



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 27 – Ano 14 – Nº 27 – 1º semestre/2026
<http://revistatransdisciplinar.com.br>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org

1 – TÉCNICAS TRANSPessoAIS: A arte da transcendência e cultivo integral para uma aprendizagem transformadora

Ms. Adriano Albino dos Santos

E-mail: adrianoalbinosantos@gmail.com
 ABRAPET/APPT

Dr. Aurino Lima Ferreira

E-mail: aurino.ferreira@ufpe.br
 UFPE/ABRAPET/APPT

Dr. Djailton Pereira da Cunha

E-mail: djailton.cunha@upe.br
 UPE/NUCAS/ABRAPET

Resumo: Este ensaio problematiza a relação histórica entre psicologia e educação, criticando a naturalização de uma intervenção psicológica de viés individualista, adaptativo e cientificista, identificada como um mecanismo de controle que promove a psicologização e a medicalização do fenômeno educacional e da vida. Em oposição a esta visão limitante, o texto tem como objetivo geral analisar as técnicas da perspectiva transpessoal como modos alternativos de cultivo de si, do outro e do mundo, propondo-as como fundamento para uma aprendizagem transformadora. Fundamentada como uma "arte da transcendência", esta abordagem visa uma mudança radical na consciência e no modo de ser. O seu cerne é composto por seis elementos inter-relacionados: o treinamento ético, o cultivo da concentração, a transformação emocional, o redirecionamento da motivação, o refinamento da consciência e o cultivo da sabedoria. Longe de promover um narcisismo, estas técnicas configuram-se como exercícios espirituais e éticos de ascese, visando uma ampliação das fronteiras do ego e uma costura integradora dos dualismos modernos. Elas operam uma reconexão com o mundo da vida, inscrevendo-se numa cosmopercepção que desafia o Credo Ocidental materialista. O objetivo final é um comprometimento ético-espiritual com a realidade, favorecendo a humanização, o bem-viver e um modelo de cuidado integral. A metodologia do estudo é ensaística, articulando a crítica social com a proposição deste novo paradigma formativo.

Palavras-chave: Psicologia Transpessoal; Cultivo de Si; Arte da Transcendência; Aprendizagem Transformadora; Cosmopercepção.

Abstract: This essay problematizes the historical relationship between psychology and education, criticizing the naturalization of a psychological intervention with an individualistic, adaptive, and scientific bias, identified as a mechanism of control that promotes the psychologization and medicalization of the educational phenomenon and of life itself. In opposition to this limiting view, the text's general objective is to analyze the techniques of the transpersonal perspective as alternative modes of cultivating the self, the other, and the world, proposing them as a foundation for transformative learning. Conceptualized as an "art of transcendence," this approach aims for a radical change in consciousness and way of being. Its core consists of six interrelated elements: ethical training, cultivation of concentration, emotional transformation, redirection of motivation, refinement of awareness, and cultivation of wisdom. Far from promoting narcissism, these techniques are configured as spiritual and ethical exercises of asceticism, aiming to expand the

boundaries of the ego and to integrally stitch together modern dualisms. They operate a reconnection with the lifeworld, inscribing themselves within a cosmoperception that challenges the materialist Western Creed. The ultimate goal is an ethical-spiritual commitment to reality, fostering humanization, well-living (*bem-viver*), and a model of integral care. The study's methodology is essayistic, articulating social critique with the proposition of this new formative paradigm.

Keywords: Transpersonal Psychology; Self-Cultivation; Art of Transcendence; Transformative Learning; Cosmoperception.

INTRODUÇÃO

A educação, enquanto dispositivo central de constituição do humano, vem sofrendo inúmeros questionamentos, contudo sua influência nos processos de socialização é constantemente evocada para garantir sua manutenção ou planejar sistematicamente sua extinção. Herdeira da modernidade e do sonho do momento cartesiano de liberar a humanidade de todos os limites e fazê-la progredir incessantemente, a educação foi fundamental para o nascimento do “Ego Conquiro” (Dussel, 2005; Maldonado-Torres, 2007) moderno e sua empreitada colonizadora universal.

A máxima cartesiana do “penso logo existo” partilhou o lado mais perverso do colonialismo através da lógica conquistadora moderna do “[...] penso (outros não pensam ou não pensam adequadamente), logo existo (outros não são, são destituídos de ser), não deveriam existir ou são dispensáveis” (Maldonado-Torres, 2007, p. 144, tradução nossa). Nessa máxima, os outros são percebidos como objetos a partir da entronização do homem branco europeu e, depois, do homem estadunidense – referência e ápice do desenvolvimento humano. Além de colocar a natureza como objeto a ser explorado para o bem do progresso e sugerir que outros modos de vida, que não estejam no centro da luz eurocêntrica, são inferiores. Africanos, indígenas e orientais são reiteradamente classificados como selvagens e exóticos que precisam ser convertidos, domados e esclarecidos à luz da razão. E quando resistem, precisam ser exterminados para o bem da evolução e do progresso.

Há uma ânsia por retirar o “elemento selvagem” do humano através da disciplina, parte negativa da educação e uma de suas metas, conforme percebemos nas indicações de Kant (2017, p. 8) quando discorre sobre a Pedagogia:

A disciplina preserva o homem de se desviar, mediante os seus impulsos

animais, da sua destinação - a humanidade. Tem de o limitar, por exemplo, para que não corra perigos de modo selvagem e irreflectido. A disciplina é meramente negativa, a saber, a acção pela qual se remove o elemento selvagem do homem; a instrução é, pelo contrário, a parte positiva da educação.

Esse elemento selvagem vai compor um dos polos das dicotomias que sustentam e justificam a inferiorização de outros povos, pois como indica Souza (2021, p. 54):

[...] seu aspecto principal, é, na realidade, a oposição entre espírito, como lugar da reflexão e da moralidade distanciada, que nos liga ao divino, e corpo, como representando nossa parte afetiva que nos liga à animalidade: precisamente, e não por acaso, a mesma estrutura da hierarquia moral do Ocidente [...]. (Souza, 2021, p. 54).

Essa hierarquização moral busca classificar os seres em superiores e inferiores a partir de atributos diversos, sendo, contudo, o selvagem-corpo o lugar que precisa de controle e disciplinamento sob diferentes perspectivas; pois o espírito-mente é algo superior e necessita assumir o controle dos processos formativos. Todavia, há outros caminhos de pensar o selvagem, pois:

Quando eu falo que a vida é selvagem, quero chamar atenção para uma potência de existir que tem uma poética esquecida, abandonada pelas escolas que formam os profissionais que perpetuam a lógica de que a civilização é urbana, e tudo que está fora das cidades é bárbaro, primitivo — e a gente pode tacar fogo. (Krenak, 2022, p. 33).

Assim, a educação assume uma forma de aliança afetiva entre mundos diversos e um

diálogo permanente entre os seres, um caminho de:

[...] experimentar a dança das alianças afetivas, que envolve a mim e uma constelação de pessoas e seres na qual eu desapareço: não preciso mais ser uma entidade política, posso ser só uma pessoa dentro de um fluxo capaz de produzir afetos e sentidos. Só assim é possível conjugar o mundizar, esse verbo que expressa a potência de experimentar outros mundos, que se abrem para outras cosmovisões e consegue imaginar pluriversos. (Krenak, 2022, p. 42).

Contudo, como indica Krenak (2022), o florestar perdeu espaço para o civilizar e o pesadelo cartesiano do *Mechanos*¹ foi ganhando forma através do engendramento de uma história única (Adichie, 2019) e a pegada antropocena/capitalocena segue deixando suas marcas de destruição de uma maneira nunca antes vista na história humana. E, enquanto deliramos que estamos progredindo, nossas florestas, faunas, rios, mares passam a agonizar e as mudanças climáticas entram em estado de alerta máximo conforme aponta o relatório “Mudanças climáticas 2022: impactos, adaptação e vulnerabilidade”:

Como deixa claro este último relatório do IPCC, manter o aumento da temperatura global em 1,5 °C ainda é possível, mas apenas se agirmos imediatamente. O mundo precisa atingir o pico das emissões de GEE até 2025, reduzir essas emissões quase pela metade até 2030, atingir o zero líquido até meados do século e, ao mesmo tempo, assegurar uma transição justa e equitativa. Com riscos crescentes de secas, inundações, incêndios florestais e outros efeitos catastróficos das mudanças climáticas, esses são prazos que não podemos deixar passar. (Schumer et al., 2022, s. p.).

Um rastro ecocida, etnocida e genocida fica como herança do Ego Conquistador, conforme indica Grosfoguel (2016), a universidade ocidental e seu modo de

conceber o humano e o mundo foram assentados sobre as ruínas e o extermínio de muitos seres. De modo que:

[...] o privilégio epistêmico do homem ocidental foi construído às custas do genocídio/epistemicídios dos sujeitos coloniais. [...] o racismo/sexismo epistêmico da estrutura das universidades ocidentalizadas e do mundo moderno ao genocídio/epistemicídio contra muçulmanos e judeus na conquista de Al-Andalus, contra povos nativos na conquista das Américas, contra povos africanos na conquista da África e a escravização dos mesmos nas Américas e, finalmente, contra as mulheres europeias queimadas vivas acusadas de bruxaria. Esses quatro genocídios/epistemicídios são fundantes da estrutura epistêmica moderno-colonial e das universidades ocidentalizadas. A [...] condição de possibilidade para o cartesianismo idolátrico dos anos 1640 que assume o olho de Deus e arroga-se o direito de dizer “penso, logo existo” é o “extermínio, logo existo”. (Grosfoguel, 2016, p. 25).

O ideário moderno de educação, capturado pelo capitalismo, ajudou na produção e na expansão de um modo de vida pautado na massificação, consumo, pressão pelo bem-estar, implantação da lógica de que tempo é dinheiro, racionalização, mecanização, instrumentalização, industrialização e produção tecnológica de um mundo líquido e marcado por uma crise ecológica sem precedentes. Um mundo que está dando sinais sempre mais intensos de esgotamento da Pegada Ecológica da Terra que:

[...] se mede a quantidade de terra fértil e de mar necessários para gerar os meios de vida indispensáveis como água, grãos, carnes, peixes, fibras, madeira, energia renovável e outros mais. Dispomos de 12 bilhões de hectares de terra fértil (florestas, pastagens, cultivos) mas, na verdade, precisaríamos de 20 bilhões. Como cobrir este déficit de mais de 8 bilhões? Sugando mais e mais a Terra... mas até quando? Estamos lentamente descapitalizando a Mãe

¹ O termo “*Mechanos*” foi inspirado em Torbert e Reason (2001) sendo aqui utilizado como metáfora para se referir ao modo predatório, utilitarista, extrativista e

mecanicista desenvolvido a partir do momento cartesiano para lidar com a vida.

Terra. Não sabemos quando acontecerá seu colapso. Mas a continuar com o nível de consumo suntuoso e de desperdício dos países opulentos, ele virá com consequências nefastas para todos a começar pelos mais pobres. (Boff, 2021, p. 12).

O humano fragmentado, cada vez mais, tem no cognocentrismo uma saída alucinante. O corpo desprezado dá lugar a uma mente desincorporada a qual deprecia sua interdependência com a Terra. E uma racionalidade instrumental tenta obstruir a complexidade da vida, reduzindo-a a um mero produto de exploração e consumo. A força do mistério da vida se esvai e a espiritualidade, enquanto um modo de vida eminentemente comprometido, vai perdendo espaço para o desencantamento do mundo, promovido por um cientificismo materialista que desconsidera a nossa interdependência com a teia da vida.

Os processos de formação humana são reduzidos ao treinamento e ao adestramento de habilidades e competências que buscam atender a aspectos meramente econômicos. A multidimensionalidade e integralidade do ser, como princípios norteadores da formação, são continuamente relegados. As técnicas transformadoras de si, presentes em diversas culturas, são paulatinamente substituídas por mecanismos de controle que buscam padronizar o ser em uma realidade uniforme dominada pela planura neoliberal.

O movimento transpessoal surge nos anos de 1960, em meio à crise da contracultura americana, e desponta como uma tentativa de sonhar outras realidades. Realidades que rompem com o pesadelo dos infinitos rótulos e simulacros de “Mechanos” e que nos despertem para a interdependência espiritual com Gaia e sua cosmogonia participativa.

Para Grof (1994), o transpessoal é apenas o termo moderno que muitos intelectuais utilizam para designar uma experiência espiritual. Isso significa exatamente que a espiritualidade não pode ser outra coisa que

não a capacidade de ir além dos modos usuais de perceber e interpretar a si e ao mundo a partir de uma perspectiva do “eu”, do “ego”, da “identidade” que nos lance para além das fronteiras.

A natureza do transpessoal como equivalente da própria natureza espiritual indica, de modo direto e explícito, que o termo espiritualidade encontra seu sentido mesmo naquilo que é “trans-pessoal”, ou seja, busca expandir as fronteiras do ego ou do modo de se fazer humano na atualidade. A formação humana se torna um exercício espiritual de transformação de si, do outro e do mundo, uma autêntica (trans)formação humana.

Ao considerar a espiritualidade como eixo fundamental do processo formativo, buscamos caminhos, aqui denominadas técnicas transpessoais, capazes de operar deslocamentos nos modos padronizados de viver. Assim, (trans)formação humana é posta como um horizonte ético a ser vivido e não uma mera ilustração do tipo sobrevôo do pensamento, tão próprio da racionalidade ocidental. Ela é um exercício de de(s)colonização² e autode(s)colonização das matrizes restritivas implementadas pela lógica predatória e extrativista moderna.

O prefixo *trans* põe a formação humana como um exercício espiritual/transpessoal, no qual o *trans* surge como um elemento indicador daquilo que na formação está “nas”, “entre”, e “além” das colonialidades do poder, do saber e do ser, sem cair no fascínio das universalizações e/ou sucumbir às relativizações. O *trans* congrega as múltiplas mobilidades do ser no e através dos mundos, ativando jogos transculturais para favorecer ultrapassagens e travessias, indo além das fronteiras de si.

O *trans* propõe uma jornada de (trans)formação humana que amplia o horizonte formativo através de um abraço integral com Gaia, descentrando o humano de ápice evolutivo e colocando-o em diálogo com todos os seres que dividem a terra conosco. Inclusive, abrindo espaço para uma cosmopolítica com outros níveis sutis de realidade, tais como o imaginal, o arquetípico e o mundo dos extra-humanos do xamanismo

² Fazemos o uso do termo de(s)colonial, ao longo do texto, sem adesão às tensões que sua escrita traz (Carvalho, 2021). O uso de “s” entre parênteses, aponta nossa intenção de indicar uma dupla resistência necessária ao enfrentamento do modo co-

lonial e de colonialidade que atravessam a sociedade brasileira. Em nosso entender, as matrizes escravagistas e os modos extrativistas coloniais não foram superados no Brasil, requerendo, portanto, a continuidade dos processos de descolonização.

ameríndio, das forças da natureza da cosmopercepção africana e das beiradas do mundo.

O *trans* descentra-se do ideal de humano que jaz embutido no ideário moderno de formação desde a *Paidéia* a *Bildung*, apontando a necessidade de considerarmos os aspectos sub-ontológicos de como são tratados alguns humanos, pois “[...] a diferença entre o ser o que está mais abaixo do ser, ou o que está marcado como dispensável e não somente utilizável; a relação de um *Dasein* como um sub-outro não é igual à relação com outro *Dasein* ou com uma ferramenta” (Maldonado-Torres, 2007, p. 146). Assim, além de negros e indígenas, outros segmentos sociais, historicamente marginalizados, criminalizados e tornados sub-seres, como: mulheres, crianças, idosos, LGBTQIA+, sem terras, sem tetos, quilombolas, ciganos, comunidades tradicionais e periféricos de toda ordem, são incluídos nesse *trans*.

Assim, buscamos neste ensaio mais especificamente: Analisar as técnicas da perspectiva transpessoal como modos de cultivo de si, do outro e do mundo, contrapondo-as ao modelo tradicional de intervenção psicológica na educação, de viés individualista, adaptativo e cientificista, propondo-as como fundamento para uma aprendizagem transformadora que integre os seis elementos interdependentes da arte da transcendência – treinamento ético, cultivo da concentração, transformação emocional, redirecionamento da motivação, refinamento da consciência e cultivo da sabedoria –, com vistas à promoção de um comprometimento ético-espiritual com a realidade e à reconexão com o mundo da vida.

A RELAÇÃO ENTRE PSICOLOGIA E EDUCAÇÃO: DA HEGEMONIA À CRÍTICA

A presença das intervenções da psicologia na educação é intensamente naturalizada e fruto de muitos anos de interlocução e embates entre essas duas áreas de saber, de modo que podemos dizer que a história da psicologia brasileira é perpassada pela educação, ou melhor, que a psicologia no Brasil nasce tutelada pela educação. Mas, como todo processo de naturalização, esconde vieses e tentativas de encobrir modos de controle, assujeitamentos e relações de poder. Nesse caso, temos o

desejo, não tão secreto, da psicologia tornar-se a “rainha da educação”.

Esse deslocamento da psicologia do centro do campo educacional traz embutido uma crítica ao viés individualista, adaptativo e cientificista adotado pela psicologia na sua inserção no Brasil e no trato com a educação. Contra essa perspectiva limitante, uma das referências centrais no estudo da relação psicologia e educação, Maria Helena Patto (1981), no livro “Introdução a Psicologia Escolar” aponta para o papel social das intervenções da psicologia na escola.

Ela realiza uma dura crítica à ênfase clínica na formação dos profissionais de psicologia e propõe que essa formação, tanto técnica como humana, esteja voltada ao “[...] exercício de uma função profilática e libertadora junto às camadas oprimidas da população, na qual possa fazer psicologia sem psicologizar e fazer ciência sem cientificizar” (Patto, 1981, p. 2).

A observação de Helena Patto (1981), mesmo que dos anos 80, permanece atual e sinaliza que o manejo das técnicas psicológicas no espaço escolar tem duas vertentes que carecem de severas críticas, devido ao seu caráter reducionista de complexidade do fenômeno educacional: a primeira, a psicologização e a segunda, a ênfase na cientificização através do tecnicismo e dos discursos biologizantes.

A “psicologização da educação” foi analisada e problematizada por diversos autores que se dedicam aos estudos críticos entre psicologia e educação (Patto, 1993; Collares; Moysés, 1994; Voltolini, 2007) que, seguindo referenciais teóricos diversos, apontam esse fenômeno como parte do avanço da lógica capitalista e da hegemonia do discurso técnico e cientificista da atualidade.

Em sua dissertação, Vasconcelos (2019, p. 24) traz uma análise crítica da neuroeducação como um exemplo emblemático do tecnicismo e discurso biologizante no campo educacional, quando aponta que:

Reduzir a educação às leituras de adequação de saúde pode representar a condução do processo formativo à lógica de desempenho, que se limita à necessidade de contemplar determinados parâmetros de produção e comportamento do que se espera nos processos de ensino-aprendizagem. Ao impor esta normalização, a contribuição das

neurociências corre o risco de tornar-se o exercício de uma instância clínica nas escolas. Em que a medida de atuação nos espaços educacionais se torna a medicalização. Os diagnósticos e terapêuticas passam a compor o modo de interpretar o desempenho do indivíduo. E todo aquele que contrariar a expectativa que se têm acerca de seu rendimento e comportamento estará condicionado ao ajustamento de sintomatologias e quadros patológicos (Vasconcelos, 2019, p. 24).

No intuito de ampliar este debate trazemos a proposta transformadora da Psicologia Transpessoal.

A PSICOLOGIA TRANSPESSOAL COMO PROPOSTA DE TRANSFORMAÇÃO E CUIDADO INTEGRAL

Neste ensaio, concordamos com as críticas anteriormente realizadas (Collares; Moysés, 1994; Patto, 1993; Vasconcelos, 2019; Voltolini, 2007) e inserimos as técnicas transpessoais dentro daquilo que Cunningham (2022, p. 14) nomeia como “aprendizagem transformadora” e Walsh e Vaughan (1993) de “arte da transcendência”:

O aprendizado transformador é o tipo de aprendizado que transforma corações e mentes para servir ao mundo. É uma mudança fundamental na consciência, percepção e compreensão de si mesmo, de seu corpo, de outras pessoas e do mundo natural que pode alterar permanentemente a maneira de ser, saber e agir de uma pessoa. Envolve uma transformação radical das estruturas de conhecimento pessoal e orientação de valor, afetando o estilo de vida e a visão das possibilidades humanas para a justiça social no mundo cultural humano [...]. [...] uma característica dos programas de aprendizagem transformadora de orientação transpessoal é a introdução do papel da espiritualidade, da identidade cultural e da transformação social no processo educacional. [...] a espiritualidade pessoal individual e a transformação social coletiva não são necessariamente dicotomias. A espiritualidade não é tangencial ao processo transformativo. O objetivo do aprendizado e ensino transformadores é ajudar pessoas reais a

resolver problemas reais da vida cotidiana por meio da transformação pessoal e social e usar o que é aprendido para ajudar a humanizar um mundo desumano e curar as feridas de uma psique dividida com sabedoria e compaixão (Cunningham, 2022, p. 14).

Como exemplo de práticas que mobilizam a espiritualidade enquanto promotora de transformações de si, do outro e do mundo, Cunningham (2022) destaca o Programa de Prática de Vida Integral desenvolvido por Ken Wilber, Terry Patten, Adam Leonard e Marco Morelli e os programas de Prática Transformativa Integrativa (PTI) de Jorge Ferrer, Marina Romero e Ramon Albareda, assim como o Programa desenvolvido por George Leonard e Michael P. Murphy descrito no livro “A vida que nos foi dada”.

Esses programas apresentam diversas técnicas que buscam promover processos de transformação integral os quais incluem o corpo, a mente, o espírito, as relações interpessoais e o mundo. No Brasil, tivemos o trabalho do “Curso de Formação de Educadores Holísticos” que consistia em propiciar a formação humana a 14 adolescentes da periferia do Coque, Recife-PE, a partir de uma perspectiva transpessoal/integral, aliada a uma preparação ético-espiritual de construção de cidadania e cultura de paz. Iniciado em 2004, teve duração de cinco anos e foi avaliado na tese de doutoramento de Ferreira (2007) e nas dissertações de Coutinho (2012) e Silva (2018).

A “arte da transcendência” proposta por Roger Walsh e Frances Vaughan (1993) aparece no *Journal of Transpersonal Psychology*, em 1993. De acordo com Walsh e Vaughan (1993), ao analisar o século XX, é possível compreender que dois dos principais avanços da psicologia ocidental não consistiram em descobertas inéditas, mas no reconhecimento de saberes antigos. Um desses pontos refere-se à constatação de que o amadurecimento psicológico pode se estender muito além das concepções arbitrárias e culturalmente definidas de normalidade (Wilber, 1980; Wilber et al., 1986), revelando potenciais latentes de desenvolvimento em cada indivíduo. Nesse sentido, apoiando-se em William James, os autores indicam que a maioria das pessoas vive restrita a uma fração de suas

possibilidades físicas, intelectuais e morais, embora disponha de reservas de consciência e vitalidade ainda não exploradas.

Eles destacam a presença de técnicas para acessar, cultivar, potencializar e realizar os “reservatórios de vida”, na linguagem de William James, ou os “potenciais transpessoais”, em suas próprias palavras:

Estas técnicas fazem parte de uma arte e tecnologia que foi refinada ao longo de milhares de anos em centenas de culturas e constitui o núcleo contemplativo das grandes tradições religiosas do mundo. Esta é a arte da transcendência, projetada para catalisar o desenvolvimento transpessoal [...] (Walsh; Vaughan, 1993, p. 2).

Indicam que há uma grande variedade de práticas e técnicas contudo “[...] parece haver seis elementos comuns que constituem o coração da arte da transcendência: treinamento ético, concentração, transformação emocional, redirecionamento da motivação, refinamento da consciência e cultivo da sabedoria” (Walsh; Vaughan, 1993, p. 2). A seguir faremos uma breve síntese desses seis elementos.

Para Walsh e Vaughan (1993), o treinamento da ética é a base fundamental das técnicas transpessoais e a base do treino da mente:

Conforme Walsh e Vaughan (1993), a ética é reconhecida como elemento fundamental para o desenvolvimento transpessoal, mas, nas tradições contemplativas, não se restringe a uma moralidade convencional, sendo concebida como disciplina voltada ao treinamento da mente. A prática introspectiva revela que condutas antiéticas estão associadas ao fortalecimento de estados mentais destrutivos, como a ganância e a raiva, enquanto o comportamento ético contribui para o enfraquecimento desses fatores e favorece o cultivo de qualidades como bondade, compaixão e serenidade. Assim, no amadurecimento transpessoal, a ética passa a manifestar-se de forma espontânea, como expressão da identificação com todos os seres e com a vida em sua totalidade.

O treinamento atencional e o cultivo da concentração são fundamentais para superar a instabilidade da mente:

Segundo Walsh e Vaughan (1993), a psicologia ocidental compreendeu de maneira

limitada o treinamento da atenção ao aceitar sem questionamentos a afirmação de William James de que esta não poderia ser sustentada continuamente (James, 1899/1962). Contudo, o próprio autor reconhecia que a capacidade de reconduzir a atenção dispersa era central para o julgamento, o caráter e a vontade, constituindo-se em um ideal educativo fundamental, ainda que de difícil aplicação prática (James, 1910/1950). Em contraste, as tradições ligadas à arte da transcendência defendem que a atenção não apenas pode, mas deve ser sustentada como condição para o amadurecimento além dos limites convencionais do desenvolvimento humano. Nesse sentido, controlar a atenção é decisivo, pois a mente tende a assumir as qualidades dos objetos aos quais se volta (Goldstein, 1983), de modo que o foco em experiências de raiva pode gerar esse mesmo estado emocional, enquanto a concentração em experiências amorosas pode suscitar sentimentos de amor. Assim, o domínio da atenção possibilita também o cultivo intencional de emoções e motivações específicas.

A vivência da ética e a estabilidade emocional são fundamentais para o cultivo da transformação emocional que se desdobra a partir de três componentes centrais:

O primeiro é a redução de emoções destrutivas, como medo e raiva, um processo bem conhecido na terapia ocidental convencional. Claro, o que está implícito aqui não é repressão ou supressão, mas sim uma consciência clara de tais emoções e renunciar conscientemente a elas quando apropriado. O segundo componente é o cultivo de emoções positivas, como amor, alegria e compaixão. Enquanto as terapias ocidentais convencionais têm muitas técnicas para reduzir as emoções negativas, elas praticamente não têm nenhuma para intensificar emoções positivas como essas. Em contraste, a arte da transcendência contém uma riqueza de práticas para cultivar essas emoções em uma intensidade e extensão jamais sonhadas na psicologia ocidental. Assim, por exemplo, diz-se que a compaixão do budista, o amor do bhakti e o agape do cristão atingem seu pleno florescimento somente quando abrangem incondicional e inabala-

velmente todas as criaturas, sem exceção e sem reservas (Kongtrul, 1987; Singer, 1987). Essa intensidade e abrangência da emoção positiva é facilitada por um terceiro componente da transformação emocional: o cultivo da equanimidade. Esta é uma imperturbabilidade que promove o equilíbrio mental e, como tal, ajuda emoções como o amor e a compaixão a permanecerem incondicionais e inabaláveis, mesmo sob pressão. Essa capacidade é análoga à "apatheia" dos estóicos, à "apatheia divina" do pai cristão, à equanimidade do budista, à "alta indiferença" do filósofo Franklin Merrell-Wolff, ao samatva hindu que leva a uma "visão da mesmice" e o princípio taoísta da "igualdade das coisas", que leva além do "problema de preferir uma coisa à outra (Walsh; Vaughan, 1993, p. 4).

A motivação é o quarto elemento apontado no processo de cultivo da arte da transcendência. A interdependência entre o cultivo da ética, da estabilidade atencional e da transformação emocional aliada às práticas, como a da meditação, são fundamentais:

Conforme Walsh e Vaughan (1993), o redirecionamento da motivação para dimensões mais saudáveis e transpessoais implica uma transformação no foco, na intensidade e na qualidade dos desejos, tornando-os menos compulsivos, mais sutis e voltados a aspectos internos. Nesse processo, a motivação passa de um caráter egocêntrico para uma orientação aloccêntrica, centrada na preocupação com o outro, como também apontam pesquisas contemporâneas (Heath, 1983). Tradicionalmente, essa mudança é descrita como uma forma de "purificação" ou de "renúncia ao apego ao mundo", sendo comparável, em termos modernos, ao movimento ascendente na hierarquia de necessidades de Maslow (1971), ao processo de "eterização" proposto por Toynbee, ao estilo de vida de simplicidade voluntária (Elgin, 1981) e à busca kierkegaardiana da "pureza de coração". Além de favorecer esse redirecionamento, a prática da transcendência busca reduzir a força compulsiva do desejo, conduzindo a um desencanto sereno diante das coisas mundanas e diminuindo o conflito intrapsíquico — fenômeno corroborado por pesquisas com meditadores experientes

(Walsh, 1993; Wilber et al., 1986). Contudo, os autores destacam que tal processo não é simples nem imediato, demandando esforço e disciplina contínuos.

O exercício para refinar a consciência faz parte do processo de reconhecimento da natureza destreinada e dispersas de nossas mentes, de modo que Walsh e Vaughan (1993, p. 6) aponta, como quinto elemento da arte da transcendência, a necessidade de refinarmos a consciência:

De acordo com Walsh e Vaughan (1993), o desenvolvimento transpessoal envolve o refinamento da percepção, que deve tornar-se mais sensível, precisa e aberta à novidade de cada momento vivido, assim como das capacidades intuitivas, frequentemente obscurecidas e pouco desenvolvidas (Vaughan, 1979). A meditação figura como um dos principais instrumentos nesse processo, permitindo aos praticantes maior sensibilidade perceptiva interna e externa, experiência de cores mais intensas e acesso ampliado ao mundo interior. Pesquisas recentes oferecem respaldo a essas vivências subjetivas, sugerindo que a prática meditativa pode acelerar e refinar o processamento perceptivo, bem como favorecer uma empatia mais acurada. Nessa direção, Ellenberger (1970) destaca que a mente tende naturalmente a divagar entre passado e futuro, sendo a meditação um treino voltado a manter a atenção no presente. O resultado desse exercício é uma percepção renovada e centrada no agora, descrita de formas variadas nas tradições espirituais — como atenção plena no Budismo, anuragga no Hinduísmo, o "sacramento do momento presente" no Cristianismo ou a "trama do esquecimento" em Steiner — e também reconhecida por Maslow (1971) como característica de pessoas autorrealizadas. Além disso, tal refinamento perceptivo externo é acompanhado por um desenvolvimento das capacidades intuitivas internas, identificado por pesquisas contemporâneas como "sensibilização introspectiva" (WEST, 1987) e metaforicamente descrito em diversas tradições como a abertura de um órgão perceptivo interior: o "olho da alma" em Platão, o "olho do coração" no sufismo, o "olho do Tao" no taoísmo, o "terceiro olho" no budismo tibetano ou o nous na filosofia ocidental.

A ideia central, em refinar a consciência, diz respeito à percepção de que "[...] quando vemos as coisas com clareza, precisão,

sensibilidade e frescor, podemos responder com empatia e apropriadamente” (Walsh; Vaughan, 1993, p. 6).

A sabedoria é a sexta qualidade cultivada pela arte da transcendência e requer a superação de que o acúmulo de conhecimento é suficiente para prover processos de transformação. Assim:

Tradicionalmente, a sabedoria é considerada algo significativamente mais do que conhecimento. Enquanto o conhecimento é algo que temos, a sabedoria é algo que devemos ser. Desenvolvê-la requer autotransformação. Essa transformação é fomentada pela abertura indefesa para a realidade das "coisas como elas são", incluindo a enorme extensão de sofrimento no mundo. Em nosso tempo, foi o existencialismo que enfatizou esse reconhecimento com mais força (Yalom, 1981). Com sua descrição gráfica dos inevitáveis desafios existenciais de inutilidade, liberdade e morte, ele redescobriu aspectos da Primeira Nobre Verdade do Buda, que afirma que a insatisfação (*dukkha*) é uma parte inerente da existência. Tanto o existencialismo quanto as tradições da sabedoria concordam que, nas palavras de Thomas Hardy (1926), "se houver um caminho para o Melhor, ele exigirá uma visão completa do Pior". Enquanto o existencialismo nos deixa abandonados em uma situação sem saída de consciência intensificada dos limites existenciais e do sofrimento, a arte da transcendência oferece uma saída. Para o existencialismo, a sabedoria consiste em reconhecer esses fatos dolorosos da vida e aceitá-los com autenticidade, determinação (Heidegger) e coragem (Tillich). No entanto, para as tradições contemplativas, essa atitude existencial é uma sabedoria preliminar, e não final, e é usada para redirecionar a motivação das buscas triviais e egocêntricas para as práticas contemplativas que levam a uma sabedoria mais profunda. A sabedoria mais profunda reconhece que a sensação de estar abandonado em uma situação sem saída de limites e sofrimento pode ser transcendida por meio da transformação do eu que parece sofrer (Vaughan, 1986). Essa

transformação brota do desenvolvimento do insight intuitivo direto - além dos pensamentos, conceitos ou imagens de qualquer tipo - na natureza da mente, do eu, da consciência e do cosmos. Esse insight é a base para a sabedoria libertadora transracional, conhecida no Oriente como *jnana* (Hinduísmo), *prajna* (Budismo) ou *ma'rifah* (Islã) e no Ocidente como *gnosis* ou *scientia sacra*. E com esta libertação realiza-se o objetivo da arte da transcendência (Walsh; Vaughan, 1993, p. 7).

Esses seis elementos constituem o coração da arte e da tecnologia da transcendência propostas nas técnicas transpessoais. Em última instância, elas visam à formação do sujeito ético, aqui, uma ética-espiritual. Destacam modos de cultivo da atenção e da consciência, em especial, através de alguns tipos de meditação. Buscam acionar processos de educação emocional, particularmente, concentram-se em modos de cultivo do amor; além de mover-se para o mundo através de um refinamento da motivação, sem descartar a necessidade de ampliação do intelecto e da sabedoria.

Há uma interdependência entre esses seis elementos, de modo que o cultivo de um acaba interferindo nos demais, contudo há a necessidade de olharmos e contemplarmos cada um deles em suas especificidades, de modo que todos sejam atendidos integralmente.

Outro modo de pensar as técnicas da psicologia transpessoal seria como ferramentas de ampliação das fronteiras de si, dado que elas surgem do interesse de ampliar o cuidado com a vida humana diante do estreitamento da racionalidade cartesiana imposta pelo "Ego Conquiro" da modernidade. Elas inauguram uma postura de comprometimento ético-espiritual perante a realidade, postura caracterizada por um constante "ocupar-se consigo", "preocupar-se consigo mesmo" ou ainda "tomar conta de si mesmo", sendo esse "si" interdepende do outro e do mundo.

Assim, longe de ser uma preocupação autocentrada, trata-se de uma atividade que deveria ser desenvolvida com a finalidade de aperfeiçoar o sujeito em sua relação com o outro, ao mesmo tempo, em que é ponto central do que se costuma chamar de "arte de viver bem" ou "[...] uma forma de viver, uma

forma de vida, uma eleição vital e que possui um valor existencial que afeta a nossa maneira de viver, nosso modo de estar no mundo” (Hadot, 2006, p. 11).

As técnicas transpessoais mostram-se vinculadas a um certo número de exercícios que não são impostos por uma instância externa, mas pelo sujeito de si mesmo e por isso tem uma estreita ligação com a noção de liberdade. Nesse sentido, as técnicas transpessoais emergem não como um princípio abstrato, mas como uma prática constante de (trans)formação de si no intuito de ampliar a relação com o outro e como mundo.

As técnicas transpessoais se inscrevem como exercício de sentipensar formas de costuras e integrações no mundo da vida das inúmeras divisões criadas e/ou ampliadas pela modernidade. Elas se inserem como caminhos de (trans)formação humana quando ampliam o leque das fronteiras da formação. As divisões entre humano/não-humano, individual/comunitário, corpo/mente, matéria/espírito e cultura-natureza são exemplos das consequências da ontologia dualista que move nossa sociedade e impede novas formas de nos relacionarmos com a diversidade de ambientes e vidas, pois estreitam a percepção para um único foco. Assim, as técnicas transpessoais procuram nos reconectar com o mundo da vida:

Isso lembra aqueles de nós existentes nos mundos urbanos e liberais mais densos que nós também vivemos em um mundo que está vivo. Refletir sobre a relacionabilidade recoloca o humano no fluxo incessante da vida em que tudo está inevitavelmente imerso; permite que nos vejamos novamente como parte do fluxo da vida (Escobar, 2020, p. 81, tradução nossa).

O sentipensar, posto em ação como uma técnica transpessoal, une a força ancestral das comunidades indígenas, afrodescendentes, ribeirinhas e periféricas diversas no intuito de construção do bem-viver. Uma construção assentada na inseparabilidade do coração e da mente, um coronazar que circula nos interstícios, contra os discursos e práticas racistas heteropatriarcais e os saberes acadêmicos convencionais e conservadores, os quais movem a força da vida em espaços de afirmação do Ser e curam o vínculo primário com a terra e os territórios.

Ferreira et al. (2019) e Tavares, Azevedo e Bezerra (2012), ao analisar aspectos históricos, apontam que as técnicas transpessoais têm sua base nas tradições xamânicas e orientais não lineares, assim como na filosofia antiga ocidental e nas práticas dos primeiros cristãos, contudo ao longo do tempo tivemos um predomínio das orientações euroestadunidenses através dos vieses ocidentocêntricos, que se põem como saberes únicos.

A modernidade, a partir de uma restrição da complexidade do ser, centrou-se no cognocentrismo, atribuindo uma valorização excessiva a máxima délfica “conhece-te a ti mesmo” em detrimento do “cuida de ti mesmo” sempre integral e multidimensional, de modo que tivemos uma restrição nos modos de cuidado de si, do outro e do mundo. O movimento transpessoal se impõe e resiste a esse modo de operar e busca resgatar as técnicas de tradições ancestrais que provoquem mudanças de si.

As técnicas transpessoais não são um convite a um tipo de inércia narcísica ou à inação, pelo contrário, elas nos possibilitam que nos constituamos eticamente como sujeitos de nossos atos e comprometidos com o bem viver, antes que nos isolemos. É isso que nos permite situar e agir de maneira comprometida com o mundo.

Elas se configuram uma problematização dos modos como constituímos as nossas identidades, um questionamento permanente sobre o nosso modo de ser, apontando para a possibilidade de sermos diferentes; é, portanto, uma questão ética a relação de si para consigo mesmo. Assim, essas práticas devem ser aplicadas no instante mesmo de realização das ações, visto que nesse momento nossas identidades vão se construindo.

As técnicas transpessoais são práticas que ajudam os indivíduos a se cuidarem, ou seja, são ferramentas de ascese, de trabalho sobre suas próprias subjetividades. Uma dobra espiritual sobre si no intuito de (trans)formação. Obviamente, esse tipo de atividade não pode ser considerado fácil. Portanto as técnicas transpessoais devem ser entendidas como práticas, através das quais o humano não apenas determina para si mesmo as regras de sua conduta, como também busca modificar-se para alcançar a sua singularidade. A prática dessas técnicas resulta em uma reflexão sobre os modos de

vida e sobre as escolhas de existência de cada um.

Na modernidade, as práticas que procuram favorecer processos de (trans)formação humana são integradas às práticas do tipo educativo, médico ou psicológico e precisam ser melhor estudadas para serem postas a serviço de novos processos de subjetivação. No contexto da Perspectiva Transpessoal, diferentemente das concepções a respeito dos fins das técnicas como tarefa prática de mera produção de conhecimento no campo educacional, reiteramos que as técnicas transpessoais, enquanto um método de ampliação das fronteiras do modo egocentrado de operar, buscam ampliar e resgatar os fundamentos da razão desta pesquisa, a saber: a ampliação da humanização.

Por trabalhar com estados ampliados de consciência e mover uma cartografia da consciência que extrapola o aspecto humano - incluindo dimensões arquetípicas, interespécies, cósmicas e, etc. - as técnicas transpessoais descentram a compreensão de que o humano é o ápice de evolução, criando aberturas para um cuidado maior com a Terra.

As técnicas transpessoais caracterizam-se pela adoção de uma perspectiva integral e multidimensional do humano e da realidade, sendo inseparáveis do modo de operação da consciência de quem a maneja, ou melhor, elas não são um objeto instrumental neutro e dissociado da pessoa que a usa. De maneira que sua utilização deverá manter-se atrelada a uma compreensão global da perspectiva transpessoal, onde os vários aspectos do Kosmos apresentam-se integrados.

Segundo Acciari e Ayrizono (2019), trata-se de um conjunto de métodos voltados ao restabelecimento da saúde por meio da progressiva superação da noção de um “eu” separado, buscando o tratamento das neuroses a partir do despertar e da manifestação do transpessoal. Entre seus principais objetivos, destacam-se: a tomada de consciência do desequilíbrio pelo paciente; o estímulo e o desenvolvimento de recursos de expressão das potencialidades inatas; a identificação e a transformação de dificuldades em diferentes âmbitos da vida (afetivo, social, familiar, profissional e espiritual); a promoção da expansão da consciência, ampliando a percepção e a autoconscientização; o incentivo a valores elevados, atitudes éticas, cooperativas e fraternas; o favorecimento do autoconhe-

cimento e do autodesenvolvimento; e, por fim, a possibilidade de alcançar maior integração pessoal.

Grande parte das técnicas utilizadas no campo transpessoal utiliza, de maneira direta (sugerida) ou indireta (não sugerida), o conteúdo de imagens. Isso se justifica pelo reconhecimento, há milênios, do uso da função imaginativa para processos de (trans)formação humana em várias culturas no mundo inteiro, como no Tibete, na Índia, na África, entre os esquimós e indígenas americanos. Conforme aponta Epstein (1989), ainda pelos benefícios encontrados na atualidade com as pesquisas que mostram a riqueza criativa do hemisfério cerebral direito (Robles, 2001a, 2001b).

As técnicas transpessoais, pretendendo construir uma ponte entre o inconsciente e o consciente, realizam a exploração do nosso mundo interno através da criação orientada, ou não, de imagens que facilitem processos de (trans)formação humana. Segundo Epstein (1989), as imagens mentais são produtos da mente que podem ser usadas para favorecer o contato com a realidade subjetiva constituindo-se como uma linguagem do inconsciente.

Dentro desse referencial, as técnicas transpessoais acionam os conteúdos do inconsciente através da vivência das imagens, acolhendo sua verdade como fenômeno, oferecendo assim condições para que eles sejam revividos, atualizados, reorganizados e ressignificados na psique. De forma tal, que a percepção dos fatos seja transformada em direção ao bem viver e ao equilíbrio psicológico da pessoa. Entretanto é importante lembrar que apesar da fundamental importância da técnica, não é apenas a técnica que torna o processo transformativo transpessoal efetivo, pois o objetivo não é situar técnicas dissociadas de um campo ético mais amplo.

E o que caracteriza as técnicas como transpessoais é o seu poder de transformar as percepções, os sentimentos, emoções e atitudes do indivíduo, isto é, a possibilidade que elas apresentam de integrar aspectos negligenciados no processo formativo. O que as distingue das demais dentro de todo um imenso arsenal de recursos técnicos. É que elas objetivam a uma (trans)formação de si pela superação dos dualismos impostos pelo domínio do ego. Por exemplo, num contexto de raiva, a pessoa não é estimulada apenas a fazer arqueologia da origem dessa emoção

para poder expressá-la, ela é também conduzida a transcendê-la, experienciando a transitoriedade dos fatos, descobrindo a impermanência de tudo, chegando a um estágio de resignificação dos eventos geradores de traumas ou, até mesmo, alcançando o sentimento de amor, a depender da profundidade da experiência.

Diversas culturas e filosofias antigas, tanto no Oriente quanto no Ocidente, já praticavam técnicas que ampliavam a consciência. Com o advento da Perspectiva Transpessoal está havendo um resgate dessas práticas, tanto em seus conteúdos originais como adaptadas para a exploração dos diversos dimensões do ser. Verifica-se, dessa forma, a importância que é conferida por essa abordagem ao estudo da Antropologia, da Filosofia, da Mitologia Universal e das tradições multiculturais orientais e ocidentais:

No campo espiritual, a psicologia transpessoal torna-se a psicologia do desenvolvimento espiritual. Aqui encontramos explorações individuais e em grupo, e muita prática eclética e tradicional de origens ocidentais e orientais (Vaughan, 1982, p. 42).

Cunningham (2022, p. 26) cita o terapeuta e educador Michael Daniels para quem “[...] um evento deve ter um efeito “verdadeiramente transformacional” no experimentador antes que possa ser chamado de ‘genuinamente transpessoal’”, ou seja, é necessário um constante processo de autoconhecimento através da vivência de práticas e integração teórica ao longo da aprendizagem da “arte da transcendência” movida por princípios éticos.

Estes princípios éticos dizem respeito ao comprometimento com o mundo da vida proposto por um modelo transpessoal engajado no mundo sociocultural e histórico, pois propõe que sem tal incorporação no cotidiano as técnicas acabam servindo à manutenção de modos egocentros de vida.

As técnicas transpessoais inserem-se dentro de um cosmopercepção que desafia os modos egocentros ocidentais. De acordo com Cunningham (2022), é possível identificar um conjunto alternativo de pressupostos ontológicos, epistemológicos e axiológicos que podem servir de base para a construção de um mundo cultural mais humano. Entre esses princípios, destacam-se a compreensão de que os fins não justificam os meios,

sendo necessário que os próprios meios incorporem os valores dos fins buscados; o reconhecimento de que o mundo não é sua própria fonte; e a valorização do ambiente psicológico interno como tão real quanto o ambiente físico externo. O autor também ressalta que a vida surgiu e se mantém por meio de processos cooperativos, mais do que competitivos, interligando todas as espécies, além de afirmar que toda energia contém consciência e que esta não está limitada pelo tempo, espaço ou matéria. Ademais, tanto os seres humanos quanto os não humanos possuem uma dimensão psicológica interna profunda e vital. Por fim, Cunningham (2022) enfatiza a existência de um Eu transpessoal, dotado de criatividade e organização, responsável pela identidade mais ampla da personalidade, pelo funcionamento dos sistemas involuntários do corpo e pela disponibilização de um conhecimento interior superior, acessível em sonhos, estados de inspiração criativa e em diferentes focos de consciência.

Na contraposição deste “Credo Ocidental”, cita o “Credo da Sabedoria” proposto pelo psicólogo e pesquisador transpessoal Charles Tart que:

[...] oferece um conjunto alternativo de postulados, suposições e hipóteses sobre a natureza do Ser (ontologia), conhecimento humano (epistemologia) e cumprimento de valores (axiologia) sobre os quais construir um mundo cultural mais humano. Estes incluem: • O fim não justifica os meios. • O meio deve incorporar os valores dos fins que busca alcançar, caso contrário ambos são prejudicados (ou seja, você não pode matar pessoas que matam pessoas para mostrar que matar é errado). • O mundo não é sua própria fonte. • O ambiente psicológico interior é tão real quanto o físico exterior. • Vastos processos cooperativos, não competitivos, deram origem à vida física e conectam cada espécie com todas as outras. • Toda energia contém consciência. • A consciência não é limitada ou limitada pelo tempo ou espaço e não é aprisionada pela matéria, mas a forma. • Animais humanos e não humanos possuem uma dimensão rica e vital de profundidade psicológica interna. • Existe um Eu transpessoal interno de extraordinária criatividade, organização e signifi-

cado que forma a identidade mais ampla da personalidade, ordena os intrincados sistemas involuntários do corpo e disponibiliza conhecimento interior superior em sonhos e estados de inspiração criativa, que podem ser conhecidos diretamente e apelados através de uma ampla gama de focos de consciência (Cunningham, 2022, p. 280).

Assim, segundo Cunningham (2022), a psicologia ocidental ortodoxa está alicerçada em crenças que refletem a visão de mundo paternalista, materialista, tecnocrática, industrial e capitalista da civilização ocidental, oriunda de um contexto histórico e cultural específico (Tarnas, 1991). As consequências físicas, psicológicas e morais desse paradigma ainda se fazem sentir na contemporaneidade. Em contraposição, o Credo da Sabedoria e a perspectiva transpessoal sobre as potencialidades humanas propõem uma revisão da concepção de realidade e de ser humano, no intuito de promover uma “mudança mental global” (Harman, 1998).

Em síntese, as técnicas transpessoais mobilizam a arte da transcendência e seus processos transformativos para cuidar de si, do outro e do mundo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este ensaio consolida a perspectiva transpessoal como um paradigma transformador radical para o campo da psicologia e educação, propondo uma ruptura com os modelos tradicionais de intervenção psicológica. Ao examinar criticamente a histórica relação entre estas áreas, fica evidente como a psicologia convencional com seu viés individualista, adaptativo e cientificista, tornou-se instrumento de controle e normalização, promovendo a psicologização e medicalização do fenômeno educacional. Em oposição a esta visão reducionista, as técnicas transpessoais emergem como potentes modos de cultivo ético-espiritual do ser, oferecendo caminhos concretos para uma autêntica transformação pessoal e social.

A grande contribuição deste trabalho reside na articulação sistemática entre a crítica social fundamentada e a proposição de alternativas viáveis baseadas na arte da transcendência. As técnicas transpessoais não se limitam a ser ferramentas terapêuticas ou pedagógicas, mas configuram-se como práticas de

autoconstrução e cocriação que visam à expansão da consciência e à integração dos múltiplos aspectos do ser. Os seis elementos inter-relacionados que compõem o cerne desta abordagem - treinamento ético, cultivo da concentração, transformação emocional, redirecionamento motivacional, refinamento da consciência e cultivo da sabedoria - formam um sistema coerente e interdependente de desenvolvimento humano integral.

O treinamento ético, longe de ser entendido como moralismo convencional, apresenta-se como disciplina fundamental para o treino da mente, cultivando qualidades como compaixão, bondade e calma como bases relacionais indispensáveis. O cultivo da concentração, por sua vez, possibilita a superação da instabilidade mental característica da modernidade, permitindo o direcionamento intencional da atenção e o desenvolvimento da capacidade de presença integral. A transformação emocional transcende a mera gestão de sintomas, propondo uma reconfiguração profunda dos padrões emocionais através da redução de emoções destrutivas e do cultivo ativo de estados positivos como amor, alegria e equanimidade.

O redirecionamento da motivação representa talvez uma das contribuições mais radicais desta perspectiva, ao propor uma mudança de orientação existencial da busca egocêntrica para o compromisso alocêntrico, substituindo a lógica da aquisição pela ética da doação e do serviço. O refinamento da consciência amplia as capacidades perceptivas e intuitivas, permitindo uma leitura mais sensível e precisa da realidade, enquanto o cultivo da sabedoria transcende a acumulação de conhecimento para alcançar uma compreensão existencial profunda da natureza da mente e da realidade.

É crucial destacar que estas técnicas não constituem exercícios de interiorização narcísica, mas sim práticas de engajamento responsável com o mundo. Elas permitem ao sujeito reconhecer-se como parte integrante do tecido da vida, superando a ilusão do separatismo e desenvolvendo um senso de corresponsabilidade com todo o existente. Através do desenvolvimento da capacidade de sentirpensar - integração indissolúvel entre razão, emoção, corpo e espírito - as técnicas transpessoais facilitam uma reaproximação genuína com o mundo da vida, curam fraturas ontológicas e epistemológicas e restauram o vínculo primordial com a Terra.

Na prática educacional, esta abordagem oferece alternativas concretas aos modelos tradicionais, privilegiando processos de aprendizagem transformadora que afetam não apenas a aquisição de conhecimentos, mas toda a maneira de ser, saber e agir no mundo. As técnicas transpessoais, quando aplicadas neste contexto, favorecem o florescimento de sujeitos mais conscientes, éticos e comprometidos com o bem-viver coletivo, capazes de responder criativamente aos complexos desafios contemporâneos.

Por fim, este ensaio reafirma a urgência de paradigmas psicológico-educacionais que honrem a complexidade humana e sua dimensão cosmopolítica. As técnicas transpessoais, com sua ênfase na integração, na transcendência e no cuidado, representam mais do que uma alternativa metodológica: constituem um convite à reconexão com o sagrado que habita em cada ser e em todas as formas de vida. Oferecem, assim, fundamentos sólidos para a construção de uma educação verdadeiramente transformadora, capaz de formar sujeitos integralmente desenvolvidos e profundamente comprometidos com a cura do mundo e o florescimento de todas as formas de vida.

REFERÊNCIAS

- ACCIARI, A. S.; AYRIZONO, M. de L. S. Psicoterapia breve transpessoal: estudo com portadores da doença de Crohn. In: FERREIRA, A. L. et al. (org.). Tratado de psicologia transpessoal: perspectivas atuais em psicologia: volume 2. Recife: Editora UFPE, 2019. p. 14-53.
- ADICHIE, C. N. O perigo de uma história única. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.
- BOFF, L. O doloroso parto da Mãe Terra: uma sociedade de fraternidade sem fronteiras e de amizade social. Petrópolis: Editora Vozes, 2021.
- COLLARES, C. L.; MOYSÉS, M. A. A. A transformação do espaço pedagógico em espaço clínico (a patologização da educação). São Paulo: FDE, 1994.
- COUTINHO, V. de M. Os usos da noção de cuidado de si pelos professores do Curso de Formação em Educadores Holísticos (NEIMFA/Recife): uma experiência formativa. 2012. 162 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2012.
- CUNNINGHAM, P. F. Introduction to transpersonal psychology. New York: Routledge, 2022.
- DANIELS, M. Shadow, self, spirit: essays in transpersonal psychology. Charlottesville: Imprint Academic, 2005.
- DUSSEL, E. Europa, modernidade e eurocentrismo. In: LANDER, E. (org.). A colonialidade do saber: eurocentrismo e ciências sociais, perspectivas latino-americanas. Buenos Aires: Clacso, 2005. p. 25-34.
- EPSTEIN, G. Healing visualizations: Creating health through imagery. New York: Bantam, 1989.
- ESCOBAR, A. Pluriversal politics: the real and the possible. Durham: Duke University Press, 2020.
- FERREIRA, A. L. et al. Tratado de psicologia transpessoal: perspectivas atuais em psicologia: volume 2. Recife: Editora UFPE, 2019.
- FERRER, J. N. Revisioning transpersonal theory: a participatory vision of human spirituality. New York: State University of New York Press Albany, 2002.
- GOLDSTEIN, J. The Experience of Insight: A Simple and Direct Guide to Buddhist Meditation, 1993.
- GROF, S. A mente holotrópica: novos conhecimentos sobre psicologia e pesquisa da consciência. Rio de Janeiro: Editora Rocco, 1994.
- GROSGOUEL, R. A estrutura do conhecimento nas universidades ocidentalizadas: racismo/sexismo epistêmico e os quatro genocídios/epistemicídios do longo século XVI. Sociedade e Estado, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 25–49, 2016.

- HADOT, P. Ejercicios espirituales y filosofía antigua. Madrid: Ediciones Siruela, 2006.
- HARMAN, W. (Citado por Cunningham, 2022). Obra de referência: HARMAN, W. Global Mind Change: The Promise of the 21st Century.
- HEATH, W. (Citado por Walsh e Vaughan, 1993). Obra de referência: HEATH, D. H. Fulfilling Lives: Paths to Maturity and Success.
- KANT, I. Sobre a pedagogia. Piracicaba: Unimep, 2017.
- KRENAK, A. Futuro ancestral. São Paulo: Companhia das Letras, 2022.
- LEONARD, G.; MURPHY, M. The Life We Are Given: A Long-Term Program for Realizing the Potential of Our Body, Mind, Heart, and Soul.
- MALDONADO-TORRES, N. Sobre la decolonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de un concepto. In: CASTRO-GOMEZ, S.; GROSFOGUEL, R. (org.). El giro decolonial: reflexiones para una diversidad epistémica mas allá del capitalismo global. Bogotá: Instituto Pensar, 2007. p. 127-167.
- MASLOW, A. Farther reaches of human nature. Toronto: McGraw-Hill, 1971.
- PATTO, M. H. S. (org.). Introdução à psicologia escolar. São Paulo: T. A. Queiroz, 1981.
- ROBLES, T. A magia de nossos disfarces. Belo Horizonte: Editora Diamante, 2001a.
- ROBLES, T. Concerto para quatro cérebros: em psicoterapia. Belo Horizonte: Editora Diamante, 2001b.
- SALDANHA, V. P. Didática tranpsessoal: perspectivas inovadoras para uma educação integral. 2006. 298 f. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.
- SCHUMER, C. et al. 6 conclusões do relatório do IPCC de 2022 sobre mitigação das mudanças climáticas. ArchDaily Brasil, [S. l.], 17 abr. 2022.
- SILVA, R. R. G. da. O amor e seus mo(vi)mentos. 2003. 175 f. Tese (Doutorado em Educação) Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2003.
- SOUZA, J. Como o racismo criou o Brasil. Rio de Janeiro: Estação do Brasil, 2021.
- STEINER, R. (Citado por Walsh e Vaughan, 1993)
- TART, C. (Citado por Cunningham, 2022). Obra de referência para o "Credo da Sabedoria": TART, C. T. Open Mind, Discriminating Mind: Reflections on Human Possibilities.
- TAVARES, M. F. A.; AZEVEDO, C. R. F.; BEZERRA, M. A. (org.). Tratado de psicologia transpessoal: antigos ou novos saberes em psicologia? Natal: EdUFRN, 2012. v. 1.
- VASCONCELOS, M. C. S. de. A recepção e circulação das neurociências no campo educacional brasileiro: um olhar a partir da perspectiva transpessoal integral de Ken Wilber. 2019. 190 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2019.
- VAUGHAN, F.; WALSH, R. The art of transcendence: an introduction to common elements of transpersonal practices. Journal of Transpersonal Psychology, [S. l.], v. 25, p. 1-10, 1993.
- VOLTOLINI, R. A relação professor-aluno não existe: corpo e imagem, presença e distância. Educação Temática Digital, [S. l.], v. 8, n. esp., p. 119-139, 2007.
- WALSH, R.; VAUGHAN, F. Caminhos além do ego: visão transpessoal. São Paulo: Cultrix, 1993.
- WILBER, K. O Espectro da consciência. São Paulo: Editora Cultrix, 1990.
- WILBER, K. et al. A prática de vida integral: um guia do século XXI para saúde física, equilíbrio emocional, clareza mental e despertar espiritual. São Paulo: Cultrix, 2011.