



DOI: 10.14295/rlapc.v8i12.123

A Noção de Corpo para o povo Yorùbá: Guianças para uma prática de Psicologia Corporal

*Keith Emanuelle
Matias Regis¹;*

*Maria Cristina
Francisco².*

¹ Psicóloga, mestre em educação e diversidade (UNEB), especialista em Psicologia Clínica (Libertas/FACOL). Juazeiro/BA/Brasil. E-mail: keith.emr@gmail.com.

² Psicóloga, especialista clínica, Certified Bioenergetic Therapist - CBT pelo Instituto de Análise Bioenergética de São Paulo-IABSP (filiação ao International Institute for Bioenergetic Analysis IIBA), psicoterapeuta somática pelo Instituto Brasileiro de Biossíntese IBB-SP (associado à International Foundation for Biosynthesis-IFB), membro da diretoria do Instituto AMMA Psique e Negritude, membro da diretoria da Federação Latino Americana de Análise Bioenergética-FLAAB. São Paulo – SP, Brasil. E-mail: macrisfran@uol.com.br.

Resumo: Este trabalho pretende apresentar compreensões e experiências com o corpo na cosmopercepção yorùbá que possam redirecionar e guiar o desenvolvimento de uma psicologia corporal direcionada à população negra na diáspora brasileira. Para isso, proporcionou-se um caminhar pela noção de ser humano, a partir de tradições yorùbá, que nos aproximou da ideia de cosmopercepção, unidade, extencionismo e multifuncionalidade, trazendo o corpo como via de acesso às emoções, memórias, espiritualidade, ancestralidade e energia. Esses caminhos, nos fizeram perceber a importância da respiração, oralidade, ritmo e da conexão com partes do nosso corpo, fundamentais dentro da concepção yorùbá de ser humano, ampliando e trazendo novos modos de pensar conceitos fundamentais dentro da perspectiva da Análise Bioenergética, como corpo, espiritualidade e energia. Permitindo, assim, conduzir uma prática psicológica direcionada à população negra, que esteja enraizada em conhecimentos africanos e possam conduzir uma experiência de libertação e potência de vida.

Palavras-Chave: Corpo; povo yorùbá; psicologia corporal; afrocentricidade.

The notion of Body for the Yorùbá people: Guidelines for a practice of Body Psychology

Abstract: This work intends to present understandings and experiences with the body in the Yorùbá cosmoperception that can redirect and guide the development of a body psychology aimed at the black population in the Brazilian diaspora. For this, a walk through the notion of human being was provided, based on Yorùbá traditions, which brought us closer to the idea of cosmoperception, unity, extensionism and multifunctionality, bringing the body as a way of accessing emotions, memories, spirituality, ancestry, and energy. These paths made us realize the importance of breathing, orality, rhythm, and the connection with parts of our body, fundamental within the Yorùbá conception of human being, expanding and bringing new ways of thinking fundamental concepts within the perspective of Bioenergetic Analysis, as body, spirituality, and energy. Thus, allowing to conduct a psychological practice aimed at the black population, which is rooted in African knowledge and can lead to an experience of liberation and power of life.

Keywords: Body; Yoruba people; body psychology; afrocentricity.

Aspectos Introdutórios

Início esse trabalho, pedindo licença aos meus ancestrais, aos orixás e caboclos que me guiam, e todas mais velhos e velhas que contribuíram para o entendimento e experiências que produzi até aqui. Pretendo chegar de forma humilde e respeitosa, para partilhar compreensões, vivências e conhecimentos que estão em processo de construção, vulneráveis à ação do Tempo, análise dos mais velhos(as) e chegada de novas informações que possam potencializar ou nos revisitar. Esse movimento, está relacionado com os caminhos e histórias que me cruzam, pois enquanto mulher afroindígena, psicóloga e pertencente aos povos de terreiro, fui desenhando meu lugar de pesquisa e produção de conhecimento tendo como referência minhas raízes africanas e indígenas que se reafirmam nesses espaços.

A partir de minhas experiências com organizações comunitárias negras e vivências em terreiro de candomblé, fui identificando a necessidade de entender de forma aprofundada, a cultura e ciência yorùbá¹ e a história afroindígena na diáspora brasileira, de modo a desenvolver estratégias de cuidado direcionadas a esses povos e que contribuam com o fortalecimento do sentimento e processo de libertação em nossas comunidades. Junto a isso, minhas experiências profissionais nas áreas de saúde e assistência social e vivências guiadas pelos saberes yorùbás, foram me conduzindo a perceber a importância da relação com o corpo para esses povos no que diz respeito cuidado direcionadas a esses povos e que contribuam com o fortalecimento do sentimento e processo de libertação em nossas comunidades. Assim como, o entendimento de que as diferentes formas de relação e cuidado com o corpo influenciam na organização comunitária e familiar, conexões ancestrais e entendimento do propósito e bem-estar emocional, físico, espiritual e energético.

Dessa forma, a possibilidade de pensar o corpo a partir das tradições yorùbá, surge como um caminho para alterar a realidade vivida pelos povos africanos em diversos territórios, através da dança, musicalidade, ritmo, unidade com a natureza, oralidade e conexão ancestral.

¹ Grupo étnico que habita a região sudoeste e norte-central da Nigéria e sul e centro do Benin.

Diante das experiências de colonização, escravização e ódio anti-negro no contexto brasileiro, o povo negro, tem vivido uma tendência a se organizar psiquicamente de forma a se defender dessas experiências emocionais, provocando então tensão muscular e coraças.

A pessoa negra na obrigatoriedade de se proteger de algum golpe racista, de uma ameaça policial ficará alerta mais para o mundo externo, sem possibilidades concretas e internas de olhar para si. Outra questão será o desafio de poder pensar a partir dos seus próprios sentimentos e não pela influência do outro sobre si mesmo. Tarefa difícil de silenciar essas vozes externas e ouvir suas próprias ideias. (FRANCISCO, M., 2019, p. 08)

Essa experiência, então, tem conduzido a população negra em alguns casos, a negação e distanciamento do próprio corpo, impossibilitando a expansão mental, emocional, espiritual, cultural e social e influenciando negativamente no processo de autoconhecimento, autoimagem e relação com o outro e comunidade. “O racismo é controlador, infantiliza o corpo na dependência e subjugação (...). Esse estigma é uma carga imensa e é preciso resgatar essa vida aprisionada” (FRANCISCOa, M., 2019, p. 187). Assim, podemos sinalizar que as experiências do povo negro, diante do sistema racista e eurocêntrico, impactam diretamente a sua relação com o corpo, contudo, as experiências das tradições africanas, há muitos anos, vêm nos ensinando a cuidar da nossa saúde de forma holística através de conhecimentos, práticas e ensinamentos que atravessam o corpo, nos auxiliando a retomar essa relação como forma de nos enraizar emocional, psicológica, física ou espiritualmente.

Essa percepção e entendimento sobre o corpo, me (re)direcionou para a Análise Bioenergética, conduzindo meu caminhar para a Especialização de Psicologia Clínica com foco em Análise Bioenergética, por meio da qual produzi questionamentos e reflexões. Entre eles, me perguntei, por quê apesar da cultura e ciência africana, ofertarem amplos estudos e perspectivas de cuidado sobre o corpo, energia e saúde, esses conhecimentos nunca eram trazidos como referência? Por quê a diversidade de compreensões sobre o corpo e energia dos povos africanos foram negligenciados pelas principais referências teóricas na Análise Bioenergética? O que a ciência africana tem a nos ensinar sobre os principais conceitos trabalhados na análise bioenergética?

Inspirada nesses questionamentos, foi desenvolvido um processo de pesquisa que pretende apresentar compreensões acerca do corpo na cultura yorùbá tendo como referência o sistema de conhecimento de ifá². O foco na cultura yorùbá, aqui se deu principalmente pelo fato de eu ser iniciado no candomblé na nação Ketu, também conhecido como nagôs, que tem em sua formação grandes representantes dos reinos yorùbá, como *òyó*, *ègbá*, *egbado*, *ijesa* e *ijebu* (SANTOS, 1989) e essa experiência conduzir meus questionamentos, busca de conhecimento e modo de pensar o mundo.

Assim, espera-se que esses estudos possam orientar práticas de psicologia corporal voltadas para a população negra na diáspora brasileira, de modo a reconhecer a importância dos conhecimentos e experiências yorùbá para o processo de libertação da escravidão mental, valorização dos povos africanos e re colocação do lugar de centralidade para a cultura africana na vida das pessoas negras na diáspora africana. Para isso, trazemos para esse trabalho, conhecimentos produzidos através da experiência junto ao terreiro de candomblé, documentos, artigos, itans³ e oralidades sobre a cultura yorùbá.

Portanto, este artigo, é fruto de um processo de pesquisa que tem como base, um compromisso pessoal com a luta do povo negro na diáspora brasileira. Assim parte, da própria vontade de produzir um trabalho que contribua com a busca por um novo lugar para a população negra, pois, como nos direciona Mazama (2009, p. 124), todo conhecimento deve ter a funcionalidade de libertar e empoderar os africanos e povos da diáspora.

Acredita-se que este trabalho pretende provocar reflexões e preencher algumas lacunas na produção de conhecimento que envolva o entrecruzamento dos conceitos de corpo, tradições yorubá e psicologia. Assim, como proporcionará divulgação de pesquisas afrocentrados, que pretendem desenvolver uma nova localização para a cultura e ciência africana, de modo a produzir conhecimentos que auxiliem no cuidado em saúde mental das pessoas negras na diáspora brasileira, a partir de uma perspectiva africana.

² Sistema espiritual e de resgate de conhecimento desenvolvido pelo povo yorùbá.

³ Conjunto de ensinamentos transmitidos de forma oral ou escrita sobre a cultura, ancestralidade e espiritualidade yorùbá.

Notas sobre a noção de corpo e energia na Análise Bioenergética a partir de Alexander Lowen

A análise Bioenergética foi desenvolvida por Alexander Lowen, a partir das influências teóricas do psicanalista de Freud e dos estudos em psicologia corporal de Wilhelm Reich. Através de sua proposta psicoterapêutica somato-psico-relacional, pretendeu apresentar entendimentos sobre o humano a partir do corpo e defendendo três perspectivas: a autoconsciência das sensações e dos sentimentos, a autoexpressão dos sentimentos e a autopossessão, que diz respeito a integralidade do ser, por meio da junção dos dois aspectos. (LOWEN, 1977)

Sobre o conceito de energia, Lowen (1982) no livro “Bioenergética”, reconhece a existência de diversas conceituações de energia, contudo, opta por não criar uma conceituação que dê conta de explicar todo esse conceito, trazendo então, algumas relações e pontuações, a partir do trabalho com o corpo desenvolvida na Análise Bioenergética. De acordo com ele, a energia circulante no corpo, está diretamente relacionado com a personalidade e estados emocionais, assim, a observação do corpo (tensões, energia, postura, entre outros) indicará caminhos de cuidado, que terão como objetivo ativar a potência energética do corpo, favorecendo a auto expressão, prazer, criatividade e restauração do fluxo de sentimentos do corpo.

A partir disso, ele define corpo como um “sistema energético, que está em constante interação com o meio ambiente” (LOWEN, 1982, p.45), referindo-se as relações com outras pessoas e natureza. Assim, o corpo é o meio através do qual o ser humano se expressa e se relaciona com o mundo, só através dele uma pessoa existe. “Se você é seu corpo e seu corpo é você, este poderá expressar quem você é. É a sua forma de estar no mundo. Quanto mais vivo o seu corpo estiver, mais vivamente você estará no mundo”.

Para a análise bioenergética (LOWEN, 1977) o corpo é a principal via de entendimento do sujeito e sua história de vida, assim como, meio através do qual as intervenções podem ser realizadas, a fim de contribuir com processos de conscientização, autoexpressão e integralidade do ser.

Para tanto, Lowen, A. (1982; 1985) desenvolveu uma proposta terapêutica, em que além de ser estimulada a movimentação livre, foram pensados exercícios que auxiliam as pessoas a trabalharem as tensões musculares crônicas e bloqueios energéticos, tendo a respiração como guia da prática. Tendo em vista, ajudar “o indivíduo a encontrar-se com seu corpo, e a tirar o mais alto grau de proveito possível da vida que há nele” (LOWEN, 1982, p. 38)

Em *O corpo traído*, Lowen (1910) defende que a construção da imagem corporal, relacionada a como a pessoa se enxerga como ser social e como ser físico, é saudável quando for possível a mobilização do sentimento total do corpo, onde seja experimentado o corpo vivo em um movimento de remoção dos bloqueios psicológicos e aceitação do corpo através da respiração como instrumento de conexão com o corpo que se tem.

Dentro dessa abordagem, Lowen fala da importância de reconhecer o indivíduo enquanto uma Unidade composta por mente, corpo, espírito e alma em estreita ligação. Sendo o espírito, um montante que será determinado pela quantidade de energia, vibração e vivacidade do sujeito.

Caminhos metodológicos

O referencial epistemológico deste estudo parte da afrocentricidade, por nos apresentar uma proposta de centralidade e localização na história e cultura africana como condição para o entendimento dos povos africanos no continente e na diáspora. Conforme afirma Asante (2009), a afrocentricidade percebe os africanos e os povos da diáspora como sujeitos e agentes de fenômenos, e que atuam sobre a sua própria imagem cultural e de acordo com os seus próprios interesses humanos. Por conseguinte, o autor defende que não basta que a história e a cultura sejam compreendidas e estudadas, é indispensável que se considere o protagonismo desse povo, para que não se reproduzam as condições vivenciadas ao longo dos séculos, em que toda a produção e o conhecimento africano foram orquestrados a partir do ponto de vista e interesses europeus.

Nessa perspectiva, Oyeronké (2002) também nos orienta sobre a intencionalidade nos processos de pesquisa, indicando que as teorias, métodos e epistemologias utilizadas, não são neutras, partem de um lugar e tem determinados objetivos, por isso, elas devem ser escolhidas a partir de nossos objetivos, visão de mundo e propósito.

No nível da produção intelectual, devemos reconhecer que as teorias não são ferramentas mecânicas; elas afetam (e alguém dirá, determinam) como pensamos, sobre quem pensamos, o que pensamos e quem pensa conosco. Às vezes, quem investiga parece esquecer que as ferramentas intelectuais estruturam a pesquisa e o pensamento. (p. 33)

Partindo então da perspectiva epistemológica afrocentrada, esse artigo foi desenvolvido a partir de um processo de pesquisa do tipo qualitativa exploratória conduzida pelo método de levantamento de referências e teoria fundamentada em dados. Através da qual, foram utilizados como referências, itans, documentários, artigos e dissertações, analisados a partir do processo de codificação, proposto pela Teoria Fundamentada em Dados (TFD).

A TFD, nesse trabalho, é compreendida como um conjunto de procedimentos e instrumentos de análise que se propõem a partir do enraizamento em processos, fenômenos e experiências da realidade social, produzir entendimentos, conhecimentos e teorias (TAROZZI, 2011). Através dessa teoria é possível construir e analisar dados, organizados em categorias, que possibilitam a compreensão de uma questão, conduzindo a elaboração de uma teoria substantiva de interpretação articulada e sistemática, que seja capaz de produzir elucidações para a problemática estudada.

Encruzilhadas analíticas: achados sobre a noção de corpo para o povo yorùbá

Considerando o objetivo dessa pesquisa, foram estabelecidas categorias-guia para que fosse possível o levantamento de materiais relacionados ao tema. Assim as categorias foram: corpo, povo yorùbá e análise bioenergética. Sendo realizadas buscas de artigos, eventos, dissertações, livros e documentários/filmes em plataformas como CAPES, Google e Blackflick a partir desses marcadores. Como não foram identificados

temas que relacionassem a análise bioenergética e povo yorùbá ou até outros povos africanos, nossa pesquisa foi direcionada a identificar os descritores “povo yorùbá” e “corpo” em seus estudos.

A partir disso, foram selecionados e analisados: 09 artigos, 05 produções acadêmicas (entre monografias, dissertações e teses), 03 livros e 07 produções audiovisuais (entre filmes, documentários e trechos de aulas ou palestras em eventos), além de produções desenvolvidas pelo Instituto Ekó e Movimento elegba.

As aproximações e mergulhos, possibilitaram então o desenvolvimento de 08 categorias (apresentadas a seguir) estabelecida a partir da codificação proposta pela matriz conceitual da Teoria Fundamentada em Dados (Condições causais, estratégias, consequências, contexto, condições intermediárias), que explanam sobre a noção de ser humano, produção de conhecimento a partir do corpo, multifuncionalidade do corpo, ideia de unidade, energia vital, espiritualidade, oralidade e experiência através do ritmo e movimento.

Contudo, nesse artigo estaremos nos debruçando mais especificamente sobre a noção de ser humano yorùbá, destacando aspectos que nos auxiliem a traçar compreensões sobre a noção de corpo.

Noção de ser humano

O corpo só pode ser compreendido na relação com outras partes que compõe o humano, assim entender a noção de ser humano dentro da cultura yorùbá é indispensável para que possamos entender a partir de que perspectiva estamos falando e as relações estabelecidas ao falar de corpo. As formulações construídas, levam em consideração todo o complexo em que o corpo está inserido e as relações entre os elementos físicos, humanos e espirituais.

Para o entendimento de ser humano, nos baseamos nas produções e trabalhos desenvolvidos por Abimbola (1981), Frias (2020), Leite (2008), Nobles (2009) e Ribeiro, et al (2004). Para eles, os elementos que constituem a personalidade humana e que nos auxiliam a compreender a noção de pessoa são: èmí, que tem a sua realização

física o coração humano, orí (cabeça interna), que tem a sua contraparte na cabeça física e esè (pernas).

Émi, nesse caso, faz relação do coração com a alma. Pois de acordo com Abimbola (1981), Nobles (2009) e Leite (2008), no plano espiritual, ela representa a alma, e no plano físico o coração e sangue (sangue e coração são companheiros inseparáveis no serviço da alma). Além disso, ele afirma que o elemento que mantém a relação entre esses dois planos é a respiração, sendo colocado ao mesmo tempo como representação desses dois elementos, como também, um canal de comunicação entre esses dois planos.

“Se èmi não falhar Há de ter todas as coisas boas da vida, Isto é certo. Há esperança de ter todas as boas coisas da vida”
(ABIMBOLA, 1981, p.09)

A partir desse trecho de um poema de ifá, entende-se que esse é um elemento da constituição do ser humano, que o possibilita ter esperança para ter as coisas necessárias para a vida e conseguir realizá-las. Sobre isso, podemos acrescentar também, as afirmações de Nobles (2009), que apresenta émi como a sede da ação, inteligência e pensamento. Portanto, ao se conectar com o coração, no plano físico, estaremos estimulando processos de conexão com a alma, esperança e processos de pensamento e produção de conhecimento. Sendo quê ao falar de esperança, entende-se aqui, como sentimento, que impulsiona para a vida, através da ação que irá movimentar os meios necessários para alcançar os objetivos na vida. Dentro dessa perspectiva, identificamos também a respiração como esse meio de acessar o coração assim, como possibilitar a comunicação entre o plano físico e espiritual.

Inclusive, ao atribuir o pensamento e conhecimento a esse elemento, entendemos que o processo de pensar, diferente de outras concepções, perpassa uma experiência do corpo e espiritualidade, como também o sentir.

Ao falar do elemento Orí, além de ser colocado como uma divindade pessoal, que está relacionada com propósito e destino, Abimbola (1981) e Ribeiro, et al (2004), também falam que o seu corresponde no plano físico, seria a própria cabeça, por isso que os rituais dentro dos terreiros de candomblé, quando direcionados ao orí, são realizados na cabeça, tanto de forma física, como também

através de ebós que envolvem pensamentos, sentimentos e atitudes. Orí, nesse caso, é apresentado como um guia que orientará o caminho de cada pessoa, para que possa ter prosperidade e sucesso na vida, dando continuidade e honrando os ancestrais e contribuindo para a continuidade da comunidade. Abimbola (1981), nos afirma que Ifá⁴ “coloca Orí numa posição muito mais alta do que qualquer outro Órìsà. O que Orí não aprova, não pode ser dado para nenhuma pessoa, nem pelos òrìsà, nem pelo próprio olòdùmare” (p. 11). Ele enfatiza, no entanto, que apesar de Orí está relacionado com destino. Destino não é algo concebido como algo pronto, necessitando nesse sentido, não só de consciência, mas também de ação para efetivá-lo.

Desse modo, cuidar da cabeça (de forma ampliada – no nível físico e não físico), pois ela auxiliará no entendimento do seu destino e as condutas e atividades a serem tomadas (caráter).

Ao falar de destino e condutas, nos direciona para entender o terceiro elemento da personalidade humana, esè (perna). “Esè, para os yorúbás, é o símbolo do poder e atividade. Ele é, entretanto, o elemento que habilita o homem para lutar e agir adequadamente na vida, para que ele possa realizar o que foi designado para ele”. (ABIMBOLA, 1981, p.17). Dessa forma, esse componente diz respeito, ao movimento, ritmo e ação para que se efetive o destino e todos os processos da vida.

Sobre isso, uma poesia divinatória de ifá (oriki), nos conta que em determinado dia, todos os Orí, se reuniram e decidiram fazer algo juntos, sem a presença de Esé. Após finalizar todas as deliberações, no entanto eles não conseguiram sair do local e realizar o que haviam planejado, pois não havia ninguém que pudessem os mover. Reconhecendo então a importância de esé para qualquer movimento da vida.

Ésù disse: “Uma vez que vocês não convidaram as pernas,
Vamos ver se vocês realizarão seus planos com sucesso.
O encontro terminou em fracasso.
Foi então que eles convidaram as pernas
Foi então que seus planos tiveram sucesso”
(ABIMBOLA, 1981, p.18)

⁴ Sistema de Resgate de Conhecimento (FÁLADÉ, Dámiláre. Instituto ÈKÓ)

Assim, as pernas, no plano físico é colocada como uma parte do corpo, de fundamental importância para os processos de cuidado e conexão (ABIMBOLA, 1981; LEITE, 2008; NOBLES, 2009). Sendo inclusive uma parte do corpo, que costuma chamar atenção em expressões que envolvem as danças, pelos movimentos e firmeza no contato com o chão. Dessa forma, o ritmo e movimento proporcionado pelas pernas, por exemplo, está presente em diversos momentos da vida do povo yorùbá, nascimento, morte, processos espirituais e iniciáticos, práticas de cuidado, entre outros. Presença, que se observa nos terreiros de candomblé, em que todos os rituais são conduzidos através de cânticos e dança.

É importante destacar, que para alguns estudiosos, outro elemento é considerado fundamental para a compreensão de personalidade humana, Ara (corpo). Componente este que sustenta todos esses elementos é o Ara (corpo). Considerada uma obra de arte, Ki Òrìsà ya nà re ko ni o (que orisa faça um bom trabalho de arte). “Corpo não se entende, portanto, como um receptáculo passivo de forças da alma, consciência ou da linguagem, a exemplo da síntese teológica, segundo a qual, corpo é a carne possuída pelas palavras que nele habitam” (SODRÉ, M. 2017). Nessa compreensão, corpo, então é destacado como um elemento importante de compreensão da personalidade humana, ao mesmo tempo, que é o meio através do qual, os outros elementos se manifestam no campo físico.

Assim, o corpo faz a mediação, seleção e organização de todas as forças que atuam nele, assim como os estímulos recebidos pela ordem social e cultural. Muniz Sodré (2017), nomeia o corpo como um centro de interpretação que conecta as intensidades num plano imanente ao grupo.

Assim, entende-se que o corpo, constitui um lugar de encontro de vários elementos físicos, espirituais e psicológicos, e de mundos visíveis e invisíveis. Sendo que, todos esses mundos e elementos não se relacionam ou integram de forma hierárquica, pois eles coexistem. Desse modo, compreende-se que ao olhar e entender o corpo, estaremos nos relacionando com diferentes informações sobre os estados emocionais, espirituais, comunitários, familiares, físicos, como também ao intervir no corpo estaremos atuando nos diferentes campos, pois, uma vez que, esses campos coexistem, eles atuam e interferem um no outro de maneira inter-relacionada. Por isso,

no trabalho com o corpo entende-se que também estamos atuando e agindo sobre os diferentes mundos e elementos, dando ao corpo a característica de multifuncionalidade.

Em um dos itans, apresentados por Dámiláre Fáladá (Instituto ÈKÓ, 2020) em seus cursos e aulas, que nos traz conhecimento sobre a criação. Nos é ensinado que no processo de criação do ser humano, após finalizar o seu trabalho de construção do corpo através do barro, Orunmilá não considerou que o trabalho estava finalizado, pois ainda faltava algo para que o ser humano pudesse tomar vida, assim ele soprou sobre o corpo, um pouco da centelha divina, e assim considerou que o trabalho estivesse concluído. Nesse trecho, compreendo que ele nos ensina, que para que o ser humano, possa estar em sua potência de vida, é preciso que outros elementos estejam ativos, além de nos possibilitar uma visão ampliada sobre a composição do ser humano, trazendo elementos como a espiritualidade e respiração. Por outro lado, podemos perceber que para que outros elementos pudessem ser inseridos, o corpo precisou estar pronto, sendo então receptáculo de outros elementos. Portanto foram todos esses elementos recebidos pelo corpo, que deram a ele, a sua capacidade de multifuncionalidade, pois possibilitou a coexistência dentro dele, que permite a sua atuação e intervenção em vários campos.

Outra prática das tradições yorùbás, que nos revela ensinamentos sobre a relação com o corpo e a possibilidade a partir disso de indicar estados espirituais, propósitos de vida, função na comunidade e contribuição da história familiar, acontece durante o nascimento. De acordo, com ensinamentos transmitidos através da oralidade, no momento do nascimento, as pessoas mais velhas costumam analisar o corpo da criança, a fim de identificar alguma característica ou marca, que levem ao entendimento do papel desse ser humano, na família, comunidade e história pessoal. Assim, desde o nascimento é possível perceber que existem práticas e rituais de observação e entendimento do corpo como via de entendimento e condução dos caminhos do indivíduo na sua trajetória pessoal e comunitária.

Considerações Finais

A partir das ideias e conceitos apresentados, podemos perceber a importância e centralidade de algumas regiões do corpo, nos campos físicos, espirituais e

psicológicos, indicando-nos a direcionar o olhar para esses elementos, como modo de entendimento do humano e indicações de caminhos para possíveis intervenções. A região dos pés, coração e cabeça, por representarem dentro da cosmopercepção yorùbá, aspectos da personalidade fundamentais, para desenvolvimento de processos de consciência, entendimento, conexão, criatividade e atuação no mundo, devem estar receber especial atenção e condução. Além disso, fica evidente que ao proporcionar conexão com essas partes do corpo, estaremos estabelecendo comunicação com sentimentos, emoções e memórias, assim como proporcionando conexões espirituais e ancestrais, que possibilitam o autoconhecimento e autoconsciência dentro de um complexo maior, que envolve, indivíduo, natureza, ancestralidade e espiritualidade e estabelecendo comunicação que extrapolam o mundo visível. Assim, pensar e trabalhar com o corpo, implica na mobilização de outros campos da vida e do mundo.

A partir da noção de ser humano yorùbá, registra-se também a importância da reorientação a respeito da respiração. Compreende-a para além do movimento desenvolvido pelo corpo físico, mas como atividade primordial para geração de vida e conhecimento, para comunicação entre mundos e ativadora de campos energéticos e espirituais.

Acredita-se assim, que ao direcionar nosso olhar e intervenções tendo em vista essa concepção, estaremos redirecionando práticas e conhecimentos direcionados à população negra, possibilitando experiências de potencialização do ser e conscientização. A conscientização, baseada na nossa própria história e cultura, se torna indispensável para o fortalecimento e ampliação de estratégias de resistência, superação e libertação, sendo que os espaços de educação, saúde e cultura são propícios a essas práticas. Asante (2014, p. 03) define esse caminho, através da Afrocentricidade, como “um modo de pensamento e ação no qual a centralidade dos interesses, valores e perspectivas africanos predominam. Em termos teóricos é a colocação do povo africano no centro de qualquer análise de fenômenos africanos”.

Gostaria de iniciar algumas pontuações finais, reafirmando, que quando trazemos para as discussões a noção de corpo para o povo yorùbá, não estamos falando de um conhecimento e experiência, distante da nossa realidade. Estamos falando de um modo de pensar e viver, que apesar das inúmeras tentativas de apagamento e negação, permanece viva no contexto brasileiro, em grande medida pelos diversos modos de

organização e resistência do povo negro no Brasil, através de terreiros, quilombos e movimentos.

Dessa forma, esse trabalho assume o desafio de trazer para centro da produção científica (universidades, centros de pesquisa, entre outros) a discussão e o reconhecimento da cultura africana presentes em territórios que vão além dos limites do continente africano, indo de encontro a uma sociedade e sistema educacional que se organiza para negar e excluir o conhecimento e matriz cultural africana, presentes em outros contextos e sociedade frutos da diáspora.

Ao percorrer os caminhos que a concepção de corpo do povo yorùbá nos apresentou, foi possível identificar diferenças e singularidades na cosmopercepção desse povo, que inclusive tem suas representações e presenças marcantes nos terreiros de candomblé Ketu na diáspora brasileira. Afirmando, a importância de se construir bases teóricas, históricas e culturais a partir de cada povo para que seja possível direcionar, práticas e produções de conhecimento. Pois o entendimento que temos sobre o outro, guiará a nossa forma de entender e intervir, podendo inclusive limitar e impossibilitar as relações terapêuticas, caso utilizemos referências que não fale sobre o outro.

Ao analisar, por exemplo as concepções de corpo apresentadas por Lowen (1979, 1982), em alguns dos seus trabalhos, foi identificado que não existe nenhuma menção em relação ao sistema de conhecimento e cuidado dos povos africanos, apesar de conceitos como respiração, grounding e vibração já serem apresentados por esse povo milenarmente. Acreditamos, que esse movimento acaba contribuindo com o processo de invisibilização e negação desse povo, além de limitar o entendimento e aprofundamento desses conceitos.

Além disso, podemos identificar algumas divergências e limitações quando propomos aproximamos com as concepções dos povos africanos, em específico do povo yorùbá com discussões propostas por Lowen. Percebe-se por exemplo, em alguns escritos a abordagem do entendimento de espiritualidade, pouco aprofundada e ampliada. Espiritualidade em alguns momentos é apresentada como uma característica individual, determinada apenas pela quantidade de energia do sujeito (LOWEN, 1982). Enquanto a perspectiva africana, a aborda reconhecendo o seu caráter coletivo e interacionista (com mundo não visíveis), nos possibilitando o entendimento da

experiência com ancestralidade, natureza e divindades. Ele define a espiritualidade como a força vital, sendo que para os povos africanos a força vital, funciona como o resultado do encontro e da vivência com a espiritualidade.

Diante disso, acredita-se que ao trazer a noção de corpo do povo yorùbá para o contexto da psicologia corporal, podem ser desenvolvidas estratégias e experiências que possibilitem a consciência e expressão de sentimentos vivenciados especificamente na história e experiência da população negra, assim como, ampliação da relação de cada pessoa, com o corpo energético, espiritual, comunitário e ancestral. Para isso, as experiências africanas permeadas de musicalidade, ritmo, dança, contato com a natureza, práticas ritualísticas, vivência comunitária e oralidade, juntamente com itans e ensinamentos partilhados em comunidades podem ofertar caminhos e conhecimentos para a produção de novas práticas dentro do contexto de psicologia corporal. Assim, podem incentivar experiências de contato com o corpo, que conduzam a conhecimentos ancestrais, espirituais e comunitários e vivências de amor, alegria e conexão, que auxiliem no entendimento do que é ser africano e assim, impulsionem movimentos de potencialização do ser e da existência da vida do povo preto.

Retomar a concepção de corpo para os povos yorúbás nesse trabalho, fortaleceu esse caminho apresentado através da afrocentricidade, pois nos mostrou que existem peculiaridades nos modos de pensar a vida e ser humano, de acordo com a cosmopercepção e cultura de cada povo e que devem ser compreendidos para o estabelecimento de estratégias de cuidado e condução de relações terapêuticas. Além de quê, entender a noção de corpo e conduzir os trabalhos terapêuticos a partir disso, possibilita que as diversas concepções sejam reconhecidas e potencializadas, criando espaços para que a potência de vida de cada pessoa seja ativada a partir de suas próprias referências.

Como afirma, Aza Njeri (2019), esse trabalho de conscientização da população negra, deve envolver a retomada de consciência de suas potencialidades, história, saúde, espiritualidade e ancestralidade. Esse realinhamento com nosso eixo civilizatório, que parte de África, perpassa a compreensão e resgate da concepção de ser humano, cujos princípios envolvem a ancestralidade, espiritualidade e comunidade. Além de quê, diante do contexto atual, em que prevalece a política de ódio anti-negro, com ataques e violência constantes ao corpo negro, é indispensável, que esse campo de

conhecimento, assuma o compromisso de realocação e libertação do povo negro, para que por outro lado, não contribua com a continuidade do racismo e supremacia branca.

A conscientização da população negra surge, então, no campo da psicologia, como um desafio no que tange o olhar que é lançado para o homem, especialmente porque as abordagens psicológicas têm uma demarcação cultural que abarca o processo colonizador e, por isso, não se debruça em pensar o cuidado para a população negra a partir das experiências civilizatórias que são enraizadas em África.

Por fim, gostaríamos de enfatizar a importância de continuidade no desenvolvimento de trabalhos nessa perspectiva, de modo a ampliar as discussões desenvolvidas e conceitos apresentados nesse caminhar, a fim de criar um referencial teórico e prático estruturado e direcionado ao cuidado, potencialização, conscientização e libertação dos povos africanos na diáspora brasileira. Retomando e reorientando experiências de fortalecimento do ser africano, de vida em comunidade e unidade com a natureza, espiritualidade e ancestralidade.

Referências

ABIMDOLA, W. *A concepção de ioruba da personalidade humana*. MARINS, L. (trad.). Paris: Centre National de la Recherche Scientifique, 1981.

ANI, M. *Yurugu: uma crítica africano-centrada do pensamento e comportamento cultural Europeu*. Trad. Dona Richards. Treton, New Jersey: Africa World Press, 1992.

ASANTE, M. K. Afrocentricidade: Notas sobre uma posição disciplinar. In: NASCIMENTO, E. *Afrocentricidade: uma abordagem epistemológico inovadora*. São Paulo: Selo Negro. 2009.

_____. *Afrocentricidade: A teoria da mudança Social*. Monteiro-Ferreira; Mizani (trad.). Afrocentry, 2014.

DRAVET, Florence. Corpo, linguagem e real: O sopro de Exu Bará e seu lugar na comunicação. *Ilha do Desterro* v. 68, nº 3, p. 015-025, Florianópolis, set/dez 2015.

FRANCISCO, Maria. *Desenraizamento e grounding: Uma reflexão sobre os efeitos da escravidão na psique da população negra e a análise bioenergética*. Monografia. Orientação de Liane Zink, São Paulo: Instituto de Análise Bioenergética de São Paulo - IABSP, 2007.

FRANCISCO, Maria C. *O Corpo e a constituição do sujeito*. Curso teórico vivencial –Psicologia e Relações Raciais, 2019). Disponível em: [_corpo-e-a-constituicao-do-sujeito.pdf](#)

FRANCISCOa, Maria C. O Corpo e a constituição do sujeito. *Revista Latino Americana de Psicologia Corporal*, n.08, p 179-202, outubro/2019. Disponível em:

FRIAS, Rodrigo. Noção iorubá de pessoa: modelo identitário negro-africano. *ABATIRÁ - REVISTA DE CIÊNCIAS HUMANAS E LINGUAGENS* Universidade do Estado da Bahia - UNEB - Campus XVIII, V1, n.2, Jul-Dez: 2020. p. 1- 754

LEITE, Fábio. *A questão ancestral: África Negra*. São Paulo: Editora Palas Athena, 2008.

LOWEN, Alexander. *O Corpo Traído*. São Paulo, Summus Editorial, 5ª ed., v.11, 1979.

_____. *O corpo em terapia: a abordagem bioenergética*. São Paulo: Summus, 1977.

_____. *Bioenergética*. São Paulo: Summus, 1982.

LOWEN, Alexander; LOWEN, Leslie. *Exercícios de Bioenergética: O caminho para uma saúde vibrante*. São Paulo: Ágora, 1985.

NJERI, Aza; RIBEIRO, Katiuscia. Mulherismo Africana: práticas na diáspora brasileira. *Currículo sem Fronteiras*, v. 19, n. 2, p. 595-608, maio/ago. 2019. Disponível em <https://pdfs.semanticscholar.org/2d47/dfa528d9af54df758d0cc6cce91f0afcc9e7.pdf>

MARINS, Luiz. Òrìsà dídá ayé: òbátálá e a criação do mundo iorubá. *África: Revista do Centro de Estudos Africanos*, São Paulo. v. 3132, p. 105-134, 2011/2012

MAZAMA, A. A afrocentricidade como um novo paradigma. In: NASCIMENTO, E. *Afrocentricidade: uma abordagem epistemológico inovadora*. São Paulo: Selo Negro, 2009, p. 111-128.

NOBLES, W. Sakhu Sheti: Retomando e Reapropriando um foco psicológico afrocentrado. In: NASCIMENTO, E. *Afrocentricidade: uma abordagem epistemológico inovadora*. São Paulo: Selo Negro, 2009.

OYĚWÙMÍ, Oyèrónké. Visualizing the Body: Western Theories and African Subjects in: COETZEE, Peter H.; ROUX, Abraham P.J. (eds). *The African Philosophy Reader*. New York: Routledge, 2002, p. 391-415. Tradução para uso didático de wanderson flor do nascimento.

RIBEIRO, Ronilda Iyakemi, SALAMI, Sikiru, DIAZ, Ricardo Borys Córdova. Por uma psicoterapia inspirada nas sabedorias negro-africana e antroposófica. In:

ANGERAMI, Valdemar Augusto – Camón (org.) *Espiritualidade e Prática Clínica*. São Paulo: Ed. Thomson, 2004, pp 85-110. ISBN 85-221-0420-4.

SANTOS, J. E. *Os nagô e a morte: Pàdê, àsèsÉ e o culto Égun na Bahia*. Traduzido pela Universidade Federal da Bahia. Petrópolis, Vozes, 1989.

SOARES, R. M. M. *Speculum imaginbum: a simbólica do corpo na mitologia Iorubá*. 2011. 63f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Literatura e Cultura Afro-Brasileira e Africana)- Universidade Estadual da Paraíba, Guarabira, 2011.

SODRÉ, Muniz A. C. *Pensar nagô*. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

TAROZZI, M. *O que é grounded theory: metodologia de pesquisa e de teoria fundamentada nos dados*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

Recebido: 11/11/2021.

Aceito: 24/11/2021.

Publicado: 31/12/2021.