REVISTA TRANSDISCIPLINAR
Uma oportunidade para o livre pensar
Vol. 26 – Ano 13 – Nº 26 – 2º semestre/2025 ISSN 2317-8612
http://revistatransdisciplinar.com.br - www.artezen.org

5 – MANDALAS – A ARTE DE CENTRAR-SE
- O LIVRO -

Celeste Carneiro*

A todos os que Me oferecem o coração, Eu sou a ciência do discernimento e intuição, para chegarem até Mim.
Residindo no centro das suas almas, faço-os sentir a Minha misericórdia,
o Meu Amor, e espalho dali os raios do verdadeiro conhecimento, cuja luz dissipa
as trevas oriundas da ignorância.
(Bhagavad Gîtâ – A mensagem do Mestre)

Durante 25 anos lecionei sobre mandalas, levando os ensinamentos desta arte milenar para os mais diversos lugares e as mais diferentes pessoas.

Hoje lanço o livro **Mandalas – A arte de centrar-se,** que pode servir como roteiro do curso lecionado, de modo a facilitar a aprendizagem e aplicação para aqueles que desejam o autoconhecimento, criar mandalas artísticas e decorativas, conhecer sobre a Geometria Sagrada, vivenciar o Sagrado em si mesmo e aplicar o uso de mandalas nas mais diversas áreas profissionais.

*** Celeste Carneiro** – Especialista em Arteterapia Junguiana – UBAAT – 04/0035/0906 e em Psicologia Transpessoal – ALUBRAT: E – 201740 (IJBA – Instituto Junguiano da Bahia / Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública/ Instituto Hólon). Graduada em Desenho e Artes Plásticas (Faculdade de Belas Artes de São Paulo – FEBASP, 1974). Professora e Supervisora em cursos de Arteterapia e de Psicologia Transpessoal. Escritora e editora. Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas – CIT, da Associação Baiana de Arteterapia – ASBART e da Associação Luso-brasileira de Transpessoal – ALUBRAT. Membro da ATI – Asociación Transpersonal Iberoamericana. Contato: artezen.org - revistatransdisciplinar.com - edtransdisciplinar@gmail.com - editoratransdisciplinar.com +55 71 99919-0880 Salvador-Bahia-Brasil.

INTRODUÇÃO – Minha trilha

No início da década de setenta do séc. XX tive contato com a sabedoria milenar do mandala. Naquela época estudava Belas Artes (hoje chamada Arte Visuais) em São Paulo e tinha amizade com pessoas espiritualistas. Havia muito pouco material sobre o tema. A *Revista Planeta* publicava algumas matérias sobre Jung e sobre a cultura indiana, e mostrava imagens de mandalas que me encantavam.

Em 1975 visitei a exposição dos trabalhos produzidos pelos pacientes de Nise da Silveira, no MASP (Museu de Artes de São Paulo), comemorando os 100 anos de nascimento de Carl G. Jung. Foi uma exposição que me deixou bastante impressionada ao ver a espontaneidade com que os enfermos mentais pintavam mandalas, todas elas muito interessantes quanto às formas, cores, movimentos... Daí então fiquei motivada a ler o que encontrava sobre mandalas e Psicologia Junguiana.

Praticante de Meditação desde a adolescência, tinha percepções extra-sensoriais, sendo que uma delas, percebida no final da década de 1980, apresentava um esquema da evolução do ser humano em forma de mandala, que descrevo no livro *Arte, Neurociência e Transcendência,* publicado pela WAK, em 2010.

Na época desta percepção (no final da década de 1980) já residindo em Salvador (BA), na Mansão do Caminho, recebemos a visita do espiritualista Trigueirinho, acompanhado da psicóloga Ruth Brasil Mesquita, que chegaram até a Sala de Artes, onde eu trabalhava, no momento em que estava concluindo o desenho percebido durante a meditação. Expliquei minha percepção para eles.

Trigueirinho não me falou nada, mas, meses depois recebi pelos Correios o livro enviado por ele: *Teoria e Prática da Mandala,* de Giuseppe Tucci (1988). Fiquei exultante! Foi o meu primeiro livro de mandalas.

Em 1992, criei o curso Criatividade e Cérebro – um jeito de fazer Artezen (então com o nome *DLADIC – Desenvolvimento do Lado Direito do Cérebro – Desenhe com o lado direito do cérebro e descubra o artista que você é!).* Nesse curso, de vez em quando sugeria que os alunos desenhassem mandalas sob a minha orientação e informava do ganho com a sua prática, não só de efeito tranquilizador como um meio de tornar a memória mais ativa.

Em 1995 adquiri o livro de Rüdiger Dahlke, *Mandalas – Formas que representam a harmonia do cosmos e a energia divina (*3ª, 1993*).* Usava xerox dos seus desenhos para dar aos alunos para pintarem. Com isso, ia me surpreendendo com o depoimento das pessoas e criando novas formas de uso desses desenhos.

Anos depois, em 1998, tomei conhecimento do trabalho da psicóloga Gislaine Maria D´Assumpção, fundadora do Instituto Renascer da Consciência, em Ravena – MG. Além da experiência própria, ela trazia como referência Tucci, Pennick, Jung, Arguelles, Kellog, Dahlke, Fincher e Matos. Muitos desses atuavam na área da Psicologia Transpessoal. Pouco tempo depois participei de um seminário no curso de Psicologia Transpessoal da UNIPAZ (Universidade da Paz), núcleo de Salvador–BA, onde Gislaine trabalhou com mandalas.

Após alguns anos, ainda na UNIPAZ, fui a um retiro em Brasília onde participei de uma vivência com Frieda Maria da Silva Sousa, aprendendo novas formas de se trabalhar com essa ferramenta de autoconhecimento.

Os livros da escritora Celina Fioravanti começaram a surgir, ricos de sugestões e ensinamentos relacionados à essa área e, com o passar do tempo, mais livros com conteúdo exclusivo sobre mandalas. Também começaram a aparecer ofertas de outros autores e assim o interesse das pessoas foram crescendo cada vez mais.

A partir de 2004 passei a dar o curso *Mandalas – a arte de centrar-se,* mais especificamente para os alunos das pós-graduações em Psicologia Transpessoal em que eu lecionava. Também dei seminários em Congressos, procurando levar aos alunos toda a experiência adquirida com os estudos e práticas envolvendo mandalas. Fiz um roteiro de tal modo que abrangesse as diversas áreas de atuação: Educação, Empresas e Organizações, Saúde, relacionamentos, autoconhecimento, espiritualidade.

De 2007 a 2017 dei aulas no curso de pós-graduação em Arteterapia Junguiana do IJBA – Instituto Junguiano da Bahia, e mandalas era o tema de um dos módulos.

A cada curso era acrescentado o que aprendíamos de novo, as ideias iam surgindo, aliado aos estudos mais recentes sobre o efeito da arte no cérebro, no comportamento, nas emoções.

Hoje, temos a colaboração da internet que divulga trabalhos belíssimos e textos enriquecedores, levando às pessoas o aprofundamento sobre o seu significado e como construir os mais diferentes tipos de mandalas, inclusive estampas em cartas muito bonitas, contendo mensagens esclarecedoras, coincidindo com o momento em que a pessoa vive. Elas funcionam como exercício de sincronicidade.

Usamos essas imagens no início das nossas aulas.

Neste livro apresentamos o passo a passo das aulas do curso de mandalas que ministramos ao longo desses 25 anos, (de 1992 a 2017) em diversos lugares e em alguns países.

Iniciamos com a teoria, falando sobre o ponto inicial e o encantamento que nos tem despertado a figura circular, desde as mais remotas civilizações até o momento presente. Seguimos falando sobre o Cosmos e nós, a Geometria Sagrada e sua presença em nossa vida; como trabalhar com ela em sala de aula para alunos do Ensino Fundamental; os ensinamentos da Índia e do Tibet. Com os grandes mestres, aprendemos sobre as rodas invisíveis que influenciam o nosso corpo e que são chamadas de chakras.

Voltando o olhar para o Ocidente, falamos um pouco sobre Carl Gustav Jung e Nise da Silveira, que nos apresentaram os estudos sobre esta arte milenar.

Com esses mestres, iniciamos a desvendar o simbolismo desses desenhos fazendo a leitura do que criamos, assim como a criação dos nossos clientes e alunos, com a participação inicial deles. Em seguida, entramos na abordagem Transpessoal e falamos sobre as Matrizes Perinatais trazidas pelo psiquiatra Transpessoal Stanislav Grof, um dos criadores dessa abordagem, considerada a 4ª força da Psicologia.

Damos início, em seguida, ao curso propriamente dito: *Mandalas – a Arte de Centrar-se,* como nós ministramos durante treze anos ininterruptos, de 2004 até 2017.

No capítulo 13 iniciamos os preparativos para o processo, em seguida trabalhamos com mandala em grupo, depois a mandala do relacionamento, mandalas com diversos recursos, mandalas para colorir, uso de letras e números, recriando mandalas, mandala tridimensional, mandala de recorte, os padrões repetitivos, outras formas de se trabalhar com mandalas (com velas, olho de Deus, mandala da terra), mandala como oráculo, mandala da escuridão, Geometria Sagrada, e concluímos com o capítulo *As Bem-aventuranças no processo de individuação.*

Disponibilizamos alguns desenhos para serem usados pelos leitores em suas práticas, esperando que encontrem facilidade para usá-los.

Espero, com este livro, ter contribuído para o crescimento pessoal dos buscadores e divulgadores dos recursos para um mundo melhor.

Para adquirir este livro, entre em contato com a Editora Transdisciplinar:

Editora Transdisciplinar

WhatsApp: +55 71 99919-0880
edtransdisciplinar@gmail.com
editoratransdisciplinar.com