

Potenciais da epistemologia védica para a prática de yoga no SUS

Potentials of Vedic epistemology for the practice of yoga in the SUS (Brazilian Public Health System)

Léo Fernandes Pereira^a

 <https://orcid.org/0000-0003-0441-9119>

E-mail: leo.fernandes.pereira@gmail.com

Charles Dalcanale Tesser^b

 <https://orcid.org/0000-0003-0650-8289>

E-mail: charles.tesser@ufsc.br

^a Pós-doutorando do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

^b Professor titular do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

Resumo

A ocidentalização, cientificização e tecnificação do yoga têm gerado uma dissociação de elementos de sua cultura originária, favorecendo uma abordagem empírica alinhada à linguagem biomédica. Essas mudanças epistemológicas resultaram na perda do yoga como caminho para o conhecimento soteriológico, reduzindo aspectos orais e simbólicos da tradição védica a práticas frequentemente descontextualizadas ou inadequadamente interpretadas. Este trabalho objetivou apresentar alguns aspectos da epistemologia dessa tradição e, a partir de sua compreensão, avançar contribuições possíveis para a melhoria da prática do yoga no ambiente do SUS. Com uma abordagem teórico-hermenêutica e decolonial, esta pesquisa se fundamenta na imersão em escrituras da tradição védica, incluindo a *Bhagavad Gītā* e as *Upaniṣad's*, para explorar conceitos sânscritos como *śabda* e *pramāṇa*. No contexto védico, a validação epistêmica é experiencial, pessoal e autoevidente, com o conhecimento soteriológico manifestando-se na transformação interior do sujeito pela superação da ignorância e do sofrimento. A partir da tradição védica, defendem-se melhorias pedagógicas para o yoga no SUS que contemplem dimensões relacionais, éticas e coletivas da experiência, com as aulas de yoga envolvendo espaços para o compartilhamento e tematização de afecções, desejos, necessidades e valores socioculturais que impactam a saúde coletiva e individual, promovendo um campo de aprendizado e diálogo.

Palavras-chave: Yoga; Saúde Pública; Conhecimento; Atenção Primária à Saúde; Hermenêutica.

Correspondência

Léo Fernandes Pereira

E-mail: leo.fernandes.pereira@gmail.com

Rua Folhas Verdes, 50 - Córrego Grande, Florianópolis, Santa Catarina. CEP: 88037-540

Abstract

The Westernization, scientification, and technologization of yoga have led to a dissociation from elements of its original culture, favoring an empirical approach aligned with the biomedical language. These epistemological shifts have resulted in the loss of yoga as a path to soteriological knowledge, reducing the oral and symbolic aspects of the Vedic tradition to practices that are often decontextualized or inadequately interpreted. This study aimed to present certain aspects of the epistemology of this tradition and based on its understanding, offer possible contributions to the improvement of yoga practice within the SUS (Brazil's Unified Health System). Adopting a theoretical-hermeneutic and decolonial approach, the research is grounded in an immersion in the scriptures of the Vedic tradition, including the *Bhagavad Gītā* and the *Upaniṣads*, to explore Sanskrit concepts such as *śabda* and *pramāṇa*. In the Vedic context, epistemic validation is experiential, personal, and self-evident, with soteriological knowledge manifesting through the inner transformation of the subject by overcoming ignorance and suffering. Drawing from the Vedic tradition, this study advocates for pedagogical enhancements to yoga within the SUS that encompass relational, ethical, and collective dimensions of experience, with yoga classes providing spaces for the sharing and discussion of affections, desires, needs, and sociocultural values that impact both individual and collective health—thus establishing a new field of learning and dialogue.

Keywords: Yoga; Public Health; Knowledge; Primary Health Care; Hermeneutics.

Introdução

Produtos culturais são como plantas trepadeiras, cujos ramos se agarram à vegetação de outros terrenos e, nesse processo, geram hibridizações (Subramaniam, 2019). O yoga é um caso exemplar: um conjunto de saberes da tradição filosófica indiana que se entrelaçou com culturas físicas e conhecimentos ocidentais modernos, gerando algo novo (i.e., com características emergentes). Mesmo no contexto de sua terra natal, Sul da Ásia, o termo “yoga” oculta uma rede inextricável de escolas, linhagens e recensões. Baseando-se em Guattari e Deleuze (1995), podemos afirmar que o yoga possui rizomas.

Apesar de sua rizomática imprevisível e elasticidade capaz de comportar grande diversidade de estilos, o yoga é geralmente definido como “uma prática milenar originária da Índia que combina posturas físicas (*asanas*), técnicas respiratórias (*pranayama*) e meditação para promover o equilíbrio entre corpo, mente e espírito” (Meta AI, 2025). Em contraste com o uso do termo “milenar”, constata-se no yoga contemporâneo a forte influência da biomedicina, essa entendida como a medicina ocidental contemporânea, fundamentada nas ciências europeias modernas (Luz; Barros, 2012). Esse fenômeno, refletindo um movimento maior de adequação do yoga à racionalidade científica, ocorrido no último século e meio, tem justificado a adoção de discursos e práticas yóguicas no campo da saúde. Com a cientificização do yoga, que avançou pelo século XX por meio de disciplinas médicas, ele se vincula cada vez mais à área terapêutica, afastando-se do seu contexto filosófico-soteriológico, ao qual estava fortemente associado antes de sua exportação. Esse processo resultou no que se pode chamar de “efeito planura” (Wilber, 2000): a redução dos efeitos do yoga a aspectos mensuráveis, como pressão arterial, níveis de colesterol e padrões de onda cerebral.

A medicalização do yoga salta à vista quando se observa o aumento acelerado, ocorrido na última década, de Ensaio Clínico Randomizados (ECR) voltados para investigar a eficácia de suas técnicas mais conhecidas no controle e prevenção de diversas condições de saúde, como doenças cardiovasculares (DCV) e síndrome metabólica (Chu

et al., 2014). Apesar da abundância de pesquisas biomédicas acerca dos efeitos da prática, são escassos estudos que discutam em profundidade o processo de medicalização do yoga ou as diferenças epistemológicas, ontológicas e metodológicas entre a biomedicina e a tradição védica, esta última considerada uma das principais fontes filosóficas do yoga.

A hegemonia da prática medicalizada do yoga e a escassez de estudos críticos são sintomas de um mesmo fenômeno: uma incorporação colonialista do yoga pela biomedicina. Tal colonialismo é caracterizado por Santos (2019) do seguinte modo: historicamente, as ciências modernas, salvo poucas exceções, têm se posicionado diante de saberes tradicionais de duas maneiras principais: ou os descarta e desqualifica como “não científicos”, ou exerce sobre eles um extrativismo epistêmico ou técnico, apropriando-se de elementos de interesse ao mesmo tempo em que desconsidera seus contextos, metodologias, valores e sujeitos detentores do saber-prática. Nesse contexto colonialista, um pesquisador pode tornar-se “especialista” em yoga por meio da publicação de ECR, mesmo desconhecendo sua base ética e filosófica, sua pedagogia e finalidade. Consideramos que tal dinâmica tende a gerar uma inversão problemática: o conhecimento científico sobre o yoga passa a ser não só mais valorizado do que o conhecimento tradicional, corporificado – transmitido por mestres, textos, práticas e discípulos ao longo de gerações –, mas este último acaba severamente obscurecido, distorcido ou mesmo quase desconhecido em diversos e importantes aspectos, do ponto de vista da tradição originária, o que limita e empobrece sua contribuição à nossa sociedade e cultura.

Caracterizado no SUS como uma Prática Integrativa e Complementar em Saúde (PICS), o yoga vem sendo amplamente interpretado (e frequentemente praticado) quase como um exercício físico. Se, por um lado, essa leitura sobre o yoga o protege de críticas, como as de Taschner (2018), que considera as PICS, em geral, “pseudociências”, por outro, contribui para o desinvestimento intelectual nas especificidades metodológicas e pedagógicas desse saber. Essa dinâmica reflete a complexa relação, por vezes simbiótica e por vezes parasitária, que o yoga estabeleceu com a biomedicina para

obter reconhecimento mundial (Subramaniam, 2019). Ao se alinhar à biomedicina, o yoga garantiu seu “lugar ao sol”, mas frequentemente ao custo de um desgarramento de seu solo cultural, resultando em uma atrofia – ou mesmo autoamputação – de suas dimensões filosóficas e soteriológicas.

Nesse sentido, embora valorizemos os estudos científicos e seus resultados, bem como a popularização dos benefícios do yoga mediada pela abordagem biomédica, observamos com cautela a descontextualização quase radical desse saber em relação às suas tradições originárias. Em que pese o vasto campo de possibilidades exploratórias que se abre para o yoga, cujo significado e aplicabilidade continuam a se desenvolver, tanto em seu tigmotropismo em direção à biomedicina e à outras culturas quanto na condição pós-moderna que vem assumindo, consideramos que: 1) sob uma perspectiva histórica, “*yoga*” (pelo menos o termo sânscrito) remonta à cultura sul-asiática, particularmente às escrituras védicas, o que implica reconhecer que, além de rizomas, o yoga também possui raízes (Vivekananda, 2006); 2) a medicalização do yoga tende a empobrecer seu campo simbólico e sua prática. O conceito de *hṛdayam* (coração), por exemplo, que na tradição védica designa o centro da consciência e da existência, é reduzido ao coração anatômico, fisiológico e epidemiológico (Pereira; Tesser, 2024).

A análise de elementos morais, filosóficos, históricos e políticos que poderiam oferecer uma compreensão mais ampla desse processo simbiótico-parasitário extrapola os objetivos deste trabalho; contudo, cabe destacar que outras epistemologias presentes em outras racionalidades médicas, como a homeopatia e o ayurveda, já foram objeto de investigação (Luz; Barros, 2012), movimento ainda incipiente no caso do yoga. Em todo o caso, vale comentar que é possível conceber processos culturais, sociais, políticos e econômicos de grande magnitude, ocorridos nas últimas décadas do século XX, que continuam a se desdobrar no século XXI, os quais penetraram em toda a atividade humana e também atravessaram o campo do yoga. Tais processos contribuíram para a formação de um “yoga de laboratório”, moldando sua configuração atual: uma prática delimitada por um espaço-tempo específico (a aula de yoga), com duração aproximada

de uma hora, técnicas padronizadas (posturas físicas, exercícios respiratórios, relaxamento, meditação) e objetivos mensuráveis – como a indução da resposta de relaxamento, a redução da pressão arterial e da frequência cardíaca, entre outros – adequados aos critérios da investigação científica empírica. Jain (2020) destaca, por exemplo, o crescimento robusto do mercado de regimes de *fitness*, nos quais a melhoria do corpo, por meio de autocontrole rigoroso, através de dieta e exercícios, tornou-se um ideal dominante.

Diante desse cenário, avançamos no que se compreende por yoga. Ensaando de forma livre, sintética e autoral, mais adiante fundamentada e referenciada no contexto da tradição que o gestou, podemos dizer que o yoga não é um conjunto de exercícios, mas uma disciplina soteriológica: um caminho de investigação sobre a natureza da realidade, do indivíduo e do sofrimento, e de sua superação. Seu método não é prescritivo, mas sim investigativo, focando no discernimento das estruturas da experiência, especialmente no papel dos desejos na formação da identidade e do sofrimento. Nesse processo, as diversas técnicas yóguicas (posturas, meditações, mantras) funcionam como suportes provisórios (*upāya*'s), desenhados para desvelar as sobreposições e ideações que obscurecem a apreensão do ser como tal. O objetivo último, portanto, não é o bem-estar, mas a liberação (*mokṣa*) que advém da apreensão direta da realidade. Uma diretriz que une esses suportes é a busca por uma coerência (ou integração) em todos os âmbitos da vida: no corpo, uma investigação sobre coerência gestual e postural; no psiquismo, uma análise das relações entre pensamentos, desejos e propósitos existenciais; um exercício de alinhamento entre os atos – inclusive mentais – e as motivações e valores mais profundos, de modo que a própria vida se torne uma prática da coerência.

Além disso, o yoga porta uma ética (*dharma*) com uma lógica distinta das principais teorias éticas ocidentais. A ética yóguica postula que a prática “certa”, realizada com devoção e emulação de um ideal (como “não violência”, “coerência” ou

“verdade”), causa o bem. O bem não é um resultado externo a ser alcançado, mas a própria corporificação da prática (Ranganathan, 2024).

A partir desse entendimento de yoga e de escrituras selecionadas, este ensaio objetiva apresentar alguns aspectos da epistemologia dessa tradição para, a partir de sua compreensão, avançar com contribuições para um enriquecimento das práticas do yoga no SUS. Busca-se revalorizar a dimensão ética do yoga como uma afirmação da autonomia e de engajamento com as necessidades de saúde dos usuários. Para isso, o artigo primeiramente apresenta sinteticamente três fundamentos da epistemologia védica. Em seguida, sugere como esses fundamentos, ressignificados, podem inspirar práticas yóguicas no SUS alinhadas a uma abordagem hermenêutica¹, na qual a interpretação da experiência vivida pelo praticante se torna central na prática de yoga e no processo de cuidado.

Métodos

Neste estudo, adotamos uma abordagem decolonial, que valoriza e investiga cientificamente aspectos, saberes e práticas tradicionais como potencialmente pertinentes e dignos de apreciação em seus próprios termos, contextos e objetivos, visando a estabelecer traduções e relações quando possível e cabível com saberes, valores, práticas científicas e questões sociais contemporâneas. A abordagem decolonial é importante para desafiar e reformar estruturas epistemológicas que historicamente suprimiram, moldaram e/ou marginalizaram saberes não hegemônicos (Santos, 2019). Nesse sentido, tratamos o yoga como um saber tradicional, portador de racionalidade própria, não redutível à razão científica.

A pesquisa consistiu em uma imersão em fontes primárias da tradição *Advaita Vedānta*, notadamente o cânone tríplice: *Bhagavad Gītā* (Gambhirananda, 2006), as principais *Upaniṣad*'s (Gambhirananda, 2003) e o *Brahma Sūtra* (Gambhirananda, 1983), acompanhados dos comentários (*Bhāṣya*) de

¹ Referimo-nos à hermenêutica filosófica de Gadamer (1999), que compreende a interpretação como um processo de “fusão de horizontes” entre a tradição transmitida (texto ou saber) e o contexto histórico contemporâneo. Não se trata de um academicismo, mas de invocar o “espírito” hermenêutico para os grupos de yoga no SUS em dupla tarefa: interpretar e aplicar a sabedoria védica às realidades contemporâneas; interpretar a experiência dos usuários em seu contexto de vida e saúde.

Śaṅkarācārya (c. 788 - 820 d.C.) presentes nesses próprios textos. A leitura e análise foram conduzidas segundo um método próprio da pedagogia soteriológica vedantina, cujo horizonte é *mokṣa* – a superação do sofrimento decorrente da crença na limitação existencial. Esse método se estrutura em três etapas: escuta (*śravaṇa*), reflexão racional (*manana*) e contemplação (*nididhyāsana*).

Embora os fundamentos ontológicos e soteriológicos dessa tradição hermenêutica estejam minuciosamente expostos nos comentários de Śaṅkarācārya, seus princípios são sintetizados no canto popular *Brahma Jñānāvalī Mālā*, segundo o qual: o absoluto (*brahman*) é o real; o mundo é uma aparição (não real nem irreal); e o indivíduo (*jīva*) é o próprio absoluto.

As *Upaniṣad*'s integram os *Veda*'s, o *corpus* literário mais antigo da civilização sul-asiática, conhecidas coletivamente como *Vedānta* – “final dos *Veda*'s” – por constituírem sua porção conclusiva. Nelas, a investigação sobre a relação entre o sujeito e o mundo culmina na constatação da não dualidade (*advaita*) entre as partes. Em contraste com as seções anteriores dos *Veda*'s (*Samhitā* e *Brāhmaṇa*), marcadas por uma racionalidade instrumental de tipo meios-fins, as *Upaniṣad*'s operam com declarações ontológicas, como “aquele é você”, “eu sou o absoluto”, “este ser é Absoluto”, cuja assimilação exige um percurso explicativo guiado. Segundo Loundo (2021), o termo *upaniṣad* remete a essa pedagogia oral, sendo amplamente entendido como “sentar-se aos pés do mestre para receber o conhecimento do absoluto” (*brahma vidyā*). Uma descrição metodológica mais detalhada pode ser consultada em Pereira (2024).

Epistemologia védica

Sem intenção de restringir o amplo espectro de visões compreendidas na(s) tradição(ões) do yoga, iremos pautar a discussão sobre a epistemologia védica a partir de três aspectos: 1) a função do *guru* (ou professor, em geral) e os requisitos necessários da parte do aluno; 2) as funções epistemológicas dos textos védicos (e da fala, de modo geral); 3) a validação epistêmica desse conhecimento e a compreensão de “evidência” derivada dele. A escolha desses três eixos se justifica por representarem os

pilares da práxis pedagógica e soteriológica védica: o agente do conhecimento (*guru*/discípulo), o meio de conhecimento (texto/palavra) e o método de validação (experiência/consenso). Optou-se por esses aspectos por sua relevância tanto na tradição quanto nas práticas atuais do yoga no SUS, nas quais muitas vezes se carece de clareza sobre o papel da tradição de modo geral, do professor em específico, o sentido das técnicas e os critérios de eficácia adotados.

A função do *guru* e da experiência de vida do buscador

Ainda persiste uma má compreensão e obscuridade em torno do termo *guru*. Esse conceito pode ser mais bem elucidado a partir do modelo alternativo de racionalidade apresentado por Brown (1988), especialmente no que tange à questão da autoridade. Para esse autor, autoridade refere-se às fontes reconhecidas como legítimas para estabelecer conhecimento, argumentos ou princípios em um determinado campo. Trata-se de uma fonte de confiança, respeito ou credibilidade, capaz de influenciar o pensamento e o discurso filosófico. Essa autoridade pode ser atribuída tanto a especialistas, cujo conhecimento e experiência são reconhecidos como autoritativos, quanto a tradições estabelecidas, como as escrituras ou os ensinamentos de filósofos renomados.

O *guru*, mais que um professor (este pode ser considerado um discípulo avançado), é aquele capaz de explicar a mensagem das escrituras, por estar inserido em uma tradição oral de ensino – tendo sido, ele próprio, discípulo de um *guru* – e por incorporar os requisitos necessários à assimilação do conhecimento soteriológico. Assim, o *guru* orienta o aluno quanto às condutas exigidas e esclarece as obscuridades textuais, reproduzindo significados que ecoam do passado. O *guru* não apenas repete textos, mas revitaliza as palavras das *Upaniṣad*'s, conferindo-lhes *sentido*. Portanto, o *guru* é visto menos como um agente normativo e mais como um hermeneuta.

Da parte do discípulo, alguns pré-requisitos são necessários. Entre eles, destacam-se o desejo pela liberação (*mokṣa*) e *śraddhā*, termo frequentemente traduzido de forma inadequada como “fé”. Contudo,

śraddhā não corresponde à noção de fé típica das tradições religiosas ocidentais, como o catolicismo. Refere-se antes a uma confiança fundamentada, uma disposição para aprender fruto da percepção de validade do conhecimento transmitido por um *guru* e/ou pelas escrituras. Trata-se de uma abertura epistêmica, na qual o estudante, reconhecendo suas limitações, confia na tradição como via para um conhecimento novo – mais precisamente, para a correção de percepções equivocadas – sem exigir provas imediatas, mas mantendo atitude crítica e reflexiva.

Assim como não se exige fé de quem procura um médico, tampouco se trata disso quando se busca um *guru* para questões como “Quem sou eu?”, “O que é o mundo?”, “O que é Deus?”. (Seria igualmente estranho se, num domingo de manhã, um matemático saísse batendo de porta em porta com folhetos sobre a fórmula de Bhaskara, pedindo às pessoas que tivessem “fé” nos princípios da aritmética). Trata-se, pois, de uma confiança racional e empiricamente fundamentada, que pode guiar o indivíduo no caminho da superação de sua condição existencial:

Depois de examinar os campos de experiência, adquiridos por meio da ação, com a ajuda da máxima – ‘não existe nada [aqui] que não seja um produto [resultado da ação] – o *brāhmaṇa* deve desistir [de procurar o eterno nos produtos]. Para conhecer aquela [entidade imutável] deve, então, com gravetos sacrificiais em mãos, buscar um professor que seja versado nos *śruti* e estabelecido no conhecimento do Absoluto (Muṇḍaka Upaniṣad, I.2.12, Gambhirananda, 2003, p. 102).

O trecho, ao considerar o lugar da experiência pessoal (*anubhava*) e do questionamento sobre a vida, esclarece que a busca do sujeito pela superação do sofrimento decorreria de uma “insatisfação existencial inarredável que reflete a conscientização definitiva do caráter eminentemente efêmero de todo o prazer oriundo do intercurso com os objetos de aquisição privada” (Loundo, 2019, p. 31). A discriminação de que as buscas por objetivos mundanos resultam em frutos inócuos do ponto de vista da erradicação radical do sofrimento é o que impulsionaria o interessado à investigação sobre Si-

mesmo (*ātmā*), tendo o *guru* e os textos védicos como mediadores dessa empreitada reflexiva.

Funções epistemológicas dos textos védicos ou a força enteogênica das palavras

Śabda como Meio de Conhecimento

A linguagem é um dos temas mais caros da tradição védica. Bhartṛhari (c. V d.C.), importante filósofo linguístico e autor do *Vākyapadīya*, afirma que “não há cognição no mundo em que a palavra não figure. Todo conhecimento é, por assim dizer, entrelaçado com a palavra” (Iyer, 1965, p. 110). Segundo Bhartṛhari, mesmo o pensamento é uma forma de fala interior. Os *Veda*’s foram originalmente transmitidos oralmente em sânscrito e apenas posteriormente grafados em *devanāgarī*. Observa-se a primazia da fala (*vāc*) sobre a palavra escrita, esta vista como representação codificada, desprovida das nuances do som falado.

Nos primeiros textos védicos, já se observava a ideia de que uma análise fria, somente ancorada no sentido literal das expressões, não seria o suficiente para revelar o significado pretendido de seus hinos. O verso 10.71.4 do *Ṛg Veda* (s.p.) distingue entre quem entende apenas o literal e quem compreende o sentido nas entrelinhas: “o primeiro ‘vê’ a fala, mas não a compreende; ouve, mas não a escuta; já para o outro, a fala entrega o seu sentido, como uma esposa amorosa se despe para o seu marido”.

A filosofia indiana acabou por elaborar um discurso epistemológico centrado no conceito de *pramāṇa*, definido como o instrumento de um conhecimento válido (Madhavananda, 1942, p. 6). São reconhecidos seis grandes instrumentos (causas) do conhecimento: percepção, inferência, comparação, postulação, ausência e som (*śābda*). Embora existam cognições baseadas no som (como o reconhecimento do barulho de uma cachoeira), aqui *śābda* se refere ao conteúdo dos *Veda*’s, também visto como o corpo sonoro do absoluto. Os *Veda*’s tornam-se meio de conhecimento quando suas palavras passam por exegese para extração do sentido. A inclusão de *śābda* como um meio autônomo distingue a epistemologia védica das ciências ocidentais. Para essa epistemologia, a palavra é o “padrão-ouro”.

Além disso, certos trechos da literatura védica são *pramāṇa* desde que atendam ao critério da novidade – apresentem uma informação nova. Dayananda (2010) menciona características centrais de *śabda pramāṇa*: 1) não resulta da ação, pois o conhecimento ocorre independentemente da volição; 2) oferece conhecimento não disponível previamente por outros meios cognitivos, e, portanto; 3) possui autonomia epistemológica. Excetuando-se os *cārvaka*'s (empiristas radicais), budistas e *vaiśeṣika*'s (atomistas), todas as escolas ortodoxas indianas reconhecem os textos védicos, bem como as palavras de *guru*'s e professores competentes, como fontes confiáveis e distintas de cognição.

A palavra como instrumento soteriológico

Para Śaṅkara, duas categorias de conhecimento emanam dos *Veda*'s: *dharma* e *brahman*. *Dharma* compreende sentenças que descrevem a teoria da ação (*karma*) e seus efeitos não perceptíveis, a transmigração da alma (metempsicose), a existência de outros mundos (*loka*'s) e os rituais necessários para alcançá-los. Já a segunda categoria, *brahman*, encontra-se fortemente nas *Upaniṣad*'s (Gambhirananda, 1983, p. 19-46), textos, como já mencionado, cujo próprio nome indica a necessidade de orientação de um *guru* – aquele que conduz o aspirante “no empreendimento cognitivo do Real como condição *sine qua non* para a superação definitiva do problema do sofrimento existencial” (Loundo, 2021, p. 169).

O sofrimento decorre da ignorância fundamental (*avidyā*) da pessoa sobre este princípio ontológico único: *brahman*. Essa ignorância se manifesta como um processo de superimposição (*adhyāsa*), no qual fatores limitantes (*upādhi*'s) são projetados sobre a pessoa, fazendo com que ganhe vulto uma individualidade. O indivíduo, nesses termos, é uma aparição (*mitthyā*). Tanto o mundo quanto o indivíduo – seja enquanto experienciador, seja como agente – são aparições de *brahman*. Para a *Advaita Vedānta*, a constatação incontestada de que “eu sou o absoluto” é, por si só, suficiente para a liberação (*mokṣa*), sem necessidade de ação posterior ou de outro meio de conhecimento para atestar tal fato (Gambhirananda, 1983, p. 1-13). *Śabda pramāṇa*,

nesse contexto, é um conhecimento nascido das palavras, mas que não descreve algo distante do sujeito.

As escrituras, portanto, não visam a revelar o Ser (*ātma*) ou o absoluto, mas negar noções errôneas, sobrepostas ao indivíduo, restabelecendo a não dualidade entre ambos e desmascarando o caráter ilusório da dicotomia. Esse processo é descrito como o desatar dos “nós do coração” (Gambhirananda, 2003, p. 137), onde os nós representam os desejos. Importa compreender que os desejos residem no intelecto, não no Ser, que já é livre. A noção de desejo é central à compreensão da liberação no *Advaita Vedānta*, pois constitui o eixo conector “do sentido apropriativo e manipulador que informa a relação ilusória entre o sujeito de relação e seus objetos” que se pretende desvelar (Loundo, 2021, p. 21).

Validação epistêmica e a natureza da “evidência”

Em seu comentário ao *Brahma Sūtra*, Śaṅkara oferece indícios sobre a validação do conhecimento soteriológico: “Pois, quando alguém sente em seu coração que realizou *brahman* [...] como isso pode ser negado por outra pessoa?” (Gambhirananda, 1983, p. 840).

A mesma ideia aparece na *Bhagavad Gītā*, quando o guerreiro Arjuna (figura que, conforme a etimologia do nome, representa o ideário da coerência – *ārjavam*), em meio ao diálogo com o avatar Kṛṣṇa, pergunta como identificar o sábio, aquele que concluiu com sucesso o empreendimento soteriológico: “Qual é seu modo de fala? [...] O que ele diz? Como ele se sente? Como ele se move?” (Gambhirananda, 2006, p. 101). Com isso, Arjuna buscava alguma prova comportamental, empírica do conhecimento espiritual. (Transportando essa questão para o contexto atual, de medicalização do yoga, poderíamos perguntar: “O praticante de yoga bem-sucedido – Qual é sua pressão arterial? Seu nível de colesterol? Sua taxa de variabilidade cardíaca? Seu padrão de onda cerebral, visto pelo eletroencefalograma? Ele fuma? Pratica apenas yoga ou outra atividade física? Se sim, quantas vezes na semana?”). No entanto, incapaz de fornecer qualquer descrição observável, Kṛṣṇa define o sábio como “aquele, para o qual os desejos entram [e saem do coração] da mesma maneira que as águas [dos

rios] fluem para o oceano, que permanece inalterado e completo, alcança a paz” (p. 119). Arjuna, portanto, permaneceu sem saber qual seria, exatamente, a evidência.

A questão de Arjuna ecoa um dilema central da filosofia ocidental: como validar um conhecimento que escapa à empiria científica? A resposta védica parte da própria etimologia de “evidência”, cuja raiz **vid* (ver, conhecer) deu origem a termos como *vidyā* e *veda*, já mencionados, além de palavras portuguesas, como “visão”, oriunda do latim *videre*. Assim como no ditado popular “só acredito vendo”, a tradição védica reconhece a visão como a mais exemplar das percepções sensoriais, a base de outros meios de conhecimento. A visão é caracterizada por sua imediatividade e, nesse sentido, é, com efeito, similar ao conhecimento do *ātmā*; o qual, por também ser direto e imediato, pode ser considerado uma forma de evidência. Considerando esse sentido *lato* de evidência, podemos considerar incluir emoções e objetos das ciências e, com Wilber (2022, p. 215, adaptado), distinguir três tipos de evidências, conforme suas fontes (Figura 1):

Quando a mente se restringe ao conhecimento sensorial, obtemos uma evidência empírico-analítica, cujo foco é principalmente técnico. Quando apreende outras mentes, trata-se de uma evidência de ordem hermenêutica, fenomenológica, racional ou histórica, voltada para interesses práticos e morais. No entanto, ao *tentar* voltar-se para o espírito (sendo o Ser acessível apenas por Si-mesmo, como sugerido pela primeira reta horizontal do diagrama), a mente encontra paradoxos. Estes, amplamente encontrados nas *Upaniṣad*’s, operam como suportes provisórios que desviam a mente de suas funções habituais, conduzindo-a à contemplação. Assim, a mente opera paradoxalmente quando tenta apreender o absoluto; e seu interesse se torna soteriológico (Wilber, 2022). Como saber se a apreensão desse conhecimento, supostamente espiritual, distinto tanto do sensorial

quanto do simbólico, não seria, na verdade, uma alucinação?

Wilber (2022) argumenta que o conhecimento espiritual-contemplativo, como o derivado de práticas como o yoga, segue uma ordem metodológica semelhante à do conhecimento nos outros dois domínios (da Figura 1), permitindo que seja verificado ou refutado pelas mesmas três etapas: 1) Aspecto injuntivo: conjunto de instruções a ser seguido para adquirir o conhecimento. Equivale a um “manual” – Se quer saber aquilo, faça isto. No yoga, trata-se dos diversos suportes provisórios; 2) Aspecto iluminativo: percepção ou *insight* que emerge do cumprimento das instruções. É o “ver” que decorre da prática, mediado por um olhar específico; 3) Aspecto comunal: refere-se ao compartilhamento e validação intersubjetiva do conhecimento. Quando praticantes que seguiram o mesmo caminho relatam experiências semelhantes, há concordância sobre a validade do que foi conhecido.

Isso sugere que o yoga, enquanto método para a apreensão da unidade subjacente à diversidade, possui uma racionalidade própria, de caráter injuntivo, instrumental, experimental, experiencial e consensual. Uma racionalidade paradoxal, próxima do pensamento de Pascal: “O coração tem razões que a própria razão desconhece” (*apud* Wilber, 2022, p. 102).

Potenciais contribuições da tradição védica para o yoga no SUS

Como, então, se pode melhor aproveitar da riqueza sapiencial, de valores e pedagógica da tradição védica do yoga, sinteticamente visitada nos tópicos anteriores, para o contexto dos grupos de yoga existentes nos serviços de saúde do SUS?

Uma primeira e fundamental contribuição reside no resgate da oralidade como um ato de atenção/cuidado. Conforme discutido, a centralidade de

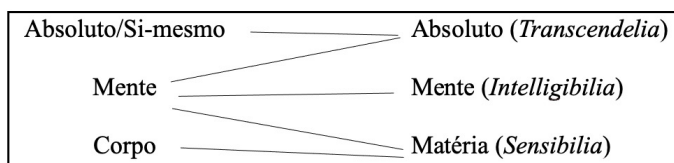


Figura 1 – Classificação tripartite da evidência segundo Wilber (2022).

śābda (a palavra) e a dinâmica dialógica entre *guru* e discípulo, pilares da epistemologia védica, indicam que o conhecimento transformador é, muitas vezes, construído na troca. É importante frisar, contudo, que essa referência à relação *guru*-discípulo não implica a reprodução literal de seus papéis. No contexto do SUS, os instrutores de yoga como regra, não são gurus e não devem ser compreendidos ou agir como tais; podem, entretanto, inspirar-se em sua pedagogia dialógica. Tal inspiração demanda, evidentemente, uma formação progressiva e sensível à tradição, de modo que a escuta e a palavra se tornem ferramentas de atenção (e não de doutrinação). Consideramos que mesmo condutores de grupos de yoga não especialistas na tradição, agindo com a devida humildade, podem mediar espaços de escuta e fala sobre os sofrimentos, desejos e dificuldades que atravessam a vida dos usuários do SUS, bem como as motivações que os levam para o yoga.

É importante notar que, no SUS, o yoga é geralmente praticado nos Centros de Saúde (CS) e academias da cidade, conduzido por profissionais de saúde e acessado, comumente, via encaminhamento médico. Os usuários, ao contrário do setor privado, buscam geralmente o yoga, motivados por diagnósticos ou fatores de risco. No entanto, consideramos relevante encetar conversas sobre os desejos, isto é, que vão além das necessidades tecnicamente (profissionalmente) estabelecidas ou prescritas, para compreender melhor as demandas dos usuários e, a partir delas, estruturar a prática de yoga.

Inquéritos populacionais (Park et al., 2019), somados à experiência de um dos pesquisadores como professor de yoga, referem o estresse como um dos principais motivos que levam alguém ao yoga. É amplamente reconhecida a eficácia do yoga na redução da ansiedade. Esse efeito ansiolítico, respaldado pela “resposta de relaxamento” proposta por Herbert Benson e colaboradores (1974), contribuiu significativamente para a aceitação do yoga tanto no meio científico quanto popular. Porém, argumentamos que a discussão não deve se limitar a esses termos.

No nível individual, a abordagem da tradição védica sobre a temática do desejo oferece um aporte valioso à discussão sobre o estresse. Os versos 2.62-2.63 da *Bhagavad Gītā*, por exemplo, explicitam

o encadeamento deletério que se inicia quando a mente se fixa em um objeto de desejo. Um objeto não é desejado por propriedades intrínsecas, mas pela percepção de sua atratividade. Os versos esclarecem que a “meditação” – isto é, o pensamento reiterado sobre determinado objeto de interesse – gera apego. Quando esse desejo não é satisfeito, surgem frustrações que levam à raiva, à perda de discernimento, à deterioração do senso ético e, no limite, à perda da humanidade (Gambhirananda, 2006, p. 109-110).

Entretanto, a nosso ver, a socialização dos desejos não deve se limitar às escrituras, que pouco (ou nada) comentam sobre os contextos sociais desses temas. As carências são sentidas individualmente, mas são moldadas socialmente. Uma pessoa pode, por exemplo, sentir necessidade de possuir uma roupa de marca porque essa é socialmente valorizada. As necessidades, portanto, refletem uma conexão entre o coletivo e o individual (Schraiber, 2010). Como já mencionado, o desejo, em si, não é um problema na tradição védica; não se constitui um “nó do coração”. O problema emerge quando o desejo adquire contornos de necessidade. Tomando as DCV como exemplo e tendo a tradição védica como referencial, compreende-se que um fator de risco importante para um desfecho cardiovascular negativo não é a mera predileção pelo cigarro, mas a necessidade que dele se tem. Por que, então, certos grupos sociais dependem mais do cigarro ou do álcool do que outros? Há, portanto, na transição do desejo para a necessidade, um componente social que merece atenção.

Assim, a aula de yoga pode se tornar um espaço para uma hermenêutica dos desejos, investigando como as motivações dos participantes são geradas e sustentadas. Essa discussão inevitavelmente toca em múltiplas dimensões que constituem um desejo: no âmbito econômico e político, perpassa a lógica da produtividade; no âmbito filosófico, diz respeito à privatização de objetos que se tornam constitutivos de uma identidade; no âmbito psicológico, a relação com tais objetos pode gerar adições. Tais processos não são abstratos; eles se inscrevem no corpo, por meio de intencionalidades, gestualidades e hábitos posturais, o que torna a prática corporal do yoga um campo fértil para essa exploração. Portanto, exercitar dialogalmente uma compreensão mútua

dos desejos, sofrimentos e dilemas existenciais – sempre singulares, mas em grande parte comuns – aproxima-se de uma perspectiva hermenêutica (interpretativa e compreensiva) que pode enriquecer os grupos de yoga, tanto quanto se conseguir acessar essa tradição. A proposta de Ayres (2005) de aproximar a Saúde Coletiva da hermenêutica sugere caminhos para pensar a discussão/compartilhamento de saberes e pedagogias védicas (centradas em sua própria hermenêutica) nos grupos de yoga do SUS.

Uma segunda contribuição, em linha com a anterior, é a valorização da experiência pessoal como substrato para construção de conhecimento e compreensão – uma forma legítima de evidência –, oferecendo um contraponto direto à tendência de medicalização do yoga². Essa contribuição alinha-se ao princípio da validação epistêmica experiencial (*anubhava*), que, como vimos, se manifesta como uma transformação não apenas interna, mas também externa. Na prática, isso implica conceber a aula de yoga como um “laboratório do sensível”³, um campo de investigação onde o praticante é convidado a atribuir significado às informações que emergem de sua própria interioridade somato-psíquica. Como aponta Bois (2009), tais informações adquirem o *status* de conhecimento imanente, ensinando ao praticante sobre seus próprios modos de ser e agir.

Haja vista que o yoga contemporâneo está predominantemente caracterizado como uma prática física, a capacitação de professores para mediar tais processos somáticos é fundamental. Como um hermeneuta do sensível, o professor pode – e deve – estimular a reflexão sobre a vida interior (o “como se está”) durante a prática, partindo da percepção do ambiente sonoro ou visual (mesmo de olhos fechados), da imobilidade do corpo, de seus movimentos internos, flutuações e silêncios. Mais que mediador, o professor pode atuar como maestro, que, ao manipular elementos ambientais e

discursivos (sonorização, cadência da aula, textura e modulação vocal, instruções, proposta, além do seu próprio psicotônus e gestualidade), ajuda a revelar dissonâncias entre a “sonoridade somática” do aluno (seu psicotônus, gestos habituais moldados por desejos enraizados no corpo) e um ritmo mais fundamental, da ordem do sensível.

Por fim, para haver um maior alinhamento do yoga aos princípios do SUS, é preciso resgatar uma ética de engajamento que vincule a prática individual à empreitada coletiva. Essa ética não é uma adição política externa, mas deriva diretamente da consequência soteriológica do conhecimento védico: a superação da não dualidade (*advaita*). Se a raiz fundamental do sofrimento, segundo a epistemologia védica, é a ignorância (*avidyā*), que gera a noção de um “eu” separado do mundo, então o crescimento da sabedoria vai na direção da compreensão de que o exercício de autotransformação e o trabalho/transformação social são, em última instância, codeterminados. A mensagem da *Bhagavad Gītā* encapsula essa visão: a sabedoria não se alcança pela fuga da ação no mundo, mas pela ação engajada e responsável, realizada a partir de um novo lugar de consciência.

No entanto, essa perspectiva integrada e engajada social e politicamente confronta uma notória timidez no clima cultural yóguico atual. Observa-se uma forte tendência à apoliticidade e uma relutância em abordar pautas sociais voltadas ao enfrentamento de iniquidades e opressões estruturais, como o colonialismo, o patriarcado e o capitalismo, que estão, paradoxalmente, arraigadas na própria história moderna do yoga (Jain, 2020). Essa postura tem sido, em grande medida, resultado da adaptação do holismo védico ao molde do sujeito autônomo e individualista fomentado pelo neoliberalismo. Ao se recusar uma compreensão da ética do yoga em termos de coenactuação entre sujeito e mundo, a prática é facilmente

2 Relacionado a isso, Pereira e Tesser (2024) observam que a tradição soteriológica védica, ao refutar sobreposições (*adhyāsa*) que se dão entre o eu e o não eu (objetos e estados de experiência), como “eu sou gordo” ou “eu sou estúpido”, que moldam uma individualidade (*jīvatvam*), poderia servir no contexto da Saúde Coletiva como uma estratégia de Prevenção Quaternária (P4), uma vez que atenuaria a formação de autopercepções limitantes e a introjeção de estigmas patológicos (do tipo, “eu sou hipertenso”, “eu tenho câncer”, “eu sou cardiopata”) e comportamentais (como, “eu sou sedentário”, etc.), que costumam surgir no ambiente clínico da atenção primária à saúde.

3 Bois (2009) define o “sensível” como a capacidade do corpo de perceber e processar informações diretamente, gerando um conhecimento global, imediato e encarnado. O contato íntimo com o corpo produz percepções inéditas e um sentir que se revela portador de significado. Nessa perspectiva, o yoga é um campo privilegiado de investigação, capaz de transformar a relação do praticante consigo mesmo e com o mundo.

instrumentalizada como ferramenta de *by-pass espiritual*: o uso de uma disciplina ascética para desviar o olhar das difíceis questões sociopolíticas (McCartney, 2019).

Essa aparente apoliticidade parece se apoiar em interpretações problemáticas da própria tradição. Uma delas é a concepção rígida e literal dos cânones, que levaria à conclusão de que temas como iniquidades socioeconômicas não deveriam ser discutidos, por não estarem explicitamente nos textos da tradição. Tal visão desconsidera que o método védico é, em si, hermenêutico e, portanto, aplicável a novas realidades sócio-históricas. Além disso, embora o yoga seja frequentemente promovido como um saber holístico, na prática há uma forte concentração discursiva no indivíduo. A teoria kármica, por exemplo, costuma ser simplificada como um processo determinista (ator-ação-resultado da ação), o que compromete uma compreensão mais ampla da dinâmica ecológica e altamente complexa da ação. O discurso sobre a “iluminação”, concebida como uma jornada individual – ainda que seu objetivo final seja o rompimento com a noção de individualidade –, costuma relegar a segundo plano discussões sobre o bem comum. De forma similar, os chakras são divulgados como centros energéticos unicamente do corpo, associados a glândulas – uma biologização dos chakras.

Essa concentração no indivíduo revela uma incongruência a ser resolvida no âmago da filosofia védica. Se o sofrimento reside na ignorância da não dualidade, então uma prática que reforça o individualismo não pode levar à liberação. A resposta da tradição estaria na superação da falsa dicotomia entre “batalha interna” e “batalha externa”. Partindo da ideia de codeterminação, a disciplina yóguica, ao transformar o indivíduo, altera sua forma de agir no mundo, o que, por sua vez, transforma o mundo que o afeta. Como lembra Vivekananda (2002), a empreitada yóguica é inseparável do rompimento dos privilégios.

Sugerimos que um yoga fundamentado pela tradição védica e adaptado ao contexto do SUS e da Saúde Coletiva poderia aprofundar a temática dos desejos, necessidades e objetivos existenciais, seja por meio: 1) do corpo, com exercícios que apurem processos de corporificação (como, intenção-sensação-gesto), gerando outros modos somáticos;

2) e da fala, através de práticas de oralidade e de escuta, voltadas para ouvir os anseios, desejos e necessidades que acometem o coletivo que forma um grupo de yoga. São práticas que remontam ao diálogo entre *guru* e discípulo na pedagogia védica, mas que também ressoam com as rodas de educação popular freireana e com os modos de partilha presentes entre populações do campo, das águas e das florestas.

Considerações finais

A medicalização do yoga pode ser compreendida como um processo de esvaziamento de seus elementos soteriológicos e hermenêuticos, em favor da ênfase em seus aspectos posturais e observáveis. A linguagem biomédica passou a dominar a maneira como as pessoas pensam sobre seus corpos, e o yoga foi envolvido nessa tendência, construindo uma concepção de corpo, aptidão física e saúde dentro dessa mesma lógica discursiva. Nessa toada, os textos védicos (mantras) foram reificados como instrumento de modulação energética, sustentados por discursos que atribuem às vibrações sonoras, em si, propriedades transformadoras; ou então, reinterpretados a partir de lentes judaico-cristãs ou científicas. O yoga, ao menos aqui no ocidente, foi perdendo sua função como método soteriológico.

As proposições aqui apresentadas – (a) o resgate do diálogo e do espírito hermenêutico como ato de cuidado e de busca de libertação, típicos dos pilares epistemológicos da tradição védica; (b) a valorização e exploração da experiência pessoal, ancoradas no princípio da validação epistêmica experiencial dessa tradição; e (c) a construção de uma ética yóguica engajada social e ecologicamente, que brota de uma mínima ou inicial compreensão da não dualidade (*advaita*), emergente dos ensinamentos da mesma tradição – ressaltam a necessidade de revigorar a epistemologia e pedagogia védicas, centradas na oralidade e na compreensão do desejo, como vias de aprimoramento das práticas de yoga no SUS. Estas, por sua vez, podem ser compreendidas como um espaço potencialmente comprometido com dimensões éticas e sociopolíticas da existência.

Em contraponto ao yoga “de laboratório” antes referido – medicalizado e dissociado de sua vocação soteriológica –, propomos uma dupla reorientação

de suas práticas. Por um lado, um yoga “como laboratório” do sensível: um campo de investigação dos afetos, tensões e desejos que emergem na matéria encarnada do Ser, expressões a serem acolhidas e compreendidas com discernimento, equanimidade, coerência e outras diretrizes da tradição. Por outro lado, trata-se de tornar esse laboratório um espaço de diálogo, orientado por um *telos* emancipatório ou liberador, individual e coletivo.

Referências

- AYRES, J. R. de C. M. Hermenêutica e humanização das práticas de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 10, n. 3, p. 549-560, 2005. DOI: 10.1590/S1413-81232005000300013
- BENSON, H.; BEARY, J. F.; CAROL, M. P. The relaxation response. *Psychiatry*, v. 37, n. 1, p. 37-46, 1974.
- BOIS, D. *Candidature à l'Épreuve d'Agrégation* [Exame de Catedra]. Partie II - Rapport sur les contenus et méthodes d'organisation Scientifique et d'exécution pédagogique. Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2009.
- BROWN, H. I. *Rationality*. London: Routledge, 1988.
- CHU, P.; GOTINK, R. A.; YEH, G. Y.; GOLDIE, S. J.; HUNINK, M. M. The effectiveness of yoga in modifying risk factors for cardiovascular disease and metabolic syndrome: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *European Journal of Preventive Cardiology*, v. 23, n. 3, p. 291-307, 2014.
- DAYANANDA, S. *Mundaka Upanishad* [áudio-aulas]. Coimbatore: Arsha Vidya Gurukulam, 2010.
- GADAMER, H. G. *Verdade e método I: traços fundamentais de uma hermenêutica filosófica*. trad. Flávio P. Meurer. Petrópolis: Vozes, 1999.
- GAMBHIRANANDA, S. (trad.). *Bhagavad Gita: with the Commentary of Sri Sankaracharya*. Calcutá: Advaita Ashrama, 2006.
- GAMBHIRANANDA, S. (trad.). *Brahma Sūtra Bhāṣya of Śaṅkarācārya*. Calcutá: Advaita Ashrama, 1983.
- GAMBHIRANANDA, S. (trad.). *Eight Upanishads* (Vol. 2). Calcutá: Advaita Ashrama, 2003.
- GRIFFITH, R. *The Rig-Veda*. Disponível em: <<https://sacred-texts.com/hin/rigveda/>>. Acesso em: 24 out. 2024.
- GUATTARI, F.; DELEUZE, G. *Mil platôs*. Capitalismo e Esquizofrenia. Rio de Janeiro: Editora 34, 1995.
- IYER, S. *The vakyapadiya of Bhartrhari with the vrtti: Chapter 1 english translation*. Deccan College. Post Graduate and research institute. Puna, 1965.
- JAIN, A. R. *Peace love yoga: The politics of global spirituality*. Oxford University Press, 2020.
- LOUNDO, D. Individuação como filosofia prática: a clínica da “meia-idade” de C. G. Jung e a doutrina indiana dos Puruṣārthas. *Voluntas: Revista Internacional de Filosofia*, v. 10, n. 2, p. 21-33, 2019. DOI: 10.5902/2179378639088
- LOUNDO, D. Os Upaniṣads e o projeto soteriológico da Escola Vedānta. *Paralellus*, Recife, v. 12, n. 29, p. 167-180, 2021. DOI: 10.25247/paralellus.2021.v12n29.p167-180
- LUZ, M. T.; BARROS, N. F. de. *Racionalidades médicas e práticas integrativas em saúde: estudos teóricos e empíricos*. Rio de Janeiro: CEPESC-IMS-UERJ-ABRASCO, 2012.
- MADHAVANANDA, S. *Vedānta-Paribhāṣa of Dharmarāja Adhvarīndra*. Calcutta: Ramakrishna Mission, 1942.
- MCCARTNEY, P. Spiritual bypass and entanglement in yogaland (योगस्थान): how neoliberalism, soft hindutva and banal nationalism facilitate yoga fundamentalism. *Politics and Religion Journal*, v. 13, n. 2, p. 137-175, 2019.
- META AI. *O que é yoga?* Llama 3.1 405B versão de 5 de abril de 2025. Inteligência Artificial. Disponível em: <<https://www.meta.ai/>>. Acesso em: 30 set. 2025.
- PARK, C. L.; QUINKER, D.; DOBOS, G.; CRAMER, H. Motivations for Adopting and Maintaining a Yoga Practice: A National Cross-Sectional Survey. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 25, n. 10, p. 1009-1014, 1 out. 2019.

PEREIRA, L. F.; TESSER, C. D. O coração no yoga: um estudo hermenêutico sobre a ontologia das upanişad's. *Saúde em Debate*, v. 48, p. e8480, 2024.

PEREIRA, L. F. *O yoga e a prevenção de doenças cardiovasculares*: um estudo hermenêutico entre a tradição védica e a medicina preventiva. 2024. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) - Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2024.

RANGANATHAN, S. *Yoga - Anticolonial Philosophy: An Action-Focused Guide to Practice*. Philadelphia: Singing Dragon, 2024.

SANTOS, B. de S. *Fim de um império cognitivo*: a afirmação das epistemologias do Sul. São Paulo: Autêntica Editora, 2019.

SCHRAIBER, L. B.; FIGUEIREDO, W. D.; GOMES, R. et al. Necessidades de saúde e masculinidades: atenção primária no cuidado aos homens. *Caderno de Saúde Pública*, v. 26, n. 5, p. 961-70, 2010.

SUBRAMANIAM, B. *Holy Science*: the biopolitics of hindu nationalism. Seattle: University of Washington Press, 2019.

TASCHNER, N. P. O cientista e a síndrome de Cassandra. *Ciência e Cultura*, v. 70, n. 2, p. 4-5, abr. 2018.

VIVEKANANDA, S. *The complete Works*: First volume. Advaita Ashrama: Delhi, 2006.

WILBER, K. *Os três olhos do conhecimento*: a busca pelo novo paradigma. Editora Vozes: Petrópolis, 2022.

WILBER, L. *Integral psychology*: Consciousness, spirit, psychology, therapy. Shambhala Publications: Boulder, 2000.

Contribuição dos autores

Léo Fernandes Pereira: contribuiu para a concepção da pesquisa, delineamento do estudo e redação do artigo. Charles Dalcanale Tesser: contribuiu para o delineamento do artigo, orientação acadêmica, revisão crítica e redação da versão final do artigo.

Essa pesquisa contou com apoio financeiro do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), processo n. 152710/2024-8.

Suporte financeiro:

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de financiamento 001 e pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) – processo n. 313822/2021-2.

Declaração de Disponibilidade de Dados

Os dados de pesquisa estão disponíveis no corpo do documento.

Editores: Ivia Maksud, Leandro Gonçalves

Recebido: 07/10/2024

Reapresentado: 08/10/2025

Aprovado: 08/11/2025