

---

# A arte suprasensorial do Yoga

## The Suprasensorial Art of Yoga

### El arte suprasensorial del yoga

*Cesar Oiticica Filho \**  
*Projeto HO, Brasil*

---

<https://doi.org/10.22409/poiesis.v20i34.38718>

183

---

**RESUMO:** Fazendo um paralelo entre o Yoga e o Suprasensorial na Arte, através do trabalho de Hélio Oiticica como uma forma de analisar pela perspectiva Yoga, traçando uma linha em comum que é a união de diferentes corpos, que unem conceitos dessas duas matérias. A expansão da consciência no Yoga, partindo do corpo físico, passando pelo energético, sutil, até o espiritual, é comparada com a desintegração do objeto na obra de Oiticica, uma vez que esse fenômeno passa, nos dois casos, por experimentações com o corpo. Revendo os textos seminais do artista e dessa vez observando sua busca pelo sublime na Arte, percebe-se que essa busca é exatamente a busca do Yoga e de outras vertentes da espiritualidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Suprasensorial; Yoga; arte

---

\* Cesar Oiticica Filho é diretor de cinema, artista pesquisador e trabalha com multimeios, misturando fotografia, pintura, cinema e instalações em ações urbanas e culturais. É curador do Projeto Hélio Oiticica desde 1997, onde realizou exposições premiadas e editou diversos livros e catálogos. E-mail: cesar.oiticica@gmail.com

**ABSTRACT:** Drawing a parallel between Yoga and the Suprasensorial in Art through the work of Hélio Oiticica as a way to analyze from the Yoga perspective, drawing a common line that is the union of different bodies, which unite concepts of these two subjects. The expansion of consciousness in Yoga from the physical body, through the energetic, subtle, to the spiritual, is compared with disintegration of the object in Oiticica's work, since this phenomenon undergoes, in both cases, experiments with the body. Reviewing the artist's seminal texts and this time observing his search for the sublime in Art, one realizes that this search is exactly the search for Yoga and other aspects of spirituality.

**KEYWORDS:** Suprasensorial; Yoga; art

**RESUMEN:** Haciendo un paralelo entre el Yoga y el Suprasensorial en el Arte a través del trabajo de Hélio Oiticica como una forma de analizar desde la perspectiva del Yoga, dibujando una línea común que es la unión de diferentes cuerpos, que unen los conceptos de estos dos temas. La expansión de la conciencia en el Yoga desde el cuerpo físico, a través de lo energético, lo sutil, hacia lo espiritual, se compara con la desintegración del objeto en el trabajo de Oiticica, ya que este fenómeno experimenta, en ambos casos, experimentos con el cuerpo. Al revisar los textos seminales del artista y esta vez observar su búsqueda de lo sublime en el arte, uno se da cuenta de que esta búsqueda es exactamente la búsqueda del yoga y otros aspectos de la espiritualidad.

**PALABRAS CLAVE:** Suprasensorial; Yoga; arte;

Citação recomendada:

OITICICA FILHO, Cesar. A arte suprasensorial do Yoga. *Poiesis*, Niterói, v. 20, n. 34, p. 183-200, jul./dez. 2019. [<https://doi.org/10.22409/poiesis.v20i34.38718>]

---

## A arte suprasensorial do Yoga

---

### A arte suprasensorial do Yoga

As formas originárias vêm do incomensurável infinito e geram todas as outras. São estáticas, pois as estáticas possuem mais força. São simétricas, pois transcendem a tudo que se possa imaginar. Concretamente o círculo se enquadra nesses princípios. É a forma transcendente por excelência, é anunciadora do mais profundo silêncio, é a síntese do próprio cosmos, por isso possui um grande vigor.

-- Hélio Oiticica, *Aspiro ao grande labirinto*,  
novembro 1959 [1986]

Em 1959, o jovem Hélio Oiticica, ainda com 23 anos, descreve, com clareza, de onde veio a faísca primeira que disparou um *big-bang* em seu trabalho: do cosmos e seu mais profundo silêncio. Fica claro, nesse e em outros textos e teorias desse artista carioca, seu entendimento do fenômeno transcendental da arte como o que movia sua busca.

Era possível ver isso naquele momento histórico, em que sua arte deu um salto e quebrou com os padrões concretistas, partindo em uma jornada infinita em busca

dessa transcendência. O ano de 1960, que ali começava, seria um ano mágico para o artista. Foi quando inventou as formas artísticas que foram a origem conceitual de uma mudança de padrões, a partir da qual ele gerou todas as outras categorias depois inventadas, ou quase todas.

Em 1960, ele cria uma série de categorias para tirar a pintura do plano bidimensional (*Invenções, Bilaterais, Relevos espaciais, Núcleos*), inventa também o primeiro Penetrável, introduzindo a participação ativa na obra de arte através do corpo. A porta que abre o *Penetrável Nº 1* é a entrada original para essa dimensão infinita.

Importante frisar que a arte concretista possuía regras muito rígidas, quase dogmas, inspiradas na Bauhaus, e extremamente intelectualizados. Declarar o que pensava sobre as FORMAS, levando-as para um campo transcendental, era um ato de coragem, impulsionado por sua certeza. Ali, ele contrapôs definitivamente, em sua obra, o transcendente ao concreto. Mais tarde, isso iria tomar um corpo distinto e revolucionário.

Reafirmando sua posição de maneira ainda mais incisiva, escreve, em 6 de setembro de 1960: "A obra nasce apenas do toque na matéria. Quero que a matéria de que é feita minha obra permaneça tal como ela é, o que a transforma em expressão é nada mais que um sopro: sopro interior, de plenitude cósmica. Fora disso não há obra..." (OITICICA, 1959 in FIGUEREDO; PAPE; SALOMÃO, 1986, p. 22)

Ao invocar o cósmico, o faz de maneira quase científica, abordando objetivamente essa transcendência, a partir das formas originais. Assim fica clara sua posição, longe de religiosa e, sim apoiada diretamente na experiência e na observação do fenômeno artístico. Como no Yoga, sua obra vem de dentro para fora, com uma plenitude cósmica, que acontece no momento da criação, longe de ser excludente, se apoia na liberdade e experimentação, contrapondo-se a dogmas e certezas incertas.

É importante deixar claro que Hélio Oiticica não era praticante de Yoga, mas vejo imediatamente a forma circular, de que ele fala, como a Roda do Yoga, onde a transcendência é o centro. O exercício aqui é perceber como ele se une a essa roda pelo cami-

nho da arte, em busca dessa transcendência, desse "sublime". Fazer essa comparação para um praticante e estudioso do Yoga é perceber como essa filosofia se manifesta na vida, através de diferentes experiências, nesse caso na fenomenologia da percepção e na arte.

O caminho começa ainda com as formas tomando o espaço e, depois, abrindo para diversas dimensões: da participação do público na obra, primeiro andando em volta de núcleos, relevos, bilaterais e, mais ativamente, movendo as portas do *Penetrável Nº 1*. É o início de uma nova forma de Arte, a arte através do corpo, que passa a mover a arte, indo de observador a ator, a obra, sendo assim o propulsor dessa energia criativa.

Tal qual no Yoga, temos o sentido de união de vários corpos e também de várias técnicas para a transcendência; em sua arte, poesia, pintura, escultura, cinema, dança e música se juntam em direção à transcendência. O corpo passa a ser a arte: arte da UNIÃO. Para além da representação, inaugura uma nova rota, transcendendo antigos padrões, até o sublime.

Para mim as anotações e não formulações de ideias são mais importantes. São, pelo menos, menos "racionais" e mais espirituais, cheias de fogo e tensão. Detesto formulações e dogmas. Chega de intelecto, só obstrui a expressão cósmica, cria leis e preconceitos. Dificulta o sentido do "sublime", e para mim toda grande expressão de arte aspira ao sublime. (OITICICA, 1959 in FIGUEREDO; PAPE; SALOMÃO, 1986, p. 30)

Em 22 de fevereiro (1961), quando faz essa declaração acerca de seus escritos, fica claro que sua busca na Arte era mais espiritual, cósmica, que intelectual e cartesiana. Essa des-racionalização da arte, essa busca do vazio, é o que proporciona a quebra de fronteira e a união de técnicas e expressões através da liberdade, em oposição aos estilos e movimentos importados.

Alguns "especialistas" do mundo da arte, de certa forma, ainda hoje, tendem a virar as costas a essa face espiritual do trabalho, por desacreditarem em qualquer relação espiritual da obra e por quererem intelectualizar demasiadamente a Arte. Quando começo a falar dessa relação, em alguma palestra ou mesa redonda, geralmente percebo sorrisos e há um esforço em voltar para questões mais comuns desse tema.

"A aspiração à transcendência, portanto, é inerente a vida humana. Não se manifesta somente nas buscas religiosas e espirituais da humanidade, mas também nas aspirações da ciência, da tecnologia, da filosofia, da teologia e da arte." É o que escreve Georg Feuerstein (2011) na introdução do seu livro *A tradição do Yoga*.

No início da mesma introdução, ele trata do mesmo tema e diz: O desejo de transcender a condição humana, de ir além da consciência e da personalidade que conhecemos, é uma aspiração profunda e tão antiga quanto a própria humanidade. Vemos essa aspiração operando na magia das pinturas rupestres, da Europa Meridional, e ainda nos túmulos paleolíticos do Oriente Médio [...] (FEUERSTEIN, 1961)

O interessante para o nosso estudo, é Feuerstein iniciar usando a arte e a palavra aspiração, duas coisas de que trata também Hélio Oiticica desde seus escritos iniciais e por toda sua obra. O que vamos apresentar agora, vai demonstrar como a obra em questão sai dos formatos tradicionais e vai ganhar a vida através do corpo.

Toda grande obra de arte nos coloca em contato com o momento presente, assim,

ao admirarmos uma obra prima, somos levados a esquecer de tudo e concentrar nossa atenção, *Drishti* (foco, a faculdade de enxergar no Yoga), nessa experiência. Sendo algumas dessas obras representação da realidade, passamos, em seguida, do presente ao passado ou ao futuro, mas o ver, o vivenciar obras primas acontece em um único momento, o presente, e é justamente nesse momento presente, e só no presente, que podemos viver o sublime.

As obras de um museu estão ali para proporcionar esse momento único; se alguém, em algum momento, fizer uma foto e a mostrar, ela nunca conseguirá levar a mesma experiência do estar ali, observando a obra. Neste caso, por melhor que seja a imagem, teremos a representação e nunca a repetição dessa experiência.

As diferentes formas artísticas encontradas no trabalho do artista indicam uma liberação progressiva, primeiro da representação da pintura, escultura etc. e, em seguida, do objeto, através de experiências com o corpo, no agora, despertando os outros sentidos até então esquecidos pelas ditas "artes visuais" para, com e através dessas outras dimensões sensoriais, dilatar e expandir essa nova experiência.

Prana é a energia, a essência, o que está em todas as coisas, mas é também, o que as move: "quando prana move, chita (consciência) move". (SARASWATI, 2016, p.11) Ambas precisam estar unidas para que exista vida. Da mesma forma, na arte as obras também possuem prana, mas para existirem na vida é preciso que haja a consciência (chitta). O que movimenta esse prana e traz chita, nesse caso, é o ser, o ser e sua consciência. No presente da ação, as flutuações da mente somem e, no agora, permanecemos.

Ao liberar o objeto ("ego") da obra de arte, Hélio parte rumo à união de chitta e prana. Em obras, como *Penetráveis*, *Bólides* e *Parangolés*, o artista revoluciona a arte ao incluir a participação do indivíduo, antes passivo, trazendo-o para o presente através da ação. Esta ação, além de trazer para o presente, é também um gesto político, transformador implodindo os padrões estabelecidos na arte, como pintura, escultura, poesia, dança, música, teatro, performance, fazendo surgir outras, as que ele inventa, que são como instrumentos de experiências artísticas totais no agora.

Passando o agente da ação a ser o antigo espectador, todo o campo semiótico da arte é alterado. As forças de quem produz e de quem recebe a mensagem são invertidas de forma irreversível e, a partir daí, o elemento passivo passa a ser ativo nessa relação, destruindo qualquer perspectiva de subordinação na relação artística. Nesse processo, o indivíduo passa a ser tão importante quanto os outros envolvidos, passa a ser não apenas o cocriador, mas também a obra, ao mesmo tempo.

Unindo os diferentes "corpos" da arte para uma experiência total, ele une esses "koshas" (níveis de consciência, ou corpos para o Yoga), no intuito de transcender a experiência artística. Nos *Bólides*, a poesia, a pintura, escultura, agora são um só. A experiência aqui só se completa com a ação de abrir gavetas, portas, descobrir poemas, cores, pigmentos, materiais, pela ativação desse prana adormecido.

Nos *Parangolés*, toda essa experiência passa a fazer parte integrante do corpo, ele nos diz: "é a total in-corporação. É a incorporação do corpo na obra e da obra no corpo... eu chamo in traço de UNIÃO, corporação". (CARDOSO, 1990, p. 68-69) Aqui mais uma

vez fica claro que o que promove essa revolução é a UNIÃO do corpo físico com o corpo da obra, a mente passa a ser agente de consciência ao invés de flutuar entre ideias passadas ou futuras; na ação reside sua forma de permanecer, aqui e agora.

Mas, uma outra coisa faz do *Parangolé* uma apoteose em seu trabalho e também na história da arte: é que pela primeira vez desde a diáspora das artes na Grécia arcaica, a dança foi aqui reunida às outras linguagens artísticas. Mais um corpo sublime a fazer parte dessa UNIÃO, "a dança" que, para esses Gregos, era a mais importante de todas as artes. No Yoga também a dança possui seu papel sagrado e sublime.

No *Parangolé*, encontramos todos esses corpos re-unidos ao nosso próprio corpo; essa descoberta propicia, ao mesmo tempo, uma experiência múltipla e única. O sublime que trata essa obra não é mais algo a ser simplesmente aceito, mas é força criadora em sua totalidade e essa força só pode ser ativada a partir de um corpo e, sobretudo, de uma alma, de uma consciência.

A dança, como sabemos, é uma expressão que faz parte de rituais desde sempre, seja

no período paleolítico, na Grécia arcaica, no Egito antigo, nas tribos indígenas e, é claro, no hinduísmo. A dança de Shiva (deus da dança) representa a verdade cósmica, o fluxo incessante de energia que permeia uma variedade infinita de padrões que se fundem.

Como ficar sem associar essa dança ao *Parangolé*, que funde vários padrões da arte em busca de uma verdade cósmica, lembrando todas as teorias da fenomenologia da arte, que permeia a obra desse artista. O Yoga não deixa de ser uma dança mais ampla, que vai das posturas até a própria dança de Shiva e a dança do cosmos via astrologia. Lembrando:

A palavra Yoga é etimologicamente derivada da raiz verbal yuj, que significa conjugar, juntar, jungir, e pode ter muitas conotações, como as de união, "conjunção de dois "astros", "regra" "gramatical", "empenho", "ocupação", "equipe" "equipamento" "meio para um fim", "artimanha", "agregado", "somatôria", e por aí afora. (FEUERSTEIN, 2011, p. 39)

Esta introdução da análise da obra de Hélio Oiticica pela ótica do Yoga é uma nova porta desse grande labirinto conceitual que é esse legado. É importante, antes de finalizar esse





Fig. 1 – Hélio Oiticica, *Parangolé 1* – P25 Capa 21, 1968.  
(Fotos: Cesar Oiticica Filho)

apanhado de ideias, citar duas teorias que mostram como ele continuou o que havia iniciado em 1960, a do Suprasensorial e do Crelazer, onde ele vai além em sua busca. Em dezembro de 1967, ele escreve a teoria do Suprasensorial, onde diz:

Nas minhas proposições procuro "abrir" o participante para ele mesmo – há um processo diametralmente interior, um mergulhar em si mesmo necessário a tal descoberta do processo criador – a ação seria a complementação do mesmo. Tudo é válido segundo cada caso nessas proposições, principalmente o apelo aos sentidos: o tato, o olfato ... – ao propor e apontar um dilatamento interior do participante, visa já o Supra-Sensorial. (OITICICA, 1967 in FIGUEREDO; PAPE; SALOMÃO, 1986, p. 104)

No Suprasensorial, percebemos como ele continua esse desenvolvimento do "mergulho interior", mantendo uma coerência com o seu início, indo ainda além e para isso ativando diferentes sentidos do corpo, usando sua obra como um instrumento para essas descobertas, como já havia colocado lá no início dos anos 1960, objetivando o sublime. No Crelazer, que nasce do *Éden* (exposição experiência feita em Londres em 1969), ele nos conta:

O trajeto do pé nu sobre a areia, que se interrompe com as sucessivas entradas nos Penetráveis de água, lemanjá, de folhas, "Lololiana", de palha "Cannabiana". Ainda pela areia chega-se à areia limitada em areia, *Bólido Área 1e* ao feno *Bólido Área 2*, onde se deita em busca do sol interno, do lazer não-repressivo. (OITICICA in FIGUEREDO; PAPE; SALOMÃO, 1986, p. 115)

Como um desenvolvimento do *Suprasensorial*, o *Crelazer* surge a partir da observação da experiência dessas obras. Depois de experimentar vários sentidos sensoriais que ativam o corpo, o final era simplesmente: deitar-se sobre a palha ou areia e deixar se levar por essa gostosa preguiça, finalmente encontrando o "Sol Interno", *Savasana!*

Se pensarmos as práticas de *asanas*, as obras entram aqui como essas posturas, elas colocam o corpo em movimento, gerando a energia que estava estagnada na obra; elas propõem ao corpo que se una a ela e com isso atinja um outro patamar de energia. Como no Kundalini Yoga, a energia da criação é ativada e com ela transcendemos, alcançando uma conexão superior, onde flui a energia criativa e nos coloca em uma outra sintonia,

uma sintonia com nosso interior, com nosso "sol interno", com nossa consciência.

Em uma experiência total, onde o corpo e obra se unem, ao final de tantas novas experiências e ações que colocam a pessoa sempre no presente, no agora, o corpo sente essa atividade e, por fim, estamos exaustos de tanto caminhar, andar, dançar, experimentar e pensar, os *Penetráveis*, com colchões e camas, convidam o corpo a relaxar e descontraír, abrindo-o, de forma natural, a circulação dessa energia.

O mais mágico dessa trajetória é ver que essas obras caminharam para a total dissolução do objeto. As últimas invenções de Hélio têm mais de teatro e música do que de objetos artísticos. São proposições, roteiros, projetos a serem executados, performados; sendo assim, nessa fase, o corpo é o seu principal instrumento. Desde o meio dos anos 1960, com os *Parangolés*, o corpo já era a obra. O corpo é sempre a maior obra de todas e o Yoga também mostra isso, não apenas o corpo físico, mas todos os outros unidos no ser.

Então, o que propomos aqui é uma prática onde não apenas o corpo, mas cada movi-

mento, cada molécula de ar que entra nos pulmões, cada sensação que surge no presente dessa ação, seja encarada, entendida, vivida, como uma obra de arte. Vale lembrar aqui que a prática do Yoga é apenas o começo, o verdadeiro Yoga acontece no agora: "agora começa a prática do Yoga". O início dos Yoga Sutras é claro: se acontece no agora deve acontecer sempre; então a prática nos inspira a tentar levar esse estado de atenção durante o maior tempo possível para a vida.

Ao passar mais de uma hora percebendo todas nossas ações, sejam elas posturas lindas e mirabolantes, ou simplesmente fechar os olhos e sentir o ar que entra e sai das narinas, chegamos em um estado de arte, uma descoberta em que nos percebemos sublimes. Essa qualidade não está mais no outro, no objeto, mas está dentro de você e agora podemos levar isso conosco, essa consciência de um estado de arte, um estado sublime. O estado de arte é algo que pode servir para tudo, para fazer qualquer coisa, por isso esse termo é usado no inglês para descrever coisas extraordinárias.

Maior do que ser uma obra de arte, é ser, ao mesmo tempo, o artista. No caso do Yo-

ga isso acontece. Somos seres únicos, todos somos perfeitos e únicos, mas o que nos difere dos outros seres é nossa energia criativa. A energia que, além de criar outros seres, também nos faz criar coisas. Toda e qualquer criação, surgida com consciência plena, pode atingir o estado da arte. Por isso, nossas experiências com nossos corpos são também uma espécie de tomada de consciência desse estado; com essa consciência conseguimos fazer qualquer coisa, inclusive arte.

Se começarmos a tomar consciência de cada pensamento, cada onda de energia que emitimos, apenas com um simples pensamento, e controlarmos essas ondas cerebrais de maneira sublime, pode ter certeza que tudo que imaginarmos e quisermos deverá acontecer magistralmente. Se tomarmos consciência de cada ação nossa e suas consequências teremos, sem dúvida, um mundo muito melhor. O Yoga é essa experiência que nos coloca em contato com esse estado, com a nossa verdadeira consciência.

Não precisamos ser aficionados em arte para entender esse conceito que colocamos aqui. Várias pessoas já disseram que um artista não é apenas um pintor ou escultor

ou músico, mas que existem sapateiros, chefes de cozinha, verdadeiros artistas, bem como pessoas de quaisquer outras atividades. O importante é perceber como isso pode impactar, de maneira comprovada, em sua vida, como conseguir viver, em estado de graça, cada segundo. Quanto mais perto disso chegarmos, mais estaremos vivendo a felicidade.

O que esse entendimento nos proporciona é transformador em nossa prática e, consequentemente, em nossa vida. Uma outra semelhança entre Yoga e Arte é a dificuldade de definição e classificação dessas duas coisas, pois elas podem abarcar várias outras que, ao mesmo tempo, não são elas. Pela liberdade com que trabalham, a Arte e o Yoga abarcam muitas coisas, podem estar ligados à religião, mas não são religião, ao corpo, mas também são bem mais que isso, à filosofia idem, por isso existe muita dificuldade, para quem está de fora, de entender essas duas artes.

O que importa aqui é o caráter experimental, fenômeno que só pode ser entendido se for vivido e sentido; qualquer outra explicação deixará lacunas muito grandes e difíceis de serem preenchidas. A partir do momento em que a pessoa se dispõe à experiência, que ela se entrega no aqui e agora ao que é

proposto, tudo passa a fazer sentido, pois aqui tudo pode ser questionado, as respostas virão da experiência, dos sentidos e do sentimento mais sutil, tudo isso passando por seu corpo, por cada nervo, cada alvéolo, cada músculo e indo para outros campos mais abstratos que ficarão mais concretos, mais presentes.

No Yoga, aprendemos que o corpo é o presente que recebemos e que nos coloca em contato com o momento presente. Entender nosso corpo como uma obra de arte ou como um templo, onde esses milhares de fenômenos acontecem, é a chave para entrar em um novo modo de viver cada segundo. Isso pode se dar de diversas maneiras, já que existem diferentes vertentes e escolas de Yoga. A arte entra aqui como mais uma maneira de nos colocar no presente.

Durante dois meses trabalhando com mulheres em situação de risco nas imediações da Praça Tiradentes, convidei algumas delas a usar *Parangolés* por cinco horas diárias em frente ao Centro de Arte Hélio Oiticica, em 2001, e pude conferir que essa experiência modificou drasticamente a relação delas com o corpo, valorizando-o, e essa valorização modificando também a relação delas com a vida.

Uma experiência levada por mais tempo, como a que aconteceu na exposição *Além do Espaço* (Centro Municipal de Arte Hélio Oiticica, Rio de Janeiro, 2001), pode dar uma ideia melhor da relação que estabelecemos aqui. Na arte do Yoga nada é imediato, as transformações acontecem ao longo do tempo, mas se houver entrega, o bem-estar pode também ser sentido logo nas primeiras aulas. Com o passar do tempo, as mudanças serão mais notadas e isso também vai mudar a vida do praticante.

O exemplo dado acima é bem interessante, uma vez que essas mulheres sofrem uma violência recorrente nos seus corpos. Importante dizer que o princípio da não violência (ahimsa) é a base do Yoga; neste caso, o exemplo primeiro é a não violência justamente contra o próprio corpo. Partindo do corpo, tendo essa experiência sido comprovadamente benéfica e reveladora, fica muito mais fácil levar isso para outros campos da vida, fora do seu tapetinho.

Perceber que Yoga também trabalha com analogias experimentais me deu clareza da relevância em apostar nesta analogia que aqui apresento. São muitos os pontos em comum e muitos ainda podem e devem ser

explorados. Importante também dizer que o Yoga já trabalha com diversas formas de arte em sua cultura. Dança, música, sons, pinturas, literatura fazem parte dessa cultura e, através dessas formas, ela também foi passada às outras gerações há mais de cinco mil anos.

No caso que tratamos aqui, nos interessa perceber esse aspecto mais sutil relacionado diretamente ao corpo. A percepção do mesmo, de um novo ponto de vista, inicia um caminho onde a arte é percebida de uma forma total e passa a acontecer diretamente no corpo. Ele é o caminho e o instrumento para ascender a esses estados meditativos, onde estamos diretamente focados em nossa essência.

Diferentemente de uma pintura ou escultura, a Arte da qual estamos tratando passa muito longe de ser uma representação; na verdade ela apresenta, ao invés de representar, uma vez que ela é experiência que se dá no presente e através do corpo. Uma experiência total que sentimos na alma, ela deixa bem claro no corpo o que está acontecendo, não restando dúvida ao indivíduo o que ele está vivenciando. Uma forma de tocar o ser no que ele tem de mais sublime

e mostrar a ele que essa energia emana, também, do seu coração, do seu corpo, da sua alma.

A ideia da totalidade atinge a pessoa por diversos meios, deixando perceber a conexão com o universo, desde a respiração até a energia que é sentida nos chakras, quando levamos a atenção até eles, já com o corpo preparado. Esses estados especiais, que aqui chamamos de Suprasensoriais em alusão as teorias de Hélio Oiticica, são o instrumento que nos provam, incontestavelmente, que possuímos algo maior que está ligado diretamente ao fenômeno da criação. Você pode chamá-lo de energia criativa, de sublime, pode chamar de alma ou de Deus, mas vai ser difícil negar que isso exista depois de ter sentido em seu próprio corpo.

Somos seres divinos, uma vez que somos criadores. Precisamos trabalhar essa energia especial, esse presente, para atingirmos o estado da arte em nossas vidas. A partir daí, levaremos essas experiências para fora de nossos mats e viveremos em uma outra frequência, onde a vida encontra a arte, a arte mais sublime, a arte de viver sem violência, em harmonia com a natureza e com

todos os seres, a arte de perceber cada segundo como um fenômeno de criação, por que é isso que é a verdade da vida, o que resta é tomarmos consciência dessa obra divina.

Se percebermos apenas nosso corpo como uma obra de arte isso já será uma verdade, mas ao mergulharmos dentro dele veremos que isso é apenas o início. Esse é um prelúdio de algo maior, onde a comparação funciona como uma metáfora de descoberta do nosso corpo como uma obra de arte, da nossa energia criativa, da nossa vida, enquanto obra de arte e, como tal, ela vai aspirar sempre ao sublime.

### **Considerações finais**

Ao lado dos ensinamentos do Yoga esse percurso fica evidente, uma vez que o mais importante é o caminho, a prática, a entrega. Para lembrar a principal interlocutora do Hélio nessa procura: “Existe apenas um tipo de duração: o ato. O ato é o que produz o *Caminhando*. Nada existe antes e nada depois.” (CLARK, 1964 in BIENAL DE SÃO PAULO, 1994) Assim Lygia Clark, falando

sobre sua obra *Caminhando*, deixou explícita essa mesma busca, algo que foi gestado quase em conjunto, tendo desdobramentos distintos, mas que se encaixam perfeitamente, como a mão e a luva.

Por fim, o que percebemos é que a potência da arte em ativar a energia criativa é algo que se relaciona diretamente com muitas práticas do Yoga, que muitas vezes consegue ser mais rápida no sentido de trazer a mente e o corpo para o momento presente uma vez cientes disso, poderemos ver e viver a arte de diversas maneiras. Perceber esse fenômeno e estar consciente dessa potência em nossas vidas é algo mágico que nos coloca em uma sintonia fina com a vida e com a arte.

Perceber o corpo como uma obra de arte, mais que o corpo físico, todos os níveis da consciência e as reações químicas e físicas que ele desencadeia, cada partícula de ar que entra pelas narinas, cada inspiração, cada expiração, como nossa conexão direta com o cósmico, cada movimento e pensamento como a mais afiada e magnífica tecnologia, é um segredo que pode mudar nossa vida de maneira inequívoca.

Trabalhando a energia da criação em nosso corpo, criando através dela também coisas novas através da arte, criando a partir desse processo essa conexão, essa união, essa potência, essa proposição de unir todas essas coisas é o que faz da arte também parte integrante do Yoga. Aqui a arte deixa de ser um objeto, uma *commodity*, deixa de ser uma forma da especulação, para existir enquanto ação, enquanto energia, um bem que é imaterial, algo que só pode ser vivido na experiência e no presente.

A união da Arte e do Yoga no agora serve também para que possamos perceber melhor o presente da vida, o que há de sublime em cada momento da nossa existência, em cada encontro do ar com nossos pulmões e nossa energia criativa. A Arte de controlar essa energia e nos conectar com nossa consciência, com nós mesmos, com o sublime, com o cósmico, é o objetivo e o caminho do Yoga.



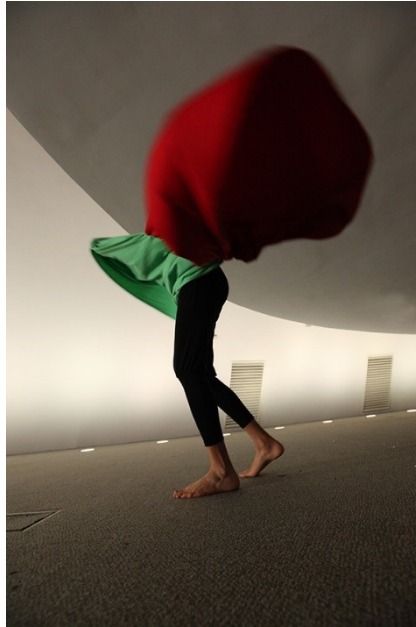


Fig. 2 – Hélio Oiticica, *Parangolé 1 – P25 Capa 21*, 1968.  
(Fotos: Cesar Oiticica Filho)

## Referências

ARIEIRA, Gloria. *O Yoga que conduz a plenitude, Os Yogas Sutras de Patanjali*. Rio de Janeiro: Editora Sextante, 2017.

CARDOSO, Ivan; Lucchetti, R.F. *Ivanpirismo - o cinema em pânico*. Rio de Janeiro: EBAL, 1990.

CLARK, Lygia. *Cartas Lygia Clark-Hélio Oiticica*. Rio de Janeiro: Ed. UFRJ, 1996.

CLARK, Lygia. Caminhando. Livro-Obra, 1964. In BIENAL DE SÃO PAULO (22ª Bienal de São Paulo, catálogo da Sala Especial). *Hélio Oiticica, Lygia Clark*, 1994.

FEUERSTEIN, Georg. *A tradição do Yoga*. São Paulo: Ed. Pensamento, 2011.

FIGUEREDO, Luciano; PAPE, Lygia; SALOMÃO, Waly. *Hélio Oiticica. Aspiro ao grande labirinto*. Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

IYENGAR, B. K. S. *Luz sobre o Yoga*. São Paulo: Ed. Pensamento, 2016.

LE PAGE, Joseph; ABOIM, Lilian. *Guia Prático de Guippy*. Yoga Integrativa. Santa Catarina: Yoga Integrativa, 2017.

OITICICA, Hélio. *Museu é o mundo*. Rio de Janeiro: Ed. Azougue 2011.

SARASWATI, Swami Nirajananda. *Prana and Pranayama*. Munger, Bihar, Índia: Yoga Publication Trust, 2016.