as indicações contidas no subprograma CROSSTABS do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)<sup>(2)</sup>, construí as tabelas de dupla entrada.

As tabelas que obtive cruzam:

#### Tempo de prática x Variável x Técnica

Que se destinam a aclarar em cada técnica as mudanças que podem ser esperadas nas variáveis estudadas a partir do segundo ano de prática.

A análise destas tabelas se encontra sobretudo no item do corpo.

#### Técnica x Variável

Estas tabelas devem indicar se as respostas dadas para as variáveis em questão são dependentes da técnica praticada.

Os resultados destas tabelas são os que mais chamam a atenção. Sua análise se encontra sobretudo no item:receituário das forças.

#### Iniciantes x Adiantados

Estas tabelas se destinam a aclarar se existe dependência do tipo de resposta dada em função do tempo de prática no conjunto das três técnicas. Estas tabelas quase nada assinalam.

Estrato sócio-econômico x Variável

Devem indicar se há dependência do tipo de resposta dada em função do estrato sócio-econômico a que o praticamente se liga. Algumas destas tabelas se encontram no apêndice.

Considerando que o nível de medida das variáveis é nominal lancei mão dos seguintes testes de significância estatística, para analisar os resultados contidos nas tabelas:

**Chi quadrado:** Este teste auxilia a determinar a existência de uma relação sistemática entre duas variáveis sem nos informar o grau desta associação, o que se deve em parte ao fato de que o tamanho da amostra e o tamanho da tabela têm influência sobre ele. Para um nível de significância inferior a 0.05 as variáveis foram consideradas relacionadas.

**Coefficiente de contingência:** Seus valores variam de zero a um, ele mede o grau de associação, i.e. a dependência entre duas variáveis. Para uma tabela de dois por dois o seu valor máximo é 0.707 o que é uma desvantagem pois para cada tipo de tabela temos um valor máximo.

**V de Cramer:** Um alto valor deste teste que varia de zero a um significa que há um alto grau de associação entre as variáveis sem revelar no entanto a maneira pela qual elas estão associadas.

**Phi:** Mede a força de associação entre as variáveis em tabelas de dois por dois. Este teste permite uma correção ao fato do

chi quadrado ser diretamente proporcional ao número de casos. Varia de zero a um, sendo que quanto maior o seu valor, maior é o grau de associação.

Os resultados desta análise aparecem para além dos itens já indicados também no capítulo IV, na descrição do modo pelo qual o consumo destas técnicas está organizado.

Constam ainda do texto algumas variáveis analisadas por sub-estrato, que nestes casos por apresentarem frequências baixas não permitiram a aplicação de testes de significância estatística.

#### 4. Sobre o Tamanho da Amostra

Esta pesquisa deve ser considerada "piloto" e em consequên-  
cia algumas variáveis importantes foram estimadas com pouca precisão .  
No delineamento de uma nova pesquisa seria importante garantir estima-  
tivas mais precisas para estas variáveis.

Isto pode ser feito a partir de informações contidas nesta  
pesquisa que permitem determinar o tamanho necessário da amostra para  
se estimar os parâmetros de qualquer uma das variáveis estudadas com  
precisão pré-fixada.

Por exemplo, para a variável "mudanças", houve um total de  
vinte e cinco entrevistados que responderam não desejar mudanças e ses-  
senta e nove que responderam desejá-las. Se quisermos estimar o parâ-  
metro desta variável com erro não superior a 5%, em relação àqueles  
que não desejam mudanças, teríamos que calcular o tamanho da amostra  
da seguinte forma:

$$94 = 25 + 69$$

$$p = \frac{25}{94} = 0,266$$

$$q = \frac{69}{94} = 0,734$$

$$n = \frac{p \cdot q}{s^2}$$

$$\text{tamanho da amostra} = \frac{p \cdot q}{(\text{erro padrão de } p \text{ requerido})^2}$$

$$n = \frac{0,734 \times 0,266}{(0,734 \times 0,05)^2} = \frac{0,734 \times 0,266}{0,00134689} = 145$$

### Notas

- (1) Quando estes critérios se mostraram insuficientes para incluir os pesquisados em uma das categorias recorri às informações referentes a: local de moradia e profissão dos pais.
- (2) O subprograma CROSSTABS está descrito nas páginas 218 a 248 do Statistical Package for the Social Sciences.

CAPÍTULO IV

INVENTARIANDO: O EMPÍRICO E O TRANSCENDENTE



YOGA

#### A. Das Escolas

Uma sala tranquila, sons brandos, movimentos amplos e lentos, um universo especial que impregna até mesmo uma sala na Av. Francisco Glicério de uma paz cósmica, é em espaços assim que se aprende yoga.

Cada uma das escolas em que trabalhei tem seus métodos, mas em qualquer uma delas encontraremos os exercícios de respiração, as vocalizações e as posturas; em que se combina o trabalho físico ao mental; seguidos do relaxamento e meditação. Deixe-me apresentá-las.

### Cursyoga

A Cursyoga funciona num pequeno edifício na Rua Cesar Bierrenbach, próxima à Glicério, a avenida mais central da cidade.

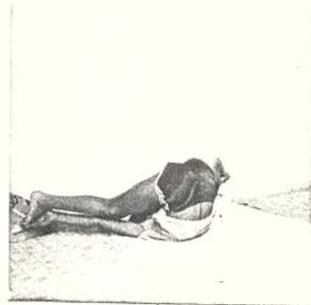
O mestre é o Senhor Vicente que tem sessenta e cinco anos. Há dez, quando se aposentou, trabalhava então na Fepasa como inspetor de carros e vagões, começou a se dedicar à Yoga.

A sua proposta é de um trabalho bastante individual, aqui cada aluno recebe uma apostila que é seu guia, a ele cabendo determinar os horários e o ritmo em que a executará. Não há turmas, nem tampouco quem "puxe" a aula, durante um ano de trabalho o aluno deve, com a orientação do professor, se preparar para prosseguir sozinho.

Das oito entrevistadas nessa escola, três delas trabalham como donas de casa. Entre as outras cinco, todas qualificadas como profissionais liberais, apenas uma trabalha na profissão, como professora de matemática, das demais uma como comerciante, uma como secretária bilingue, outra como professora de yoga e uma última como bancária.



Num clima bastante informal Vicente dá explicações sobre a execução de uma respiração sobre a qual a aluna, ao consultar a apostila, teve dúvidas. Vicente costuma acompanhar esta instrução de noções precisas sobre os órgãos e vísceras que são mobilizados em cada exercício e muitas vezes se alonga em informações sobre o tipo de alimentação e de rotina que considera satisfatórios.



Nesta escola ela é a única criança a frequentar as aulas. A seqüência que realiza nos ajuda a compreender o conceito de compensação muito lembrado na yoga. É que paralelamente a um trabalho muito intenso sobre a coluna vertebral há o cuidado de se combinar exercícios de alto e baixo, lado direito e lado esquerdo, frente e trás.



Gostaria de chamar a atenção para alguns elementos que caracterizam o movimento aqui desenvolvido. Este contém uma rigidez devida em boa medida ao uso de uma tensão muscular por vezes excessiva na execução das posturas que demandam equilíbrio e um caráter pontual pois a atenção se fixa com mais intensidade no ápice da postura.

Esses elementos podem ser interpretados como indicações de que as posturas funcionam como um modelo que se tenta alcançar e se constitui difícil e desafiante.

Já as respirações e o massageamento dos órgãos internos são realizados de forma extremamente dinâmica, indicando uma variação entre padrões de movimento interno e externo.



Vemos aqui a respiração do leão, que limpa, desintoxica, e previne entre outras coisas a popular gripe. O exercício é feito com vivacidade e ao se soltar o ar, se deve tocar o queixo com a língua e soltar um som. É habitual as pessoas sentirem vergonha ao realizá-la, vergonha do que talvez seja o segredo mesmo deste exercício: fazer careta... e soltar o ar e o som de forma ameaçadora.



## Unyoga

O Núcleo Cultural Parvati, que ocupa uma sala na av. Francisco Glicério, é filiado à Unyoga, uma associação nacional presidida pelo professor De Rose.

Margot, a diretora do Núcleo, tem cinquenta e oito anos . Em Santos trabalhava como professora do Estado, ao se aposentar veio para Campinas onde passou a se dedicar mais intensamente ao estudo da Yoga.

O trabalho que propõe é bastante sofisticado e ritualizado. As aulas, organizadas com base numa estrutura bastante complexa, transcorrem num clima de "viagem cósmica, com cores: laranja, violeta, púrpura; e mudanças de era".

Das oito entrevistadas nessa escola há cinco donas de casa; três das quais se dedicam também a ministrar aulas, duas de yoga e uma de inglês; um engenheiro, um comerciante e uma estudante.

A turma funciona como um elemento importante para o desenvolvimento do trabalho, já que há momentos de intensa comunhão quando todos cantam, batem palmas e fazem reverências juntos.

Há também a preocupação de reservar alguns momentos da aula para que cada um possa "desenvolver o seu movimento". Frisar que "cada pessoa é uma individualidade distinta e essa filosofia a respeita no mais alto grau" é fato marcante nesse trabalho.



Margot e seu mundo mágico.

Neste exercício podemos apre-  
ciar uma das várias formas pos-  
síveis de equilíbrio. As alu-  
nas ao mesmo tempo em que along-  
gam o corpo se concentram fixa-  
mente a fim de encontrar e man-  
ter o ponto de equilíbrio. Quan-  
do mais adiante pudermos compa-  
rar este equilíbrio ao que é  
trabalhado na capoeira talvez  
venha a tentação de reconhecer  
este como aquele que tende ao  
estático.



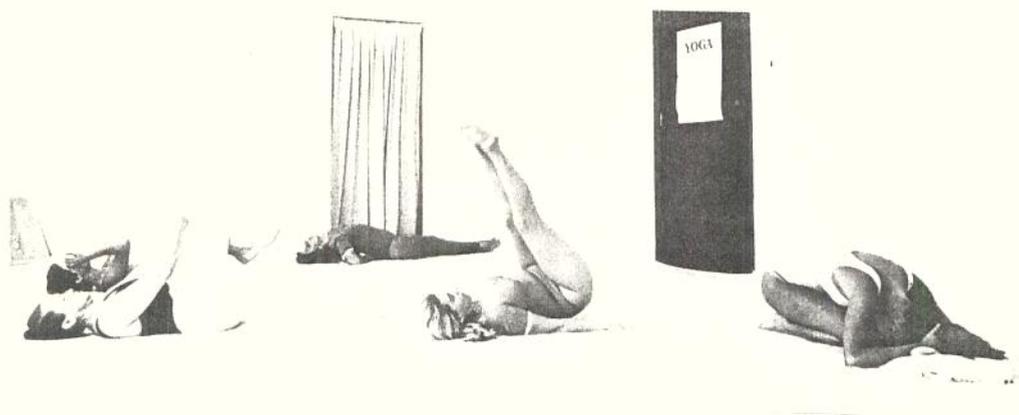


O movimento é bastante simples o que não se constitui em razão suficiente para que as diferenças individuais sejam eliminadas . O modo em que cada uma se assenta sobre o quadril e alonga a coluna é inteiramente pessoal. E isto dentro da yoga onde há um modelo bastante definido para avaliar a reta, correta postura.

O movimento aqui desenvolvido é muito suave, arredondado e contínuo, de modo que a tensão requerida nas posturas é menor que na Cursyoga e deve ser mantida num nível mais constante ao longo de toda sua execução.

Se trata de um movimento suave e estilizado, nesta maneira de abordá-lo aumentam as chances de dominá-lo com perfeição mas ele se fragiliza. Se este trabalho fosse levado ao seu limite ele tenderia à um "movimento de porcelana".

É interessante como esta estilização do movimento, assim como as categorias "seu próprio corpo", "conhecer o corpo", "consciente-inconsciente" e "individualidade", aparecem exatamente neste contexto ligado a uma classe média por vezes bastante sofisticada. Elas vêm à tona juntamente com o esforço do professor De Rose em sistematizar um corpo de práticas que deseja, e nisso já conseguiu algum êxito, seja veiculado também na universidade.



Neste momento as alunas foram instruídas a buscarem seu próprio movimento, aquele de que sentem necessidade ou vontade.

D. Ruth

O velho Cambuí tem, é claro, a sua igreja, ao lado da qual hoje proliferam os restaurantes. Bem perto dessa igreja está o Clube Regatas onde D. Ruth ministra aulas de yoga.

Ruth, que trabalha em vários núcleos, já foi à Índia, Japão, Argentina e Nepal para estudar yoga. O método que desenvolveu ao longo desse percurso contém um forte elemento religioso, nele há uma mescla das abordagens yogue e católica donde resulta uma aproximação entre os dois universos.

Daê entrevistadas nessa escola, seis são donas de casa, uma é escriturária e uma terapeuta ocupacional.

O grupo garante aqui a comunhão, amizade e em certa medida a própria realização do aspecto religioso, já que preces são pronunciadas em grupo.



D. Ruth começa a demonstracão de uma postura.



Mãe e filha assistem juntas ao curso. Há um abandono de ambas nestes movimentos, seus pensamentos e fantasias parecem se combinar bem às palavras de D. Ruth, que fala de distantes regiões da Índia.



Os exercícios propostos não exigem na sua maioria grande desenvoltura física para serem realizados, apesar disso as alunas costumam considerar como muito "puxados" e às vezes ao realizarem pequenos esforços são vítimas de caimbras e outros distúrbios. Há, nesse trabalho, uma preponderância do elemento discursivo sobre o trabalho físico, o que tende a tornar a mensagem mais estimulante que as posturas.

Nesta experiência fica evidente a possibilidade de se estabelecer uma relação entre a yoga e a igreja, enquanto veiculadoras de um discurso que serve como apoio aos reveses da vida e como norma de comportamento. Nesta abordagem se agrega ao enunciado moral um movimento preciso, por exemplo: ao estar nervosa além de se auto-sugestionar a ficar calma, se forma com as mãos um triângulo que se assenta sobre o plexus solar e que tem o dom de equilibrar as energias; o que reforça as possibilidades de êxito desejadas.

Esta é dentre as escolas que trabalham conscientemente o interior do corpo; isto é, que lhe atribuem uma rede de significados discursivo, a única onde o estrato sócio-econômico mais baixo constitui o grupo majoritário.

## LuaSol

A LuaSol funcionava, na época da pesquisa, numa sala do restaurante naturalista Curupira localizado na rua Coronel Quirino, no bairro do Cambuí.

Quem orienta o trabalho é Sonia que hoje, aos trinta e cinco anos, se dedica exclusivamente à yoga; há cinco anos atrás trabalhava como economista.

Dos oito entrevistados nessa escola, quatro trabalham como professoras; duas delas têm nível de instrução superior e uma terceira é aposentada; das quatro restantes, uma trabalha como telefonista, outra como bióloga, um é engenheiro e uma última é estudante.

É curioso como a turma assume aqui um caráter "de passagem", as pessoas parecem estar juntas apenas porque um interesse pessoal em aprender algo casualmente as reúne ali, não existe nenhum investimento num "ser coletivo".



Neste exercício herdado do t'ai-chi, há uma orientação precisa para que a coluna se assente perfeitamente sobre o quadril, numa linha reta. Esta orientação se torna particularmente sugestiva quando observamos a diferença entre o movimento das mulheres, que jogam o quadril para trás, e o do homem que o trás bem mais avançado. Estaríamos diante de insistentes incitações a romper com certas diferenças entre os sexos?



Cada aluno deve reconhecer a parte de seu corpo que neste momento necessita ser tonificada devendo massageá-la. Neste movimento o corpo de cada um vai ganhando consistência bem como se constituindo num campo onde o sentido poderá se instalar.

Duas técnicas são reunidas neste trabalho, a yoga e o t'ai-chi sendo reservadas abordagens distintas para cada uma. Os movimentos yogues se caracterizam por um ápice de tensão ao qual se contrapõe o relaxamento. Já no t'ai-chi eles são arredondados, contínuos e extremamente soltos.

Pude observar que os mais velhos têm uma imensa dificuldade em absorver esse "solto". Se trata de um padrão de movimento que só bem mais recentemente passou a fazer parte da cultura de certos grupos. Essa observação reforça a idéia de que, embora nem sempre sendo inteligível, existe uma relação entre grupo social e tipo de movimento desenvolvido.

É preciso aprofundar essa observação no sentido de perceber não apenas como diferentes grupos aprendem movimentos distintos ao longo de sua história, mas também de como, ao se apropriarem dos movimentos oferecidos por uma técnica, os impregnam de um conjunto de elementos capaz de lhes atribuir um novo perfil.

B. Da Yoga

a.\*

Na maioria mulheres, balzaquianas e muito branquinhas, as sim são as alunas.

Algumas chegam pelo caminho do tradicional, são aquelas que guardam uma lembrança ainda viva do espírito religioso, conhecem o teor da oração, cuidam da casa e para muitas os filhos já cresceram, querem aceitar, ouvir que devem aceitar, querem também sair um pouco e cuidar do corpo.

Outras caíram na trama da profissão, aparecem juntas com os raros homens que procuram a yoga; são biólogas, químicas, matemáticas, engenheiros...; buscam a paz num estilo mais mundano, pensam o corpo de forma pouco convencional e levam muito a sério as relações psico-somáticas. Curiosamente com freqüência seus pais ou eles próprios são estrangeiros.

Algumas são estudantes ou cuidam da pequena burocracia, não são muitas e parecem fortemente atraídas pelo lado extravagante de um saber oriental.

Se trata de um grupo razoavelmente bem posicionado na sociedade local tanto em termos de renda quanto de instrução.

Entre as técnicas estudadas a yoga é aquela que reúne o maior número tanto de profissionais liberais como de donas de casa. Antes de nos apressarmos em traçar um paralelo entre os dois grupos seria importante comentar que nas várias escolas há uma combinação diferente entre os elementos mundanos e religiosos. Assim na escola da Ruth onde o elemento religioso é marcante entre oito entrevistados cinco eram donas de casa, já na Sonia a situação é exatamente inversa, nenhum desses grupos entretanto, é "puro", tanto a população quanto a yoga ensinada combina em diferentes graus os diferentes elementos.

---

\*Os dados quantitativos que embasam as afirmações feitas neste item se encontram nas tabelas 41 a 43 e 46 a 48 apresentadas no final do item: Entre as técnicas, neste capítulo.

b.

A yoga é anterior ao próprio budismo, mas tal como nos têm sido legada é difícil separá-los. Assim, ao texto que se segue estão agregadas algumas passagens sobre Samkhyan, Yoga, Budismo, Mahayma e Tantrismo. A idéia é tentar uma aproximação mesmo que superficial com o universo em que a Yoga se desenvolveu, há o risco da imagem ser por demais anamórfica.

Entre a totalidade do cosmos, do micro ao macro, da menor partícula à mais complexa estrutura, há uma invariância, uma igualdade. Compreender que Tat twan asi (isso és tu) e Ahan brahmasmi (Sou Brahman) em que ambas afirmam a identidade de Deus e da alma, de cada um e do Universo é sabedoria. Sabedoria que se persegue, sintonia que pode ser captada quando se alcança o ponto de equilíbrio entre as várias dimensões.

O yoguim que encontrar o equilíbrio físico-espiritual estará pronto para pulsar com o ritmo do cosmos e compreender as suas verdades. Verdades que estão dentro e fora, daí ser preciso preparar o corpo como a um templo em que a revelação se dará.

"Trata-se da prática de filosofias de vida do Oriente e da Antiguidade."<sup>(1)</sup>

---

(1) As frases que aparecem entre aspas daqui até o final deste item foram extraídas do discurso dos professores das escolas pesquisadas.

Pouco mais de duas horas de trabalho semanal não constituem um caminho muito seguro para este encontro, assim, novas promessas, bem mais terrenas, surgem: "evitar a atrofia, o stress, prolongar a existência e conservar ou restaurar a juventude", "a yoga como uma terapêutica para diversos males, para o controle de situações desagradáveis e para se sentir mais calmo" ou ainda "para dominar a mente que tende ao negativismo, à solidão e à angústia, e ajudar a preencher esse vazio interior".

A própria questão do equilíbrio ganha um novo enfoque, "entre o corpo e a mente se deve buscar um estado de equilíbrio, uma vez que este é necessário para que se atue melhor neste mundo louco e se obtenha saúde e mais ânimo".

Promessas que vêm atreladas a uma proposta de trabalho conjugado entre o corpo e a mente, "a atenção deve estar voltada para cada órgão, cada músculo trabalhado no asâna<sup>(1)</sup>, todo o movimento deve ser acompanhado da respiração correspondente, de modo que se consiga estimular a concentração e a força do pensamento".

É preciso aprender a relaxar, a sair 'descansado' de uma aula, a acreditar nos benefícios de um trabalho que não seja exaustivo mas sim equilibrado.

Esparramar-se no chão, no centro da cidade, deixar que os contornos do seu corpo se desfaçam e aos poucos pulsar com o Universo.

---

(1) Asâna: postura ou posição em que vários níveis descritos devem ser trabalhados simultaneamente.

c.

A estrutura de trabalho guarda nas quatro escolas um núcleo comum: respiração, posturas, relaxamento e meditação. Embora as respirações e posturas praticadas sejam basicamente as mesmas, a tensão, o número de repetições e a própria forma do movimento são em algum sentido suficientes para caracterizarem cada escola.

Esta variedade dentro do mesmo se deve a que cada mestre realiza junto com seu grupo a cristalização de um método único, nunca existirá outro igual. Trata-se de um constante arranjo feito, como já vimos, para diferentes grupos sociais.

Há, nessas escolas, uma invariante que tem algo de assustador, o aluno, do momento em que entra ao momento em que sai, é informado exatamente sobre o que fazer (a postura, a respiração, no que pensar, quantos tempos contar...) lhe cabe, em princípio, a reprodução de movimento e sensações já bastante conhecidos e detalhados.

As palavras proferidas num tom brando, penetrante e insistente guiam essa experiência, soam como varinhas mágicas capazes de transformar um sutil mover de sombrancelhas em algo miraculoso, ou uma intensa inquietação em águas plácidas.

d.

Será nessa voz que ecoará um discurso, uma idéia, uma concepção muito antiga sobre o corpo. Palavras que ouço e acendem minha imaginação.

"A alma libertada é como um espelho que nada reflete" .  
(Borges, 1976:29).

"A palavra yoga é afim à palavra latina ioyom, 'jugo'."  
(Borges, 1976:41).

O jugo é de natureza espiritual, liga-se à filosofia hindú. Entre nós ganha um outro sentido, associar o trabalho físico ao mental de forma que o sujeito permaneça senhor das situações, que as emoções não o dominem, que as tensões não se apoderem de seu corpo . Com isso a concentração deve ser desenvolvida, a eficiência aumenta e a auto-cura se torna possível. Já para o oriental é a própria noção de sujeito, do eu, que deve ser suprimida.

"Para chegar a uma concentração de seu pensamento o iniciado dispõe de numerosos métodos, entre eles os da yoga. Estes recorrem à palavra, à visão e ou aos gestos. A primeira classe pertencem os dhârami . As palavras e frequentemente as sílabas que as compõem representam uma divindade, atributo ou entidade definidos pela doutrina, de modo que o iniciado que as pronuncia corretamente pode entrar diretamente em contato com eles. Quando, ao invés de se pronunciar ,

se escreve ou se contempla intensamente os caracteres gráficos dessas palavras ou sílabas, que se agrupam em mandalas (círculos), obtemos os mesmos resultados. Também os mudrá (gestos) estão carregados de um simbolismo análogo ao das palavras e sílabas." (Puech, 1970:263).

O aprendizado se constitui em boa medida na aquisição da capacidade de estimular a circulação de energia. Captar e emitir, saber como se alimentar e como se propagar.

Toda a ascensão energética é interna, os movimentos externos são extremamente lentos e contínuos, visam a ativação, limpeza, massagem e revitalização dos órgãos internos e o desenvolvimento de uma atitude contemplativa.

Saber aquietar o espírito, a mente, mas aprender também como ascendem as energias. Um dos interessantes paradoxos da yoga: a contemplação absoluta, o silêncio e a ruptura apaixonada de todos os limites. Experiência de constante ruptura, uma respiração capaz de dissolver o eu; na inspiração tudo transborda, tal é a capacidade de estimular as energias internas, na expiração os limites se estreitam em direção ao silêncio.

"A vontade de não ser, porém, tem menos de promessa do que de ameaça para quase todos os homens. Toda a religião deve adaptar-se às necessidades de seus fiéis, e o budismo, para sobreviver, se resignou ao longo do tempo a profundas e complexas modificações." (Borges: 1976:66).

Entre nós, a hatha-yoga define um campo de trabalho, o corpo. Proposta sujeita a várias leituras, os limites do corpo podem seguir sendo tênues, na medida em que a atenção prefira as sensações cinestésicas ou podem se tornar bastante rígidos, na medida em que se fixe na forma, na postura. Mas há algo que as escolas podem recolocar em muitos perfis e que ainda assim persiste como intrínseco à yoga: o interior do corpo.

### C. Do Corpo\*

Do sacro<sup>(1)</sup> ao alto da coluna, é nessa região que a atenção se fixará mais insistentemente. (Tabela 1).

As costas são o termômetro da boa postura, nesta os quadris descansam no chão, as articulações das coxas se abrem, as ancas caem para os lados, os ombros relaxam e a coluna se encontra reta. A coluna é um dos principais condutores de energia, as mundanas e carnis podem através dela serem conduzidas do sacro à mente para aí se transformarem em espirituais, a mítica ascensão da kundalini<sup>(2)</sup>. (Tabelas 2,3).

Parte dessa nova energia deve retornar ao corpo, agora orientada pela mente e pelas palavras do mestre. A atenção para com o corpo cresce, há um trabalho de escutá-lo e cuidar do seu bom funcionamento. (Tabela 4).

Um movimento no qual o corpo se complexifica, órgãos, glândulas, chakras<sup>(3)</sup>, nadis<sup>(4)</sup> ... são percebidos diariamente e estimulados através de um conjunto de posturas, respirações e mentalizações. E

---

\* Os dados quantitativos que embasam os argumentos aqui desenvolvidos se encontram no final deste mesmo item.

(1) Região dos órgãos sexuais.

(2) "É a energia que permanece sem emprego após a produção da matéria sólida e a conclusão da criação. Tendo cumprido a obra da criação ela volta a ser potencial e estática", mas pode ser ativada acidentalmente ou através de uma prática sistemática.

(3) Centros de energia vital, distribuídos ao longo do eixo cerebrospinal.

(4) "O corpo é percorrido por uma infinidade de canais (nadi) que veiculam os alentos vitais (prana), isto é, a energia do corpo sutil que vivifica o corpo grosseiro."

a mente se fortalece, já que aprende a ordenar e a se fazer obedecer , isso graças ao desenvolvimento de um padrão de tensão e relaxamento (onde todo esforço será acompanhado da necessária descontração), ao aprendizado de um conjunto de técnicas respiratórias altamente plásticas (pois podem ser orientadas para qualquer região do corpo, carregadas das mais diversas energias) e à capacidade de mobilização de qualquer região do corpo através da concentração mental. (Tabelas 5, 6, 7, 8).

Um caminho em que se aprende a controlar tanto os processos fisiológicos como os mentais.

Um trabalho muito bem comportado, em que mente e corpo estabelecem um diálogo voltado para o controle metódico de si<sup>(1)</sup>. (Tabela 9).

Entre os praticantes de yoga a representação dominante é a de um corpo frágil, daí talvez a escolha de uma técnica tão delicada e incisiva no poder da mente. (Tabela 10).

---

(1) "Está bem hoje? Há partes tensas? Precisa se revitalizar?"  
Para um iniciante teremos como exercício básico: uma inspiração em oito tempos, seguida de uma retenção de 4, expiração de 8 e pulmões vazios por mais quatro.

YOGA

TABELA 1  
MÚSCULOS COSTAS

Se perguntou quais os músculos que os praticantes sentiam trabalhar, sendo anotados os citados.

freqüência linhas % colunas % totais %	Iniciante	Adiantado	Total
	14	5	19
Não trabalha	73,7	26,3	59,4
	87,5	31,3	
	43,8	15,6	
	2	11	13
	15,4	84,6	40,6
Trabalha	12,5	68,8	
	<u>6,3</u>	<u>34,4</u>	<u>        </u>
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

Chi quadrado = 8.29150 com 1 grau de liberdade

Significância = 0,0040

Phi = 0,57266

Coeficiente de contingência = 0,49694

TABELA 2  
CONSCIENTIZA POSTURA?

Nos treinos há um trabalho de conscientização da postura correta?

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
	1	31	32
	3,1	96,9	33,3
Yoga	5,0	40,8	
	1,0	32,3	
	7	25	32
Corrida	21,9	78,1	33,3
	35,0	33,3	
	7,3	26,0	
	12	20	32
Capoeira	37,5	62,5	33,3
	60,0	26,7	
	<u>12,5</u>	<u>20,8</u>	<u>          </u>
Total	20	75	96
	20,8	78,1	100,0

Chi quadrado = 11,49474 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0032

V de Cramer = 0,34603

TABELA 3  
MÚSCULOS PERNAS

Se perguntou quais os músculos que os praticantes sentiam trabalhar, sendo anotados os citados.

freqüência linhas % colunas % total%	Iniciante	Adiantado	Total
Não trabalha	5 100,0 31,3 15,6	0	5 15,6
Trabalha	11 40,7 68,8 <u>34,4</u>	16 59,3 100,0 <u>50,0</u>	27 84,4 <u>          </u>
Total	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Chi quadrado = 3.79259 com 1 grau de liberdade

Significância = 0,0515

Phi = 0,39528

Coefficiente de contingência = 0,39528

TABELA 4  
PARTES TENSAS

Hoje você presta mais atenção se há partes tensas no seu corpo?

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Não conscientiza	5 83,3 33,3 16,7	1 16,7 6,7 3,3	6 20
Conscientiza	10 41,7 66,7 <u>33,3</u>	14 58,3 93,3 <u>46,7</u>	24 80
Total	15 50,0	15 50,0	30 100,0

$$\text{Phi} = 0,33333$$

$$\text{Coeficiente de contingência} = 0,31623$$

TABELA 5

## RESPIRAÇÃO

Quando você treina você respira:

frequência linhas % colunas % total %	Normalmente	Presto alguma atenção a respiração.	Respiro através de Técnicas va- riadas	Total
Yoga	2 11,1 6,5 2,1	12 26,1 38,7 12,6	17 54,8 54,8 17,9	31 32,6
Corrida	6 33,3 18,8 6,3	17 37,0 53,0 17,9	9 29,0 28,1 9,5	32 33,7
Capoeira	10 55,6 31,3 10,5	17 37,0 53,1 17,9	5 16,1 15,6 5,3	32 33,7
Total	18 18,9	46 48,4	31 32,6	95 100,0

Chi quadrado = 13,72822 com 4 graus de liberdade.

Significância = 0,0082

Coeficiente de contingência = 0,35533

TABELA 6  
TRANSPOR LIMITES

Para transpor um limite físico é mais eficiente:

freqüência linhas % colunas % total %	Relaxar a musculatu ra.	Tensionar a musculatura	Nunca pensou nisto.	Total
Yoga	24 75,0 38,1 25,0	4 12,5 16,0 4,2	4 12,5 50,0 4,2	32 33,3
Corrida	20 62,5 31,7 20,8	8 25,0 32,0 8,3	4 12,5 50,0 4,2	32 33,3
Capoeira	19 59,4 30,2 19,8	13 40,6 52,0 13,5	0	32 33,3
Total	63 65,6	25 26,0	8 8,3	96 100,0

Chi quadrado = 9,54667 com 4 graus de liberdade.

Significância = 0,0488

TABELA 7  
RELAXAMENTO

Você consegue fazendo um esforço relaxar as partes que estão tensas ?

freqüência linhas % colunas % total	Não	Sim	Total
Yoga	3 9,4 7,0 3,1	29 90,6 54,7 30,2	32 33,3
Corrida	15 46,9 34,9 15,6	17 53,1 32,1 17,7	32 33,3
Capoeira	25 78,1 58,1 26,0	7 21,9 13,2 7,3	32 33,3
Total	43 44,8	53 55,2	96 100,0

Chi quadrado = 30,66608 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0000

V de Cramer = 0,56519

Coeficiente de contingente = 0,49204

TABELA 8  
CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL

Há partes do corpo ou processo (digestão, circulação, res-  
piração...) que você só descobriu ou passou a dar atenção depois de  
iniciadas as práticas?

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
Yoga	1 3,1 2,8 1,0	31 96,9 51,7 32,3	32 33,3
Corrida	14 43,8 38,9 14,6	18 56,3 30,0 18,8	32 33,3
Capoeira	21 65,6 58,3 21,9	11 34,4 18,3 11,5	32 33,3
Total	36 37,5	60 62,5	96 100,0

Chi quadrado = 27,46667 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0000

V de Cramer = 0,53489

Coefficiente de contingência = 0,47166.

TABELA 9

## BRIGA

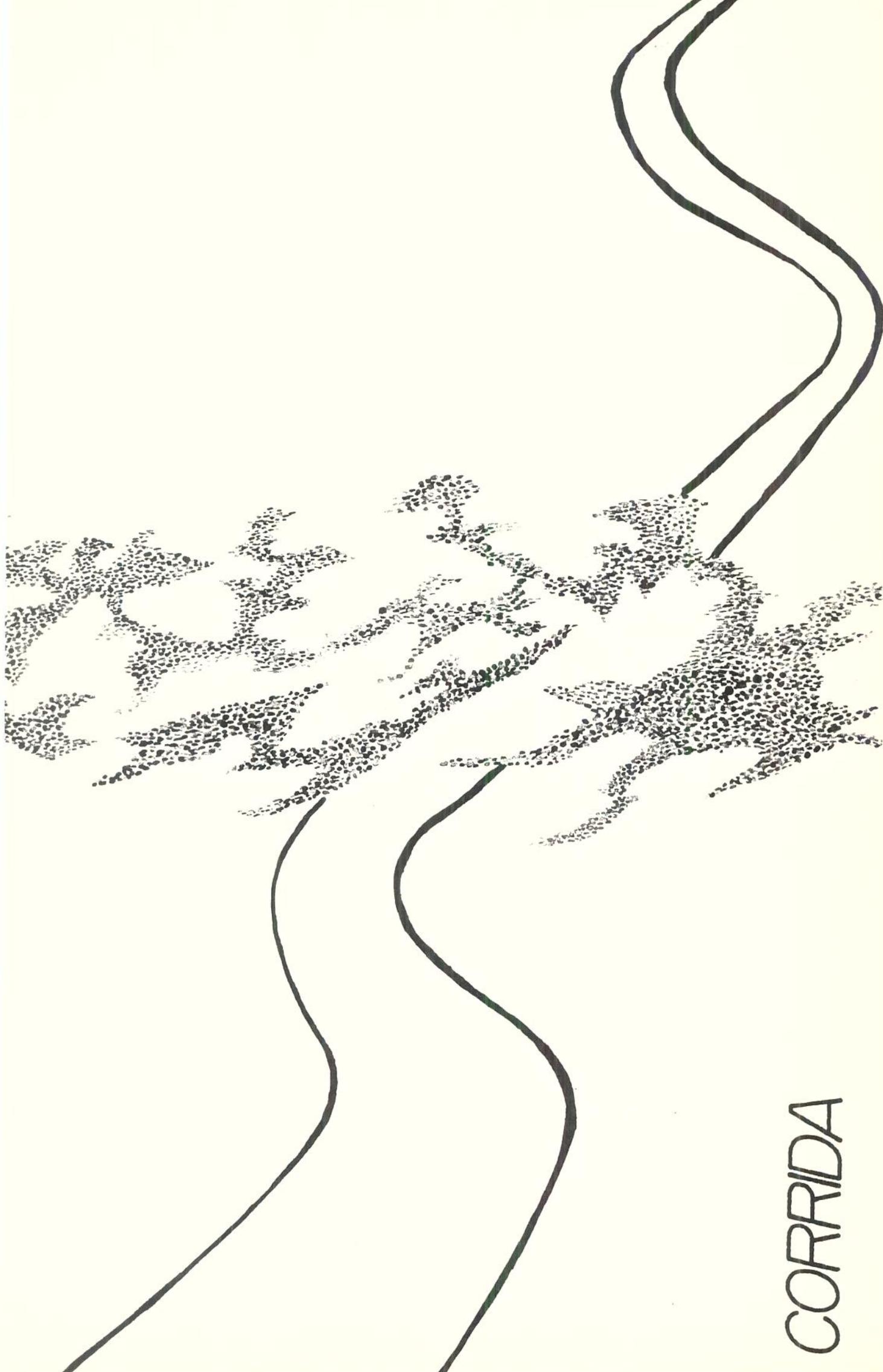
No caso de briga ou discussão o melhor a fazer é:

	Iniciantes		Adiantados	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Aceitar	50 %	37,5 %	9,1 %	40 %
Evitar	12,5%	25,0 %	27,3 %	20 %
Resolver Pacificamente	37,5%	37,5 %	63,6 %	40 %
Total	8 100,0%	8 100,0 %	11 100,0 %	5 100,0%

TABELA 10  
 CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

freqüência linhas % colunas % total	Iniciante	Adiantado	Total
Frágil	7	5	12
	58,3	41,7	
	43,8	31,3	37,5
Equilibrado	21,9	15,6	
	2	4	6
	33,3	66,7	
Forte	12,5	25,0	18,8
	6,3	12,5	
	1	1	2
Outras Alternativas	50,0	50,0	
	6,3	6,3	6,3
	3,1	3,1	
Total	6	6	12
	50,0	50,0	
	37,5	37,5	37,5
	18,8	18,8	
	<hr/>	<hr/>	
	16	16	32
	50,0	50,0	100,0



CORRIDA

## A. Dos Parques

### Bosque dos Jequitibás

O Bosque dos Jequitibás fica para além um pouco do Centro, sendo o parque mais próximo já que a pé dez minutos de caminhada desde o Centro bastam para o alcançar.

É bem cedinho que o Bosque está mais agitado, corredores, pedestres e um grupo de ginastas povoam suas pistas, mas antes das nove já partiram e o Bosque volta à sua quietude. Durante o dia são bem poucos os que correm.

Entrevistei aqui a quatro estudantes, um dos quais trabalha como bancário; dois jogadores de bola, um polícia, um bombeiro, um aposentado que trabalhava no controle de qualidade, um comerciário atualmente desempregado, uma assistente de vendas, um economista, um engenheiro, uma dona de casa, uma motorista autônoma e uma manicure.

Geralmente os corredores fazem um aquecimento inicial, correm e depois fazem ginástica. São variadíssimos os estilos de ginástica praticados (exercícios de resistência, de ballet, de karatê, de jazz, kung fu, capoeira, condicionamento físico... cheguei a ver um senhor que amarrava suas pernas com uma corrente a um poste que se encontrava num terreno em declive para então executar uma centena de abdomi

nais), já que cada um faz o que sabe ou imagina que sabe.

Alguns dos praticantes comentam ter ampliado suas relações pessoais graças ao grupo de corredores, mas o curioso é a inexistência de um espaço específico que estimule tais relações.

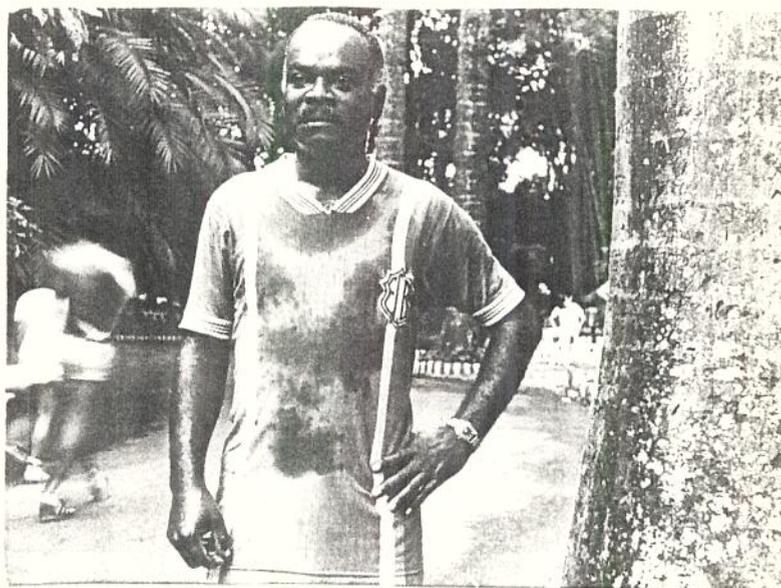


As cores, o sol que aparece aqui e some logo ali adiante criando a sensação de frio e calor e a paisagem que se transmuta de hora em hora, imprimem ao espaço um gosto de variedade que se estende também aos esportistas já que cada um desenvolve a sua própria atividade.





Há os que têm horror a correr em grupo e cultivam o tempo da corrida como o de um privilégio em que não se precisa partilhar de nenhum outro interesse ou preocupação. Apesar destes o hábito de correr em grupo é bastante difundido e seus adeptos falam de uma forte experiência ligada ao desencadear das passadas conjuntas, à combinação das respirações e à própria possibilidade de se estar em comunhão.



Retrato de um corredor

## Parque Taquaral

O Taquaral é o maior parque público de Campinas, a qualquer hora do dia, em qualquer dia da semana ou mês do ano há sempre gente treinando. É impressionante o número de pessoas que aí correm.

É bem cedo que os mais atarefados e aficionados treinam, a partir das nove da manhã um público mais jovem passa a dominar a cena.

Foram entrevistados: sete estudantes, dos quais um é torneiro mecânico e está desempregado e um trabalha como publicitário; um técnico de instrumentação, um motorista, um jogador de futebol, um comerciante, um matemático, dois engenheiros, um médico e um último que está desempregado.

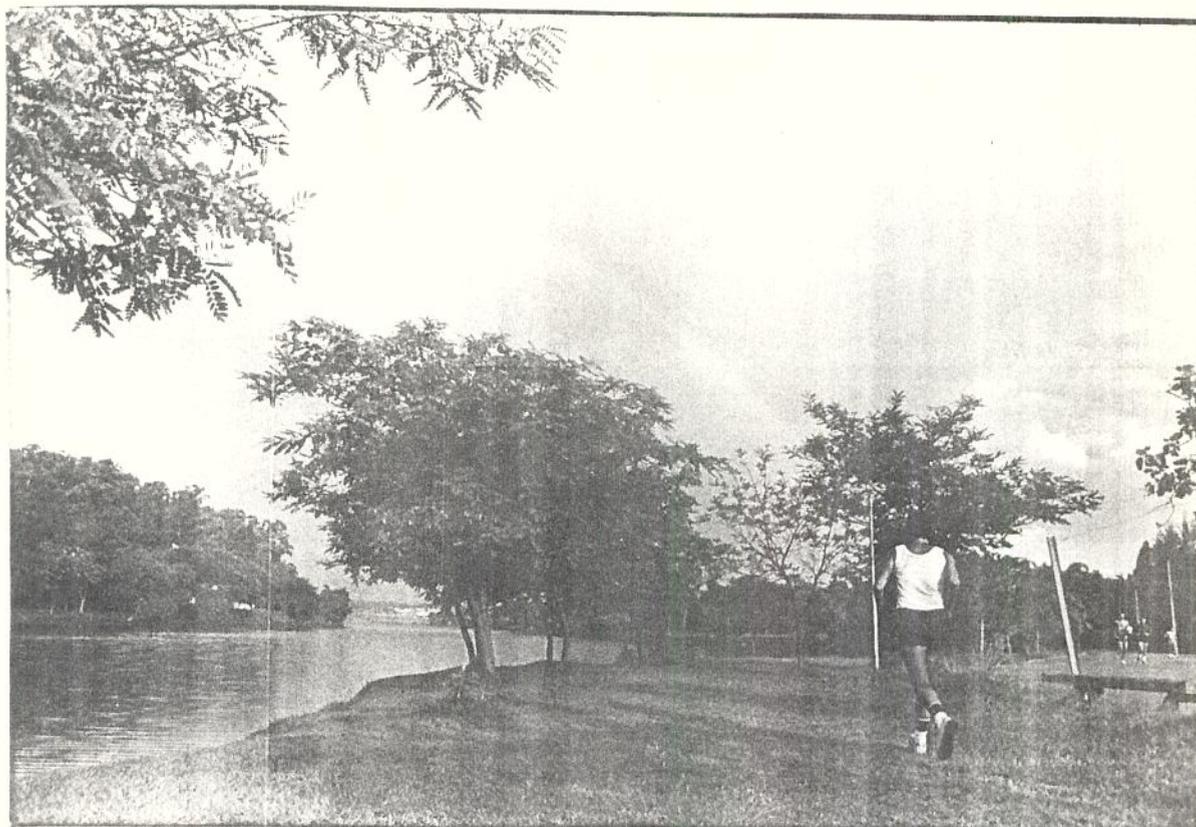
Há os que passeiam, os que paqueram, os que descansam. Há os desempregados, os estudantes, os autônomos, os felizes e os infelizes. Nesta mescla onde os mais diversos se tornam iguais, o parque é um espaço de integração de uma série de grupos sociais e a corrida um elemento que permite aos que vêm ocupando lugares marginais se recolocarem saudavelmente no espaço da ordem.



O Parque do Taquaral é um sítio particularmente aprazível. Além de amplo é bem planejado, oferecendo uma rica combinação entre os espaços abertos que contam com projetos paisagísticos e os fechados que guardam o sabor dos bosques. É um destes lugares onde nos sentimos cidadãos do mundo.



O corpo pende para a frente, os braços estão rígidos, o pescoço se encolhe e a própria expressão é carregada. Correr é um exercício que por si já demanda bastante esforço, se este esforço incide sobre regiões que estão demasiadamente tensas pode levar a um desgaste dos músculos e órgãos que poderiam estar sendo beneficiados.



A tranquilidade deste corredor, a suavidade de suas passadas e o aprumo de sua postura talvez levem alguns à desconfiança de que ele anda, mas a verdade é que ele corre rumo ao pote de saúde que deve haver na cauda do arco-íris. Nesta corrida sua respiração vai se combinando ao pulsar da natureza o que propicia que seus limites físicos sejam experimentados e testados.

## 8. Da Corrida

### a.\*

Há os corredores de longa distância, os fundistas e os de "médio alcance"<sup>(1)</sup>, quase todos passam em algum momento do treino pelo parque, sede da sociedade dos corredores. Os de pequeno alcance desenvolvem aí praticamente toda a sua carreira, foi com eles que mais frequentemente travei contato.

Constituem uma grande população de homens, mulheres, brancos, pretos, jovens, de meia idade e velhos que saboreia diariamente a paisagem de parques que por si nos transportam a qualquer lugar do mundo.

Predominam os homens, jovens e brancos, mas como não ver que entre as técnicas estudadas esta é a menos sexista, ou entre os esportes puxados aquele que reúne o maior número de pessoas de idade?

Após mapearmos essas diferenças temos a sensação de estar mos num universo de iguais, os mesmos shorts, camisetas, agasalhos, tênis, os rostos corados, aquela pinta de corredor. Será preciso ir focando as lentes, ir tomando as entrevistas a punho para descobrir que há uma brincadeira no ar, algo como um baile de mascarados.

---

(\*) Os dados quantitativos que embasam as afirmações feitas neste item são apresentados no final do item: Entre as técnicas nas tabelas de n.ºs. 41 a 43 e 46 a 48.

(1) Aqueles que correm entre cinco e dez quilômetros.

Ao contrário das outras técnicas, onde a separação dos diferentes grupos sociais é realizada no espaço físico da escola, aqui médicos, carregadores do Eldorado, bombeiros, estudantes e manicures treinam nos mesmos horários e espaço.

Mas... ainda não estamos no paraíso, antes numa autêntica sociedade urbana com "inchaço das camadas médias" e tudo. Os profissionais liberais e os estudantes dominam a cena e são seguidos pelos que cuidam dos serviços e assemelhados. Entre os estudados o grupo dos corredores é o que apresenta o maior nível de escolaridade e de prática esportiva anterior.

Os profissionais liberais em questão trabalham geralmente em atividades sedentárias, realizadas coletivamente dentro de um ambiente de trabalho bastante normalizado e hierarquizado.

Já os jovens trabalhadores falam de um outro problema o isolamento na cidade e a necessidade de lazer.

Também os estudantes falam da solidão e do medo de ficar "pensando em bobagens".

Quando indagados, diretamente sobre o que os leva a correr recordam sobretudo a preocupação de ficar em forma, cuidar da saúde e se sentir mais calmo, também lembram o fato de ser um esporte extremamente acessível, não tem horário, não custa, não tem treinador...

Como um todo sentem uma pressão sobre o físico, mas nos diferentes grupos o mal estar se alimenta de situações e representações particulares.

b.

No início a estória costuma ser a mesma, você quer melhorar a sua forma e resolve correr só que leva um bruto susto quando percebe que depois do primeiro quarteirão está exausto. Após essa primeira experiência alguns concluem que detestam correr, outros se sentem deliciosamente atraídos pelo desafio.

Se você é dos que resolveu ir em frente compreende logo o princípio do jogo, é através de sobrecargas regulares, tanto na duração quanto na intensidade da atividade, que a capacidade física aumenta.

Com esta sobrecarga a capacidade cardio-vascular, pulmonar, muscular e a circulação serão estimulados, é como se ao se acelerar o metabolismo se lubrificassem as engrenagens.

O movimento é simples, os músculos utilizados para correr realizam uma gama de movimentos relativamente limitada e desempenham repetidamente as mesmas ações, de forma que as sobrecargas constantes promovem um efeito quase que direto sobre a distância e o tempo em que se a percorre.

Este é o princípio físico do correr, o lado mundano da coisa, do outro lado está o prazer, "um estado similar aos que ocorrem ocasionalmente na vida de todos nós quer corramos ou não, mas que através da prática se tornam mais previsíveis e terminam por consistir na

própria essência de correr". (Fixx, 1977:40).

Para se ter uma experiência dessa natureza é preciso levar a coisa a sério e é claro que nem sempre os corredores a levam tão a sério, talvez muitos nem cheguem a conceber essa possibilidade. Mas uma das seduções da corrida é que ela se oferece, não há nada, em princípio, que seja intransponível no interior desse saber, só ao corredor cabe a aventura.

Os que a experimentam garantem que "a tranquilidade proporcionada por correr possui um poder irradiador que afeta irresistivelmente todos os outros setores de nossas vidas". (Fixx, 1977:40).

c.

Para se tornar um corredor é preciso cumprir rigorosamente um programa de treinamento, ter disciplina, aceitar a dor, o cansaço e não desistir.

É preciso também se responsabilizar por si, o corredor é aquele que concebe o treino, treina, supervisiona o treino, aconselha o corredor e lhe bate nas costas depois de uma boa corrida. Um método muito interessante, pois o corredor deve desenvolver um processo bastante meticuloso de escuta do seu corpo, mas por vezes um pouco arriscado, pois sempre existem aqueles que não se apercebem jamais das barbaridades que cometem.

Percorrer um caminho sozinho é provavelmente uma experiência mais dolorosa do que percorrê-lo sob a orientação de um mestre. Também aqui vamos reencontrar um dos fundamentos da corrida: "talvez exista em nós uma necessidade de experimentar a dor e através dela o prazer". (Fixx, 1977:43).

Quem quiser se tornar um corredor deve rechaçar a idéia de obter grandes benefícios em troca de praticamente nada.

d.

Correr é um movimento muito antigo e aparentemente bastante simples. Se o compararmos com as posturas de yoga ou os golpes de capoeira não teremos muitas dúvidas em considerá-lo como o "mais democrático", afinal por mais variadas que sejam as nuances culturais que adquire, aonde não se corre? Quem não concebe como realizá-lo?

Trata-se de uma possibilidade para muitos, um saber fazer acessível ao matemático húngaro, à jovem japonesa, ao encanador da zona norte... e no entanto se tornar um corredor não é tão simples. Esse movimento insistente e hipnótico que estimula o metabolismo pode desencadear a liberação de representações psíquicas e então mais uma vez o corredor terá que solitariamente se confrontar consigo mesmo.

O curioso da corrida é que movimento e representações psíquicas podem se estimular e atuar sem se fundir. As duas esferas atuando quase que paralelamente, sem que os corredores cheguem a simbolizar a experiência psíquica no âmbito de novos movimentos. Desse ângulo a corrida é uma técnica muito maleável e acessível aos mais variados grupos, pois inaugura um contato atualizado tanto com o físico quanto com a psiquê, sem deixar que o movimento se "contamine" das representações de grupos particulares.

Mas há também uma outra leitura possível, a corrida como um saber corporal muito antigo, dessa ótica ela abre a experiência de reviver através do movimento toda uma estória, sendo então um momento

de fusão das duas esferas; física e psíquica.

"Como corredores, creio que podemos retroceder diretamente ao longo da interminável cadeia da história. Experimentamos o que teríamos sentido se vivessemos há 10.000 anos, comendo frutas, castanhas e legumes, mantendo o coração, pulmões e músculos sempre aptos ao movimento. Estamos reafirmando como o homem moderno raramente o faz, nosso parentesco com o homem antigo, até mesmo com os animais selvagens que o precederam. Creio que esse é o nosso segredo extraordinário, um segredo que partilhamos todas as vezes que corremos." (Fixx : 1977:233).

Podemos pensar que na corrida a experiência de paralelismo e de simultaneidade de atuação das esferas, física e psíquica, estão constantemente a se alternar.

### C. Do Corpo\*

Para um grupo onde a maioria se dedica a atividades sedentárias a experiência de correr ensina de imediato os estreitos limites aos quais elas vão restringindo a capacidade física. Uma das primeiras batalhas do corredor será a de ampliar tais limites, o que deverá se tornar visível através do registro de novas marcas no tempo e na distância percorrida, assim como na melhor disposição com que se a percorre.

Uma experiência intensa, as sensações experimentadas se invertem periodicamente, à exaustão se segue a revitalização, a euforia pode ser seguida de depressão... e o esforço físico é grande. Uma abordagem de movimento e de energia muito diferente daquela própria ao cotidiano desses grupos.

Pernas, braços, respiração e coração são os principais elementos físicos, é preciso harmonizá-los, encontrar um estilo, um jeito eficiente e elegante de correr. Nessa busca se apreende a respirarar de muitas maneiras e a relaxar. (Tabelas 11, 12, 13, 14, 15, 2).

Ao final de cada corrida os praticantes costumam sentir uma intensa sensação de desintoxicação e ao final de anos parecem se tornar um pouco mais alheios ao contato social. (Tabela 16).

---

(\*) Os dados quantitativos que embasam os argumentos aqui desenvolvidos se encontram no final deste mesmo item. Os números das tabelas seguem sua ordem de apresentação. Quando no final de uma série aparecerem números menores é porque as tabelas correspondentes já foram apresentadas.

O corpo ganha potência, a habilidade e precisão que se adquire nessa experiência reflete nas atividades cotidianas. O corredor percebe que mudanças físicas e psíquicas estão ocorrendo em várias esferas da sua vida. (Tabelas 17, 18).

À medida em que as marcas se tornam mais satisfatórias o corredor testa novas combinações de tempo e quilometragem, até que em algum momento saberá que "chegou aos seus limites", algo como uma barreira natural.

No estrato sócio-econômico mais baixo os corredores mais antigos apresentam idéias até então inéditas, o corpo como algo frágil e a necessidade de tensioná-lo para superar seus limites. Talvez a reiterada experiência de limites rígidos estimule tal representação . (Tabelas 19, 20, 21).

No estrato mais alto é a crença na necessidade do controle emocional que se desenvolve, tal controle é extremamente importante na corrida, pois é preciso manter-se em movimento mesmo que contra a vontade momentânea, se os impulsos mais imediatos são seguidos se perde toda a possibilidade de progresso". (Tabelas 22,23).

CORRIDA

TABELA 11  
MÚSCULOS BRAÇOS

Se perguntou quais os músculos que os praticantes sentiam trabalhar, se anotando os citados.

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciantes	Adiantados	Total
Não trabalha	10 71,4 62,5 31,3	4 28,4 25,0 12,5	14 43,8
Trabalha	6 33,3 37,5 18,8	12 66,7 75,0 37,5	18 56,3
Total	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Chi quadrado = 3,17460 com 1 grau de liberdade.

Significância = 0,0748

Phi = 0,37796

Coefficiente de contingência = 0,35355

TABELA 12  
CAPACIDADE DE RELAXAMENTO

Você consegue fazendo um esforço, relaxar as partes que es  
tão tensas?

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciantes	Adiantados	Total
Não	4 66,7 25,0 12,5	2 33,3 12,5 6,3	6 18,8
Sim, através de técnicas de pensamento	8 61,5 50,0 25,0	5 38,5 31,3 15,6	13 40,6
Sim, através de técnicas variadas	2 20,0 12,5 6,3	8 80,0 50,0 25,0	10 31,3
Nunca tentou	2 66,7 12,5 6,3	1 33,3 6,3 3,1	3 9,4
	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Cramer's V = 0,40668

Coefficiente de contingência = 0,37672

TABELA 13

## RESPIRAÇÃO

Durante os treinos você respira:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Normalmente	5 83,3 31,3 15,6	1 16,7 6,3 3,1	6 18,8
Presta alguma atenção a respiração.	9 52,9 56,3 28,1	8 47,1 50,0 25,0	17 53,1
Respira através de Técnicas variadas	2 22,2 12,5 6,3	7 77,8 43,8 21,9	9 28,1
Total	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Chi quadrado = 5,50327 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0638

Cramer's V = 0,41470

Coeficiente de contingência = 0,38307

TABELA 14

## RESPIRAÇÃO

Durante os treinos você respira:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Normalmente	40 %	16,7 %	0 %	11,2 %
Presta alguma atenção a respiração	50 %	66,6 %	43 %	44,4 %
Respira através de técnicas variadas	10 %	16,7 %	57 %	44,4 %
	-----	-----	-----	-----
Total	10	6	7	9
	100 %	100,0 %	100 %	100,0 %

TABELA 15  
 TRABALHA MÚSCULOS DAS PERNAS?

Se perguntou quais os músculos que os praticantes sentem trabalhar, sendo anotados os citados.

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
Yoga	5 15,6 83,3 5,3	27 84,4 30,3 28,4	32 33,7
Corrida	0	31 100,0 34,8 32,6	31 32,6
Capoeira	1 3,1 16,7 1,1	31 96,9 34,8 32,6	32 33,7
Total	6 6,3	89 93,7	95 100,0

Chi quadrado = 7,32736 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0256

TABELA 16

## BRIGA

No caso de briga ou discussão o melhor a fazer é:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
	2	3	5
	40,0	60,0	15,6
Aceitar	12,5	18,8	
	6,3	9,4	
	1	5	6
	16,7	83,3	18,8
Evitar	6,3	31,3	
	3,1	15,6	
	13	7	20
	65,0	35,0	62,5
Resolver pacificamente	81,3	43,8	
	40,6	21,9	
Outros	0	1	1
		100,0	3,5
		6,3	
		<u>3,1</u>	
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

Cramer's V = 0,42081

Coeficiente de contingência = 0,38787

TABELA 17

## MUDANÇAS PSICOLÓGICAS

Percebe que com as práticas se tornou mais desinibido ,  
calmo e/ou corajoso?

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
	9	14	23
	39,1	60,9	71,9
Percebe	56,3	87,5	
	28,1	43,8	
	7	2	9
Não percebe	77,8	22,2	28,1
	43,8	12,5	
	<u>21,9</u>	<u>6,3</u>	
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

$$\text{Phi} = 0,34752$$

$$\text{Coeficiente de contingência} = 0,32827$$

TABELA 18

MUDANÇAS NO DESEMPENHO SOCIAL

Percebeu mudanças no:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Relacionamento social	0	2 100,0 12,5 6,3	2 6,3
Desempenho no trabalho	4 40,0 25,0 12,5	6 60,0 37,5 18,8	10 31,3
Vida familiar	0	1 100,0 6,3 3,1	1 3,1
Mais que uma	6 50,0 37,5 18,8	6 50,0 37,5 18,8	12 37,5
Não percebe	6 85,7 37,5 <u>18,8</u>	1 14,3 6,3 <u>3,1</u>	7 21,9
Total	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Cramer's V = 0,46675

Coefficiente de contingência = 0,42295

TABELA 19

## TRANSPOR LIMITES

Para transpor um limite físico é mais eficiente:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Relaxar a musculatura	60%	66,7%	71,4%	55,6%
Tensionar a musculatura	30%	0 %	28,6%	33,3%
Nunca pensou	<u>10%</u>	<u>33,3%</u>	<u>0 %</u>	<u>11,1%</u>
Total	10	6	7	9
	100%	100,0%	100,0%	100,0%

TABELA 20  
 CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
	1	6	7
	14,3	85,7	21,9
Frágil	6,3	37,5	
	3,1	18,8	
	7	3	10
	70,0	30,0	31,3
Equilibrado	43,8	18,8	
	21,9	9,4	
	4	2	6
	66,7	33,3	18,8
Forte	25,0	12,5	
	12,5	6,3	
	4	5	9
	44,4	55,6	28,1
Outras alternativas	25,0	31,3	
	<u>12,5</u>	<u>15,6</u>	<u>          </u>
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

Cramer's V = 0,43118

TABELA 21  
 CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Frágil	10%	0%	28,6%	44,4%
Equilibrado	40%	50%	42,9%	0 %
Forte	20%	33%	14,3%	11,1%
Outras alternativas	<u>30%</u>	<u>17%</u>	<u>14,2%</u>	<u>44,5%</u>
Total	10	6	7	9
	100%	100%	100,0%	100,0%

TABELA 22  
 CONTROLE EMOCIONAL

Lhe parece que é de mais valia:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Controlar as emoções	20%	50,0%	71,4% <sup>1</sup>	55,6%
Exprimir livremente as emoções	<u>80%</u>	<u>33,3%</u>	<u>28,6%</u>	<u>44,4%</u>
Total	10	5	7	9
	100%	88,3%	100,0%	100,0%

TABELA 22  
 CONTROLE EMOCIONAL

Lhe parece que é de mais valia:

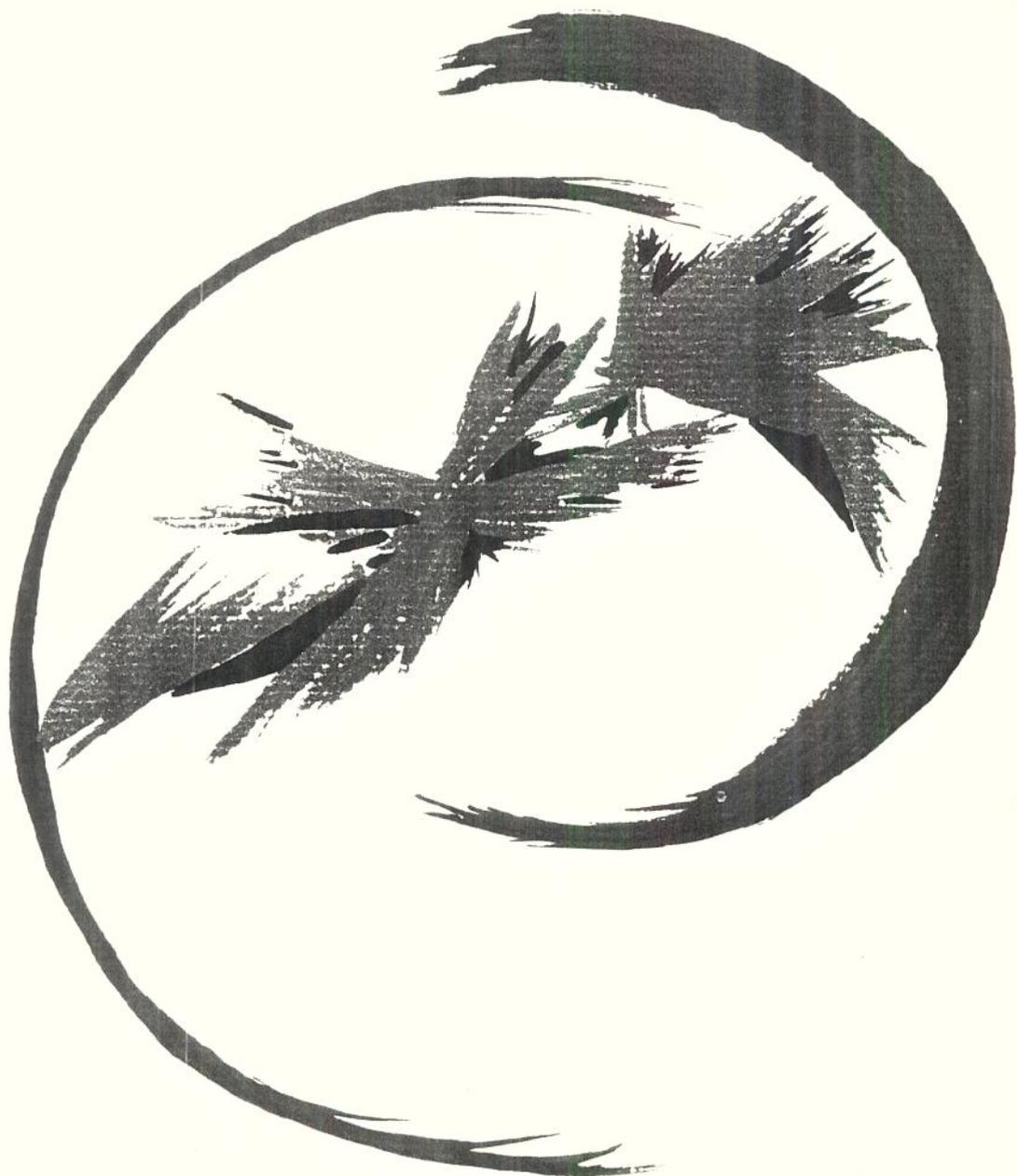
	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
	Controlar as emoções	20 %	50,0 %	71,4 %
Exprimir livremente as emoções	80 %	33,3 %	28,6 %	44,4 %
	10	5	7	9
Total	100,0%	88,3 %	100,0%	100,0 %

TABELA 23

## CAPACIDADE DE RELAXAMENTO

Você consegue fazendo um esforço, relaxar as partes que estão tensas?

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Não	30%	10,7%	0 %	22,5%
Sim, através de téc. pensamento	40%	66,7%	42,9%	22,5%
Sim, através de téc. variadas	20%	0 %	57,1%	44,4%
Nunca tentou	<u>10%</u>	<u>16,7%</u>	<u>0 %</u>	<u>11,1%</u>
Total	10	6	7	9
	100%	100,0%	100,0%	100,0%



CAPOEIRA

#### A. Das Escolas

A roda de capoeira é quase sempre um círculo pequeno, mas o lugar onde se treina é geralmente bastante amplo. Muita gente se junta aí criando um burburinho generalizado e uma agitação que se estende dos que treinam aos que vêm assistir.

Uma aula de capoeira começa com a física, que deve aquecer e facilitar o aprendizado dos golpes que necessitam de resistência, força muscular, abertura e flexibilidade. Depois se treinam os golpes, o que é feito em duplas, cada golpe com sua esquiva é treinado uma quantidade enorme de vezes. Por fim vem a roda onde se aprende a jogar propriamente.

### Beira-Mar

A Academia de capoeira Beira-Mar se localiza na rua Visconde do Rio Branco bem próxima ao Mercado e ao supermercado Eldorado.

Mestre Tarzan hoje com trinta e um anos começou a praticar capoeira há treze anos atrás em Itabuna - Bahia, "que até a década de 60 foi a meca e o celeiro dos capoeiristas". (Capoeira, 1981:16) . Sendo discípulo de Luis Medicina e Suassuna se liga a uma forte tradição de capoeiristas no eixo Bahia - São Paulo.

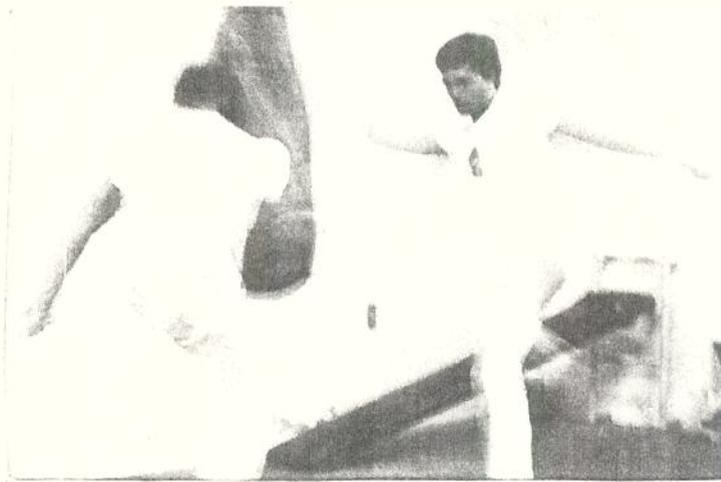
A academia funciona durante todo o dia, sendo curiosas as mudanças de público, de manhã e à tarde treinam sobretudo as crianças e os estudantes e à noite os trabalhadores.

Dos entrevistados nessa escola, três são estudantes, universitários; sendo que um deles trabalha como eletricista; um é escriturário, um é auxiliar de codificação, um balconista, outro guardinha e um último encanador.

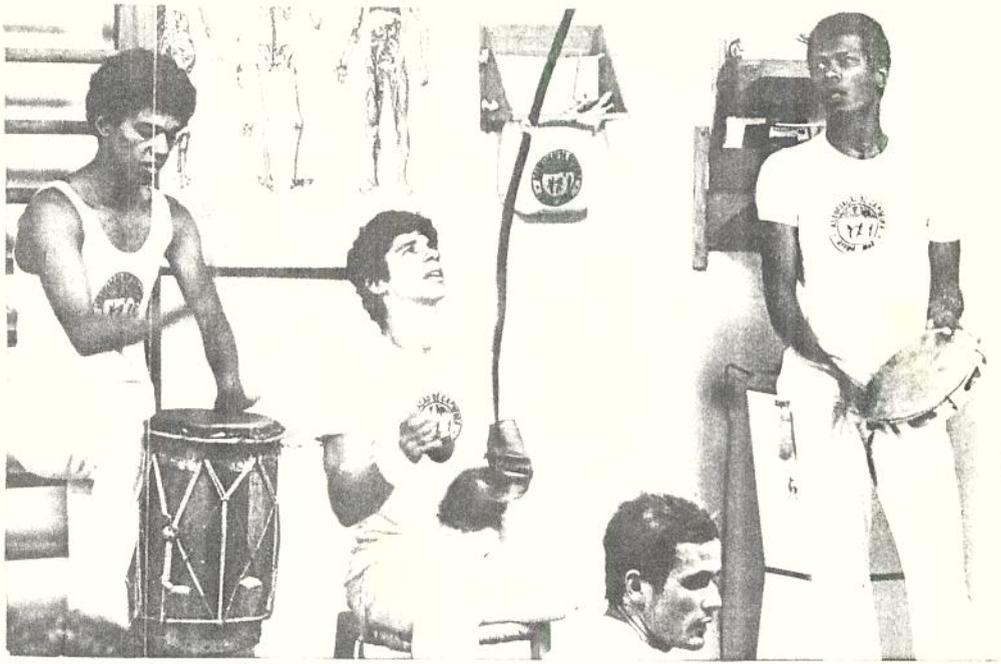
Há aqui uma grande preocupação com as questões de disciplina, que visam tanto ao indivíduo "ensinar-lhe a disciplina é ensinar-lhe alguma coisa que vai ser útil em qualquer situação da vida" , quanto a "tirar a capoeira das classes mais baixas". Disciplina que se opõe ao espontaneísmo e à informalidade e se constitui num elemento de diferenciação frente a outros grupos de capoeira da cidade.



Uma vista externa da escola que ocupa no primeiro andar a sala da direita. É curioso que tanto ela como a Coquinho Baiano, duas das mais antigas escolas de capoeira, tenham tido a sua primeira sede nos limites do Centro da cidade e que hoje tanto a Coquinho como outras novas escolas se localizem em pontos extremamente centrais.

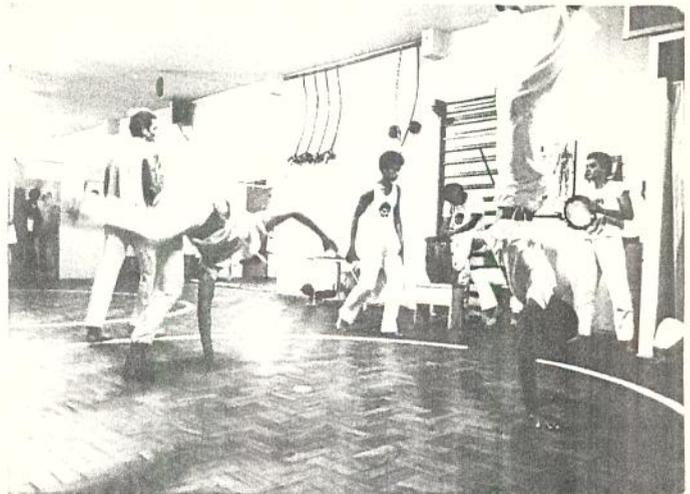


Uma cena comum, durante o aquecimento informal os homens descarregam chutes e socos no saco de pancadas. Certa vez um entrevistado ao ver uma destas cenas comentou: "Este trabalha no correio, sabe-se lá quantas ele aguentou hoje".



Tarzan, no centro, junto com outros elementos do grupo . Tocam e cantam para animar a roda. A presença do poster com explicações sobre a anatomia do corpo humano, o telefone, e o bebedouro reservam a esta cena qualquer coisa de incomum.

Nesta cena de roda vemos um movimento que exige bastante equilíbrio. O jogador estabelece seu ponto de equilíbrio em relação ao outro jogador tendo que entrar e sair do golpe no ritmo do jogo . Neste sentido a pesquisa do equilíbrio na capoeira assume um cunho bem mais extrovertido que na yoga.



O lema "mais capoeira arte, menos capoeira luta" tem levado a uma preocupação formal em não machucar o outro e a um ritmo de jogo mais acirrado; com cronometragem de seqüências e disputas para se saber qual a dupla mais rápida.

Essas preocupações não dissolvem entretanto uma forte belicosidade no jogo, nem tem garantido uma capoeira mais bonita. Estamos diante de um grupo social bastante heterogêneo em que duas questões distintas persistem: a da necessidade formal de pertencer a um "grupo embranquecido" e a existência de uma belicosidade que pode ser interpretada como sintoma da presença neste grupo de uma energia para disputar a ascensão ou manutenção de lugares sociais.

### Coquinho Baiano

A escola de capoeira Coquinho Baiano ocupava na época da pesquisa um barracão de madeira, todo coberto com folhas de eucalipto, cheio de uma vida e de uma originalidade que só aí encontrei; localizado no Largo do Pará, falo no passado porque o fogo o destruiu.<sup>(1)</sup>

Professor Godoy aos 28 anos pratica capoeira há oito, antes disso trabalhava como montador de calderaria em fábrica. É um homem verdadeiramente imprevisível, pode lhe ocorrer de chegar uma hora atrasado para a aula, de chorar no meio desta, ou de dar uma aula de quatro horas...

Dos entrevistados nessa escola, três são estudantes; um dos quais é universitário e trabalha como auxiliar de escritório; um é maçariqueiro, um é torneiro mecânico, um é vendedor, um é cobrador de ônibus e um último está desempregado.

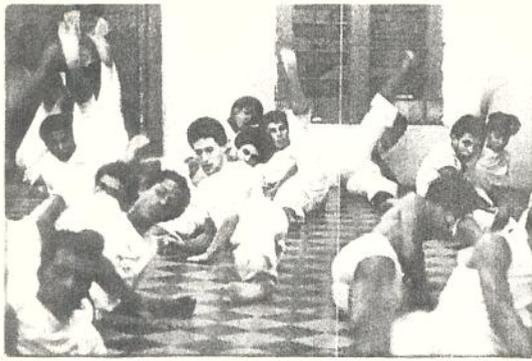
Os alunos vão chegando na escola, conversam longamente, se trocam e começam a brincar sozinhos. Muitos eram amigos já de antes da capoeira mas também os shows e rodas que realizam e o próprio ambiente receptivo e brincalhão fazem do grupo algo muito importante e potente.

---

(1) Hoje a escola se localiza na Dr. Quirino, também no bairro do Centro.



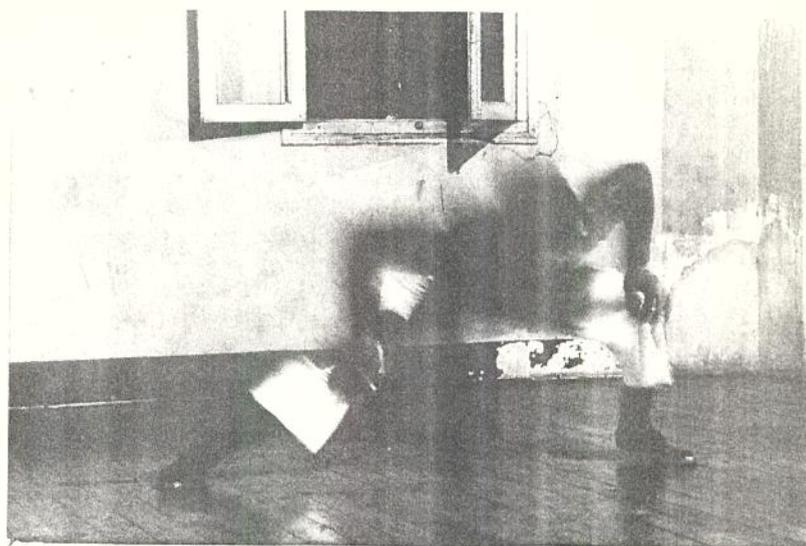
Os homens negros dominam a cena. O jogo corre e todos estão atentos, afinal quem entra na roda deve ter alguma coisa para mos-  
trar. O ambiente é de concentra-  
ção, é preciso saber qual o momento de agir senão se apanha mesmo.



Estamos no aquecimento um pequeno mar de pessoas se esforça para realizar os exercícios. O treino vai correndo, para muitos o corpo dói e reclama, mas como diz Maia, sócio de Godoy: "se não doesse não era bom".



Retrato de um capoeirista



Os limites estão aí para serem vencidos,  
é preciso insistir, forçar. Não só a ex-  
periência de fazer força como também a  
convicção de que é preciso fazer força é  
marcante nestes jogadores.

O trabalho físico é muito intenso e realizado de forma sistemática, mas a disciplina que o sustenta é bastante informal pois há em todo o trabalho e sobretudo nas relações humanas uma grande descontração.

Os limites físicos são experimentados de forma intensa e devem ser rompidos, vencidos. Ultrapassá-los constitui uma "vitória dolorosa".

Há algo de curioso, em que pessoas que realizam atividades profissionais nas quais fazem largo uso da força e resistência física busquem nas horas vagas uma atividade que consuma tanto energia, mas que se aclara quando percebemos que ao realizarem um investimento efetivo nesta prática elas adquirem um saber bastante sólido que facilmente as coloca numa posição similar à de uma elite "de guerreiros" dentro do grupo social a que boa maioria dos praticantes pertence.



É brincadeira? Godoy na foto de cima começa o show. Entre os praticantes não há qualquer espanto, eles acreditam que treinando se chega lá e a bem da verdade pelo número de bons jogadores reunidos nesta academia, eles têm razões para estarem otimistas.



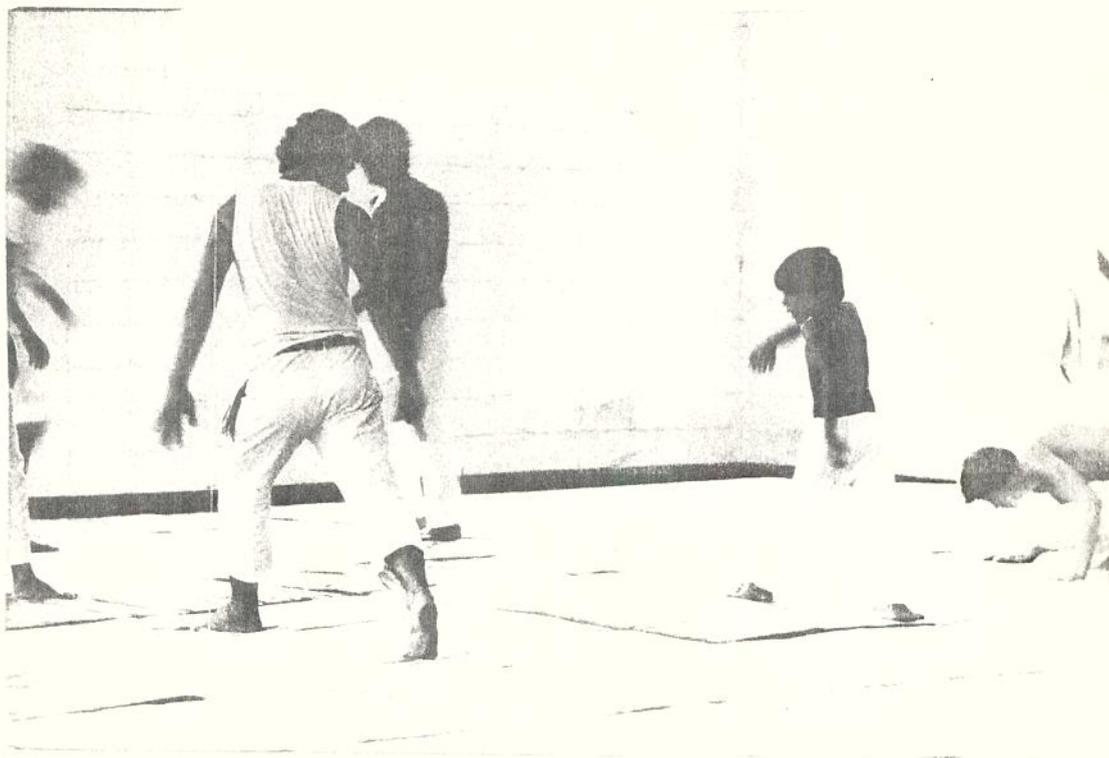
Wilton

O curso de capoeira do Wilton funciona no Clube Regatas.

Wilton que tem vinte e sete anos pratica capoeira há dez e atualmente está cursando educação física na PUC.

Dos entrevistados neste curso, sete são estudantes; um dos quais é universitário e trabalha como escriturário, e um é corretor de imóveis e garimpeiro.

Os alunos são muito jovens e o grupo um tanto disperso , o que se deve em parte às próprias limitações impostas por ser um curso em um clube; o que implica em que o espaço só pertence ao grupo durante cerca de cinco horas semanais; e em parte ao caráter "escolar" com que a maior parte dos alunos o encara.



Wilton mostra ao aluno como se dá a entrada que permite soltar um determinado golpe. A maioria dos golpes podem ser subdivididos em três secções: a entrada, a rotação e a finalização, sendo importante se manter sempre uma relação favorável entre os lados, direito e esquerdo, do corpo, que permita guardar uma base de sustentação protegida.



No final da aula há a roda, mas só aqueles que já têm alguma iniciação costumam jogar. É curioso como os alunos mesmo prestando atenção à roda conseguem instaurar uma certa dispersão no ar.

Provavelmente estimulado pelo curso de educação física , Wilton vem relendo o corpo habitualmente proposto nas escolas de capoeira e com isso tem formulado algumas questões curiosas, como por exemplo: "todo o exercício que faz tem que ser encaixado, o quadril que a turma fala, trabalha-se muito com o quadril, se não trabalhar direito pode ter problema de coluna. Combinar encaixe com capoeira, atualmente poucas pessoas sabem lidar com isso na capoeira".

De suas preocupações têm surgido uma abordagem algo particular, mas a verdade é que o casamento dessas propostas com a capoeira não tem ainda alcançado grande sucesso e algo pesado e pouco harmonioso transpassa toda a aula.

A violência com que os jogadores se enfrentam na roda é gritante e por demais constante e se constitui para mim num enigma, às vezes tento associá-la à situação de classe dos praticantes, quase todos pertencentes à uma classe média "quase alta". Outras vezes tenho a sensação de que se trata de uma tentativa de jogar capoeira "a sério".

### Athletic Apollo Center

No Athletic Apollo Center na Rua Dr. Quirino funcionava o curso de capoeira do Aloísio.<sup>(1)</sup>

Aloísio que é discípulo do Tarzan está hoje com 25 anos e embora um exímio capoeirista encara a prática como a um hobby e atualmente se prepara para entrar em algum dos negócios do pai.

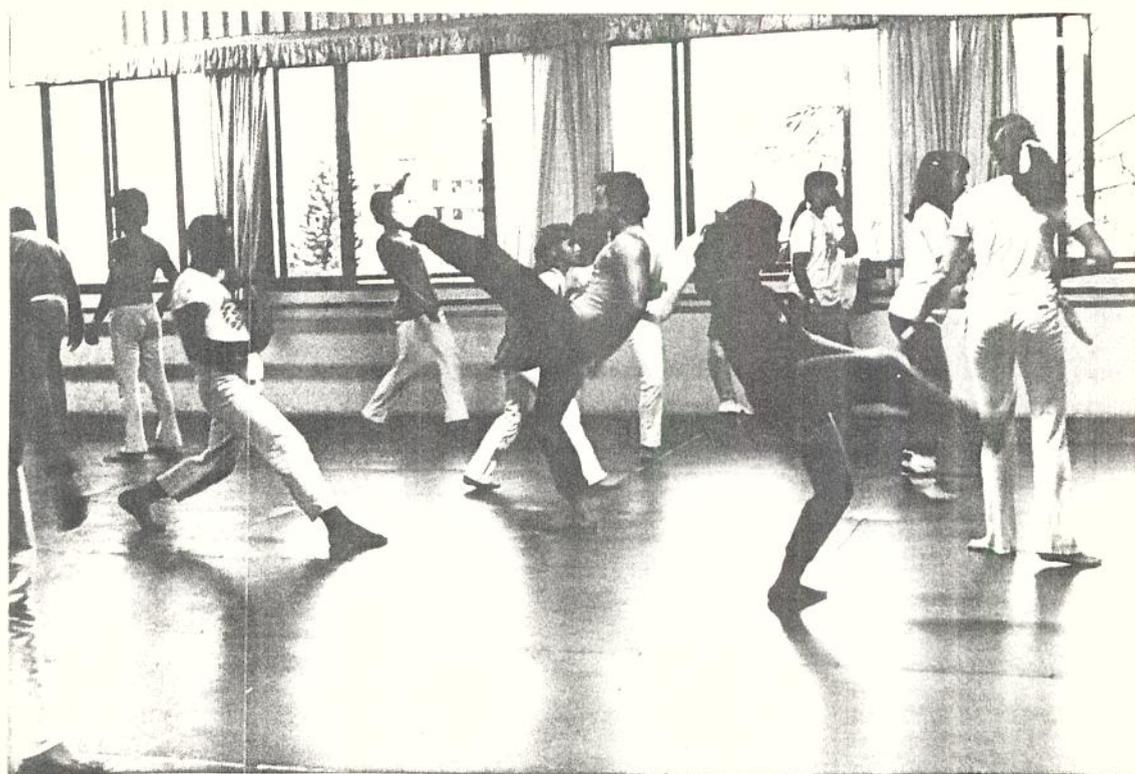
Os jovens que entrevistei nessa escola são todos estudantes e pertencem ao grupo de renda mais alto entre os pesquisados.

---

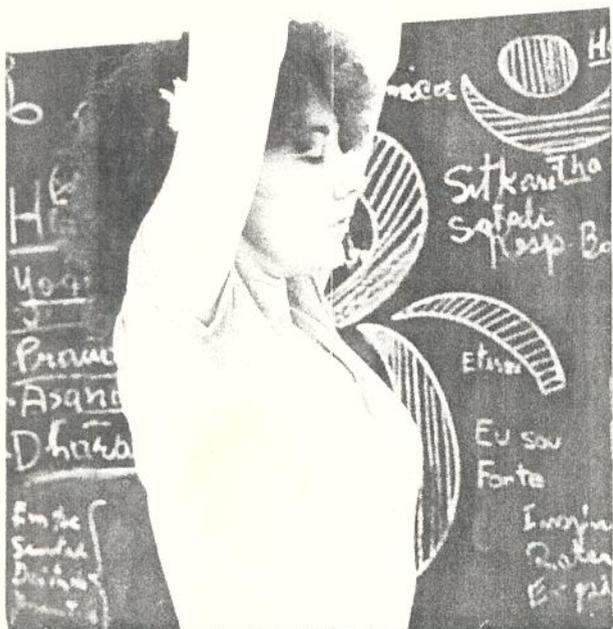
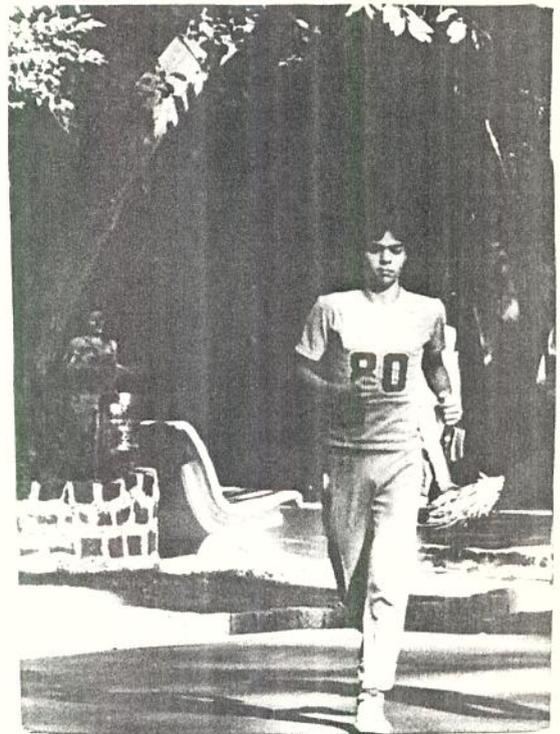
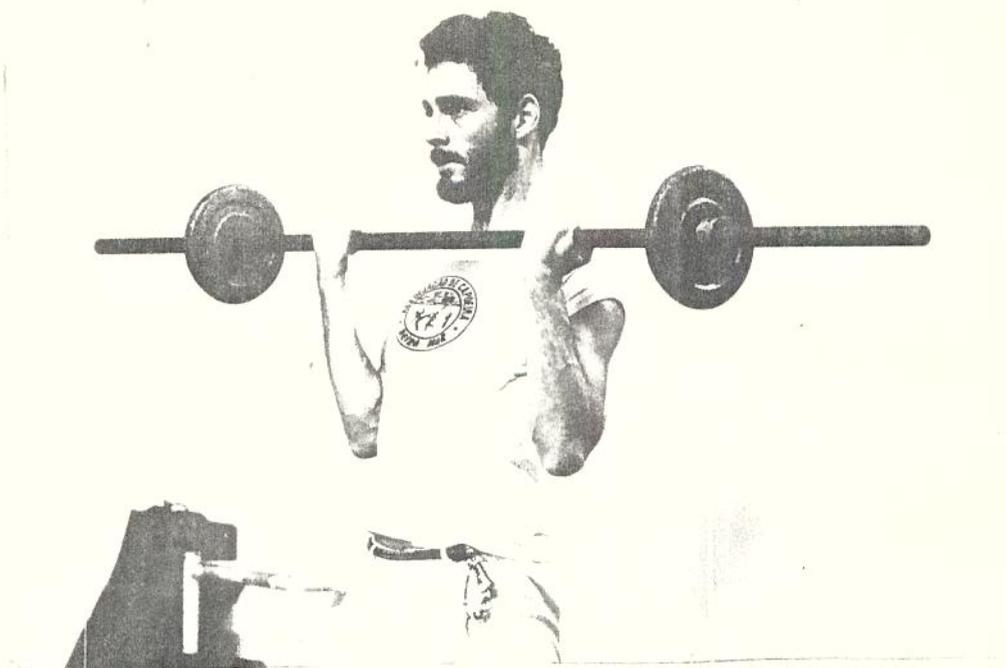
(1) Hoje funciona no Athletic Center Studio e Dança, na Coronel Silva Telles, no Cambuí.



A física que foi incorporada à capoeira em seu processo de embranquecimento parece ser um dos elementos que se sustenta bem neste novo contexto. A ginástica é das atividades que conta com mais adeptos, sendo sua prática e a convicção em seus efeitos familiar a este grupo.



Estas fotos foram tiradas quando a turma já funcionava no Athletic Studio e Dança sob a orientação do Cássio, que inicialmente era assistente do Aloísio. Esta cena nos permite pensar se ao mudar de contexto a capoeira não pode facilmente se ver transmutada de coquinho em roquinho.



Para além das diferenças me impressiona a paixão com que as pessoas praticam estas técnicas.

Inicialmente no Athletic Apollo Center, Aloísio conseguiu estruturar um grupo de capoeira, com a mudança de local, a entrada de muitas moças e a presença de faixas etárias muito diversas numa mesma turma seu trabalho se desestabilizou. A questão que me fica é se será possível que este novo grupo venha a dar o salto que transforma o praticante em capoeirista ou se a capoeira se confrontará com os mesmos limites experimentados pelo jazz, pelo ballet, a dança afro ... quando trazidas para este tipo de academia.

## B. Da Capoeira

a.\*

Pretos, mulatos, brancos, jovens quase sempre trabalhadores, um ou outro estudante, são os jogadores de capoeira, do centro da cidade, os do Cambuí são adolescentes, ricos, brancos, estudantes e ca da vez mais mulheres.

Se prestarmos atenção apenas ao centro nos convenceremos que a capoeira é um esporte dos grupos economicamente mais pobres e me nos instruídos oficialmente, mas basta que somemos as duas populações para nos surpreendermos: entre as técnicas estudadas esta é a mais mas sivamente praticadas por gente muito rica.

Um fato que parece se repetir também para o judô, o karatê, kung-fu... no centro onde são praticados sobretudo por jovens trabalhadores há uma certa heterogeneidade no grupo. Com o tempo se formam uma série de discípulos supostamente aptos a perpetuarem a técnica, alguns deles permanecem no Centro, outros retornam aos bairros de onde partiram e aí formam grupos de crianças e adolescentes.

Para um trabalhador, a ginga, um mortal ou uma abertura tanto constituem habilidades físicas que os distanciam um bocado de

---

(\*) Os dados quantitativos que embasam as afirmações feitas nesse item são encontrados no final do item: Entre as técnicas nas tabelas 41 a 43 e 47 a 48.

seus colegas de trabalho como fazem parte de um jogo que complementa as relações sociais que aí vivem.<sup>(1)</sup>

Para um adolescente rico a coisa é diferente, o esporte faz parte de sua preparação para a vida, passa pela nataçãõ, pelos jogos de salão, por outras lutas... mas ao entrar para a capoeira experimenta uma nova sensaçãõ: a de pactuar com os brasileiros toda a "malandragem de um jeito de ser".<sup>(2)</sup>

---

(1) Parece haver uma relação bastante estreita entre as relações que se vive no trabalho, se individuais ou coletivas, e a técnica praticada. Ver tabela 45.

(2) Malandragem e malícia são expressões que na Capoeira ganham um sentido especial, ligado a um conhecimento profundo da natureza humana.

b.

Ficar mais forte, saber se defender, ser quase uma dança, ter música, emagrecer ou engordar, vibrar. Há uma grande preocupação com o corpo e o seu fortalecimento e há também a brincadeira, o jogo.

A energia libertada na capoeira é canalizada num movimento que se expressa para fora, que estabelece a possibilidade de comunicação. Se trata de uma luta, "tem muitos que treinam só por treinar, quer física, na hora do cacete corre", mas se trata sobretudo do confronto entre dois homens num círculo imaginário.

Na roda está sempre implícito o jogo, mas não a qualidade da comunicação. Os jogadores podem se ater ao lado esportivo, competitivo da brincadeira ou podem viver aquele momento como a um ritual em que se concentram e que talvez lhes brinde com uma experiência profundamente humana e mágica, onde por uma fração de segundos ou de horas tudo o que os cerca se dissolve, e da qual os velhos mestres nada falam "pois não há nada a falar". (Capoeira, 1981:39).

c.

Sempre admirara qualquer forma de capoeira, até que em 1983, por ocasião da Semana do Negro, assistindo a uma roda onde jogavam além de grandes nomes da capoeira paulista e carioca, dois exímios mestres Leopoldina e Gato, pressenti os problemas que envolviam a sua codificação e institucionalização.

Os capoeiristas paulistas mostraram então uma perfeição técnica, uma precisão nos golpes e uma beleza de jogo louváveis, mas também deixaram claro a homogeneidade de seus estilos quando comparados com a maneira inconfundível e própria com que Gato e Leopoldina jogam.

Estes últimos são angoleiros, do tempo em que se aprendia capoeira de forma natural e intuitiva, se entrava na roda e improvisava. Já os paulistas e cariocas aprenderam a regional, um método bastante estruturado que acarreta um rápido desenvolvimento da técnica.

Este fato aliado aos que vinha observando no estudo das demais técnicas, me despertava a suspeita de uma certa esterilidade dos métodos institucionalizados, sobretudo daqueles em que os movimentos eram rigidamente codificados.

Qual não foi minha surpresa quando uma noite no Largo do Rosário assistindo a uma roda da Coquinho Baiano presenciei a algo muito novo que se dizia nos olhos, no silêncio, na exatidão impensada e nos abraços de despedida dos jogadores, enfim a algo mágico. Então

tal acontecimento era possível mesmo em condições potencialmente adversas? O grupo que ali se exhibia aprendera a regional na sua quinta ou sexta versão.

d.

A concepção de corpo presente na capoeira se diz num :  
 olhe e repita, experimente! É na tentativa de adaptação do movimento individual (na sua tensão, lugar no espaço, ritmo, ápice...), aquele que se observa nos companheiros mais adiantados que se vai descobrindo-a. Experiência que de início fixa a atenção dos jogadores na superfície dos corpos (seja o olhar que pousa no corpo do outro, seja na experiência dos seus próprios limites; numa abertura, no fôlego...).

O movimento começa na superfície, ascender à sua magia é ir penetrando-o, mergulhando na dinâmica que o rege, até que seja ela a reger o jogador.

Ora esse, olhe e repita! é idêntico nas quatro escolas , Aloísio, Wilton e Godoy chegaram a estudar juntos, a técnica strictu sensu, a estrutura da aula, os golpes e as músicas são extremamente similares nos vários grupos. Mas para golpes idênticos há estilos e trejeitos característicos a cada grupo, para técnicas similares há experiências diferentes, no Athletic e no Regatas a vida do grupo se limita de forma bastante rígida ao espaço e tempo das aulas e domina o aspecto esportivo, na Beira-Mar esses limites são mais elásticos e se vive a lembrança de um ritual, já na Coquinho Baiano a academia e a vida se contaminam intensamente e é aqui que por vezes se chega ao mágico.

Se tentarmos compreender essas diferenças a partir dos grupos sociais que constituem cada escola acredito que teremos feita

uma associação correta. Em termos de status convencional da Coquinho Baiano, Beira-Mar, Regatas ao Athletic Center se pode facilmente traçar uma reta ascendente o que significa em muitos aspectos maneiras de ser, de pensar e um background específico a cada grupo. Mas é preciso não se apressar, a associação não deve ser direita, senão porque movimentos e golpes tão monotonamente iguais com diferenciações apenas de estilo, senão porque só na Coquinho Baiano o elemento mágico, que também aqui é seguido dos mesmos artifícios estilísticos, desacompanhados de qualquer novo movimento.

Caso a experiência fosse de atualização dos conteúdos, o mágico não deveria ser uma exceção pois cada grupo poderia encontrar a sua forma de dinamizar a experiência. O que vem ocorrendo é antes uma impotente tentativa de expressar essas diferenças, que terminam aprisionadas em movimentos sempre idênticos.

A Coquinho Baiano não é uma exceção, antes a sua experiência nos revela que a codificação ou mesmo a massificação de um saber não impossibilitam necessariamente a experiência do mágico, já que há nesses códigos tão insistentemente banalizados uma imensa vitalidade, capaz de mobilizar o campo da memória. Se trata da possibilidade de reviver uma história<sup>(1)</sup>, atual enquanto ainda viva na memória, mas através de uma linguagem construída no passado.

---

(1) Dos entrevistados nessa escola 80% são negros ou mulatos, mais de 60% têm ao menos um dos pais nordestinos e 80% ganham de 1 a menos que dois salários mínimos.

e.

As palavras de Paulo Cunha "Aprender capoeira não é aprender a brigar. É aprender a luta de um povo que se expressou em movimentos físicos. Pela necessidade de liberdade. A liberdade de ser gente! Aprender capoeira é acima de tudo, lutar, pela liberdade do corpo e do espírito" me soam cada vez mais sugestivas.

Eu pisei na folha seca

vi fazê xuê, xuí

xuê, xuê, xuê, xuí

Eu vi fazer xuê, xuí

xuê, xuê, xuê, xuí

### C. Do Corpo\*

O capoeirista vai ganhando agilidade, aprende a sair e chegar com suavidade ao chão e a realizar pequenos vôos. Aprendizado de uma técnica que demanda um treino sistemático e rigoroso através do qual se alcança precisão no domínio físico.

O corpo deve virter para frente ou para trás, de lado ou de ponta cabeça para isso a coluna deve se tornar flexível e a região abdominal se fortalece. Os braços e pernas funcionam como suportes e alavancas de um movimento capaz de percorrer um espaço cada vez maior. (Tabelas 24, 25, 15).

Se divertir com a força da gravidade, fazer acrobacia, é nesse caminho que o corpo se complexifica. Também alguns controles internos; a capacidade de respirar ou o fôlego e o relaxamento; são aprimorados. (Tabelas 26, 27).

É um conjunto de fatores que combinados criam um novo domínio sobre o corpo, a experiência de testá-lo que leva os praticantes a o idealizarem sobretudo como forte ou frágil. Os capoeiristas adiantados do estrato sócio-econômico mais baixo permanecem concebendo seu corpo como frágil e passam a reconhecer a dor como um fenômeno nele presente, experiência de reconhecimento e aceitação de novos limites. Já no estrato alto passam cada vez mais a acredita-lo forte. (Tabelas 28, 29, 30).

---

(\*) As informações quantitativas que complementam esse item podem ser encontradas no final deste item nas Tabelas de nºs. 24 a 33.

Mudanças no temperamento e no jeito de ser são atribuídas à prática. Se passa a valorizar de forma unânime a necessidade de exprimir livremente as emoções, para o tipo de jogo e de contato que aqui ocorre é preciso estimular a capacidade de reação instantânea mais que o controle mental. (Tabelas 31,32).

É curioso que entre os capoeiristas do estrato mais alto o improviso é no início valorizado como um elemento fundamental no jogo, situação que se inverte entre os adiantados que passam a julgar a técnica como mais importante. Este comportamento é oposto ao que ocorre no estrato mais baixo. Fato que reforça a observação de que nos estratos mais altos se desenvolve, a partir dessas práticas um senso disciplinador. (Tabela 33).

CAPOEIRA

TABELA 24

## FLEXIBILIDADE DA COLUNA

A coluna vertebral se tornou mais flexível com os treinos?

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Igual	3 100,0 18,8 9,4	0	3 9,4
Mais flexível	11 40,7 68,8 34,4	16 59,3 100,0 50,0	27 84,4
Nunca pensou nisto	2 100,0 12,5 <u>6,3</u>	0	2 6,3
Total	16 50,0	16 50,0	32 100,0

Chi quadrado = 5,92593 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0517

V de Cramer = 0,43033

Coeficiente de contingência = 0,39528

TABELA 25

## TRABALHA MÚSCULOS DOS BRAÇOS?

Se perguntou quais os músculos que os praticantes sentiam trabalhar, sendo anotados os citados.

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
	15	17	32
Yoga	46,9	53,1	33,3
	42,9	27,9	
	15,6	17,7	
	14	18	32
Corrida	43,8	56,3	33,3
	40,0	29,5	
	14,6	18,8	
	6	26	32
Capoeira	18,8	81,3	33,3
	17,1	42,6	
	<u>6,3</u>	<u>27,1</u>	
Total	35	61	96
	36,5	63,5	100,0

Chi quadrado = 6,56487 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0375

TABELA 26

## CAPACIDADE DE RELAXAMENTO

Você consegue fazendo um esforço relaxar as partes que es  
tão tensas?

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Não	0	37,5%	0	28,6%
Sim, através de técnicas de pensamento	62,5%	37,5%	22,2%	28,6%
Sim, através de técnicas variadas	37,5%	0	55,6%	28,6%
Nunca tentou	<u>0</u>	<u>25,0%</u>	<u>22,2%</u>	<u>14,2%</u>
Total	8	8	9	7
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

TABELA 27

## RESPIRAÇÃO

Durante os treinos você respira:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciantes	Adiantados	Total
Normalmente	6	4	10
	60,0	40,0	31,3
	37,5	25,0	
	18,8	12,5	
Presta alguma atenção à respiração	8	9	17
	47,1	52,9	53,1
	50,0	56,3	
	25,0	28,1	
Respira através de técnicas variadas	2	3	5
	40,0	60,0	15,6
	12,5	18,8	
	<u>6,3</u>	<u>9,4</u>	
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

TABELA 28

## DORES

Suas dores:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Não sente dores	8	3	11
	72,7	27,3	34,4
	50,0	18,8	
	25,0	9,4	
Aumentam com a prática	1	6	7
	14,3	85,7	21,9
	6,3	37,5	
	3,1	18,8	
Diminuem com a prática	4	6	10
	40,0	60,0	31,3
	25,0	37,5	
	12,5	18,8	
Outras alternativas	3	1	4
	75,0	25,0	12,5
	18,8	6,3	
	<u>9,4</u>	<u>3,1</u>	<u>1</u>
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

Chi quadrado = 7,24416 com 3 graus de liberdade

Significância = 0,0645

V de Cramer = 0,47579

Coeficiente de contingência = 0,42964

TABELA 29

## DORES

Suas dores:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Não sente dores	25%	75%	11,1%	28,6%
Outras alternativas	<u>75%</u>	<u>25%</u>	<u>88,9%</u>	<u>71,4%</u>
Total	8	8	9	7
	100%	100%	100,0%	100,0%

TABELA 30

## CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Frágil	0	50%	33,3%	57,1%
Equilibrado	12,5%	25%	0	14,3%
Forte	25,0%	25%	55,6%	14,3%
Outras Alternativas	<u>62,5%</u>	<u>-</u>	<u>11,1%</u>	<u>14,3%</u>
Total	8	8	9	7
	100,0%	100%	100,0%	100,0%

TABELA 30  
 CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

	Iniciante		Adiantado	
	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 0	Estrato 1
Frágil	0	50 %	33,3 %	57,1 %
Equilibrado	12,5 %	25 %	0	14,3 %
Fortes e robustos	25,0 %	25	55,6 %	14,3 %
Outras alternativas	62,5 %	-	11,1 %	14,3 %
	8	8	9	7
	100,0 %	100 %	100,0%	100,0 %

TABELA 31

## CONTROLE EMOCIONAL

Lhe parece que é de mais valia:

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
	12	6	18
Controlar as emoções	66,7	33,3	56,3
	75,0	37,5	
	37,5	18,8	
	4	10	14
Exprimir livremente as emoções	28,6	71,9	43,8
	25,0	62,5	
	<u>12,5</u>	<u>31,3</u>	<u>        </u>
Total	16	16	32
	50,0	50,0	100,0

Chi quadrado = 3,17460 com 1 grau de liberdade

Significância = 0,0748

Phi = 0,37756

TABELA 32  
MUDANÇAS PSICOLÓGICAS

Percebe que com as práticas se tornou mais desinibido, calmo e/ou corajoso?

freqüência linhas % colunas % total %	Iniciante	Adiantado	Total
Sim	11 42,3 68,8 35,5	15 57,7 100,0 48,4	26 83,9
Não	5 100,0 31,3 16,1	0	5 16,1
Total	16 51,6	15 48,4	31 100,0

Chi quadrado = 3,51756 com um grau de liberdade.

Significância = 0,0607

Phi = 0,42460

Coefficiente de contingência = 0,39083

TABELA 33

## JOGO

O objetivo de jogador de Capoeira é:

	INICIANTES		ADIANTEADOS	
	$I_0$	$I_1$	$A_0$	$A_1$
Conhecer a técnica.	1 12,5	5 62,5	4 44,4	2 28,6
Aprender a improvisar.	7 87,5	3 37,5	5 55,5	5 71,4

#### 4. Entre as Técnicas

Yoga, capoeira e corrida propõe uma experiência ao corpo que rompe com os padrões de movimento cotidiano e promove uma especialização física que deve reverter tanto no dia a dia, como num saber fazer enquanto pura arte de si.

Ao levarem o praticante ao domínio de técnicas de respiração e relaxamento variadas permitem aumentar o controle emocional participando do que Mauss talvez denominasse de um esforço civilizatório, pois permitem alargar o espaço da ação consciente nas várias esferas da vida. (Tabelas 5,6,7,9,12,13,22,26,31 - já apresentadas).

Neste contexto a peculiaridade da yoga se deve à dominância no seu interior de um elemento fortemente intelectual. O que significa na prática fazer decantar sobre o corpo um modelo simbólico, expresso em linguagem verbal e tornado possível através do desdobramento do indivíduo, em um sujeito que recua da superfície para deixá-la livre tornando-a no objeto em que e através do qual tal experiência se dará.

Isto significa que na yoga a dinamização do corpo é estimulada a partir de uma experiência fortemente intelectual e propõe uma questão que será desenvolvida adiante, a do significado desta tendência no interior do treinamento corporal. (Tabelas 35,36,37,2,8).

---

(\*) Os dados quantitativos que embasam os argumentos aqui desenvolvidos se encontram no final deste item.

Na corrida e na capoeira a dinamização do corpo é estimulada sobretudo através da aceleração dos processos físicos.

A corrida se destaca como uma atividade fortemente complementar ao trabalho, elemento reequilibrador das pressões físicas e psicológicas lá vividas.

Já a capoeira trabalha mais significativamente um outro aspecto, o das relações sociais. No estrato sócio-econômico mais baixo são os adultos jovens que mais massivamente a praticam, enquanto no estrato mais alto só os mais jovens a procuram. O que me sugere que neste último grupo à medida em que o tempo passa o despojamento físico e a comunicação corpo a corpo tendem a ceder lugar a comportamentos mais circunspectos e introjetivos. (Tabela 38).

Fica claro, também a presença de grupos característicos, que dão a cada técnica o seu tom inconfundível. Idade, sexo, ocupação, desejo ou não de grandes mudanças na vida e o fato de realizar um trabalho individual ou coletivo servem como elementos de identificação destes grupos. (Tabelas 39,40,41,42,43,44,45,46,47).

Com isso se aproxima a definição do que seja um grupo de praticantes, que se trate de uma classificação não deve impedir que se saboreie estas diferenças. Também não deve obscurecer o fato de que as diferentes classes de renda praticam as diferentes técnicas. De modo que se deve ter claro que a relação entre estrato sócio-econômico e técnica não é biunívoca. (Tabela 48).

Há aqui um movimento difícil de ser apreendido, pois se tudo parece ficar claro quando se compara, por exemplo, as experiências e os alunos da Unyoga aos da Coquinho Baiano que portam, pensam e se realizam em corpos inteiramente distintos, sou lançada numa curiosa confusão quando lembro que os filhos das classes mais abastadas também treinam a capoeira.

Para tentar compreender o que sustenta este tráfego "semi-livre" de grupos sociais por entre as técnicas (já que, por exemplo, não encontrei um único negro praticando yoga ou uma só senhora jogando capoeira), me lanço no capítulo seguinte à tarefa de ponderar com maior detalhe sobre os efeitos das práticas em estudo junto aos diferentes grupos em questão.

TABELA 35  
PARTES TENSAS

Hoje você presta mais atenção se há partes tensas no seu corpo?

frequência linhas % colunas % total %	Não conscientiza	Conscientiza	Total
Yoga	6 20,0 11,5 6,4	24 80,0 57,1 25,5	30 31,9
Corrida	23 71,9 44,2 24,5	9 28,1 21,4 9,6	32 34,0
Capoeira	23 71,9 44,2 24,5	9 21,4 28,1 9,6	32 34,0
Total	52 55,3	42 44,7	94 100,0

Chi quadrado = 22,23784 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0000

V de Cramer = 0,48639

Coefficiente de contingência = 0,43739

TABELA 37  
MUDANÇAS PSICOLÓGICAS

Notou que com as práticas tornou-se mais desinibido, calmo e/ou corajoso.

freqüência linhas % colunas % total %	Sim	Não percebeu	Total
	32		32
	100,0		
Yoga	39,5	0	33,3
	33,7		
	23	9	32
	71,9	28,1	33,3
Corrida	28,4	64,3	
	24,0	9,5	
	26	5	31
Capoeira	83,9	16,1	33,3
	32,1	35,7	
	<u>27,1</u>	<u>5,3</u>	
Total	81	14	95
	84,4	14,6	100,0

Chi quadrado = 10,14352 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0063

V de Cramer = 0,32676

Coeficiente de contingência = 0,3106

MUDANÇAS NO DESEMPENHO SOCIAL

Depois de um período de práticas e exercícios repetidos notou mudanças:

freqüência linhas % colunas % total %	No relacionamento social	No trabalho	Nas relações familiares	Mais que uma	Não percebeu	Total
Yoga	1 3,1 9,1 1,0	3 9,4 18,8 3,1	1 3,1 33,3 1,0	24 75,0 50,0 25,0	3 9,4 16,7 3,1	32 33,3
Corrida	2 6,3 18,2 2,1	10 31,3 62,5 10,4	1 3,1 33,3 1,0	12 37,5 25,0 12,5	7 21,9 38,9 7,3	32 33,3
Capoeira	8 25,0 72,7 8,3	3 9,4 18,8 3,1	1 3,1 33,3 1,0	12 37,5 25,0 12,5	8 25,0 44,4 8,3	32 33,3
	11 11,5	16 16,7	3 3,1	48 50,0	18 18,8	96 100,0

Chi quadrado = 22,27652 com 8 graus de liberdade

Significância = 0,0044

V de Cramer = 0,34062

Coefficiente de contingência = 0,43398

TABELA 39

SEXO

freqüência linhas % colunas % total %	Feminino	Masculino	Total
Yoga	3 9,4 5,0 3,1	29 90,6 80,6 30,2	32 33,3
Corrida	27 84,4 45,0 28,1	5 15,6 13,9 5,2	32 33,3
Capoeira	30 93,8 50,0 31,3	2 6,3 5,6 2,1	32 33,3
	60 62,5	36 37,5	96 100,0

Chi quadrado = 58,400 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0000

V de Cramer = 0,77556

Coefficiente de contingência = 0,61501

TABELA 40

## IDADE

frequência linhas % colunas % total %	01 a 15 anos	16 a 25 anos	26 a 35 anos	36 anos ou mais	Total
Yoga	0	1 3,1 2,4 1,0	13 40,6 54,2 13,5	18 56,3 72,0 18,8	32 33,3
Corrida	0	16 50,0 39,0 16,7	9 28,1 37,5 9,4	7 21,9 28,0 7,3	32 33,3
Capoeira	6 18,8 100,0 6,3	24 75,0 58,5 25,0	2 6,3 8,3 2,1	0	32 33,3
Total	6 6,3	41 42,7	24 25,0	25 26,0	96 100,0

Chi quadrado = 59,46122 com 6 graus de liberdade

Significância = 0,0000

V de Cramer = 0,55650

Coefficiente de contingência = 0,61845

TABELA 41

CÔR

frequência linhas % colunas % total %	Branco	Negro e Mulato	Total
Yoga	32 100,0 38,6 33,3	0	32 33,3
Corrida	28 87,5 33,7 29,2	4 12,5 30,8 4,2	32 33,3
Capoeira	23 71,9 27,7 24,0	9 28,1 69,2 9,4	32 33,3
Total	83 86,5	13 13,5	96 100,0

Chi quadrado = 10,85449 com 2 graus de liberdade

Significância = 0,0044

V de Cramer = 0,33626

## OCUPAÇÃO

freqüência linhas % colunas % total %	Liberais	Político e Milit.	Adminis- trativo	Comércio	Serviços	Indústria	Estudante Aposentado e P. Doméstica	Total
Yoga	14 46,7 56,0 15,1	0	4 13,3 40,0 4,3	0	0	0	12 40,0 28,6 12,9	30 33,3
Corrida	11 35,5 44,0 11,8	2 6,5 100,0 2,2	2 6,5 20,0 2,2	1 3,2 33,3 1,1	4 12,9 50,0 4,3	0	11 35,5 26,2 11,8	31 33,3
Capoeira	0	0	4 12,5 40,0 4,3	2 6,3 66,7 2,2	4 12,9 50,0 4,3	3 9,4 100,0 3,2	19 59,4 45,2 20,4	32 34,4
	25 26,9	2 2,2	10 10,8	3 3,2	8 8,6	3 3,2	42 45,2	93 100,0

Chi quadrado = 32,29159 com 12 graus de liberdade.

Significância = 0,0012

V de Cramer = 0,41667

Coeficiente de contingência = 0,50767

TABELA 43  
ESCOLARIDADE

freqüência linhas % colunas % total %	1º grau incomp.	1º grau completo	2º grau incomp.	2º grau completo	Univers. incomp.	Univers. completo	Pós Grad. incompl.	Pós Grad. completo	Total
Yoga	0	7 21,9 58,3 7,3	1 3,1 5,0 1,0	8 25,0 50,0 8,3	2 6,3 15,4 2,1	14 43,8 63,6 14,6	0	0	32 33,3
Corrida	2 6,3 18,2 2,1	3 9,4 25,0 3,1	7 21,9 35,0 7,3	4 12,5 25,0 4,2	6 18,8 46,2 6,3	8 25,0 36,4 8,3	1 3,1 100,0 1,0	1 3,1 100,0 1,0	32 33,3
Capoeira	9 28,1 81,8 9,4	2 6,3 16,7 2,1	12 37,5 60,0 12,5	4 12,5 25,0 4,2	5 15,6 38,5 5,2	0	0	0	32 33,3
	11 11,5	12 12,5	20 20,8	16 16,7	13 13,5	22 22,9	1 1,0	1 1,0	96 100,0

Chi quadrado = 33,90295 com 14 graus de liberdade

Significância = 0,0021

V de Cramer = 0,42021

Coefficiente de contingência = 0,51087

TABELA 44  
DESEJA MUDANÇAS?

Você deseja que no futuro venham a ocorrer grandes mudanças em sua vida?

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
	14	18	32
	43,8	56,3	34,0
Yoga	56,0	26,1	
	14,9	19,1	
	9	22	31
Corrida	29,0	71,0	
	36,0	31,9	33,0
	9,6	23,4	
	2	29	31
Capoeira	6,5	93,5	33,3
	8,0	42,0	
	<u>2,1</u>	<u>30,9</u>	
	25	69	94
	26,6	73,4	100,0

Chi quadrado = 11,3613 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0034

V de Cramer = 0,34766

Coefficiente de contingência = 0,32838

TABELA 45  
TIPO DE TRABALHO

freqüência linhas % colunas % total %	Individual	Grupo	Total
	7	12	19
	35,0	63,2	36,5
Yoga	36,8	37,5	
	13,5	23,1	
	2	7	19
	10,5	89,5	36,5
Corrida	10,0	53,1	
	3,8	32,7	
	11	3	14
	78,6	21,4	26,4
Capoeira	55,0	9,4	
	21,2	5,8	
Total	20	32	52
	38,5	61,5	100,0

Chi quadrado = 15,8016 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0004

V de Cramer = 0,55125

Coefficiente de contingência = 0,48276

TABELA 46  
NATURALIDADE DO ALUNO

%	Yoga	Corrida	Capoeira
Sudeste	81,3%	81,3%	81,3%
Norte, Sul e Centro-Oeste	3,1%	9,3%	6,3%
Nordeste	0	3,1%	9,3%
Estrangeiro	15,6%	6,3%	3,1%
Total	32 100,0%	32 100,0%	32 100,0%

TABELA 47  
NATURALIDADE DO PAI

%	Yoga	Corrida	Capoeira
Sudeste	71,9%	68,8%	68,8%
Norte, Sul e Centro-Oeste	0	3,1%	3,1%
Nordeste	0	15,6%	18,8%
Estrangeiro	28,1%	12,5%	6,2%
Não respondeu	-	-	3,1%
Total	32 100,0%	32 100,0%	32 100,0%

## NATURALIDADE DO PAI

%	Yoga	Corrida	Capoeira
Sudeste	71,9%	69,8%	68,8%
Norte, Sul e Centro-Oeste	0	3,1%	3,1%
Nordeste	0	15,6%	18,8%
Estrangeiro	28,1%	12,5%	6,2%
Não respondeu	-	-	3,1%
Total	32	32	32
	100,0%	100,0%	100,0%

TABELA 48  
RENDA

%	Yoga	Corrida	Capoeira
- que 1 salário mínimo	15,5%	6,2%	6,2%
de 1 a - 2 salários	3,1%	12,5%	21,9%
de - 2 a - 4 salários	12,5%	18,8%	12,5%
de 4 a - 10 salários	28,0%	28,0%	6,2%
de 10 a - 20 salários	28,0%	21,9%	18,8%
20 salários ou +	12,9%	12,6%	25,0%
Não respondeu	-	-	9,4%
Total	32	32	32
	100,0%	100,0%	100,0%

CAPÍTULO V

IDÉIAS SOBRE O SEM FIM

## 1. Receituário das Forças\*

A proposta que encerra o capítulo anterior está associada a uma indagação sobre a potência efetiva do treinamento corporal em preparar, socializar e especializar os corpos dos diferentes grupos sociais.

A necessidade de retomar esta questão, que em si norteou boa parte do trabalho, se pauta no fato de que no interior do material coletado aparecem informações contraditórias. Ao mesmo tempo em que se verifica a existência de uma preferência dos diferentes grupos sociais por técnicas específicas, se observa por vezes a presença de grupos com características muito distintas no interior de uma mesma técnica. Se nota também no conjunto de praticantes de uma mesma técnica, ao lado de fortes tendências à homogeneização outras à reelaborações que aparentemente tendem a esmorecer o impacto das primeiras.

O que perturba não é a dubiedade dos fatos que em si é compatível com a realidade, mas a dificuldade que ela coloca à aferição de uma das hipóteses centrais deste trabalho. Dificuldade esta que só poderá ser superada a partir de uma investigação sobre a natureza das mudanças, nos comportamentos e representações corporais, que vêm se dando a partir das práticas em estudo.

¶

Para iniciar tal investigação convido o leitor a lançar um olhar amplo sobre o domínio em questão e então se ater a esta gama de saberes que nos têm chegado do Oriente.

---

(1) Os dados quantitativos que embasam os argumentos aqui desenvolvidos se encontram no final deste mesmo item.

Sem querer reduzir estes indicadores a uma igualdade, se pode reconhecer aí uma tendência, que se manifesta como própria às classes médias mais altas, ligadas nesta pesquisa em boa medida às profissões liberais, tanto à explicitar como a elaborar a representação de um corpo estruturado e de certa forma rígido, num procedimento que reforçaria uma experiência de integridade física e social.

Nestes casos se vive o treinamento como um momento de ordem onde é mais importante tentar cristalizar as redes de significado que vão sendo atribuídas ao corpo do que destruí-las, já que ao se encontrar e reter no corpo um modelo consistente ou ainda ao se recorrer a práticas auto-disciplinares se cria uma situação em algo análoga à de ancoragem em porto seguro.

Essas indicações ganham consistência ao se observar que enquanto os corredores e capoeiristas associados ao estrato sócio-econômico mais alto respondem aos desafios e limitações colocadas por estas práticas com o reforço da idéia do corpo como um todo forte e a retomada do velho tema do controle intelectual como meio de superar a crise que o enfraquecimento da vitalidade animal provoca, aqueles associados ao estrato mais baixo passam a reconhecer a dor e a fragilidade e a incorporá-las à sua representação de corpo. (Tabelas 21,30,31).

O que este conjunto de observações sugere é que a concepção elaborada a partir destas práticas se associa, em muitos casos, de forma bem mais estreita à experiência social que é vivida pelo praticante que à estrita experiência física que a está estimulando, fato

que se estende também às reelaborações estilísticas que se dão no interior das várias escolas. Já que mesmo sendo os exercícios praticados em cada técnica basicamente constantes, se verifica uma tendência que se estende pelas várias técnicas, dos estratos mais altos elaborarem o conjunto dos movimentos de modo contínuo e arredondado, enquanto os estratos mais baixos desenvolvem um movimento mais fragmentado e pontuado por ápices de tensão.

Estas reelaborações sistemáticas que se dão no tocante à concepção de corpo, à percepção da dor e ao estilo do movimento indicam a atuação de diferentes matrizes de representação de classe que, associadas à percepção, são capazes de atuar sobre a decodificação e a estruturação das informações nos vários grupos sociais segundo padrões diferenciais e persistentes.

Ocorre que paralelamente a estas informações se configura um outro conjunto de observações que aponta a força das práticas em estudo no estimular idéias e atitudes, que concernem ao corpo, conformes aos seus próprios princípios.

A análise das tabelas que cruzam tempo de prática com variável (ver "do corpo") e principalmente das que relacionam técnica à variável (Tabelas 49 a 51, 2, 5 a 8, 15, 25,35) é bastante reveladora neste sentido. É que ela mostra a especificidade e a semelhança das representações e idéias relativas ao que se deve oferecer ao corpo ou do que sejam os excessos, entre os praticantes de uma mesma técnica.

Também a observação das aulas e das fotos indica como as mesmas seqüências de movimentos vão sendo reproduzidas nos diferentes locais, criando assim um mesmo acervo de movimentos entre o conjunto de praticantes de cada técnica.

Mesmo reconhecendo algumas dificuldades no decidir se a origem destas semelhanças se assenta na prática do treinamento ou se são elas a determinar a escolha da técnica a ser praticada, restam poucas dúvidas de que a partir do treinamento, estas semelhanças assumem uma mesma representação. Fica também clara uma adesão mais decidida dos praticantes aos comportamentos julgados como desejáveis no interior de cada saber.

Desta perspectiva o treinamento vai surgindo como um potente centro de difusão de modelos corporais. Sugerindo que um modelo de representação da técnica age no sentido de promover, junto ao conjunto de praticantes de um mesmo saber, uma sistemática homogeneização das representações corporais.

Com a definição destas duas forças - matriz e modelo - se pode compreender melhor os movimentos quer de permanência, quer de mudança que registrei no início deste capítulo.

É que à matriz se pode atribuir toda uma gama de reelaborações inter-técnica e de diferenciações intra-técnica e ao modelo as homogeneizações intra-técnica. O próprio trânsito de grupos sociais com características muito distintas no interior de uma mesma técnica, que

observei por vezes, pode agora ser melhor compreendido, já que a experiência proposta pela técnica guarda a possibilidade de ser absorvida diferencialmente pelos vários grupos de praticantes.

Fica claro então que as técnicas estudadas não só promovem especializações e diferenciações nos comportamentos e representações corporais dos vários grupos sociais, como também que têm sido responsáveis pela criação do espaço do corpo, uma região onde as ordens quer da matriz, quer do modelo ganharam a possibilidade de atuar.

Dadas estas coordenadas aparece a necessidade de pensar a mudança de uma outra ótica, já que não se trata mais apenas de detectá-la mas de ponderar sobre o modo pelo qual tanto as permanências como as mudanças engendradas quer pela matriz, quer pelo modelo se combinam umas às outras.

Também a autonomia individual deveria ser ponderada nesta análise. Já que a partir dela a experiência vivenciada no treinamento pode se desdobrar em movimentos, corpos e representações que venham a significar novos caminhos ao longo da trilha que vem sendo percorrida pelo treinamento corporal urbano. Esta análise não foi feita em função do material disponível, mas em trabalhos futuros deverá ser associada à análise do modelo e da matriz para que o panorama se complete.

De qualquer forma os dados disponíveis deixam claro que, com a prática dos treinamentos estudados, todo um conjunto de sinais que caracterizam diferenças sociais passa a se explicitar também ao ní

vel do corpo. Numa indicação de que com a "criação" do espaço do corpo os domínios desta diferença vêm se expandindo.

É possível, entretanto, que num prazo mais longo se dê uma transferência de caráter osmótico do conteúdo do modelo para o da matriz o que poderá alterar este resultado.

Da ótica do treinamento corporal uma outra possibilidade de alteração desta composição é a emergência de modelos que se configuram como de oposição à matriz.

TABELA 49  
REGIÃO DO CORPO TRABALHADA

Você trabalha o seu corpo:

freqüência linhas % colunas % total %	Total/e	Parcial/e	Total
	6	25	31
	19,4	80,6	32,6
Yoga	17,1	41,7	
	6,3	26,3	
	18	14	32
	56,3	43,8	33,7
Corrida	51,4	23,3	
	18,9	14,7	
	11	21	32
	34,4	35,0	33,7
Capoeira	31,4	65,6	
	11,6	22,1	
	<u>35</u>	<u>60</u>	<u>95</u>
Total	36,8	63,2	100,0

Chi quadrado = 9,33788 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0094

V de Cramer = 0,31352

TABELA 50  
 TRABALHA MÚSCULOS COSTAS?

Perguntei aos entrevistados quais os músculos que trabalhava anotando os citados.

freqüência linhas % colunas % total %	Não	Sim	Total
	19	13	32
	59,4	40,6	33,3
Yoga	26,8	52,0	
	19,8	13,5	
	28	4	32
	87,5	12,5	33,3
Corrida	39,4	16,0	
	29,2	4,2	
	24	8	32
	75,0	25,0	33,3
Capoeira	33,8	32,0	
	25,0	8,3	
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	71	25	96
Total	74,0	26,0	100,0

Chi quadrado = 6,5981 com 2 graus de liberdade.

Significância + 0,0369

TABELA 51  
 CONCEPÇÃO DE CORPO

Para você o corpo é:

freqüência linhas % colunas % total %	Frágil	Equili brado	Forte	Outros	Nunca pensou	Total
	12	6	2	9	3	32
	37,5	18,8	6,3	28,1	9,4	33,3
Yoga	40,0	30,0	11,1	56,3	25,0	
	12,5	6,3	2,1	9,4	3,1	
	7	10	6	6	3	32
	21,9	31,3	18,8	18,8	9,4	33,3
Corrida	23,3	50,0	33,3	37,5	25,0	
	7,3	10,4	6,3	6,3	3,1	
	11	4	10	1	6	32
	34,4	12,5	31,3	3,1	18,8	33,3
Capoeira	36,7	20,0	55,6	6,3	50,0	
	11,5	4,2	10,4	1,0	6,3	
	30	20	18	16	12	96
Total	31,3	20,8	18,8	16,7	12,5	100,0

Chi quadrado = 17,15833 com 8 graus de liberdade.

Significância = 0,0285.

Coefficiente de contingência = 0,3894.

## 2. Troca de luzes

Pensar num modelo que se configure como de oposição à matriz talvez soe como uma tentativa de buscar na substância a alteração do modo. O esforço, entretanto, é no sentido de buscar uma autonomia que favoreça a potência desta substância.

Começarei para tanto recuperando alguns dos elementos em jogo neste "novo" campo simbólico que é o corpo.

Nele toda uma gama de problemas ligados aos indivíduos e suas fantasias, à busca de novos espaços e definições para o corpo dentro das cidades, a um poder que deseja gerí-lo e a um comércio de saber e manufatura que vem crescendo e reinvestindo neste campo, vêm ganhando espaço.

Dentro deste quadro as escolas de treinamento corporal aparecem como uma solução bastante promissora já que vários problemas, de ordem individual, comercial e de poder, encontrem aí boas possibilidades de resolução.

Gostaria, entretanto, de recolocar o problema de um outro ângulo a partir do qual surge uma questão que por não ser formulada pelas escolas ou pelos praticantes adquire um caráter especulativo.

X→ A questão é a seguinte: o treinamento corporal urbano tal como está hoje organizado responde adequadamente ao conjunto de

problemas pulsantes no campo do corpo? Ou em outros termos, deve-se considerar que as práticas que hoje se desenvolvem constituem efetivamente um saber corporal, i. é. um conjunto de movimentos expressivos capaz de incorporar os problemas em jogo na situação presente e de articular respostas adequadas a eles?

Questão, sem dúvida, delicada e pouco suscetível a vereditos, principalmente se for levada em conta a variedade de interesses presentes no campo. Ainda assim me proponho a encaminhar algumas considerações tomando a sem cerimônia de ponderá-las em função de demandas que atribuo aos praticantes e à necessidade de novas definições para a questão do corpo dentro das cidades.

A liberdade com que abordo tal tema se deve à identificação de dois fenômenos que me parecem suficientes suspeitos. Um deles é o da reificação do código, o qual tem sua origem no fato da formação dos professores se dar pela familiarização progressiva com "manuais" , tais como o livro de Hermógenes, Blay ou o método de Bimba, que apresentam o movimento como um produto final acabado. Daí em boa medida se desenvolver entre os mestres a crença de que quanto mais o movimento de seus alunos se aproximar do modelo mais bem sucedido terá sido o seu próprio método.

Este procedimento nada tem de condenável quando além da repetição, outras experiências são estimuladas. O que se vê, entretanto,

é apenas uma infinita repetição dos movimentos, que mesmo fazendo atuar parte das qualidades intrínsecas ao saber não viabiliza que os praticantes adentrem a totalidade das relações que permitem o movimento.

Com isto quero chamar a atenção ao fato de que uma postura inversa (pg. 39) não deixará de atuar sobre a parte posterior do corpo se for executada em diferentes épocas ou regiões, sendo ainda de se esperar que os vários praticantes lhe atribuam significados diversos, a partir de uma lógica que lhes é própria e que lhes permitirá compatibilizar a experiência vivenciada com a ordem de sua existência. Ocorre que ao se efetuar esta reatualização do código não se está obrigatoriamente procedendo a uma atualização do saber, uma vez que a permanência do movimento se pauta em muitos casos no simples fato dele não ser pensado como um dos momentos de um processo dinâmico de pesquisa.

Surge então o segundo fenômeno que me parece problemático, pois mesmo que o movimento fosse pensado como um elemento dinâmico como poderia se dar a atualização do saber num domínio que não conta com espaços de reelaboração que possam ser operados pelos praticantes? Cabe lembrar que os próprios rearranjos da técnica que observei se darem em função dos diferentes grupos de praticantes são operados pelo professor através da recombinação de segmentos de diferentes códigos.

O excessivo apego ao codificado e a inexistência de um espaço de elaboração da técnica que possa ser operado pelos praticantes parece instaurar no treinamento corporal a incapacidade de se consti -

tuir em saber criativo, com o que se garante a estratégia de "investimento-abandono-novo investimento" e logo de reprodução diferenciada do mesmo, já que de tantas promessas restarão logo outras tantas. A própria expansão desenfreada das escolas de treinamento corporal parece testemunhar não apenas diferenças e incitação a elas mas também impotência frente aos problemas colocados neste campo.

Dispara a artilharia tomo a tarefa de esclarecer com um pouco mais de vagar a idéia do que entendo por saber criativo, o qual estou contrapondo ao saber codificado (lembro ainda a importância e especificidade do saber tradicional, o qual deve ser distinguido dos dois anteriores) com isso busco menos estabelecer, uma definição do que seja o saber criativo, ou normas de ação, que fomentar a imaginação sobre outros possíveis, afinal "os agenciamentos históricos não originam a individuação ou a corporização de seus objetos a partir de um sujeito ou um processo de subjetivação, ele os encontra ou não os encontra em suas trajetórias, que tem de particular o fato de resistirem a qualquer programação e só se prestarem a um serviço de cartografia." (Guattari, 1977:161).

Para dar início a este exercício proponho a imagem de uma pessoa que vai descobrindo o motor do movimento e suas nuances para então a partir de uma experiência que não se mede pelos códigos que lhe pré-existem ser capaz de o criar. Pouco importando a partir daí que também esta experiência venha a ser absorvida num código rígido, o que conta é que se adquira o dom de encarar os códigos de frente, de desmontá-los e recriá-los como numa brincadeira.

Ocorre que esta experiência que pode ser empreendida pelo sujeito a partir da decifração de sinais que se insinuam como aleatórios, é também ela viabilizada socialmente. Sendo que à sua organização se vincula todo o problema dos campos e questões que poderão encontrar expressão no saber corporal.

É, pois, nesta etapa que se viabiliza uma ruptura entre "cultura somática" e "condições objetivas", que uma vez empreendida exigirá uma revisão da idéia de que a "cultura somática" é apenas o produto das condições objetivas que ela traduz na ordem cultural". (Boltansky, s.d.: 167).

Mas como estimular tais processos no domínio das técnicas de treinamento corporal?

Das indicações com que conto quero chamar a atenção às possibilidades abertas por experiências liminares.

Estas experiências, que instauram desde espaços de vivência de uma pura desordem, de relações interpessoais diversas daquelas que se vive cotidianamente, da pesquisa por novos movimentos físicos que poderão responder a necessidades específicas (religiosas, de guerra, de trabalho...), até a formulação de novas redes de significados e de ordenações entre concepção de corpo e de mundo, parecem particularmente férteis. É que elas estimulam a liberação de conteúdos e o desenvolvimento de respostas diretamente associados ao meio em que se desen-

volem. Donde a explicitação de desejos e o desenvolvimento de novas compreensões e modos de atuar na realidade próprios aos diferentes grupos seria estimulado.

Talves seja inclusive este o espaço onde as persistentes e frustradas tentativas de muitos de nós em organizar um "código elaborado; i.e. de selecionar e planejar múltiplas alternativas dispostas de modo felxível" (Bernstein apud Mary Douglas, 1970:23), o que se nos faz necessário devido à diversidade de saberes que nos é oferecida, encontre solução. É que aí esta ordenação seria presidida menos por uma experiência racional que pela possibilidade de organizar uma nova representação.

Que exercícios devem estimular esta experiência constitui um problema fascinante e intimamente conectado à prática. Victor Turner tende a reconhecer o êxtase ritual, o transe, e, nas sociedades contemporâneas, o fluxo como o campo próprio à liminaridade.

A experiência liminar não se apresenta entre nós, entre tanto, como fácil. Para lhe abrir espaço talvez um dos pontos de partida seja investir em trabalhos que se afastem da organização predominantemente comercial que tem gerido este campo.

E o que talvez seja ainda mais crucial que se comece a atentar para a idéia de que o treinamento deve não só cristalizar re-

des de significados ao corpo como também ser capaz de promover a sua constante destruição. Ou seja de ser capaz de demarcar espaços de "de sordem", que estariam associados à experiência com diferentes ritmos, tempos, tensões e reações que forjariam situações de equilíbrio e de equilíbrio a serem trabalhadas pelos praticantes. Afinal como bem nos lembram os hindús os Deuses brincam, sendo a criação, a duração e a destruição do mundo o seu jogo.

Se o "acontecimento não é o que acontece (acidente), mas é no acontece o puro expresso que nos dá sinal e nos espera... se é o que deve ser compreendido, o que deve ser querido, o que deve ser representado no que acontece" (Deleuze, 1969:52), sou levada a propor que os saberes que entre nós têm sustentado o treinamento corporal urbano se encontram um pouco além do acontecimento que lhes possibilitou a existência e um pouco aquém daquele que entre nós busca expressão.

### C. Comentários Finais

O plano inicial deste trabalho se assentava num arquétipo científico-terrorista bastante sedutor já que parecia conter uma série de novidades.

Num primeiro momento apreendi o conceito de poder desenvolvido na obra de Foucault, passando a reconhecê-lo não só como repressão e interdição mas também como estímulo ao discurso e produção de saber. Nesta perspectiva o poder não se apresentava como uno, compacto ou unidirecional, antes se insinuava como presente em toda a vida social e se exercia horizontalmente.

Na análise que fez da questão da sexualidade, Foucault descreveu com incrível colorido a ação deste poder, sendo que a partir das indicações aí contidas fui levada a suspeitar de que também a questão do corpo poderia ser pensada a partir de uma ótica semelhante.

Os argumentos que desenvolveu em Microfísica do Poder tornavam esta possibilidade ainda mais atraente. Há aí uma idéia até certo ponto geral, que no caso do corpo pode ser expressa nos termos que se seguem: a todo o investimento de poder sobre o corpo, se pode contrapor a reivindicação das pessoas pelo seu próprio corpo contra o poder. Perspectiva que ao ser generalizada aos vários campos de problema permite apostar na revolução a um custo e através de uma ação inteiramente distintos daquele proposto pela política convencional.

É que a revolução se esboça a partir daí como "o momento em que um lento regime de ajustes graduais, de repente passa por aquilo que René Thon chamaria de catástrofe, uma virada repentina; mas no sentido em que um acúmulo de movimentos sísmicos subitamente produz um revolvimento do terreno". (Eco, 1979:330).

Ora a ação destinada aos intelectuais interessados em agilizar este movimento é a de cada qual em sua frente, mapear o domínio a que se encontra atrelado e verificar os investimentos de poder e as reações a ele que aí se registram.

Como durante esta pesquisa surgiram alguns impasses à execução desta estratégia julgo importante recuperá-los.

Para tanto tomo inicialmente os resultados a que cheguei. Estes apontam para uma tecnologia de constituição dos corpos que se desenvolve de modo tão curioso quanto o poder de que nos fala Foucault, já que, sem se vincular a uma organização centralizada ou ser o resultado de um projeto mentado a priori, mas aparecendo como um fenômeno inteiramente aleatório, é capaz de agenciar parte da diferenciação dos corpos própria à sociedade de classes.

Surge assim uma tecnologia quase que fantástica, que se organiza de forma praticamente autônoma sendo preciso apenas que funcione. E funciona.

Ocorre que neste ponto o entendimento é levado a dissolver as diferenças. Não se trata mais de reconhecer o poder e a resistên -

cia mas de, implacavelmente, assinalar onde e como agem as técnicas de constituição dos corpos. A partir do que se torna extremamente incômodo, e até suspeito, indicar no interior de um mesmo movimento certas práticas como de poder e outras como de resposta a ele.

Ora o surpreendente é que esta dificuldade parece estar intrinsecamente atrelada à pesquisa do poder. É que, ao buscar o poder, se encontra um elemento constitutivo das sociedades complexas e não da sua negação.

Dai os resultados do trabalho, se seguirmos as indicações de Foucault levarem bem mais à compreensão da dinâmica de permanência e expansão desta ordem que da revolução.

Talvez de um mal estar análogo a este tenha surgido a afirmação: "Contra o dispositivo da sexualidade o ponto de apoio do contra-ataque não deve ser o sexo-desejo, mas os corpos e o prazer" que Foucault faz no final da História da sexualidade I.

Vejo assim com certa ironia a proliferação dos discursos, sistemas de verdade e práticas referentes ao corpo, que têm se dado nestes últimos anos. É como se o percurso se repetisse.

No caso do corpo, vemos como saberes que se originaram nas mais variadas épocas e partes do mundo se oferecem em nossa sociedade como alternativas que garantem a saúde física e psíquica. Com o que deixam de ser "o saber" para ocupar o lugar de técnicas em disputa num domínio que com elas se organiza.

A partir daí os modos através dos quais se pode interpretar e cuidar do corpo passaram a ser tantos, que um olhar panorâmico sobre o domínio despertará facilmente questões de tipo, qual o alimento, o movimento, a moda ou o prazer... mais adequados ao corpo? O que convém à sua natureza? Como devemos cuidar dele?

Neste movimento o corpo passa a ocupar, no nosso entendimento, um lugar permanente no centro da cena. Tudo se passa como se o corpo fosse apropriado sucessivamente por diferentes concepções, saberes, experiências sociais... com o que somos levados facilmente a não perceber que também o corpo é uma figura histórica muito real.

Uma figura que estes saberes, técnicas e estudos ajudam a construir e que, ao ser resguardada, permite a ação de um "dispositivo que faz surgir, no fundo de nós mesmos, uma miragem onde acreditamos nos reconhecer" (Foucault, s.d.:147), a do corpo que verdadeiramente desejamos.

A identificação do poder e a dificuldade lógica que se coloca à identificação do que seja um contra poder não me parece, entre tanto, tornar recomendável a paralização ou a retirada ampla de todo o investimento no campo do corpo. Antes, voltando a Foucault, parece necessário buscar nos processos criativos, na dor e no prazer a possibilidade de reação, lembrando que esta não é uma possibilidade de reação do indivíduo contra o poder, mas uma possibilidade que tal como o poder, só se viabiliza numa experiência socialmente organizada.

## Bibliografia

- Anderson, Bob  
1968 - Alongue-se. São Paulo, Summus editorial, 1983.
- Andrade, Carlos Drummond de  
1984 - Corpo. Rio de Janeiro, Record, 1984.
- Areia, Almir das  
1983 - O que é capoeira. São Paulo, Editora Brasiliense, 1983.
- Baudillard, Jean  
- A sociedade de consumo. Lisboa, Edições 70, 1975.
- Belinello, Ruth  
1984 - Yoga. Campinas, Julex Livros Ltda. , 1984.
- Berge, Yvone  
- Viver o seu corpo. São Paulo, Martins Fontes, 1981.
- Berlinck, Manoel Tosta  
- "Reflexões sobre o corpo e sua concepção" in Gradiva - nº 25, nov/dez 1983.
- Berlinck, Manoel Tosta  
- "O corpo, a lei e o cidadão" in Folhetim, 5 de julho de 1981.
- Bertherat, Thérèse  
1976 - O corpo tem suas razões. São Paulo, Martins Fontes, 1977.

- Blay, Antonio - Fundamentos e técnicas do hatha yoga .  
1966 São Paulo, Loyola.
- Boltansky, Luc - As classes sociais e o corpo. Rio de  
Janeiro, Graal, 1979.
- Borges, Jorge Luis e Jurado, Alicia - Buda. Rio de Janeiro, Difel ,  
1976 1977
- Borges, Jorge Luis - Sete noites. São Paulo, Editora Max  
1980 Limonad Ltda., 1983.
- Camargo, Ruy Bueno de Arruda - Evite o enfarte praticando Cooper. São  
Paulo, editado pelo autor.
- Canadian Air Force - Mantenha-se fisicamente em forma. São  
Paulo, Best Seller, 1985.
- Capoeira, Nestor - Capoeira. São Paulo, Ground, 1981.  
1981
- Castells, Manuel - La cuestión urbana. Buenos Aires, Si-  
glo XXI, 5ª edição, 1978.  
1972
- Clastres, Pierre - A sociedade contra o estado. Rio de Ja  
neiro, Livraria Francisco Alves Editora  
1974 S.A., 1978.
- De Rose - Yoga antigo. São Paulo, Ground, 5ª edi  
ção, 1983.  
1969

- Deleuze, Gilles
- 1964 - Proust y los signos. Barcelona, Editorial Anagrama, 1972.
- 1967 - Apresentação de Sacher-Masoch. Rio de Janeiro, Livraria Taurus Editora, 1983.
- 1969 - Lógica do sentido. São Paulo, Editora Perspectiva, Editora Universidade de São Paulo, 1974.
- 1970 - Espinoza e os signos. Porto, Re's.
- 1972 - "Os intelectuais e o poder" in Microfísica do poder. Rio de Janeiro, Graal, 1979.
- Douglas, Mary
- 1970 - Natural Symbols. New York, Pantheon Books, 1970.
- Dumazedier, Joffre
- 1962 - Vers un civilization du loisir. França, Editions du Seuil.
- Durkheim, Emilé
- Os pensadores. São Paulo, Abril Cultural, 1978.
- Eco, Umberto
- 1977 - Como se faz uma tese. Lisboa, Editorial Presença, 1982.
- 1979 - Viaagem na irrealidade cotidiana. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1984.

- Fisher, Seymor e Cleveland, Sidney E. - Body image and personality.  
New York, Dover Publications ,  
Inc.
- Fixx, James F. - Guia completo de corrida. Rio de Janei  
1977 ro, Record.
- Foucault, Michel - O nascimento da clínica. Rio de Janei  
1963 ro, Forense Universitária, 1980.
- 1965 - Vigiar e punir. Petrópolis, Vozes, 1977.
- 1966 - As palavras e as coisas. São Paulo, Mar  
tins Fontes.
- 1975 - "Poder corpo" in Microfísica do poder .  
Rio de Janeiro, Graal, 1977.
- História da sexualidade I. Rio de Ja-  
neiro, Graal, 1977.
- 1977 - Microfísica do poder. Rio de Janeiro ,  
Graal, 1977.
- 1984 - História da sexualidade II. Rio de Ja-  
neiro, Graal, 1984.
- Freud, Sigmund - Três ensaios sobre a teoria da sexuali-  
dade. Rio de Janeiro, Imago.

- 1911 - O caso Schereber. Rio de Janeiro, Imago, 1976.
- Garaudy, Roger  
1973 - Dançar a vida. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1981.
- Geertz, Clifford  
1973 - A interpretação das culturas. Rio de Janeiro, Zahar, 1981.
- Goffman, Erving  
1959 - A representação do eu na vida cotidiana. Petrópolis, Vozes, 1975.
- Grotowsky, Jerzy  
- Para um teatro pobre. Forja, 1975.
- Guattari, Felix  
1977 - Revolução molecular: pulsações políticas do desejo. São Paulo, Brasiliense, 1981.
- Hanna, Thomas  
1970 - Corpos em revolta. Rio de Janeiro, Mundo Musical, 1976.
- Hermógenes  
- Auto perfeição com hatha yoga. Rio de Janeiro, Record.
- Herrigel, Eugen  
1953 - A arte cavalheiresca do arqueiro zen. São Paulo, Pensamento, 1983.
- Hertz, Robert  
1907 - Death and the right hand. Aberdeen, Cohen e West, 1960.

- Kafka, Franz  
1918  
- Na colônia penal. São Paulo, Civilização Brasileira, 3ª edição, 1969.
- Lilliefors, Jim  
1979  
- Como correr para viver melhor. Rio de Janeiro, Francisco Alves, 1981.
- Luz, Rogério  
1979  
- Expressão corporal: uma política do corpo. Rio de Janeiro, Funarte 1979.
- May, Rollo  
1975  
- A coragem de criar. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1982.
- Mauss, Marcel  
1934  
- Sociologia e antropologia. Vol. I e II. São Paulo, Edusp, 1979.
- Mead, Margaret e Bateson, Gregory  
1962  
- The balinese character. U.S.A., Special Publications of the New York Academy of Sciences, 1962.
- Merleau Ponty, Maurice  
- Os pensadores. São Paulo, Abril Cultural, 1980.
- Mitchell, J. Clyde  
- The kalela dance. mimeo.
- Mora, José Ferraler  
- Dicionário de filosofia abreviado. Barcelona, Ephaa, 1976.

- Orlandi, Luis
- "Estratégia de produção dominante: esboço de uma questão" in Classes sociais e trabalho produtivo. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1978.
- Poulantzas, Nicos
- 1974
- As classes sociais no capitalismo hoje. Rio de Janeiro, Zahar, 1970.
- Przworski, Adam
- "Proletariat into a class: the process of class formation from Karl Kautsky's the class struggle to recent controversies" in Politics and Society, nº 4, pp. 343 a 401, 1977.
- Puech, Henri-Charles y otros
- 1970
- Las religiones en la Índia y en extremo Oriente. México, Siglo XXI, 1978.
- Ramacháraca
- Hatha yoga. São Paulo, Pensamento.
- Reich, Wilhelm
- 1936
- A revolução sexual. Rio de Janeiro, Zahar, 2ª edição, 1974.
- 1942
- A função do orgasmo. São Paulo, Brasiliense, 4ª edição, 1978.
- Rodrigues, José Carlos
- 1979
- Tabu do corpo. Rio de Janeiro, Achiamé, 1979.

- Schielder, Paul  
1935
- A imagem do corpo. São Paulo, Martins Fontes, 1981.
- Siegel, Sidney
- Non Parametrics Statistics. New York , Mc-Graw Hill, 1956.
- Statistical Package for the Social Sciences - (S.P.S.S.) - mimeo.
- Turner, Victor W.  
1969
- The ritual process. London, Routledge e Kegan Paul, 1969.
- "Variations on a theme of liminality " in Moore, Sally F. e Myerhoff, Barbara (orgs.). Secular Ritual - Amsterdam , Van Gordon, 1977, pp. 36 a 52.
- Wapner, S. e Werner, H. y otros  
1969
- El percepto del cuerpo. Buenos Aires, Siglo XXI, 1969.
- Weber, Max
- Status, Classe e Partido. mimeo.
- Ensaio de sociologia. Rio de Janeiro, Zahar, 1979.
- Ensayos sobre metodologia sociológica. Buenos Aires, Amorrortu, 1973.
- Wright, Erik Olin  
1979
- Classes, crise e estado. Rio de Janeiro, Zahar, 1981.

A P Ê N D I C E

ESTRATO SÓCIO ECONÔMICO

TABELA 52

NATURALIDADE DO PAI DO ALUNO

linhas % colunas % total %	Sudeste	Norte-Sul e Centro- Oeste	Nordeste	Estran- geiro	Total
Estrato 0	39		2	12	53
	73,6	0	3,8	22,6	55,8
	58,2		18,2	80,0	
	41,1		2,1	12,6	
Estrato 1	28	2	9	3	42
	66,7	4,8	21,4	7,1	44,2
	41,8	100,0	81,8	20,0	
	29,5	2,1	9,5	3,2	
Total	67	2	11	15	95
	70,5	2,1	11,6	15,8	100,0

Chi quadrado = 11,43937 com 3 graus de liberdade

Significância = 0,0096

V de Cramer = 0,34701

TABELA 53

## ESPORTES JÁ PRATICADOS

linhas % colunas % total %	não praticou	um gênero	mais que um	não res pondeu	Total
	5	10	37	1	53
	9,4	18,9	69,8	1,9	55,2
Estrato 0	41,7	35,7	67,3	100,0	
	5,2	10,4	38,5	1,0	
	7	18	18	0	43
	16,3	41,9	41,9		44,8
Estrato 1	58,3	64,3	32,7		
	7,3	18,8	18,8		
	<u>12</u>	<u>28</u>	<u>55</u>	<u>1</u>	<u>96</u>
Total	12,5	29,2	57,3	1,0	100,0

Chi quadrado = 8,79337 com 3 graus de liberdade

Significância = 0,0322

V de Cramer = 0,30265

TABELA 54

DESEJA MUDANÇAS?

linhas % colunas % total %	Não	Sim	Outros	Total
	19	32	2	53
	35,8	60,4	3,8	55,2
Estrato 0	76,0	46,4	100,0	
	19,8	33,3	2,1	
	6	37	0	43
Estrato 1	14,0	86,0		44,8
	24,0	53,6		
	6,3	38,5		
	<u>25</u>	<u>69</u>	<u>2</u>	<u>96</u>
Total	26,0	71,9	2,1	100,0

Chi quadrado = 7,27348 com 2 graus de liberdade.

Significância = 0,0263

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
MESTRADO DE SOCIOLOGIA

Questionário

- Nome do aluno:

- |                         |    |
|-------------------------|----|
| 1.Sexo                  | 1. |
| 0.M                     |    |
| 1.F                     |    |
| 2.Idade                 | 2. |
| ( )                     |    |
| 9. não respondeu        | 3. |
| 3.Cor                   |    |
| 0.Branco                |    |
| 1.Mulato                | 4. |
| 2.Preto                 |    |
| 3.Amarelo               | 5. |
| 4.Tempo de prática: ( ) |    |
| 0.Iniciante             |    |
| 1.Adiantado             | 6. |
| Residência              |    |
| Rua:                    |    |
| bairro:                 | 7. |
| 5.Naturalidade do aluno |    |
| Cidade:                 |    |
| estado ( )              |    |
| país:                   |    |
| 99. não respondeu       |    |
| 6.Naturalidade do pai   |    |
| cidade:                 |    |
| estado ( )              |    |
| país:                   |    |
| 99. não respondeu       |    |

7. Naturalidade da mãe

cidade:

estado ( )

país:

99. não respondeu

8. Ocupação principal do aluno (descrever em detalhe): 8.

9.

9. Duração diária de trabalho: 10.

0. não trabalha. Passar para a questão 16.

1. até 4 horas

2. mais de 4 horas até 6 hs. 11.

3. mais de 6 horas até 8 hs.

4. mais de 8 horas 12.

5. não tem período definido

9. não respondeu

10. Número de dias que trabalha por semana 13.

0. não trabalha

8. não é fixo

9. não respondeu 14.

11. O trabalho é feito

0. individualmente

1. em grupo

2. não sabe

9. não respondeu

12. Se você é chefe, quantos subordinados tem: ( )

0. é subordinado

1. é chefe

2. é autônomo

9. não respondeu

13. No seu trabalho você encontra:
0. sempre novas situações sobre as quais tem que decidir
  1. situações que se repetem
  2. um conjunto de situações que se repetem e também situações novas
  3. nunca pensou nisto
  9. não respondeu
14. Em seu trabalho há chances de progredir?
0. não há chances
  1. há poucas chances
  2. razoáveis chances
  3. muita chance 15.
  4. nunca pensou nisto
  9. não respondeu 16.
15. O seu trabalho é:
0. estável
  1. instável 17.
  2. nunca pensou nisto
  3. não respondeu
16. Você frequentou escola? Em caso afirmativo: Até que grau? 18.
0. não frequentou
  1. primeiro grau incompleto
  2. primeiro grau completo
  3. segundo grau incompleto
  4. segundo grau completo
  5. universidade incompleto
  6. universidade completo
  7. pós-graduação incompleto
  8. pós-graduação completo
  9. não respondeu
- Nome do curso na graduação e pós-graduação

17. Você estuda ou faz algum curso atualmente?

- 0. não
- 1. sim
- 9. não respondeu
- que curso faz?

18. Aproximadamente quanto você ganha por mês?

- 0. não tem renda própria
- 1. menos que R\$ 50.000,00
- 2. entre R\$ 50.000,00 e menos que R\$ 100.000,00
- 3. entre R\$ 100.000,00 e menos que R\$ 200.000,00
- 4. entre R\$ 200.000,00 e menos que R\$ 500.000,00
- 5. entre R\$ 500.000,00 e menos que R\$ 1.000.000,00
- 6. R\$ 1.000.000,00 ou mais
- 9. não respondeu

Descreva em detalhe a principal ocupação de seu pai.

Descreva em detalhe a principal ocupação de sua mãe.

19.

20.

19. Você pratica alguma religião?

- 0. não pratica
- 1. católica
- 2. protestante
- 3. judaica
- 4. espírita
- 5. adventista
- 6. crente
- 7. outra
- 8. pratica mais de uma religião
- 9. não respondeu

21.

Enumere qualquer outra:

06. para ser campeão

07. para ficar em forma

08. outro

99. não respondeu

- Porque você escolheu esta técnica e não outra?

23. No caso de ter iniciado as práticas com objetivos definidos: Essas práticas têm lhe ajudado a alcançá-los?

0. não vale a questão

1. não

2. sim

3. não sabe

9. não respondeu

- Em caso afirmativo: Como? Em caso negativo: Porque persiste?

- Há outros problemas que essas práticas e exercícios tem lhe ajudado a resolver?

- Você acha que essas práticas podem mudar sua vida de alguma maneira?

- Os treinos exigem para serem bem feitos um esforço considerável, que partes do seu corpo você sente que vem trabalhando desde que começou os exercícios?

- Você poderia, fechando os olhos, ir descrevendo o seu corpo de cima para baixo?

- Você poderia dizer como o imagina por dentro?

24. Quando você treina:

- 0. os músculos e articulações da cintura para cima são os mais trabalhados
- 1. todo o corpo é trabalhado homogeneamente
- 2. os músculos e articulações da cintura para baixo são os mais trabalhados
- 3. nunca prestou atenção a isto 24.
- 9. não respondeu

25. Com os treinos você considera que:

- 0. aumentou seu fôlego 25.
- 1. aumenta sua flexibilidade
- 2. aumenta sua força muscular
- 3. 0 e 1
- 4. 0 e 2
- 5. 1 e 2
- 6. 1, 2 e 3
- 7. não percebeu mudanças
- 9. não respondeu

- Para estar apto à prática dos seus exercícios, quais os músculos que são mais importantes trabalhar:

26. músculos das costas

- 0. não 26.
- 1. sim
- 2. não pensou nisto
- 9. não respondeu 27.

- 27.músculos peitorais
- 0. não 28.
  - 1. sim
  - 2. não pensou nisto
  - 9. não respondeu 29.
- 28.músculos abdominais
- 0. não 30.
  - 1. sim
  - 2. não pensou nisto
  - 9. não respondeu 31.
- 29.músculos dos braços
- 0. não 32.
  - 1. sim
  - 2. não pensou nisto
  - 9. não respondeu
- 30.coração
- 0. não
  - 1. sim
  - 2. não pensou nisto
  - 9. não respondeu
- 31.músculos das pernas
- 0. não
  - 1. sim
  - 2. não pensou nisto
  - 9. não respondeu
- 32.Este trabalho é para torná-los:
- 0. mais fortes
  - 1. mais maleáveis
  - 2. outra resposta 33.
  - 3. nunca pensou nisto
  - 9. não respondeu 34.

33. A coluna vertebral é muito solicitada nos seus treinos?
0. não
  1. sim
  2. nunca prestou atenção a isso 35.
  9. não respondeu
34. Você considera que ela se tornou mais flexível com os treinos? 36.
0. não vale a pergunta
  1. não
  2. sim 37.
  3. nunca pensou nisto
  9. não respondeu
35. Nos treinos há um trabalho de conscientização da postura correta?
0. não
  1. sim
  2. nunca prestou atenção a isso
  9. não respondeu
36. Desde que você começou a treinar, você presta mais atenção a se há partes tensas no seu corpo?
0. não
  1. sim
  2. nunca pensou nisto
  9. não respondeu
37. Quando você está fora da aula, consegue, fazendo um esforço, relaxar as partes tensas? Em caso afirmativo: Como?
0. não
  1. sim, através do controle da respiração
  2. sim, através da descontração dos músculos
  3. sim, através do controle do pensamento
  4. 1 e 2
  5. 1 e 3
  6. 2 e 3
  7. 1, 2 e 3
  8. nunca tentou fazer isso
  9. não respondeu

38. Durante os treinos:

38.

0. você respira normalmente
1. se preocupa e controla a respiração durante parte do tempo.
2. se preocupa muito e experimenta vários tipos de respiração.
3. se preocupa durante todo o tempo com uma respiração
9. não respondeu

39. Quantos Kilômetros você corre quando treina? 39.
- 0. até 1 Km
  - 1. mais de 1 Km até 2 Km
  - 3. mais de 2 Km até 4 Km 40.
  - 4. mais de 4 Km até 6 Km
  - 5. mais de 6 Km até 10 Km 41.
  - 6. mais de 10 Km até 15 Km
  - 7. mais de 15 Km
  - 8. não marca Kilometragem 42.
  - 9. não respondeu
40. Você aprendeu a correr sozinho? 43.
- 0. não
  - 1. sim
  - 2. aprendeu sozinho, mas aperfeiçoou a técnica lendo e concersando com corredores
  - 9. não respondeu
- Conte um pouco sobre sua iniciação na corrida.
41. Para alcançar um bom desempenho na corrida:
- 0. deve-se estabelecer as metas e forçar o corpo ao máximo para tentar alcançá-las
  - 1. primeiro deve-se conhecer os limites do corpo para depois estabelecer as metas
  - 2. não vê a questão de nenhuma dessas formas
  - 9. não respondeu
42. Já lhe aconteceu de estar correndo e sentir algum tipo de euforia?
- 0. não
  - 1. sim
  - 9. não respondeu
43. Na corrida podem alternar-se vários ritmos, você considera que o ritmo ideal a ser mantido é:
- 0. um ritmo lento
  - 1. um ritmo alternado, rápido e lento

2. um ritmo extremamente rápido só entrando em ritmos mais lentos quando é preciso garantir o fôlego
3. não há ritmo ideal; em cada situação você tem que ver o que é mais adequado.
4. nunca pensou nisto
5. não respondeu.
39. A prática de Yoga lhe põe em contato com energias novas que de outra forma seria difícil experimentar? 39.
0. não
1. sim 40.
2. nunca pensou nisto
9. não respondeu 41.
40. É possível o domínio do corpo e da mente (desejos, pensamentos...) através do aprendizado das técnicas e ensinamentos yogues? 42.
0. não
1. sim, do corpo 43.
2. sim, da mente
3. 1 e 2
4. nunca pensou nisto
9. não respondeu
41. Já lhe aconteceu de conseguir através da respiração e concentração controlar processos ligados a:
0. não
1. circulação
2. digestão
3. batida cardíaca
4. 1 e 2
5. 1 e 3
6. 2 e 3
7. 1, 2 e 3
8. nunca pensou nisto
9. não respondeu

42. Para realizar bem seus exercícios:

- 0. Toda a atuação deve estar voltada para seu próprio corpo
- 1. A atenção deve estar voltada também para o ambiente em que es  
tá
- 2. nunca pensou nisto
- 9. não respondeu

43. Na yoga há uma preocupação em trabalhar em ritmo lento. Parece-  
lhe que:

- 0. Este ritmo só pode ser mantido por algum tempo, sendo desejá  
vel que nas outras atividades o ritmo seja mais acelerado.
- 1. que mesmo não sendo totalmente possível é importante tentar  
manter esse ritmo lento em outras atividades.
- 2. não se trata de optar por um ritmo mas de saber diferenciar em  
cada momento o ritmo adequado.
- 3. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

39. A capoeira:

39.

- 0. lhe dá a sensação de estar de posse de uma arma.
- 1. é importante lembrar sempre que "valente não existe".
- 2. 0 e 1.
- 3. não dá a sensação de estar de posse de uma arma.
- 4. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

40.

41.

40. A malícia é fundamental no jogo de capoeira?

- 0. não.
- 1. sim.
- 2. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

42.

43.

- Como você definiria a malícia.

41.O objetivo do jogador de capoeira é no seu entender:

0. conhecer a técnica extremamente bem de forma que saiba escolher as melhores saídas e golpes.
1. é ainda mais importante ter a capacidade de improvisar.
2. não sabe.
3. nunca pensou nisto.
9. não respondeu.

42.Para alcançar uma movimentação adequada à capoeira, você considera fundamental:

0. força muscular.
1. coragem para se jogar em movimentos arriscados.
2. velocidade
3. 0 e 1
4. 0 e 2
5. 1 e 2
6. 1, 2 e 3
7. outra qualidade
8. nunca pensou nisto
9. não respondeu.

43.Na capoeira alternam-se vários ritmos, você considera que o ritmo ideal a ser mantido é:

0. um ritmo lento.
  1. um ritmo alternado, rápido e lento.
  2. um ritmo extremamente rápido, só entrando em ritmos mais lentos quando é preciso garantir o fôlego.
  3. não há ritmo ideal em cada situação você tem que ver o que é mais adequado.
  4. nunca pensou nisto
  9. não respondeu.
- Porque você acha que algumas ginásticas favorecem um ritmo lento enquanto outras exigem um ritmo acelerado.

44. Para transpor um limite físico é mais eficiente 44.
- 0. relaxar a musculatura.
  - 1. tensionar a musculatura 45.
  - 2. nunca pensou nisto
  - 9. não respondeu
- quais as partes do seu corpo que mais frequentemente doem? 46.
- 47.
45. Essas dores:
- 0. não sente dores 48.
  - 1. aparecem com a prática dos exercícios
  - 2. vem diminuindo com os exercícios
  - 3. permanecem iguais
  - 4. vem aumentando com os exercícios
  - 5. não sabe avaliar
  - 9. não respondeu
46. Depois dos treinos você faz um relaxamento completo?
- 0. não
  - 1. sim
  - 9. não respondeu
47. Para você o corpo é:
- 0. um todo frágil cujo equilíbrio deve ser buscado
  - 1. um todo equilibrado que não apresenta grandes problemas
  - 2. um todo forte com grande agilidade natural
  - 3. nunca pensou nisto
  - 4. outro
  - 9. não respondeu
48. No seu caso, qual entre os itens abaixo você considera como causa principal de suas doenças. cau-
- 0. cansaço (excesso de trabalho, falta de sono...)
  - 2. intoxicação (alimentação, bebidas, drogas, poluição...)

- 2. contaminação (vírus, bactérias...)
  - 3. problemas psicológicos
  - 4. nunca pensou nisto
  - 5. outra
  - 9. não respondeu
49. Lhe parece que com a prática esportiva o indivíduo: 49.
- 0. torna-se mais disciplinado
  - 1. torna-se mais confiante em si mesmo
  - 2. passa a ter menos medo de se comparar com os outros 50.
  - 3. 0 e 1
  - 4. 0 e 2 51.
  - 5. 1 e 2
  - 6. 0, 1 e 2
  - 7. não percebeu nenhuma dessas mudanças 52.
  - 8. nunca pensou nisto
  - 9. não respondeu. 53.
50. O que você mais aprecia:
- 0. um corpo ágil e espontâneo
  - 1. um corpo disciplinado que busca um ideal de harmonia
  - 2. um corpo forte que tem grande resistência
  - 3. nunca pensou nisto
  - 4. outra
  - 9. não respondeu.
51. Lhe parece que é de mais valia aprender a:
- 0. controlar e dissimular as emoções
  - 1. exprimir livremente as emoções
  - 2. nunca pensou nisto
  - 9. não respondeu

52. No caso de alguém puxar briga ou discussão ou mesmo de haver uma razão para briga, o melhor a fazer é:

- 0. aceitar a briga ou discussão e resolver a questão.
- 1. evitar a briga ou discussão
- 2. sem ir a um confronto direto encontrar uma forma de resolver a questão
- 3. nunca pensou nisto
- 4. outra
- 9. não respondeu

53. Desde que você começou com as práticas e exercícios notou:

- 0. um embelezamento do corpo
- 1. formas mais perfeitas
- 2. variação de peso
- 3. 0 e 1 54.
- 4. 0 e 2
- 5. 1 e 2 55.
- 6. 1, 2 e 3
- 7. não percebeu mudanças desse tipo
- 8. não presta atenção à isso
- 9. não respondeu.

- Enumere qualquer outra mudança de caráter estético que você percebeu.

54. Notou:

- 0. maior vitalidade
  - 1. melhor funcionamento do corpo
  - 2. diminuição de doenças
  - 3. 0 e 1
  - 4. 0 e 2
  - 5. 1 e 2
  - 6. 0, 1 e 2
  - 7. não percebeu mudanças desse tipo
  - 8. não prestou atenção à isso
  - 9. não respondeu
- Enumere qualquer outra mudança referente à sua saúde.

55. Notou:

- 0. que anda mais desinibido
  - 1. que anda mais calmo
  - 2. que anda mais corajoso
  - 3. 0 e 1
  - 4. 0 e 2
  - 5. 1 e 2
  - 6. 0, 1 e 2
  - 7. não percebeu mudanças desse tipo
  - 8. não presta atenção a isso
  - 9. não respondeu
- Enumere qualquer outra mudança de caráter psicológico:

56. Depois de um período de práticas e exercícios regulares você notou mudanças: 56.

- 0. no seu relacionamento social.
  - 1. no desempenho no trabalho 57.
  - 2. nas relações familiares
  - 3. 0 e 1 58.
  - 4. 0 e 2
  - 5. 1 e 2 59.
  - 6. 0, 1 e 2
  - 7. não percebeu mudanças desse tipo.
  - 8. não presta atenção a isso
  - 9. não respondeu.
- Que tipo de mudanças?

57. Você percebe mudanças no funcionamento dos órgãos internos glândulas e funções fisiológicas que considera decorrentes dos treinos?

- 0. não
- 1. sim, sabe especificar.
- 2. sim, mas não sabe especificar.
- 3. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

58. Há partes do corpo ou processos (digestão, circulação sanguínea, respiração...) que você só descobriu ou passou a dar atenção depois de iniciar as práticas?

- 0. não
- 1. sim
- 2. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

59. Quais:

- 0. não se aplica a questão.
- 1. membros.
- 2. órgãos internos.
- 3. funções fisiológicas.
- 4. 1 e 2.
- 5. 1 e 3.
- 6. 2 e 3.
- 7. 1, 2 e 3.
- 8. não sabe especificar.
- 9. não respondeu.

60. Você acha que existem práticas e exercícios que podem fazer mal? 60.

- 0. não.
- 1. sim.
- 2. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

- Em caso positivo, porque e quando?

61. Das opções abaixo, hoje o que você mais espera das suas práticas e exercícios?

- 0. que o ajude a corrigir a idéia que faz de si mesmo.
- 1. que lhe forneça um conjunto de conhecimentos mais apropriado sobre o que o seu corpo e a forma de cuidar dele.
- 2. que o ajude a viver mais tranqüilo.
- 3. que o ajude a viver mais anos.
- 4. que os treinos sejam um momento de lazer e relaxamento.
- 5. outro.
- 6. nunca pensou nisto.
- 9. não respondeu.

62. Você espera que no futuro venham a ocorrer grandes mudanças na sua vida.

- 0. não.
- 1. sim.
- 2. não sabe.
- 3. não pensa nisto.
- 9. não respondeu.

- Em caso afirmativo: quais?

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
MESTRADO DE SOCIOLOGIA

QUESTIONÁRIO

Nome do Professor:

1. Sexo

0. M

1. F

2. Idade

( )

9. não respondeu

3. Cor

0. Branco

1. Mulato

2. Preto

3. Amarelo

4. Tempo de prática:

( )

Residência

Rua:

Bairro:

5. Naturalidade do professor

Cidade:

Estado:

País :

99. não respondeu

## 6. Naturalidade do pai

Cidade:

Estado:

País :

99. não respondeu

## 7. Naturalidade da mãe

Cidade:

Estado:

País :

99. não respondeu

Tem outra profissão que lhe dê renda? Descreva.

Número de dias que trabalha por semana na academia.

Número de horas que trabalha por semana na academia.

## 8. Neste trabalho há chances de progredir?

0. não há chances

1. há poucas chances

2. razoáveis chances

3. muita chance

4. nunca pensou nisto

9. não respondeu

## 9. É um trabalho:

0. estável

1. instável

2. nunca pensou nisto

9. não respondeu

10. Freqüentou escola? Até que grau?

0. não freqüentou
1. primeiro grau incompleto
2. primeiro grau completo
3. segundo grau incompleto
4. segundo grau completo
5. universidade incompleta
6. universidade completa
7. pós-graduação incompleta
8. pós-graduação completa
9. não respondeu

Nome do curso na graduação e pós-graduação:

11. Você estuda ou faz algum curso atualmente?

0. não
1. sim
9. não respondeu

Que curso faz?

12. Aproximadamente quanto você ganha por mês (renda familiar)?

0. entre R\$ 50.000,00 e menos que R\$ 100.000,00
1. entre R\$ 100.000,00 e menos que R\$ 200.000,00
2. entre R\$ 200.000,00 e menos que R\$ 500.000,00
3. entre R\$ 500.000,00 e menos que R\$ 1.000.000,00
4. R\$ 1.000.000,00 ou mais
9. não respondeu

Descreva em detalhe a principal ocupação de seu pai.

美、

Descreva em detalhe a principal ocupação de sua mãe.







10. Poderia me descrever as partes do corpo que você trabalha partindo do chão (membros, órgãos, articulações, músculos, glândulas , energias...).

11. Que mudanças marcam a passagem de um aluno de iniciante para intermediário e daí para adiantado (mudanças físicas, aprendizagem, técnica, jeito de encarar a vida e o corpo, na disposição para encará-la, na forma de se controlar diante dela)? Elas se consistem numa reformulação mais ou menos ampla do que seja importante na vida?

12. Quando chega um aluno novo, observando seu corpo você é capaz de pressentir sua profissão ou tipo de trabalho? Você percebe relações que se repetem sistematicamente entre tipo de trabalho realizado pelo aluno e: sua flexibilidade, capacidade de aprender novos exercícios, desenvoltura física, controle emocional e outras relações?

13. Há pessoas que contam com maior número de elementos, para se virarem nas várias situações da vida que outras. Que elementos que poderão servir em situações cotidianas você oferece à seus alunos?

14. Vários alunos, nas suas entrevistas, atribuem a cura de problemas físicos e psicológicos à prática de (o), entretanto, em muitos casos, eles percebem que com a interrupção das práticas os sintomas reaparecem. Como você explica isso? (Efeito sedativo? Por que não consegue debalar as causas? O desaparecimento do sintoma sem o desaparecimento da causa não é problemático?).

15. Parece-lhe que a maneira de reagir, de ter calma, de se controlar e permitir que a consciência aja, ou que pelo contrário, a capacidade de exprimir livremente, sem bloqueios as emoções, está muito ligada à capacidade de controlar o corpo? Se algumas delas lhe parece verdadeira que tipo de controle é esse, como ele se dá e quais as partes do corpo que devem ser mais trabalhadas para alcançar esses objetivos?

16. Como você vê a possibilidade ou impossibilidade dos alunos se independizarem do professor?

17. Para você essa proliferação de escolas de ginástica, jazz, ballet, karatê, judô, tai-chi, expressão corporal... se deve a que? Que conseqüências deve trazer? Que diferenças caracterizam a seu ver essas escolas? A sua leva alguma vantagem natural sobre elas?

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS - UNICAMP  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
MESTRADO DE SOCIOLOGIA

1. Nome da escola:
  
2. Localização:  
Rua  
Número  
Bairro
  
3. Quantos alunos há na escola?
  
4. Quantas turmas há na escola? Quais os horários?
  
5. Quais os horários mais concorridos?
  
6. Quantas aulas por semana são ministradas para cada turma? Qual a duração dessas aulas?
  
7. Quantos professores lecionam na escola?

8. Há quanto tempo a escola está neste mesmo local? Em que outros locais já funcionou?

9. A escola se encontra atualmente numa fase de expansão, retração, estacionária?

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
MESTRADO DE SOCIOLOGIA

1. Nome do Parque
2. Localização
3. Data do estabelecimento das pistas de cooper
4. Metragem da pista
5. Horários mais frequentados:
6. Horário de funcionamento do Parque:
7. Há treinadores no Parque? Quantos?
8. Foi feito algum levantamento sobre o número de corredores?
9. Do que se pode observar o número de corredores está aumentando, es  
tá estacionário ou vem decrescendo?