

Dharma Mittra

o piraporense que se tornou ícone da ioga

Foi-se o tempo em que a pakvra ioga remeteria exclusivamente a um monge meditando num lugar isolado e cercado pela natureza. Nos Estados Unidos, a atividade originária da Índia, que trabalha corpo, mente e espiritualidade através de meditação e exercícios físicos, tem cerca de 16 milhões de adeptos e movimenta quase 6 bilhões de dólares por ano. Só em Nova Iorque, há mais de 400 centros de ioga, certamente atendendo à demanda da população que vive a rotina caótica da cidade. O que poucos sabem é que um dos iogues mais respeitados do mundo na atualidade vive na Big Apple e veio de uma cidadezinha, no interior de Minas Gerais.

Nascido em 1939 na pequena Pirapora, Carlos Augusto Vargas iniciou seu ferte com a ioga aos 18 anos, quando pegou emprestados de seu irmão mais novo, livros referentes ao assunto. Mal sabia que estava lidando com algo que mudaria sua vida, incluindo seu nome, para sempre. Há mais de 40 anos passou a se chamar Dharma Mittra. Logo no início do seu contato com a atividade, o jovem mineiro queria encontrar um mestre para aprofundar seus conhecimentos sobre a filosofia que despertou seu interesse. "Tive uma formação católica, mas sempre acreditei na eternidade e nas leis carmáticas. Buscava um conhecimento maior a respeito desse tema", conta o brasileiro, que na mesma época se tornou vegetariano. "Até a adolescência, eu era forçado pelo

meu pai a comer carne. Sempre detestei me alimentar de cadáveres. Então foi fácil mudá-lo", relata. Um ano depois, Dharma, seus dois irmãos, duas irmãs e os pais, um fazendeiro e uma costureira, que até então passavam por muitas dificuldades financeiras, se mudaram para Belo Horizonte. Lá, Mittra entrou para a Força Aérea Brasileira, que serviu por seis anos. Paralelo a isso, conquistou em 1961 o título de Mister Minas Gerais, que é dado ao primeiro colocado no ranking de fisiculturismo do estado e ainda obteve o segundo lugar em levantamento de peso.

No começo dos anos 60 o irmão mais novo de Dharma Mittra foi tentado a vida em Nova Iorque. Em 1964, o então cabo da aeronáutica, seguiu o mesmo rumo em busca de oportunidades. Para isso, largou a Força Aérea Brasileira. Chegou desempregado, sem falar uma palavra de inglês e com o ginsio incompleto. Tinha como meta se tornar taxista. Logo no começo de sua trajetória na capital do mundo, Dharma se viu apresentado por seu irmão a Swami



Kalkshananda, o Yogi Gupta, que se tornou guru dos dois garotos pirapoienses. O dinheiro que Mittra ganhava trabalhando no restaurante era bem limitado, mas o suficiente para pagar suas necessidades básicas e as aulas de ioga.

Vivendo há três anos em Nova Iorque, Dharma foi morar num Ashram, retiro dedicado à meditação e a prática de ioga, localizado num prédio na Rua 56. "Quem vive no Ashram, se desliga do mundo para se dedicar a Deus. Não se pode sair de lá nem para ver a família. Você tem que seguir regras para fixar no local, dentre as quais ser vegetariano e acordar as 400 horas da manhã para fazer exercícios de respiração e meditação por 3 ou 4 horas", conta. Foi nesse período que o brasileiro mudou de nome.

Após oito anos dedicados integralmente ao Ashram, Sri Dharma Mittra foi embora do local e abriu na 3ª Avenida entre as ruas 22 e 23 o seu próprio centro de ioga. De lá para cá, a popularidade da filosofia oriunda da Índia não parou de crescer no ocidente, principalmente na década de 2000.

Dharma é apontado como um dos principais responsáveis por isso. "Algumas pessoas usam a ioga exclusivamente como um negócio. Felizmente, como passar do tempo, tenho visto mais pessoas aderindo às verdadeiras tradições iogues, ao invés de seguir por esse viés do business. O importante é que não se esqueça dos princípios básicos da filosofia iogue. Me concentro mais na parte espiritual, que é a única maneira que podemos desenvolver paz interior, luz e felicidade. Tudo com base na meditação", salienta.

Em fevereiro de 2011, Dharma abriu sua segunda academia, desta vez no lado oeste de Manhattan, em Chelsea. Conhecida pelo caos e por características totalmente urbanas, Nova Iorque, segundo o guru, é por incrível que pareça o melhor lugar do mundo para se levar uma vida iogue. "Aqui tudo está ao seu alcance. Há centros de ioga espalhados por toda cidade. É fácil encontrar locais para se tomar bons sucos e se alimentar de maneira saudável. Além disso, se tem acesso a todo tipo de tecnologia, o que pode contribuir e muito

para o conhecimento das pessoas. Se você quiser saber sobre Bhagavad Gita, é só entrar no google", explica Dharma citando o famoso texto religioso hindu. "Quando comecei, muito pouca gente fazia ioga. Hoje a sociedade é muito mais problemática. Há muito mais gente envolvida com problemas relacionados a drogas e depressão. Os resultados da filosofia iogue na vida das pessoas é nítido. Por isso que a ioga se tornou uma espécie de vírus do bem que se espalha muito rapidamente nos dias de hoje", afirma.

Sri Dharma Mittra é casado com Eva há 24 anos. Com ela tem dois filhos, Dov de 21 e Dahlia de 20. O mais velho segue seus passos e dá aula de ioga para iniciantes. Já a caçula mora em Nevada, onde estuda moda. No dia-a-dia, o guru brasileiro aproveita seu tempo livre meditando, arrumando o apartamento em que vive com a esposa e cuidando dos seus cachorros e gatos. Dharma dá três aulas diariamente. Em cada tema de 30 a 50 alunos. Em dias especiais, esse número chega a ultrapassar os 150. Viaja constantemente para ministrar workshops por diversos países. Hoje faz isso com menos frequência do que antes, já que está mais focado na academia que abriu recentemente.

Há 47 anos morando em Nova Iorque, sendo que há somente 15 voltou ao Brasil pela primeira vez, Dharma tem hoje o inglês como sua primeira língua. Chega a ter dificuldade em falar português, mas ainda pensa em voltar a morar no seu país, assim que se sentir seguro de deixar

os dois centros de ioga para seus discípulos cuidarem. Hoje, vai com frequência ao Brasil trabalhar ou para visitar os irmãos. Tem saudades da sua infância, quando assiduamente nadava no Rio São Francisco, se banhava na cachoeira, brincava com os cachorros e chupava manga fresca.

A conceituada revista americana Vanity Fair publicou em 2007 um trabalho de Michael O'Neil que fotografou os gurus mais respeitados do mundo e Dharma Mittra faz parte do seleto grupo. Nos anos 1980, o iogue brasileiro ficou conhecido internacionalmente, devido as mais de 100 mil cópias espalhadas pelo mundo de um poster que tem 908 fotos dele em posições diferentes da atividade que ajudou a difundir. "Costumo dizer que ioga é um atalho para a luz e a felicidade eterna. Devemos cultivar o amor por todos. Inclua os inimigos. Você pode muito bem amá-los, mantendo a distância. Temos que nos dedicar a descobrir quem realmente somos. A ignorância a respeito de nós mesmos é a maior fonte de dor e sofrimento".