



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

EDIÇÃO ESPECIAL



CONGRESSO
INTERNACIONAL
TRANSPESSOAL
12º ALUBRAT • 3º ABRAPET



ASOCIACIÓN TRANSPERSONAL IBEROAMERICANA

2026
Salvador – Bahia – Brasil



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

APRESENTAÇÃO

A Revista Transdisciplinar é um periódico *on-line* semestral, organizado por Celeste Carneiro e publicado pela Associação Transpessoal Iberoamericana, que tem como objetivo socializar o pensamento de autores que desejam expressar suas reflexões sobre os mais diversos temas inter-relacionados com o Ser Integral e sua interação com o mundo que o cerca. Busca a integração de saberes e perfis, valorizando o diálogo entre sabedoria e conhecimento, estimulando a liberdade expressiva e dando oportunidade ao exercício da beleza, quer através da articulação de temas, ideias e conceitos, quer através do estilo de apresentação dessas ideias e conceitos.

Pautamos esta Revista no pensamento de Basarab Nicolescu e grupo que escreveu a Carta da Transdisciplinaridade (1994), onde esclarece:

A pluridisciplinaridade diz respeito ao estudo de um objeto de uma mesma e única disciplina por várias disciplinas ao mesmo tempo.

A interdisciplinaridade diz respeito à transferência de métodos de uma disciplina para outra.

A transdisciplinaridade, como o prefixo "trans" indica, diz respeito àquilo que está ao mesmo tempo entre as disciplinas, através das diferentes disciplinas e além de qualquer disciplina. Seu objetivo é a compreensão do mundo presente, para o qual um dos imperativos é a unidade do conhecimento.

Rigor, abertura e tolerância são as características fundamentais da visão transdisciplinar. O rigor da argumentação

que leva em conta todos os dados é o agente protetor contra todos os possíveis desvios. A abertura pressupõe a aceitação do desconhecido, do inesperado e do imprevisível. A tolerância é o reconhecimento do direito a idéias e verdades diferentes das nossas.

E no texto *Educação para o Séc. XXI*, do Relatório Delors (UNESCO, 2006):

Na visão transdisciplinar, há uma transrelação que conecta os quatro pilares do novo sistema de educação (aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser) e tem sua fonte na nossa própria constituição, enquanto seres humanos. Uma educação viável só pode ser uma educação integral do ser humano. Uma educação que é dirigida para a totalidade aberta do ser humano e não apenas para um de seus componentes.

Esperamos contribuir para a difusão do conhecimento com a sabedoria da abertura e da tolerância, aliada ao rigor que dá o ajuste necessário.

Como símbolo, trazemos a Flor da Vida, rico em mistérios estudados desde a mais antiga civilização e que encanta até os nossos dias. Lembra a conexão de todos com o Universo, a semente da vida, a relação do um com o todo, a gênese e o encadeamento dos genes, o que nos une e nos dá vida.

Os textos são de responsabilidade dos autores que deverão encaminhá-los para nossa apreciação já revisados.

Enviar para: cel5zen@gmail.com



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

REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma publicação da Asociación Transpersonal Iberoamericana
www.ati-transpersonal.org

Criação, editoração e coordenação geral

Maria **Celeste Carneiro** dos Santos – 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 (2007 a 2017) no curso de pós-graduação em Arteterapia do IJBA e nas pós-graduações em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal (Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública/Instituto Hólon-BA e PHOENIX – Centro de Desenvolvimento Transpessoal / Universidade Federal de Sergipe). Coordenadora, professora e supervisora na pós-graduação em Arteterapia em Teresina-PI – 2013 a 2015. Escritora e coautora. Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas – CIT, da Associação Baiana de Arteterapia – ASBART e da Associação Luso-brasileira de Transpessoal – ALUBRAT. Presidente da Associação Baiana de Arteterapia (2011 a 2013). Conselheira de Honra da UBAAT (União Brasileira das Associações de Arteterapia). Membro da ATI – Asociación Transpersonal Iberoamericana. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0119114800261879>



CONSELHO EDITORIAL

Priscila Peixinho Fiorindo

Arteterapeuta ASBART 0129/0514. Doutora em Psicolinguística (Universidade de São Paulo - USP/SP). Mestre em Linguística (USP/SP). Graduada em Letras (Mackenzie/SP). Docente do Mestrado Profissional em Letras/PROFLETRAS e do Programa de Pós-graduação em Tecnologias das Linguagens PPGTEL na Universidade Estadual da Bahia (UNEB). Líder do Grupo de Pesquisa – Psicolinguística: perspectivas interdisciplinares/UNEB. Currículo Lattes disponível em: <http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.do?id=K4744418Z4>

Francesca Freitas

Graduada em Medicina pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública - EBMSM em 1981. Professora Assistente de Neuroanatomia (EBMSM, 1982 a 2012). Tutora do Departamento de Biomorfologia da EBMSM, 2005 a 2012. Coordenadora do Serviço de Neurofisiologia Clínica do Hospital São Rafael de 1992 a 1998. Atuação em Neurofisiologia Clínica – Eletroneuromiografia.

Sonia Maria Bufarah Tommasi

Doutora em Ciências da Religião. Mestre em Psicologia da Saúde. Especialização em Musicoterapia, em Psicologia Analítica e em Arteterapia. Psicóloga clínica e educacional. Docente em cursos de pós-graduação de Arteterapia, Psicologia Analítica, Psicossomática, Psicopedagogia, Gerontologia. Presidente fundadora da Organização da Sociedade Civil de Interesse Público – *Oscip Arte Sem Barreiras*. Membro fundador da Associação Catarinense de Arteterapia (ACAT). Membro do Conselho da UBAAT – União Brasileira das Associações de Arteterapia. Escritora. Organizadora de livros da Vetor Editora: Organizadora, em parceria com Graciela Ormezzano, do livro publicado pela Ed. Paulinas: *Envelhecendo com sabedoria*. Pertencente à Comissão Editorial de Revista Cores da Vida (Goiânia-GO) e Membro Consultivo da Revista de Arteterapia da AATESP – Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo (SP). Conselho Editorial dos Anais da Jornada de Arteterapia e Filosofia. Coordenadora dos Cursos de Pós-Graduação em Psicologia Analítica e de Arteterapia da UNIPAZ - Goiás. Membro do GT Aion. Coordenadora e entrevistadora do projeto Jung Unus Mundus do GT Aion. Supervisora de estágios em Arteterapia da Unipaz Goiás. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5010212588553393>

Marcus Welby Borges Oliveira

Professor Titular do Departamento de Biotecnologia da Universidade Federal da Bahia. Possui graduação em Ciências Biológicas pela Universidade Federal da Bahia (1997), mestrado (2000) e doutorado em Patologia Humana pela Universidade Federal da Bahia (2008). Tem experiência na área de Patologia, Biologia Celular e Imunologia, com ênfase em Imunopatologia e Saúde e Espiritualidade. Atuou como Coordenador do Curso de Graduação em Biotecnologia (ICS/UFBA - 2017 a 2021) e como Presidente do Núcleo Docente Estruturante (NDE) do mesmo curso (2017 a 2026). Coordena o grupo de pesquisa Ciência, Saúde e Espiritualidade que existe desde 2016 e que consta como grupo certificado no Diretório de Grupos de Pesquisa do CNPq. Tem como áreas de pesquisa e/ou interesse: Biologia Celular do Câncer e de Células-tronco Tumoriais, Saúde e Espiritualidade e Psiconeuroimunologia. Coordenador do Grupo de Trabalho em

Saúde e Espiritualidade da REUPE - Rede Universitária de Pesquisas em Espiritualidade. Cofundador e Coordenador da REUPE. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9992514942111915>

Pedro Teixeira da Mota

Licenciado em Direito pela Universidade de Lisboa (Portugal). Investigador da Tradição Perene ou da Espiritualidade Universal. Conferencista em vários países e sobre diversos temas. Viveu dois anos e meio na Índia. Foi professor de Yoga, e tem trabalhado como especialista do livro antigo. Dinamizador espiritual. Publicou quatro livros de inéditos de Fernando Pessoa, comentados: *Moral, Regras de Vida e Condições de Iniciação*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Grande Alma Portuguesa*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Rosea Cruz*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989; *Poesia Profética, Mágica e Espiritual*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989. Em 1998, o *Livro dos Descobrimentos do Oriente e do Ocidente*. Em 2006, a tradução comentada do texto sânscrito *AstavakraGita, o Cântico da Consciência Suprema*. Em 2008 a tradução (com Álvaro Pereira Mendes), e comentando-a, do *Modo de Orar a Deus*, de Erasmo de Roterdão. E em 2015 um livro de trinta e três ensaios, “*Da Alma ao Espírito*”, Publicações Maitreya.

Gildemar Carneiro dos Santos

Doutor em Física, na área de sólitons, pela Universidade de Nagoya – Japão (1990). Mestre em Física pela Universidade de Nagoya – Japão (1986). Mestre em Física pela Universidade de São Paulo (1982). Bacharel em Física pela Universidade de São Paulo (1979). Atualmente é professor associado da Universidade Federal da Bahia. Tem experiência na área de Física, com ênfase em Métodos Matemáticos da Física, atuando principalmente nos seguintes temas: números hipercomplexos, equações diferenciais não lineares associadas a sólitons. Músico nas horas vagas, coordena a orquestra de amadores Ateneu Musical. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9800581085946445>

Glícia Conceição Manso Paganotto

Mestrado em programa de pós-graduação em educação pela Universidade Federal do Espírito Santo (2010), graduação em Artes Plásticas pela Universidade Federal do

Espírito Santo (2000) e graduação em Estudos Sociais pelo Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora (1979). Tem experiência na área de Artes, com ênfase em Arteterapia, atuando principalmente nos seguintes temas: arteterapia, criatividade, linguagem visual, autoconhecimento, educação emocional e saúde mental. Presidente da Associação de Arteterapia do Espírito Santo – AARTES até 2027. Dois livros lançados em 2024: *A História da Arteterapia no Espírito Santo – uma trajetória vivida entre sanidade e a loucura*; *Arteterapia, da Arte às Terapias expressivas, a busca por uma identidade*. Os dois em processo para segunda edição. Premiação pelo Governo do Estado e Secretaria de direitos humanos no projeto *Arteterapia para todos*. Honra ao mérito como profissional de saúde pelos trabalhos desenvolvidos na área da saúde mental da Prefeitura Municipal de Vitória – ES. Título de Cidadã Vitorienne outorgado pela Câmara Municipal da Prefeitura de Vitória. A AARTES recebeu o título de utilidade pública do município de Vitória – ES. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6024542661274908>

Román Gonzalvo

Psicólogo transpessoal e doutor em psicologia pela *Universidad Autónoma de Madrid* (Espanha). Fundador do *Journal of Transpersonal Research* e presidente da *Asociación Transpersonal Iberoamericana*. Desde 2006 tem trabalhado e investigado enfermos terminais, ajudando-os a morrer em paz e com boa qualidade de vida. Também trabalha os processos de aprendizagem e transformação interior produzidos nesta última etapa da vida. Suas investigações ocorrem no México, Índia, Papua, Nova Guiné, Zimbábue e Kenia, além do seu labor na Espanha. É professor de psicoterapia transpessoal no *Mestrado em Mindfulness da Universidade de Zaragoza*. Organiza o Congresso (Jornadas) de Psicologia e Espiritualidade Transpessoal na Espanha desde 2015. Seus interesses profissionais convergem com seus interesses pessoais: contribuir na criação de um sistema social mais empático, compassivo e altruísta, favorecendo um nível de consciência coletiva que transcenda a limitada identidade egóica individual, e cujo motor seja o amor por tudo o que existe. Algo que ele também desenvolve em seu trabalho com moradores da rua em Tudela (Navarra), sua cidade natal.

Norma de Oliveira Alves

Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Sergipe cujo tema da Dissertação foi Associação entre Depressão e Síndrome Coronariana Aguda e Prognóstico Intra-hospitalar. Médica Psiquiatra e Psicanalista transpessoal. Graduada em Medicina pela Universidade Federal de Sergipe (1986). Foi diretora Científica da Associação Sergipana de Psiquiatria, vice-presidente da Associação Sergipana de Psiquiatria e membro do Projeto Freudiano de Aracaju. É membro da Associação Brasileira de Psiquiatria; Membro Fundador da Associação Brasileira de Medicina psicossomática – Regional Aracaju; Fundadora e Diretora Presidente de Athenas – Instituto de Educação e Saúde Integral; Escritora e co-autora. Escreveu os livros: *Psicanálise Transpessoal e Terapia de Vivências Passadas*; *Associação entre Depressão e Síndrome Coronariana Aguda – Impacto no Prognóstico Intra-hospitalar*; *Transtornos Mentais sob um Novo Prisma*. É Conferencista em eventos científicos e comunitários. Coordena os cursos de Especialização em Psicologia Transpessoal e Pós-graduação em Terapia Regressiva por ATHENAS – Instituto de Educação em parceria com a FACEI – Faculdade Einstein. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0042503228810827>

Aurino Lima Ferreira

Pós-doutor em Psicologia (Lyon I, França); Doutor em Educação - Universidade Federal de Pernambuco (UFPE); Mestre em Psicologia (UFPE); Especialista em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal (CENTYR, Recife); Especialista em Psicologia Transpessoal e Psicologia Budista pela ABPT (Dharamsala/Índia); Supervisor de Estágio Transpessoal do NEIMFA; Coordenador Científico da Associação Brasileira de Pesquisa e Ensino em Psicologia Transpessoal (Abrapet); Professor Titular do Departamento de Psicologia, Inclusão e Educação (DPSIE) e do Programa de Pós-graduação em Educação (PPGEduc) da UFPE. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5402096659543875>. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7883-9549>.

Vera Peceguini Saldanha

Doutora em Psicologia Transpessoal pela Faculdade de Educação da UNICAMP, linha de pesquisa Psicologia Genética, Psicodrama

e Psicologia Transpessoal. Psicóloga clínica com mais de 30 anos de experiência. Presidente da Associação Luso-brasileira de Transpessoal, ministra cursos no Brasil e no Exterior. Palestrante e autora de livros e publicações na área da Psicologia Transpessoal. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/1016093168342110>

Ivana Braga de Freitas

Pedagoga (UNEB); Psicopedagoga (UNEB); especialista em Neuropsicologia (IBPEX/UNINTER); autora do livro *Transtornos e Dificuldades de Aprendizagem*, ed. WAK, 2011; diretora cultural da ABPp_BA 2014/16; tutora Cogmed; professora de cursos de pós-graduação em psicopedagogia; palestrante e formadora de educadores. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/5427495900253997>

Margarete Barbosa Nicolosi Soares

Doutora em Artes pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo. Realizou pesquisa de doutorado sanduíche junto à Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto, Portugal, por meio do Programa PDSE/CAPES (2015). Possui reconhecimento do grau de doutor em Portugal pela Direção-Geral do Ensino Superior (DGES). É mestre em Artes pela ECA/USP (2010) e licenciada em Educação Artística com habilitação em Artes Plásticas pela mesma instituição (2006). Atuou como docente conferencista no Departamento de Artes Plásticas da ECA/USP (2011 – 2014). É docente nos cursos de Licenciatura em Artes Visuais e Pedagogia da Universidade Metropolitana de Santos, SP (UNIMES) desde 2017. Pós-graduada em Psicologia Analítica pelo Instituto Dédalus de Psicanálise e

Terapias, Fortaleza, CE (2023 - 2026). Atua nas áreas de Artes, Cultura Visual, Cosmologia e Cultura Afro-brasileira, Educação das Relações Étnico-Raciais e Psicologia Complexa. Arte-educadora e analista junguiana, autora de artigos, capítulos de livros e pesquisadora da alma. Currículo Lattes:

<https://lattes.cnpq.br/0146892410251360>

Luis Lacouture González

Médico cirurgião (Universidad de Concepción – Chile). Psiquiatra de adultos (Universidad de Chile – Santiago de Chile). Médico Geral no Hospital de Calama, II região, Chile. Médico psiquiatra no Serviço de Psiquiatria do Hospital Regional de Antofagasta – II região, Chile. Professor de Psiquiatria na Universidad de Antofagasta. Atualmente trabalha de forma independente no extrasistema, na cidade de Antofagasta – Chile.

Lívia Maria Costa Sousa

Doutora e Mestre em Literatura e Cultura pelo programa de pós-graduação da Universidade Federal da Bahia (UFBA). Graduada em Letras Vernáculas pela Universidade do Estado da Bahia - UNEB (2014). Atualmente, é graduanda em Filosofia pela Universidade Federal da Bahia e professora de Literaturas brasileiras e africanas. Também atua como coordenadora editorial da LEAL Editora e como membro do conselho editorial da revista vinculada a essa editora. Possui experiência em edição, revisão e diagramação de livros e revistas, além de redação publicitária e marketing digital. É escritora e possui vários textos publicados em antologias e revistas literárias. Seu currículo Lattes pode ser acessado através do link:

<http://lattes.cnpq.br/1126574918629874>



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

PARA PUBLICAR

A Revista Transdisciplinar é um periódico semestral, organizado por Celeste Carneiro, que tem como objetivo socializar o pensamento de autores que desejam expressar suas reflexões sobre os mais diversos temas interrelacionados com o Ser Integral e sua interação com o mundo que o cerca. Busca a integração de saberes e perfis, valorizando o diálogo entre sabedoria e conhecimento, estimulando a liberdade expressiva e dando oportunidade ao exercício da beleza, quer através da articulação de temas, ideias e conceitos, quer através do estilo de apresentação dessas ideias e conceitos, seguindo os parâmetros expressos na Apresentação.

A Revista Transdisciplinar será publicada no primeiro e no segundo semestre de cada ano e os artigos deverão ser enviados com até dois meses de antecedência do semestre a ser publicado.

Os artigos serão avaliados, por ordem de recebimento, por dois membros do Conselho Editorial. Caso haja divergência quanto à aprovação dos mesmos, um terceiro parecer de outro membro do Conselho Editorial será solicitado.

Os textos poderão ter o formato acadêmico ou serem escritos de forma mais livre, desde que em linguagem clara e de acordo com os padrões normativos da Língua Portuguesa. Devem procurar coerência com a proposta da Revista Transdisciplinar.

Se o autor escolher escrever de acordo com as normas acadêmicas, deverá fazê-lo em conformidade com os padrões da ABNT, com resumo, problemática anunciada e desenvolvida, objetivos, metodologia,

conclusões e referências. Nas referências, deverão constar apenas as obras citadas no texto.

Os textos que seguirem uma forma mais livre (ou seja, por um estilo que não priorize o rigor acadêmico, podendo valer-se ou não da poesia, mas que também possibilite a exposição do pensamento com fluidez, clareza, coerência e consistência), se fizerem uso de citações diretas ou indiretas, devem também listar essas referências ao final, de acordo com as normas da ABNT. Entretanto, caso o autor queira também indicar livros e sites que não fazem parte do texto, mas que são complementares a ele, pode fazê-lo anunciando após as referências o item “*Para saber mais*”.

Os artigos não precisam ser inéditos, desde que seja explicitada a fonte original de sua publicação. Preferencialmente os artigos estarão no idioma Português, mas eventualmente outros idiomas poderão ser aceitos.

Cada artigo deverá ter, a partir do 2º semestre de 2025, no máximo, 12 páginas (incluídas as notas de pé de página e as referências) e deverá ser enviado aberto em *Word*, escrito em fonte Arial, tamanho 11, seguindo um espaçamento simples e obedecendo as margens superior e inferior de 2 cm, esquerda e direita 2 cm. Deve constar um minicurrículo com até 60 palavras e, caso deseje, um e-mail ou telefone para contato.

Os artigos deverão ser encaminhados já revisados para o e-mail: cel5zen@gmail.com



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

CONTATO



Endereço postal da Revista:

Celeste Carneiro

**CINDEP – Centro Integrado de
Desenvolvimento Pessoal**

Centro Odonto Médico Henri Dunant
 Rua Agnelo Brito, 187 sala 107
 Federação (Garibaldi)
 CEP 40210-245 – Salvador – Bahia – Brasil

CONTATO PRINCIPAL

Celeste Carneiro

UBAAT 04/0035/0906 e ALUBRAT E- 201740

Telefone: +55 71 - 98874-1155
cel5zen@gmail.com
www.artezen.org
 ou
gildemar@ufba.br

PARCERIA

ENTIDAD EDITORIAL



ASOCIACIÓN TRANSPERSONAL IBEROAMERICANA

C/ Andrés Mellado, 65.

28015 Madrid, Spain

www.ati-transpersonal.org

ATI - Asociación Transpersonal Iberoamericana es una organización internacional, sin afiliación política, laica, y sin ánimo de lucro, que busca representar a la comunidad transpersonal de los países constituyentes de Latinoamérica y la Península Ibérica, dedicada a promover, de forma teórica y práctica, la visión transpersonal en los ámbitos académicos, de investigación, educación, salud, desarrollo personal, social y ambiental.

Pretende fomentar el conocimiento y aplicación de la psicología transpersonal (origen de la disciplina) en diferentes ámbitos del saber como son: la psicología, la filosofía, la epistemología, la medicina, la antropología, la espiritualidad, el arte, la física, la política, la farmacología, la educación, la ecología y la economía.

La Asociación Transpersonal Iberoamericana (ATI) fue inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones del Ministerio del Interior (España) el 25 de marzo de 2015.

<https://www.ati-transpersonal.org/es>



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

REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Vol. 27 - Ano 14 - Nº 27 – 1º semestre/2026
 ISSN 2317-8612

ÍNDICE

- CONTRIBUIÇÕES CONTEMPORÂNEAS DA PSICOLOGIA TRANSPESSOAL:** p. 10
Técnicas, Cuidado, Presença e Espiritualidade em Diálogo
 Dr. Aurino Lima Ferreira - Dr. Sidney Carlos Rocha da Silva - Dr. Djailton Pereira da Cunha - Dra. Maria Carolina Souto - Dr. Marlos Alves Bezerra – Ms. Alice dos Santos Andrade - Dr. Silas Carlos Rocha da Silva
- 1 – TÉCNICAS TRANSPESSOAIS: A arte da transcendência e cultivo integral para uma aprendizagem transformadora** p. 13
 Ms. Adriano Albino dos Santos - Dr. Aurino Lima Ferreira - Dr. Djailton Pereira da Cunha
- 2 – MORTE, ESPIRITUALIDADE E CUIDADO: Representações para profissionais de enfermagem e implicações para a formação em saúde** p. 28
 Chantal Lays da Silva Santos - Débora Malaquias de Souza - Maria Júlia Sabóia Rodrigues de Araújo - Debora Augusta Oliani Caravina - Marlos Alves Bezerra.
- 3 – TEORIA INTEGRAL EM KEN WILBER: Contribuições dos Quatro Quadrantes para a comunicação consciente** p. 49
 Heloiza Aparecida Santana de Carvalho – Sidney Carlos Rocha da Silva
- 4 – SABOREANDO A VIDA: Uma jornada transpessoal através da consciência, complexos e espiritualidade** p. 60
 João Carlos Paretti - Idelzuite Veríssimo Vieira - Osvaldo Leite Simões de Paiva - Adriana César Martins
- 5 – INTERVENÇÕES INTEGRANDO MINDFULNESS E ESPIRITUALIDADE: Impactos no florescimento humano a partir de perspectivas da Psicologia Positiva e Transpessoal contemporânea** p. 76
 Esp. Bárbara Diniz Gonçalves Lopes
- 6 – REGISTROS DO CONGRESSO E LANÇAMENTO DO LIVRO Mandalas – A Arte de Centrar-se, de Celeste Carneiro** p. 88
- 7 – Provérbio Sânscrito** p. 95

Capa: Nesta Edição Especial, mantivemos a arte de **André Marinho**, como símbolo de união e de expansão, o que foi tão bem estudado no **CONGRESSO INTERNACIONAL TRANSPESSOAL** que aconteceu em Natal-RN de 3 a 5 de outubro de 2026.

André Marinho: Designer Gráfico; Especialista em Artes Visuais; Terapeuta Transpessoal; Arteterapeuta - UBAAT 05/0172/1221; Caruaru-PE; (81) 98857.7955; andrelsmarinho@gmail.com
[@andre_marinho_design_arte](https://www.instagram.com/andre_marinho_design_arte)



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

CONTRIBUIÇÕES CONTEMPORÂNEAS DA PSICOLOGIA TRANSPESSOAL: Técnicas, Cuidado, Presença e Espiritualidade em Diálogo

Dr. Aurino Lima Ferreira - Dr. Sidney Carlos Rocha da Silva
Dr. Djailton Pereira da Cunha - Dra. Maria Carolina Souto
Dr. Marlos Alves Bezerra - Ms. Alice dos Santos Andrade
Dr. Silas Carlos Rocha da Silva

O Congresso Internacional de Psicologia Transpessoal, realizado em Natal, Rio Grande do Norte, de 1 a 5 de outubro de 2025, representou um marco decisivo na consolidação de uma epistemologia participativa, integral, crítica e decolonial no campo da Psicologia Transpessoal contemporânea brasileira. Promovido em parceria com a Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), a Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), a Universidade de Pernambuco (UPE), a Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), a Universidade Federal de Lavras (UFLA), a Associação Luso-Brasileira de Psicologia Transpessoal (ALUBRAT) e a Associação Brasileira de Pesquisa e Ensino em Psicologia Transpessoal (ABRAPET), o evento inaugurou um novo ciclo de diálogo entre pesquisa, cuidado e espiritualidade, articulando saberes acadêmicos e práticas comprometidas com a vida e com o bem viver.

O pré-congresso, coordenado pela ABRAPET e realizado no próprio campus da UFRN, de 1º a 2 de outubro, reuniu trabalhos de alta relevância acadêmica que expressam a vitalidade contemporânea da Psicologia Transpessoal. Avaliados e selecionados pela comissão científica, esses estudos integram uma edição especial da *Revista Transdisciplinar*, dirigida pela terapeuta e pesquisadora Celeste Carneiro, cuja trajetória se destaca pela defesa rigorosa de uma ciência ampliada, sensível e espiritualmente situada.

Entre os trabalhos selecionados, o artigo “Técnicas transpessoais: arte da transcendência e cultivo de si”, de Ms. Adriano Albino dos Santos, Dr. Aurino Lima Ferreira e Dr. Djailton

Pereira da Cunha, inaugura a coletânea ao propor uma reflexão estrutural sobre o papel das técnicas transpessoais como dispositivos terapêuticos, epistemológicos e éticos. Diante de um cenário marcado pela psicologização da vida e pela predominância de modelos clínicos centrados em diagnósticos e intervenções normativas, os autores defendem que tais técnicas constituem caminhos de reconexão entre corpo, emoção, espiritualidade e comunidade. O texto dialoga de maneira densa com perspectivas como a Psicologia Integral de Ken Wilber, a perspectiva participativa Jorge Ferrer, a clínica ampliada e epistemologias de cuidado de base decolonial. Sua originalidade reside na articulação crítica entre práticas experienciadas – respiração, meditação, imaginação ativa, dança, arte, silêncio e estados ampliados de consciência — e os fundamentos teóricos que sustentam sua profundidade e eficácia. Metodologicamente, o estudo se configura como um ensaio teórico-analítico robusto que reposiciona as técnicas transpessoais não como instrumentos auxiliares, mas como verdadeiros campos epistemológicos capazes de acessar níveis profundos de consciência, promover autonomia e fortalecer processos de subjetivação comunitária, ampliando o horizonte das práticas terapêuticas no Brasil.

O segundo artigo, “Morte, espiritualidade e cuidado: um estudo com profissionais de saúde no contexto hospitalar”, de Chantal Lays da Silva Santos, Débora Malaquias de Souza, Maria Júlia Sabóia Rodrigues de Araújo, Débora Augusta Oliani Caravina e Marlos Alves Bezerra, adentra um dos temas mais urgentes

da clínica contemporânea: a relação entre morte, espiritualidade e cuidado em ambientes hospitalares. A pesquisa investiga como profissionais da saúde experienciam e significam o encontro cotidiano com o morrer, analisando dimensões emocionais, éticas, espirituais e institucionais que atravessam o cuidado no fim da vida. A abordagem adotada reconhece a morte como fenômeno multidimensional, afastando-se de leituras exclusivamente biomédicas e integrando perspectivas que valorizam a sensibilidade, o vínculo e a transcendência. A metodologia qualitativa, fundamentada em entrevistas e análise temática, revela a maturidade científica do estudo, cujos resultados apontam para a espiritualidade como eixo de sustentação emocional e ética para as equipes de saúde, ajudando-as a elaborar o luto, ressignificar a dor e encontrar modos mais compassivos de cuidar. Trata-se de uma contribuição altamente relevante para a Psicologia Transpessoal, pois evidencia que práticas como respiração consciente, meditação, escuta profunda e rituais simbólicos podem sustentar equipes e pacientes diante da impermanência e da finitude.

O terceiro trabalho, “Comunicação Consciente e Teoria Integral: ampliando horizontes para uma ética relacional complexa”, de Heloiza Lima e do professor Dr. Sidney Silva, apresenta uma aplicação rigorosa da Teoria Integral de Ken Wilber ao campo da comunicação. Partindo da questão central – como comunicar de modo a gerar consciência, vínculo e intersubjetividade? – o estudo analisa a comunicação como processo tetra-emergente que envolve corpo, emoção, cultura e sistemas sociais. Os autores demonstram que modelos tradicionais, reducionistas e lineares não dão conta da complexidade dos encontros humanos, propondo, assim, uma ontologia relacional que reposiciona a comunicação como prática ética, espiritual e formativa. A Teoria Integral é mobilizada como matriz epistemológica sofisticada, articular níveis de consciência, linhas de desenvolvimento, estados, quadrantes e tipos, permitindo compreender diálogos, conflitos e processos de transformação individual e coletiva. A originalidade do estudo está na formulação do modelo de Comunicação Consciente, que integra alfabetização emocional, semiótica integral, as quatro faces da verdade e uma ética relacional capaz de restaurar vínculos em um contexto social marcado pela hiperpolarização e saturação informacional. Para o campo transpes-

soal, a pesquisa demonstra que a comunicação é instrumento de cura, presença e expansão da consciência.

O quarto trabalho, o ensaio “Saboreando a vida: um ensaio transpessoal sobre afetividade, presença e sentido”, de João Carlos Paretto, Idelzuite Veríssimo Vieira, Osvaldo Leite Simões de Paiva e Adriana César Martins, todos membros da Abrapet, apresenta um texto sensível e epistemologicamente consistente, integrando narrativas pessoais, reflexões teóricas e práticas de presença. Os autores propõem “saborear” como gesto ontológico — um modo de estar no mundo que ritualiza o cotidiano e reconecta corpo, afeto e espiritualidade. Sua força reside na vivência: o ensaio convoca o leitor a experimentar a delicadeza da presença através de uma escrita que combina poeticidade, rigor teórico e sensibilidade formativa. Dialogando com autores como Stanislav Grof, Thich Nhat Hanh, Viktor Frankl e Pierre Weil, o estudo transita pela fenomenologia, pela psicologia junguiana, pelas tradições orientais e pela Perspectiva Transpessoal participativa, reafirmando que a espiritualidade não se restringe a epifanias extraordinárias, mas se manifesta no cotidiano, nos gestos mínimos e na atenção à vida comum. Nesse sentido, o texto contribui para uma Psicologia Transpessoal que valoriza práticas de autocuidado, afeto e cuidado comunitário, reconhecendo o cotidiano como território de transformação e sentido.

Por fim, o trabalho “Mindfulness e espiritualidade na formação em saúde e educação: um olhar ampliado sobre o cuidado”, de Bárbara Diniz Gonçalves Lopes, apresenta uma investigação precisa sobre a articulação entre mindfulness, espiritualidade e cuidado integral. Inserido no diálogo entre saúde e educação, o estudo analisa como práticas contemplativas podem ser incorporadas à formação de profissionais, despertando formas ampliadas de atenção, autorregulação emocional e intersubjetividade. A autora utiliza referências relevantes — Jon Kabat-Zinn, Ken Wilber, Stanislav Grof e Alexander Moreira-Almeida — para demonstrar que o mindfulness, em sua dimensão transpessoal, ultrapassa a esfera técnica e se torna caminho para a ampliação da consciência e para a construção de práticas formativas mais sensíveis e integradoras. Sua análise, ancorada na Teoria Integral, evidencia que o mindfulness se expressa simultaneamente nos quatro quadrantes — subjetivo, intersubjetivo, comportamental e sistêmico — e aponta caminhos para

formações que reconheçam a espiritualidade como dimensão fundamental da saúde mental.

Os cinco trabalhos apresentados revelam um campo vibrante, plural e em expansão. Juntos, ampliam a compreensão do cuidado em saúde, repositionam a comunicação como instrumento de consciência, valorizam práticas de presença e afeto, reencantam a experiência diante da morte e fortalecem técnicas ancestrais e contemporâneas como vias de transformação integral. Convergindo para a

defesa de uma espiritualidade encarnada, relacional e politicamente situada, esses estudos reafirmam o potencial da Psicologia Transpessoal como campo científico rigoroso, sensível e comprometido com o bem viver. Reunidos na Revista Transdisciplinar, ampliam horizontes de pesquisa, cuidado e formação, honrando a tradição da Psicologia Transpessoal no Brasil e apontando para futuros possíveis que integrem ciência, ancestralidade e transcendência.





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
Vol. 27 – Ano 14 – Nº 27 – 1º semestre/2026 ISSN 2317-8612

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

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.

e o mundo dos extra-humanos do xamanismo 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 inaba-

lavelmente 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 sentirpensar 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 relacionalidade 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 sentirpensar, 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 ocidentalocêntricos, 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, interesteriores, 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 autoconhecimento 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 trans/formativo 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 multicentenárias 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 significado 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 sentipensar - 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 tranpessoal: 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.



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

2 – MORTE, ESPIRITUALIDADE E CUIDADO: Representações para profissionais de enfermagem e implicações para a formação em saúde

Chantal Lays da Silva Santos;
 lays.silva.156@ufrn.edu.br*

Débora Malaquias de Souza;
 debora.malaquias.124@ufrn.edu.br*

Maria Júlia Sabóia Rodrigues de Araújo;
 julia.saboia.071@ufrn.edu.br*

Debora Augusta Oliani Caravina;
 debora.caravina.095@ufrn.edu.br*

Marlos Alves Bezerra.
 marlos.bezerra@ufrn.br**

Resumo: A morte é uma experiência recorrente na prática da enfermagem, marcada por tensões entre técnica, cuidado e espiritualidade. Este estudo qualitativo, de base exploratória, investigou as representações de 20 profissionais da enfermagem sobre morte, cuidado e espiritualidade, com vistas a subsidiar propostas curriculares mais integrais. Utilizaram-se entrevistas, evocação livre de palavras, Escala de Avaliação Espiritual (ARES) e Escala PG-13 de luto prolongado. Os resultados apontaram que o cuidado é compreendido como prática relacional e ética, enquanto a morte suscita percepções ambivalentes entre dor e transcendência. A espiritualidade foi valorizada como suporte, mas apontada como fragilmente abordada na formação. A perspectiva da Psicologia Transpessoal fundamentou teoricamente a discussão. Conclui-se pela necessidade de incluir, nos currículos de enfermagem, conteúdos sistemáticos sobre finitude, sofrimento e espiritualidade, promovendo competências clínicas, éticas e humanas.

Palavras-chave: Enfermagem; Atitude Frente a Morte; Religião e Psicologia; Formação em saúde.

DEATH, SPIRITUALITY, AND CARE: REPRESENTATIONS FOR NURSING PROFESSIONALS AND IMPLICATIONS FOR HEALTH EDUCATION

Abstract: Death is a recurrent experience in nursing practice, marked by tensions between technique, care, and spirituality. This qualitative and exploratory study examined the representations of 20 nursing professionals regarding death, care, and spirituality, aiming to support a more integral curriculum. Data were collected through interviews, free word association, and the ARES and PG-13 scales. Results showed that care is understood as a relational and ethical practice, while death evokes ambivalent perceptions of pain and transcendence. Spirituality emerged as a source of support, yet remains marginal in professional training. Grounded in Transpersonal Psychology, the study highlights the need to integrate systematic content on finitude, suffering, and spirituality into nursing education, fostering clinical, ethical, and human competencies.

Keywords: Nursing; Death; Spirituality; Health education.

1. INTRODUÇÃO

Negação da morte, espiritualidade e reducionismo do cuidar

A morte, a espiritualidade e o cuidado constituem uma tríade essencial na prática da enfermagem, ainda que frequentemente negligenciada na formação e na prática profissional. Esses elementos emergem de forma concreta na experiência do adoecimento e da finitude, exigindo do enfermeiro uma escuta ética, empática e existencial. Cuidar de quem sofre é mais do que aplicar técnicas: é habitar um espaço de presença e de sentido. A espiritualidade, muitas vezes confundida com religiosidade, configura-se como dimensão universal da experiência humana, relacionada à busca de significado e à conexão com a transcendência. Apesar das evidências de sua relevância terapêutica (Moreira-Almeida et al., 2014; Resende et al., 2018), essa dimensão ainda é marginalizada na formação em saúde.

Estudos brasileiros indicam que a maioria da população reconhece o valor da espiritualidade, mas os profissionais de saúde, em especial da enfermagem, sentem-se despreparados para abordá-la (Moreira-Almeida et al., 2010; Tostes et al., 2021). A morte, por sua vez, continua sendo um tabu que desperta medo e impotência. Muitos enfermeiros desenvolvem estratégias subjetivas de enfrentamento, recorrendo, conscientemente ou não, a recursos espirituais. Assim, a enfermagem revela-se como campo privilegiado para compreender a espiritualidade enquanto expressão do cuidado, visível na escuta, no toque e no silêncio que sustentam o sofrimento do outro.

O modelo biomédico, centrado na técnica, tende a reduzir o cuidar a um conjunto de procedimentos, negligenciando dimensões afetivas e existenciais. Como afirmam Ayres (2007) e Almeida & Lucchetti (2016), a integralidade do cuidado demanda uma abordagem que una técnica, ética e sensibilidade. A formação em enfermagem, portanto, precisa integrar aspectos humanos, espirituais e culturais, de modo a preparar profissionais capazes de sustentar a experiência do sofrimento e da morte de forma ética e compassiva.

Teorias de cuidado como a de Jean Watson propõem uma visão transpessoal e humanista do cuidar, entendendo-o como

encontro entre consciências. Cuidar é promover crescimento e harmonia, tanto no paciente quanto no profissional, configurando-se como processo transformador mútuo. Ignorar essa dimensão gera lacunas que os próprios profissionais tentam preencher individualmente, sem respaldo institucional. Reconhecer a espiritualidade como dimensão legítima do cuidado é reconhecer o humano em sua totalidade.

Psicologia Transpessoal e práticas em saúde

A Psicologia Transpessoal oferece uma base teórica fecunda para compreender a articulação entre morte, espiritualidade e cuidado. Essa perspectiva, desenvolvida por autores como Grof (1994), Wilber (2000), Bertolucci (1989), Saldanha (1998), Ferreira et al. (2024) e Bezerra (2019, 2025), entre outros, parte do princípio de que a consciência é multidimensional e dinâmica. Em comum, esses autores defendem a ideia de que a morte simbólica e o sofrimento constituem oportunidades de expansão e integração da consciência.

Para Grof (1994), a experiência simbólica da morte permite renascimento psíquico; para Wilber (2000), é parte do processo evolutivo da consciência rumo à totalidade; já Bertolucci (1989) a compreende como encontro com o sagrado e o self; e Saldanha (1998) enfatiza o cuidado como a integração entre razão, emoção, sensação e intuição. Bezerra (2019), por sua vez, aproxima a clínica transpessoal da fenomenologia de Husserl, Merleau-Ponty e Heidegger, destacando o caráter existencial e ético do cuidado de si e do outro. Assim, a formação em saúde deveria incluir uma pedagogia do autoconhecimento, na qual o estudante aprenda a cuidar de si e a sustentar o sofrimento do outro com escuta sensível e abertura à transcendência.

2. MÉTODO

Desenho e Procedimentos éticos

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva, que investigou como profissionais da enfermagem representam e vivenciam a morte, a espiritualidade e o cuidado. A amostragem foi do tipo bola de neve (Vinuto, 2014), envolvendo 20 profissionais de enfermagem atuantes em diferentes níveis de atenção — de unidades dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, Escala de

Avaliação da Religiosidade e Espiritualidade (ARES), Escala PG-13 de luto prolongado e técnica de evocação livre de palavras. A pesquisa foi orientada pelos princípios éticos da Resolução CNS 510/2016. Todos os participantes assinaram termo de consentimento e tiveram garantido o anonimato. Como se trata de uma etapa preliminar de um projeto didático, sem coleta sistemática de dados clínicos, o estudo foi dispensado de submissão ao Comitê de Ética, mantendo, entretanto, todos os preceitos de confidencialidade e respeito.

Participantes

Os 20 participantes tinham entre 25 e 65 anos, sendo a maioria do sexo feminino, com experiência profissional de 2 a 20 anos. A maior parte se identificava com alguma tradição religiosa, especialmente cristã, embora alguns declarassem espiritualidade não institucionalizada. Essa diversidade favoreceu uma compreensão mais plural sobre as formas de lidar com o sofrimento, o cuidado e a finitude.

Instrumentos

A Escala PG-13 (Prigerson et al., 2008) foi utilizada para mensurar sintomas de luto prolongado, validada no Brasil com alta confiabilidade ($\alpha = 0,94$). A aplicação foi individual, em ambiente reservado. A Escala ARES (Braghetta, 2017) avaliou a dimensão espiritual, composta por 11 itens com alta consistência interna ($\alpha = 0,984$). As evocações livres de palavras foram aplicadas com os termos estímulo “morte”, “espiritualidade” e “cuidado”, permitindo identificar núcleos simbólicos nas respostas (Abric et al., 2005).

Procedimentos e análise

A coleta foi encerrada por saturação teórica (Minayo, 2017). As entrevistas foram transcritas e submetidas à análise de conteúdo temática (Bardin, 1977), em três etapas: pré-análise, exploração e interpretação. A triangulação de dados, métodos e pesquisadores (Denzin, 1978; Flick, 2009) garantiu a validade e a coerência interpretativa. Foram cruzadas as dimensões quantitativas das escalas com as narrativas qualitativas das entrevistas e evocações, permitindo uma visão integrada dos significados de espiritualidade, sofrimento e cuidado.

Três participantes não realizaram a evocação de palavras, e um protocolo foi excluído por falha técnica. Assim, foram analisados 17 protocolos de evocações e 19 questionários válidos das escalas. A análise foi conduzida manualmente, com dupla codificação e índice de concordância de 0,82, assegurando boa consistência entre avaliadores.

Revisão de literatura

A revisão foi conduzida nas bases BVS, SciELO, LILACS e PubMed, com descritores combinando “morte”, “espiritualidade”, “cuidado” e “profissionais de enfermagem”, entre 2000 e 2025. Foram incluídos artigos empíricos e teóricos em português, inglês e espanhol. Dos 187 resultados iniciais, 27 foram selecionados após exclusões por duplicidade e critérios metodológicos. Também foram incluídos autores da Psicologia Transpessoal, cujas contribuições teóricas ampliaram a compreensão da espiritualidade e da finitude na prática da enfermagem.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados são apresentados e discutidos a partir de três eixos centrais — morte, espiritualidade e cuidado —, compreendidos como dimensões interdependentes da experiência humana diante da finitude. A análise evidenciou como esses eixos se articulam nas práticas e representações dos profissionais de enfermagem, revelando tensões entre técnica e sensibilidade, racionalidade e transcendência. A integração entre entrevistas, evocações livres e escalas psicométricas (ARES e PG-13) foi conduzida por triangulação metodológica, permitindo uma leitura ampliada e coerente das experiências relatadas.

3.1 Evocação de Palavras

A análise dos dados revelou que as experiências de cuidado, espiritualidade e morte vivenciadas pelos profissionais de enfermagem ultrapassam a dimensão técnica da profissão, configurando-se como territórios permeados por afetos, valores e sentidos existenciais. Nessas vivências, o profissional se mostra não apenas como agente de cuidado, mas também como sujeito vulnerável e implicado nas experiências do outro.

Tabela 1 – Resultado da evocação livre de palavras por eixo e frequência de termos mais evocados

Categorias Temáticas	Subcategorias Temáticas	Palavras mais Evocadas	Frequência dos Termos mais Evocados
Cuidado (n = 68)	Cuidado relacionado à técnica e a princípios éticos	responsabilidade	(n=3) 9,4%
		respeito	
		zelo	
	Cuidado relacionado à afeto pessoal e subjetivo	amor	(n=10) 22,8%
		atenção	(n=4) 11,1%
Morte (n = 63)	Morte relacionada a sentimentos de dor e sofrimento psíquico	saudade	(n=6) 20,7%
		dor	(n=5) 17,2%
	Morte associada a espiritualidade e religiosidade	passagem	(n=2) 12,5%
		descanso	(n=2) 12,5%
		eternidade	(n=2) 12,5%
	Morte relacionada a um processo a ser enfrentado	fim/fim de ciclo	(n=4) 22,3%
		processo	(n=2) 11,1%
Espiritualidade (n = 70)	Espiritualidade associada a conceitos existenciais e filosóficos	tudo	(n=2) 14,3%
		entre outras	(n=1) 7,1%
	Espiritualidade associada a conceitos religiosos ou transcendentais	fé	(n=8) 22,9%
		Deus	(n=5) 14,3%
	Espiritualidade associada a sentimentos particulares e subjetivos	amor	(n = 2) 9,4%
		paz	(n = 2) 9,4%

(Fonte: Dados da pesquisa, 2025)

3.2 Perfil dos Participantes

A amostra foi composta predominantemente por mulheres (84,2%), refletindo a feminização característica da enfermagem. Quanto à faixa etária, 36,8% tinham entre 25 e 30 anos, enquanto os grupos de 40–50 anos e 50–60 anos representaram 26,3% cada, configurando uma amostra equilibrada entre gerações iniciais e experientes. Em relação à formação, 68,4% eram técnicos de enfermagem e 31,6% enfermeiros, sendo que

a maioria (78,9%) estava atuante no mercado de trabalho, o que reforça a inserção prática dos sujeitos na vivência cotidiana do cuidado.

Essas características demográficas ajudam a compreender a densidade simbólica das respostas, uma vez que as percepções sobre morte e espiritualidade emergem de experiências concretas e situadas no cotidiano do trabalho clínico, em que a presença diante do sofrimento é parte constitutiva da identidade profissional.

Tabela 2 – Resultado Perfil dos participantes

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS			
Faixa Etária (Anos) n (%)	Sexo n (%)	Profissão n (%)	Atuante no mercado de trabalho n (%)
25 - 30 7 (36,84%)	Feminino 16 (84,21%)	Enfermeiro 6 (31,58%)	Sim 15 (78,95%)
30 - 40 2 (10,53%)			
40 - 50 5 (26,32%)	Masculino 3 (15,79%)	Técnico de Enfermagem 13 (68,42%)	Não 3 (15,79%)
50 - 60 5 (26,32%)			Às vezes 1 (5,26%)

(Fonte: Dados da pesquisa, 2025)

3.2 Categorias Temáticas Emergentes

Partindo da análise de conteúdo temático quatro categorias emergiram para análise: 1) Profissionais de saúde e o luto prolongado; 2) Tanatologia e morte na formação dos profissionais de enfermagem; 3) Religiosidade e a busca de sentido para profissionais de enfermagem; e 4) O Cuidado na Enfermagem: Entre a Técnica, Humanização e Espiritualidade.

Profissionais de Saúde e o Luto Prolongado

O fenômeno do luto apresenta contornos singulares para profissionais que convivem diariamente com a morte. A análise de dados de 19 profissionais, com base na escala PG-13 (Prigerson et al., 2009) e relatos qualitativos, revelou que, embora apenas dois participantes tenham atingido critérios para luto prolongado, grande parte manifestou sentimentos persistentes de tristeza, dor e impotência. Este achado ecoa a “dupla face” da morte, vivida como perda pessoal e evento institucionalizado (Hertz, 1996; Sousa, 2022).

Do ponto de vista antropológico, a morte no ambiente hospitalar se apresenta como um rito fragmentado, desprovido de elementos simbólicos que auxiliam na elaboração do luto (Van Genep, 2013). Na enfermagem, tais ritos são frequentemente suprimidos, impedindo a vivência plena do processo de despedida, como evidenciado por participantes que relataram a impossibilidade de verbalizar sentimentos no trabalho.

Os dados quantitativos apontam que 63% (n=12) sentiram saudade pelo menos uma vez no último mês e 36% (n=7) relataram dormência emocional. Esses índices dialogam com estudos que associam sintomas persistentes a impactos funcionais relevantes (Shear, 2012). Além disso, 31% (n=6) afirmaram que a vida perdeu significado após a perda, reforçando a necessidade de atenção psicossocial.

A análise qualitativa revelou um mosaico emocional marcado por memórias intrusivas, como o depoimento: “Em meio profissional, alguns pacientes em cuidados paliativos chegaram a falecer enquanto estavam sob minha responsabilidade e essa experiência me proporcionou sentimentos relacionados a incapacidade, incerteza e meus medos mais profundos (Dionísio)”. Tais revivências, ligadas à manutenção de vínculos afetivos (Bowlby, 1980), são reatualizadas pelo contato diário com situações semelhantes.

Culturalmente, a enfermagem carrega uma herança de abnegação e resistência emocional (Meleis, 2012), enquanto a modernidade deslocou a morte para espaços institucionais, restringindo expressões de luto (Ariès, 1977). Isso leva a um “luto privado” dentro do trabalho, invisível aos olhos de colegas e gestores (Sousa et al., 2022).

A escala PG-13 evidenciou sintomas como dificuldades de aceitação e sensação de vazio. Palavras evocadas como “saudade” (20,7%), “dor” (17,2%) e “tristeza” (13,8%) mostram que a perda exerce peso experiencial relevante. A espiritualidade

surgiu como recurso de enfrentamento (25,39% das associações), porém sua expressão é limitada pelo ambiente hospitalar (França et al., 2023).

A teoria do luto não autorizado (Doka, 1989) ajuda a compreender a dificuldade dos profissionais em receber reconhecimento social por suas perdas. O relato de uma participante ilustra essa dinâmica: “Há 1 ano e 7 meses perdi o meu pai [...] no dia que ele completaria 50 anos, estava em estágio na UTI [...] todo o momento me fez reviver os dias com ele no hospital e precisei sair para chorar (Atena)”.

Esse cenário se agrava pela “coisificação do homem” no hospital (Maranhão, 1996) e pelo “processo de negação da morte” na sociedade contemporânea (Pitta, 1999). Estratégias como grupos de apoio e formação em tanatologia podem contribuir para ressignificar a experiência da perda (Watson, 2008; Oliveira et al., 2023).

Conclui-se que o luto na enfermagem é uma experiência multidimensional que demanda reconhecimento e acolhimento institucional. Os dados apontam para a urgência de políticas de saúde ocupacional que contemplem suporte psicológico e espiritual como estratégia ética de cuidado.

Tanatologia e morte na formação do profissional de enfermagem

A Tanatologia, estudo da morte, assume espaço importante nas discussões sobre humanização em ambiente hospitalar (Kovács, 2008). Estudos recentes evidenciam a necessidade de focar a tanatologia sob uma perspectiva humanizada na formação profissional (Moura et al., 2018).

Das palavras evocadas relacionadas à “morte”, 46% citaram termos que reforçam a ideia de sofrimento psíquico, sendo “saúde” a mais lembrada. Embora o tema seja tabu, observa-se crescimento em pesquisas e discussões sobre o tópico (Kovács, 2011).

Aproximadamente 23% dos entrevistados alegaram não ter tido discussão alguma sobre temas como cuidado, espiritualidade e morte em sua formação. Têmis afirmou: “Nunca tive nada relacionado à minha formação. Acho que deveria fazer parte”. Já Anfitrite e Ártemis reforçaram que o conhecimento provém principalmente da vivência prática.

A temática morte foi citada por 73,34% dos entrevistados em disciplinas formais, especialmente de forma transversal em disciplinas como “Saúde do Idoso” e “Práticas

integrativas”. Entretanto, os debates limitavam-se frequentemente aos elementos clínicos da morte, como relatado por Deméter: “era mais tipo, o tamponamento do paciente [...], os cuidados após a morte”.

Predomina a perspectiva da morte como problema técnico, com conteúdos apresentados de forma pulverizada e fragmentada (Moura et al., 2018). A formação mantém prevalência do “paradigma positivista”, onde a morte é abordada em esfera biologicista (Cominato e Queiroz, 2006).

Para Oliveira e Amorim (2008), sendo a morte um processo a ser combatido, os profissionais são vulneráveis a sentimentos de culpa e impotência. Prometeu relatou: “No início [...] você se coloca no lugar do outro e se emociona. Hoje já sou mais frio”.

Esta lacuna reflete desafios na abordagem educacional, como evidenciado por Dionísio: “O professor [...] trabalhou o tema de uma maneira muito lúdica e com traços bastantes ilusórios”. Conclui-se que conteúdos relacionados à tanatologia permeiam a marginalidade no âmbito acadêmico, resultando em formação que conduz os profissionais a atuarem de forma técnica diante da morte.

Religiosidade e a busca de sentido para profissionais de enfermagem

A espiritualidade e religiosidade, embora conceitos distintos, foram tratados como intercambiáveis nesta pesquisa, seguindo recomendação para operacionalização junto a profissionais de saúde (Curcio e Moreira-Almeida, 2019).

Todos os participantes que optaram por responder (n=15) evidenciaram alguma relação com religião. Desses, 66,67% (n=10) relataram experiências pessoais significativas, como Atena: “Sou evangélica e sirvo na igreja, tive diversas experiências espirituais”. Nota-se uma ligação clara entre religiosidade e espiritualidade, atrelada principalmente a práticas cristãs.

Dentre os participantes (n=19), 78,94% possuem religião, com predominância de evangélicos (31,6%) e espíritas (21,1%); enquanto 21,05% dos participantes declaram nenhuma adesão religiosa. Na evocação de palavras sobre “espiritualidade”, 48,57% dos termos relacionavam-se a conceitos religiosos (“fé” 22,9%, “Deus” 14,3%).

Aproximadamente 30% das palavras evocadas referiam-se a sentimentos

particulares como “transformação” e “crescimento”, reforçando a inclusão de construtos psicológicos positivos no conceito de espiritualidade (Moreira-Almeida, Koenig, Lucchetti, 2014). Para 94,73%, a espiritualidade fornece apoio no dia a dia, e 89,47% afirmam que influencia a saúde física e mental.

Cerca de 33,34% dos entrevistados evidenciaram que sua religiosidade/espiritualidade foi suporte emocional em momentos de dificuldade, como relatado por Ártemis: “Durante o luto é a fé em Deus que nos dá forças”. Isso reforça a correlação entre vivência religiosa e melhor saúde mental (Koenig, 2012).

Para 89,47%, a fé dá sentido à vida, refletindo a busca por sentido como motivação primária (Frankl, 2019). Todavia, a abordagem da espiritualidade é desvalorizada na formação - 40% dos entrevistados afirmaram não ter tido contato com o tema em sua educação formal.

Os que evidenciaram a presença da morte em sua formação alegaram que a abordagem era voltada à tolerância religiosa, mas insuficiente. Anfítrite ressaltou: “Acredito que poderia ser melhor discutido [...] temos uma cultura de formação focada na clínica”. Conclui-se que a espiritualidade é negligenciada como fator promotor de saúde na formação em enfermagem.

O Cuidado na Enfermagem: Entre a Técnica, Humanização e Espiritualidade

O cuidado em enfermagem constitui prática complexa que transcende a execução de tarefas técnicas. A análise das evocações de palavras revelou termos como “amor” (n=10), “empatia” (n=4) e “atenção” (n=4) como centrais, dialogando com quadros teóricos da filosofia e teoria do cuidado.

Como explicam Anéas e Ayres (2011), o cuidado autêntico implica relação de solicitude libertadora. O risco surge quando o cuidado se reduz a protocolos despersonalizados, como relatado por Têmis: “No hospital só deram atenção à perna machucada, não procuraram sequelas na cabeça”.

Contudo, as evocações mostraram que os enfermeiros percebem o cuidado como síntese dialética entre competência técnica e relacional. Termos como “precisão” e “técnica” coexistem com “amor” e “compaixão”. Esta visão integradora reflete a proposta de Ayres (2005) de que a humanização não significa

“mais” ou “menos” tecnociência, mas fortalecimento dos laços da prática clínica.

A predominância de “amor” e “empatia” corrobora com a Teoria do Cuidado Transpessoal de Watson. A fala de Prometeu ilustra esta perspectiva: “O cuidado deve ser humanizado sempre, porque a pessoa cuidada é o amor de alguém”.

A centralidade da “Família” nas evocações indica que o cuidado profissional é vivido como extensão do cuidado familiar, ecoando em relatos como o de Eurídice: “Do jeito que eu cuido da minha família, cuido dos de fora”.

A dimensão espiritual está presente em termos como “Deus” e “entrega”. Profissionais relatam usar a espiritualidade como recurso no cuidado, como afirmou Dionísio: “Costumo usar a espiritualidade dos meus pacientes com o propósito de trazer ‘forças’”. Entretanto, sentem-se despreparados para acolher esta dimensão, evidenciando lacuna formativa grave.

Evocações como “Aceitação” introduzem realismo existencial, lembrando que o cuidado nem sempre conduz à cura. Paralelamente, “Autocuidado” surge como alerta crucial, refletindo a consciência de que o cuidador também precisa de cuidado.

Os dados convergem para crítica aos modelos de formação que privilegiam a tecnorracionalidade. Preparar para o cuidado significa desenvolver não apenas competências técnicas, mas também resiliência ética e competência espiritual, integrando amor e técnica, ciência e espiritualidade numa prática verdadeiramente integral e humanizada.

3.3 Triangulação dos Dados: Integração Quantitativa, Qualitativa e Projetiva

A triangulação metodológica (Denzin, 1978; Flick, 2004) foi utilizada para integrar três abordagens complementares — quantitativa (escalas PG-13 e ARES), qualitativa (entrevistas narrativas) e projetiva (evocação livre de palavras) —, ampliando a compreensão dos fenômenos de morte, espiritualidade e cuidado. Inspirada em Creswell e Plano Clark (2018), tratou-se de uma triangulação convergente, na qual diferentes fontes dialogaram de modo integrativo.

Os resultados revelaram discrepâncias e convergências significativas entre os planos avaliados. No eixo Morte, observou-se baixa expressão emocional nas escalas, contrastando com evocações de medo, frieza e mistério. Essa divergência sugere meca-

nismos de defesa e coping espiritual, indicando que o distanciamento emocional

constitui estratégia adaptativa mais do que ausência de sofrimento.

Tabela 3A: Eixo Morte: Triangulação entre Entrevistas, Evocações Livres e Escalas (PG-13/ARES)

Dimensão analisada	Entrevistas narrativas	Evocações livres de palavras	Escalas (PG-13 / ARES)	Síntese interpretativa
Vivência da morte no trabalho	Relatos de naturalização da morte como defesa psíquica e estratégia de sobrevivência emocional.	Termos recorrentes: “frieza”, “medo”, “inevitável”, “descanso”.	PG-13: baixos índices clínicos de luto prolongado.	Discrepância entre indicadores e conteúdo emocional: o distanciamento aparece como adaptação, não ausência de sofrimento.
Negação e enfrentamento	Dificuldade de falar sobre a própria morte e sobre perdas de pacientes.	Palavras de ambiguidade: “escuridão”, “paz”, “mistério”.	ARES: correlação moderada entre religiosidade e aceitação da finitude.	O enfrentamento ocorre via espiritualização e resignação simbólica.
Significados atribuídos à morte	Concepções de morte como “passagem”, “vontade divina” e “descanso merecido”.	Núcleo central simbólico: “luz”, “céu”, “família”.	Alta espiritualidade (ARES) associada à menor angústia na PG-13.	A espiritualidade emerge como mediadora da aceitação da morte.

(Fonte: Dados da pesquisa, 2025)

No eixo Espiritualidade, a triangulação mostrou convergência entre alta espiritualidade e menor sofrimento, destacando a espiritualidade pessoal — mais do que a religiosa institucional — como variável

protetora e eixo de ressignificação. Evocações como “fé”, “luz” e “oração” indicaram uma espiritualidade experiencial, associada a sentido e transcendência.

Tabela 3B: Eixo Espiritualidade: Triangulação entre Entrevistas, Evocações Livres e Escalas (ARES / PG-13)

Dimensão analisada	Entrevistas narrativas	Evocações livres de palavras	Escalas (ARES / PG-13)	Síntese interpretativa
Fontes de sentido e transcendência	Espiritualidade como recurso para suportar a dor e preservar o vínculo com pacientes.	Palavras centrais: “fé”, “luz”, “oração”, “força”.	Altos escores na subescala de sentido de vida da ARES.	Espiritualidade atua como eixo organizador de sentido e resiliência.
Experiências de presença ou conexão	Relatos de “presenças” percebidas após o óbito, sonhos e sensação de continuidade.	Evocações simbólicas: “anjo”, “vento”, “energia”.	PG-13: menor sofrimento entre participantes com vivências espirituais relatadas.	Indicam espiritualidade experiencial, não apenas institucional.
Tensões entre religião e espiritualidade	Conflitos entre crenças pessoais e exigências da instituição hospitalar.	Termos antitéticos: “igreja”, “culpa”, “proibição”.	Diferenças sutis nos escores da ARES entre praticantes e não praticantes.	A espiritualidade pessoal é mais protetiva do que a religiosa normativa.

(Fonte: Dados da pesquisa, 2025)

No eixo Cuidado, emergiu a dupla dimensão do cuidar: espaço de sacralidade e vulnerabilidade. Relatos de empatia, missão e amor coexistiram com sentimentos de impotência e sobrecarga, especialmente

diante da morte e da falta de suporte institucional. A espiritualidade, nesse contexto, funcionou como eixo de equilíbrio e autocuidado, favorecendo a resiliência emocional.

Tabela 3C: Eixo Cuidado: Triangulação entre Entrevistas, Evocações Livres e Escalas (ARES / PG-13).

Dimensão analisada	Entrevistas narrativas	Evocações livres de palavras	Escalas (ARES / PG-13)	Síntese interpretativa
Empatia e compaixão	Relatos de envolvimento afetivo intenso e sensação de missão no cuidar.	Palavras associadas: “mãos”, “amor”, “acolher”.	Alta espiritualidade correlacionada com menor desgaste emocional.	O cuidado é vivenciado como prática compassiva sustentada por sentido espiritual.
Sofrimento e sobrecarga	Fadiga emocional, impotência diante da morte e falta de apoio institucional.	Evocações: “peso”, “silêncio”, “solidão”.	PG-13: leve tendência a maior sofrimento entre os com maior exposição a óbitos.	A falta de suporte coletivo amplifica o luto profissional.
Cuidado de si e transcendência	Reflexões sobre limites, autocuidado e fé como fonte de equilíbrio.	Palavras: “respiro”, “oração”, “esperança”.	Altos escores de espiritualidade associados a estratégias de <i>coping</i> positivo.	A espiritualidade se manifesta como eixo de cuidado de si e do outro.

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

No **eixo Cuidado**, emergiu a dupla dimensão do cuidar: espaço de sacralidade e vulnerabilidade. Relatos de empatia, missão e amor coexistiram com sentimentos de impotência e sobrecarga, especialmente diante da morte e da falta de suporte institucional. A espiritualidade, nesse contexto, funcionou como eixo de equilíbrio e autocuidado, favorecendo a resiliência emocional.

De forma integrada, os três eixos compõem um **campo simbólico interdependente**, no qual a espiritualidade atua como mediadora entre sofrimento e transcendência. A triangulação evidenciou que o luto e a espiritualidade frequentemente se expressam de forma implícita, simbólica e defensiva, exigindo abordagens compreensivas e transpessoais.

Tabela 04: Síntese Integrada dos Eixos “Morte”, “Espiritualidade” e “Cuidado”

Eixo	Convergências entre instrumentos	Tensões / Discrepâncias	Sentido transversal (interpretação integrativa)
Morte	Convergência entre a experiência cotidiana de lidar com a morte e a baixa expressão emocional mensurada nas escalas, sugerindo mecanismos de <i>coping</i> espirituais.	Discrepância entre a aparente naturalização da morte (escala) e os conteúdos simbólicos e afetivos revelados nas entrevistas e evocações.	A morte é enfrentada mais por meio da espiritualização e da negação simbólica do sofrimento do que pela elaboração afetiva consciente, configurando uma defesa psíquica adaptativa.
Espiritualidade	A espiritualidade pessoal aparece como fonte de sentido e de enfrentamento resiliente, integrando significado, presença e transcendência nos três instrumentos.	Diferenças entre espiritualidade vivencial e afiliação religiosa institucional: maior efeito protetivo da espiritualidade experiencial.	A espiritualidade emerge como variável protetora central, mediando o sofrimento e favorecendo a resignificação do luto e da prática de cuidado.
Cuidado	Cuidado percebido como prática que ultrapassa o procedimento técnico e envolve empatia, presença e dimensão sagrada.	Tensão entre a dimensão vocacional/espiritual do cuidar e a falta de suporte institucional, sobrecarga e contato contínuo com o sofrimento.	O cuidado se configura como espaço simultâneo de sacralidade e vulnerabilidade: uma vivência espiritual de entrega e, ao mesmo tempo, de desgaste emocional.

Fonte: Dados da Pesquisa (2025)

Assim, mais que um recurso técnico, a triangulação constituiu um **dispositivo epistemológico e hermenêutico**, permitindo articular dimensões objetivas, subjetivas e simbólicas do cuidado em enfermagem e fortalecendo a validade compreensiva do estudo.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A escuta dos profissionais de enfermagem revelou que espiritualidade, morte e cuidado não são apenas temas que atravessam o cotidiano da prática, mas experiências vividas com profundidade e intensidade simbólica. Elas ultrapassam o campo técnico e inscrevem-se em dimensões sutis da existência, sustentando o vínculo terapêutico, oferecendo sentido ao sofrimento e fortalecendo o enfrentamento da dor. Cuidar diante da finitude mostrou-se, assim, um ato de abertura à totalidade do outro — corpo, afeto, história e desejo de transcendência.

À luz de autores como Moreira-Almeida (2025), este estudo reafirma que espiritualidade e cuidado não são categorias externas à saúde, mas aspectos constitutivos do processo humano de adoecer e curar-se. Ignorar essa dimensão é negligenciar uma das principais fontes de resiliência de pacientes e profissionais. Observou-se que muitos enfermeiros e técnicos reconhecem a espiritualidade como eixo de sustentação emocional, embora careçam de formação adequada para integrá-la de forma consciente e ética à prática. Essa lacuna compromete a integralidade do cuidado e favorece o uso intuitivo ou fragmentado de crenças pessoais como recurso de enfrentamento.

Com base na Psicologia Transpessoal, compreende-se que a morte, longe de ser apenas um evento biológico, constitui um espaço de elaboração e transformação, demandando uma formação que acolha a complexidade simbólica da experiência humana. Integrar a espiritualidade à clínica não implica doutrinação, mas o reconhecimento do valor terapêutico da dimensão existencial do cuidado.

Reafirmamos, portanto, a necessidade de uma formação em saúde radicalmente humana, como defendem Ferreira et al. (2023), orientada por uma ética do “bem viver” e pela coletividade. Incorporar temas como espiritualidade e finitude é preparar profissionais para sustentar a dor do outro sem sucumbir, reconhecendo que, muitas vezes, o essencial no cuidado não está no que

se faz, mas na qualidade da presença com o outro. A enfermagem, ao adotar essa escuta ampliada, torna-se território ético de acolhimento, presença e sentido — lugar onde ciência e mistério se encontram.

O estudo contribui ao articular, de forma inédita, as representações sobre morte, cuidado e espiritualidade na enfermagem sob o marco teórico da Psicologia Transpessoal. Entre as principais contribuições destacam-se:

1. **Integração teórico-prática**, superando visões fragmentadas e reconhecendo a espiritualidade como componente legítimo do cuidar;
2. **Identificação de lacunas formativas**, evidenciando o predomínio de modelos técnicos que negligenciam dimensões subjetivas e transcendentais;
3. **Subsídios para currículos integrais**, ao fundamentar empiricamente a necessidade de incluir finitude, sofrimento e espiritualidade na formação em saúde.

Como limitação, reconhece-se o uso da amostragem em “bola de neve”, que, embora eficaz para acessar grupos específicos, não assegura representatividade ampla e pode restringir a diversidade de perspectivas (Vinuto, 2014; Baldin & Munhoz, 2011). Apesar disso, o desenho metodológico triangulado fortalece a validade compreensiva dos achados e abre caminhos para futuras pesquisas que aprofundem o diálogo entre espiritualidade, cuidado e saúde sob perspectivas transpessoais e decoloniais.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. S. P. **A pandemia e os processos de luto: a influência das variáveis clínicas numa amostra portuguesa**. 2023. 68 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde e Neuropsicologia) – Instituto Universitário de Ciências da Saúde, CESPU, Gandra, 2023. URI: <http://hdl.handle.net/20.500.11816/4230>.

ANDRADE, J. V. *et al.* Spirituality in Daily Healthcare Provided in Brazil: Meanings and Practices of the Nursing Team. **Journal of Holistic Nursing**, São Paulo, v. 40, n. 1,

p. 25-35, set. 2021. DOI:
<https://doi.org/10.1177/08980101211041185>.
 Disponível em:
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/08980101211041185>. Acesso em: 3 jun. 2025.

ANÉAS, T. DE V.; AYRES, J. R. C. DE M. Significados e sentidos das práticas de saúde: a ontologia fundamental e a reconstrução do cuidado em saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, São Paulo, v. 15, n. 38, p. 651–662, set. 2011. DOI:
<https://doi.org/10.1590/S1414-32832011000300003>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/jicse/a/NWsyZPTnFJT4P8QJCsG7NLp/?lang=pt>. Acesso em: 20 ago. 2025.

ARIÈS, P. **História da morte no Ocidente**. 1. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1975.

ARRIEIRA, I. C. O. *et al.* O sentido do cuidado espiritual na integralidade da atenção em cuidados paliativos. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 38, n. 3, e20180293, fev. 2017. DOI:
<https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.03.58737>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rngenf/a/L84NfxSpsCVm5jxbJP3cKyQ/>. Acesso em: 12 mai. de 2025.

AYRES, J. R. C. M. Hermenêutica e humanização das práticas de saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 10, n. 3, p. 549–560, set. 2005. DOI:
<https://doi.org/10.1590/S1413-81232005000300013>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/csc/a/YtrNXZqLXQywQz8jHgBgLZR/?la=pt>. Acesso em: 12 abr. 2025.

AYRES, J. R. C. M. Uma Concepção Hermenêutica de Saúde. **Revista Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 43–62, abr. 2007. DOI:
<https://doi.org/10.1590/S0103-73312007000100004>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/physis/a/hSgv4n6yzC76Hsv3rmHVS5y/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2025.

BERTOLUCCI, E. **A psicologia Transpessoal**. 1. ed. São Paulo: Agoras, 1986

BEZERRA, M. Psicologia e práticas em saúde. *In*: FERREIRA, A. L. et al. (Org.). **Tratado de psicologia transpessoal: perspectivas atuais em psicologia**. v. 2. Recife: Editora UFPE, 2019. p. 86-114.

BEZERRA, M. A. O fio de Ariadne: processo dialógico multinível. Livro 1. Natal, RN: Edições do Autor, 2025

BIFULCO, V. A.; IOCHIDA, L. C. A formação na graduação dos profissionais de saúde e a educação para o cuidado de pacientes fora de recursos terapêuticos de cura. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S.l.], v. 33, n. 1, p. 92–100, mar. 2009. DOI:
<https://doi.org/10.1590/S0100-55022009000100013>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbem/a/kDV7gH4whY3zdFX8pTbFF5J/?lang=pt>. Acesso em: 20 ago. 2025.

BOWLBY, J. **Apego e perda: tristeza e depressão**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

BRAGHETTA, C. C. **Desenvolvimento e validação de um instrumento para avaliar espiritualidade: Escala de Atitudes Relacionadas à Espiritualidade (ARES)**. 2017. 82 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Programa de Psiquiatria) - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017. Disponível em:
<https://1library.org/document/zl9v946z-desenvolvimento-validacao-instrumento-avaliar-espiritualidade-atitudes-relacionadas-espiritualidade.html>. Acesso em: 20 out. 2025.

CALDEIRA, S. Cuidado espiritual: rezar como intervenção de enfermagem. **Revista Cuidarte**, São Paulo, v. 3, n. 2, p. 157-164, nov. 2011. URL:
<http://hdl.handle.net/10400.14/14975>.

CAPRA, F. **A visão sistêmica da vida: Uma concepção unificada e suas implicações filosóficas, políticas, sociais e econômicas**. 1. ed. São Paulo. Editora Cultrix, 2014. 616 p.

COMBINATO, D. S.; QUEIROZ, M. DE S. Morte: uma visão psicossocial. **Estudos de Psicologia (Natal)**, Natal, v. 11, n. 2, p. 209–216, ago. 2006. DOI:
<https://doi.org/10.1590/S1413->

294X2006000200010. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/epsic/a/PfSWjx6JP7NQBWhcMBXmnyq/?lang=pt>. Acesso em: 18 mai. 2025.

CRESWELL, J. W.; Plano Clark, V. L. *Designing and Conducting Mixed Methods Research* (3ª ed.). SAGE, 2018.

CURCIO, C. S. S.; MOREIRA-ALMEIDA, A. Investigação dos conceitos de religiosidade e espiritualidade em amostra clínica e não clínica em contexto brasileiro: uma análise qualitativa. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v. 23, n. 2, p. 281-292, jul. 2019. DOI:
<https://doi.org/10.5380/psi.v23i02.65434>. Disponível em:
<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/65434/39302>. Acesso em: 20 jul. 2025.

DA SILVA, C. M. C. *et al.* A teoria do cuidado transpessoal na enfermagem: Análise segundo Meleis. **Cogitare Enfermagem**, [S.l.], v. 15, n. 3, p. 548-551, set. 2010. DOI:
<https://doi.org/10.5380/ce.v15i3.18902>. Disponível em:
<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/18902/12210>. Acesso em: 20 ago. 2025.

DE BONA, V. **Representações sociais de autonomia e o uso das tecnologias na prática docente**. 2014. 261 f. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2014. Disponível em:
<https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/13030>. Acesso em: 20 ago. 2025.

DELALIBERA, M. *et al.* Adaptação e validação brasileira do instrumento de avaliação do luto prolongado – PG-13. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 94-106, abr. 2017. DOI:
<http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v19n1p94-106>. Disponível em: <https://sci-hub.se/10.5935/1980-6906/psicologia.v19n1p94-106>. Acesso em: 20 ago. 2025.

DENZIN, N. K.; LINCOLN, Y. S. (Eds.). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 5. ed.. SAGE, 2018.

DOKA, K. J. **Disenfranchised grief: recognizing hidden sorrow**. 1. ed. Lexington, MA: Lexington Books, 1989. 348 p.

EVANGELISTA, C. B. *et al.* Cuidados paliativos e espiritualidade: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 69, n. 3, p. 591–601, jun. 2016. DOI:
<https://doi.org/10.1590/0034-7167.2016690324i>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reben/a/TY7ydpbDpBhnfBDmh5nH36b/?lang=pt>. Acesso em: 9 jul 2025.

FERRER, J. N. **Revisoning transpersonal theory: A participatory vision of human spirituality**. New York: State University of New York Press, 2002.

FERREIRA, A. L. Por uma Psicologia Integral/Transpessoal. In ROHR, F. (Org.). **Diálogos em Educação e Espiritualidade**. Recife: Editora Universitária da UFPE, 2010. p. 375-397.

FERREIRA, A. L.; BRANDÃO, E. C.; MENEZES, S. **Psicologia e psicoterapia transpessoal: caminhos de transformação**. Recife: Comunigraf, 2005.

FERREIRA, A. L. *et al.* Notas para decolonizar os estudos transpessoais no Brasil: contribuições do pluriperspectivismo participativo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, e253624, mar. 2023. DOI:
<https://doi.org/10.1590/1982-3703003253624>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pcp/a/S7Xzzh68LkjbzN4Z6vbyYRC/?lang=pt>. Acesso em: 25 out. 2025.

FERREIRA, A. L. *et al.* **Tratado de psicologia transpessoal: perspectivas atuais em psicologia**: v. 2. Recife: Editora UFPE, 2019.

FERREIRA, T. T. *et al.* Percepção de acadêmicos de medicina e de outras áreas da saúde e humanas (ligadas à saúde) sobre as relações entre espiritualidade, religiosidade e saúde. **Revista Brasileira de Educação Médica**, São Paulo, v. 42, n. 1, p. 67–74, jan. 2018. DOI:
<https://doi.org/10.1590/1981-52712018v42n1RB20160044>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbem/a/949srBS3hRT5ygRgW8YvPrf/?lang=pt>. Acesso em: 25 jun. 2025.

FERREIRA, A. L.; SILVA, S.; CUNHA, D. **Klínica Kosmos Transpessoal: Corazonar o cuidado em psicologia e educação**. 1. ed. São Paulo: Ateliê de Pesquisa Transdisciplinar, 2025.

FLICK, U. Triangulation in qualitative research (capítulo em: U. Flick, E. von Kardorff & I. Steinke, eds., *A Companion to Qualitative Research*). SAGE, 2004.

FRANÇA, C. *et al.* A espiritualidade e morte para a enfermagem: uma revisão de literatura. **Enfermagem Brasil**, v. 22, n. 5, p. 785-801, nov. 2023. DOI: <https://doi.org/10.33233/eb.v22i5.5510>. Disponível em: <https://convergenceseditorial.com.br/index.php/enfermagembrasil/article/view/5510>. Acesso em: 12 abr. 2025.

FRANKL, V. E.; SCHLUPP, W. O. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. 46. ed. Petrópolis: Vozes, 2019.

GROF, S. *The Adventure of Self-Discovery: Dimensions of Consciousness and New Perspectives in Psychotherapy and Inner Exploration*. Albany: State University of New York Press, 1988.

GROSFUGUEL, R.. Decolonizing Post-Colonial Studies and Paradigms of Political-Economy: Transmodernity, Decolonial Thinking, and Global Coloniality. *Journal of Peripheral Cultural Production of the Luso-Hispanic World*, Berkeley, 13 mai. 2011. Disponível em: <https://escholarship.org/uc/item/21k6t3fq>. Acesso em: 25 out. 2025.

GUERRERO ARIAS, P. Corazonar desde el calor de las sabidurías insurgentes, la frialdad de la teoría y la metodología. **Sophia: Colección de Filosofía de la Educación**, Cuenca: Universidad Politécnica Salesiana del Ecuador, n. 13, p. 199–228, dec. 2012. DOI: <https://doi.org/10.17163/soph.n13.2012.08>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/318613751_Corazonar_desde_el_calor_de_las_sabidurias_insurgentes_la_frialdad_de_la_teoría_y_la_metodología_Corazonar_from_insurgents'_wisdoms_warm_the_coldness_of_the

_theory_and_the_methodology. Acesso em: 20 ago. 2025.

HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 1927.

HERTZ, Robert. **A contribuição à questão da representação coletiva da morte**. In: HERTZ, R. *Sociologia da morte*. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 1996.

KOENIG, H. G. **Espiritualidade no cuidado com o paciente: por quê, como, quando e o quê**. 1. ed. São Paulo: FE, 2005.

KOENIG, H. G. Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. **ISRN Psychiatry**, [S.l.], v. 2012, n. 1, p. 1–33, dez. 2012. DOI: <https://doi.org/10.5402/2012/278730>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.5402/2012/278730#>. Acesso em: 23 jun. 2025.

KOVÁCS, M. J. Desenvolvimento da tanatologia: estudos sobre a morte e o morrer. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, Ribeirão Preto, v. 18, n. 41, p. 457–468, dez. 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-863X2008000300004>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/jQrBZXqtr35w7Y8pqCFcTJH/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 23 jun. 2025.

KOVÁCS, M. J. Instituições de saúde e a morte: Do interdito à comunicação. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 31, n. 3, p. 482–503, mai. 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932011000300005>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/3kMZKJqmKJC4z8dS48CvCyk/?lang=pt>. Acesso em: 23 jun. 2025.

KOVÁCS, M. J. Educação para a morte: desafio na formação de profissionais de saúde e educação. **Psicologia: Ciência e Profissão**, São Paulo, v. 25, n. 3, p. 484-497, ago. 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932005000300012>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/SkwBgg7Xm8GLKJpQxmMMpDh/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 12 abr. 2025.

KURTÖZ, A.; EDIS, E.K. Spiritual care from the perspective of family caregivers and

nurses in palliative care: a qualitative study. **BMC Palliat Care**, [S.l.], vol. 22, n. 161, p. 4-8, out. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12904-023-01286-2>. Disponível em: <https://bmcpalliatcare.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12904-023-01286-2>. Acesso em: 20 ago. 2025.

LEVINE, M. E. **The Conservation Principles: A Retrospective**. *Nursing Science Quarterly*. v. 9, p. 38–41, 1996.

LEVINE, M. E. **The four conservation principles of nursing**. *Nursing Forum*, v. 6, p. 45–59, 1967.

LIMA, L. G. A. *et al.* Contribuições da teoria do cuidado transpessoal à integralidade da assistência à saúde: uma revisão integrativa. **Id on Line: Revista De Psicologia**, [S.l.], vol. 18, n. 73, p. 118–131, out. 2024 DOI: <https://doi.org/10.14295/idonline.v18i73.4045>. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/4045>. Acesso em: 20 ago. 2025.

LIMA, M. *et al.* Revisão integrativa: um retrato da morte e suas implicações no ensino acadêmico. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 33, n. 3, p. 190–197, set. 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1983-14472012000300025>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/jyPzqKmxsnMpb5LL6xNhcp/?lang=pt>. Acesso em: 26 jun. 2025.

MARANHÃO, T. **A morte e o morrer no hospital: do paciente ao profissional de saúde**. 1. ed. São Paulo: Cortez, 1996.

MATOS, L. **Corpo e mente: práticas para atingir o equilíbrio psicológico perfeito**. 1. ed. Petrópolis: Vozes, 1994.

MELEIS, A. I. **Theoretical nursing: development and progress**. 5. ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2012.

MELLO, M. G. S.; MOREIRA-ALMEIDA, A. Religiosidade/Espiritualidade na produção científica da Saúde Coletiva brasileira: panorama e perspectivas. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11, p. e131111133485, ago. 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i11.33485>.

<https://doi.org/10.33448/rsd-v11i11.33485>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/33485/28274>. Acesso em: 9 ago. 2025.

MINAYO, M. C. S. AMOSTRAGEM E SATURAÇÃO EM PESQUISA QUALITATIVA: CONSENSOS E CONTROVÉRSIAS: Práticas e saberes de saúde e educação: contribuições da pesquisa qualitativa. **Revista Pesquisa Qualitativa**, São Paulo, v.5, n. 7, p. 01-12, abr. 2017. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/82>. Acesso em: 20 out. 2025.

MONTEIRO, T. B. M. *et al.* Construção do significado de espiritualidade no processo de morte de pacientes oncológicos. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 29, n. 1, p.e157595, dec. 2021. DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2021.57595> Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/57595>. Acesso em: 12 de Abril de 2025.

MOREIRA-ALMEIDA, A. Espiritualidade e saúde mental: O desafio de reconhecer e integrar a espiritualidade no cuidado com nossos pacientes. 2008. Disponível em: https://espiritualidades.com.br/artigos/M_autores/MOREIRA-ALMEIDA_Alexander_tit_Espiritualidade_e_Saude_Mental.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

MOREIRA-ALMEIDA, A. Espiritualidade e saúde: passado e futuro de uma relação. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 34, supl. 1, p. 29–35, out. 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S010160832007000700001>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/Yjvd9mX4DsTPSnYwrQ7RVVK>. Acesso em: 12 de mai. de 2025.

MOREIRA-ALMEIDA, A.; KOENIG, H. G.; LUCCHETTI, G. Clinical implications of spirituality to mental health: review of evidence and practical guidelines. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Juiz de Fora, v. 36, n. 2, p. 176–182, abr. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2013-1255>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/RyKv5cWW445mT698wPtKzrk/?lang=en>. Acesso em: 27 jun. 2025.16

MOREIRA-ALMEIDA, A.; LUCCHETTI, G. Panorama das pesquisas em ciência, saúde e espiritualidade. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 68, n. 1, p. 54–57, jan./mar. 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.21800/2317-66602016000100016>. Disponível em: http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252016000100016. Acesso em: 12 abr. 2025

MOREIRA-ALMEIDA, A. *et al.* Envolvimento religioso e fatores sociodemográficos: resultados de um levantamento nacional no Brasil. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 37, n. 1, p. 12–15, jan. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832010000100003>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/6x3gs8FknNjrt84LwBSmqKt/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 12 abr. 2025

MOURA, L. V. C. *et al.* Ensino da tanatologia nos cursos de graduação em enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, [S.l.], v. 32, mar. 2018. DOI: <https://doi.org/10.18471/rbe.v32.20888>. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/20888>. Acesso em: 26 jul. 2025.

NANDA, Diagnósticos de enfermagem: definições e classificação 2007-2008. Organizado pela North American Nursing Association. Porto Alegre: Artmed; 2008.

NETO, R. S. B. A espiritualidade do cuidado no processo vital de morrer: um diálogo entre finitude e transcendência. **ResearchGate**, p. 31-54, dec. 2015. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/322721852>. Acesso em: 12 de abr. de 2025.

OLIVEIRA, R. A. de. Saúde e espiritualidade na formação profissional em saúde, um diálogo necessário. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, Sorocaba, v. 19, n. 2, p. 54–55, 26 jun. 2017. DOI: <https://doi.org/10.23925/1984-4840.2017v19i2a1>. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/RFCMS/article/view/32819>. Acesso em: 26 ago. 2025.

OLIVEIRA, T. *et al.* Espiritualidade nos pacientes oncológicos em cuidados paliativos: revisão integrativa. **Revista**

Ciências da Saúde, Rio de Janeiro, v. 29, n. 146, mai. 2025. DOI: <https://doi.org/10.69849/revistaft/pa10202505090002>. Disponível em: <https://revistaft.com.br/a-espiritualidade-nos-pacientes-oncologicos-em-cuidados-paliativos-uma-revisao-integrativa-da-literatura/>. Acesso em: 20 jul. 2025.

OLIVEIRA, W. I. A. de ; AMORIM, R. C. A morte e o morrer no processo de formação do enfermeiro. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 29, n. 2, p. 191, ago. 2008. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/rgenf/article/view/5580>. Acesso em: 26 ago. 2025.

PARGAMENT, K. I. The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and No. **The International Journal for the Psychology of Religion**, [S.l.], v. 9, n. 1, p. 3–16, jan. 1999. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901_2. Disponível em: https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1207/s15327582ijpr0901_2?needAccess=true. Acesso em: 28 jul. 2025.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. 1. ed. São Paulo: Summus, 1998.

PITTA, A. **Hospital: dor e morte como ofício**. 4. ed. São Paulo: Hucitec, 1999.

PRIGERSON, H. G. *et al.* Prolonged grief disorder: psychometric validation of criteria proposed for DSM-V and ICD-11. **PLoS Medicine**, [S.l.], v. 6, n. 8, e1000121, ago. 2009. DOI: <https://doi.org/10.1371/annotation/a1d91e0d-981f-4674-926c-0fbd2463b5ea>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19652695/>. Acesso em: 10 ago. 2025

REGINATO, V.; BENEDETTO, M. A. C. D.; GALLIAN, D. M. C. ESPIRITUALIDADE E SAÚDE: UMA EXPERIÊNCIA NA GRADUAÇÃO EM MEDICINA E ENFERMAGEM. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 237–255, abr. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sip00100>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/LrvT9vJJ6F3nXd>

YQCgzBqGF/?lang=pt. Acesso em: 20 jun. 2025.

RESENDE, P. H. C. *et al.* Espiritualidade e saúde: aplicações práticas. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 44, n. 4, p. 421–422, dez. 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1051275>. Acesso em: 12 abr. 2025.

SÁ, A. C. de. Reflexão sobre o cuidar em enfermagem: uma visão do ponto de vista da espiritualidade humana e da atitude crística. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 205-217, abr./jun. 2009. DOI: 10.15343/0104-7809.200933.2.10. Disponível em: <http://repo.saocamilo-sp.br:8080/jspui/handle/123456789/2178>. Acesso em 20 ago. 2025.

SALDANHA, V. **A psicoterapia transpessoal**. 1. ed. Campinas: Komedi, 1998.

SANTOS, J. L. DOS; BUENO, S. M. V. Educação para a morte a docentes e discentes de enfermagem: revisão documental da literatura científica Educação para a morte a docentes e discentes de enfermagem: revisão documental da literatura científica * DEATH EDUCATION FOR NURSING PROFESSORS AND STUDENTS: A DOCUMENT REVIEW OF THE SCIENTIFIC LITERATURE EDUCACIÓN PARA LA MUERTE A DOCENTES Y ALUMNOS DE ENFERMERÍA: REVISIÓN DOCUMENTAL DE LA LITERATURA CIENTÍFICA ARTIGO DE REVISÃO. **Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 45, n. 1, p. 272–278, 21 mar. 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342011000100038>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/4GHP4xHkLb4wt9PSzq3rQVh/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 jul. 2025.

SHEAR, M. K. Grief and mourning gone awry: pathway and course of complicated grief. **Dialogues in Clinical Neuroscience**, Reino Unido, v. 14, n. 2, p. 119-128, ju. 2012. DOI: 10.31887/DCNS.2012.14.2/mshear. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22754284/>. Acesso em: 15 abr. 2025.

SILVA, A. R.; MELO, A. J. B. Expressão da espiritualidade nos cuidados paliativos: uma revisão integrativa. **Revista Bioética**, Brasília, v. 31, n. 1, p. 243–252, mar. 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-803420233506PT>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/xCMQ4Dn3TCkq3K6XVP9gxfp/>. Acesso em: 12 de Abr. de 2025.

SILVA, V. R.; ESPERANDIO, M. R. G. Religiosidade/espiritualidade na enfermagem: revisão integrativa. **Revista Psicologia, Saúde & Doenças**, Campo Grande, v. 14, n. 2, p. 131-145, abr./jun. 2022. DOI: <https://doi.org/10.20435/pssa.v14i2.1287>. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2022000200131. Acesso em: 12 abr. 2025.

SOUSA, Bárbara. Luto prolongado: estudo psicométrico da Escala de Luto Prolongado (PG-13). Lisboa: Universidade Lusófona, 2022. Disponível em: <https://recil.ulusofona.pt/handle/10437/13664>.

SOUSA, L.; FERREIRA, R.; GUEDES, V. et al. Intervenções de gestão do luto em cuidados paliativos: uma scoping review. **Investigação & Inovação em Saúde**, Porto, v. 5, n. 2, p. 97-109, dez. 2022. DOI: <https://doi.org/10.37914/riis.v5i2.189>. Disponível em: https://www.scielo.pt/scielo.php?pid=S2184-15782022000200097&script=sci_arttext. Acesso em: 12 abr. 2025.

TOSTES, J. S. R. M.; PINTO, A. R.; MOREIRA-ALMEIDA, A. Religiosidade/espiritualidade na prática clínica: o que o psiquiatra pode fazer?. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 12–15, abr. 2013. DOI: <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2013.v3.370>. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/370>. Acesso em: 12 abr. 2025.

VAN GENNEP, A. Os ritos de passagem. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

VINUTO, J. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. **Temáticas**, Campinas, v. 22, n. 44, p. 203-220, dez. 2014. DOI:

<https://doi.org/10.20396/tematicas.v22i44.10977>. Disponível em:
<https://econtents.sbu.unicamp.br/inpec/index.php/tematicas/article/view/10977/6250>.
 Acesso em: 20 ago. 2025.

VOLPATO, R. J. et al. O cuidado espiritual realizado pela enfermagem na unidade de terapia intensiva. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. 24, p. 51–58, dez. 2020. DOI:
<https://doi.org/10.19131/rpesm.0281>.
 Disponível em:
<https://scielo.pt/pdf/rpesm/n24/n24a07.pdf>.
 Acesso em: 12 de Abril de 2025.

VON LÜTZAU, P.; OTTO, M.; HECHLER, T.; METZING, S.; WOLFE, J.; ZERNIKOW, B. Children dying from cancer: Parents' perspectives on symptoms, quality of life, characteristics of death, and end-of-life decisions. **Journal of Palliative Care**, v. 28, n. 4, p. 274–281, dec. 2018. DOI:
<https://doi.org/10.1177/08258597120280040>.
 Disponível em:
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/082585971202800406>. Acesso em: 12 de Abril de 2025.

WATSON, Jean. *Nursing: the philosophy and science of caring*. Rev. ed. Boulder, CO: University Press of Colorado, 2008.

WOLFE, J. et al. Easing of suffering in children with cancer at the end of life: Is care changing?. **Journal of Clinical Oncology**, v. 26, n. 10, p. 1717–1723, apr. 2008. DOI:
<https://doi.org/10.1200/JCO.2007.14.0277>.
 Disponível em:
<https://ascopubs.org/doi/10.1200/JCO.2007.14.0277>. Acesso em: 12 de Abril de 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Cancer pain relief and palliative care in children*. Geneva: WHO, 1998. Disponível em:
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42001/9241545127.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 12 de Abril de 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHA67.19 – Strengthening of palliative care as a component of comprehensive care throughout the life course. Sixty-seventh World Health Assembly, 2014. Disponível em:
http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA67/A67_R19-en.pdf. Acesso em: 12 de Abril de 2025.



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

3 – TEORIA INTEGRAL EM KEN WILBER: Contribuições dos Quatro Quadrantes para a comunicação consciente

Heloiza Aparecida Santana de Carvalho

heloiza.carvalho@uol.com.br
 Unipaz São Paulo

Sidney Carlos Rocha da Silva

sidney.rocha@ufpe.br
 Abrapet/UFPE

RESUMO: A comunicação é o instrumento cotidiano de mediação das relações e o meio para tornar comum a ética que une grupos. Este artigo apresenta uma visão integral do processo comunicacional, indicando como esse fenômeno é vivenciado e influenciado no âmbito da Perspectiva Transpessoal Integral. O objetivo é evidenciar como a perspectiva dos quatro quadrantes pode apontar caminhos para a formulação de uma prática de comunicação consciente. A metodologia consiste em uma análise teórica da comunicação à luz da Teoria Integral. Os resultados apontam a relevância da alfabetização emocional, do entendimento da semiótica integral e das quatro faces da verdade para uma comunicação plena. Conclui-se que a análise da comunicação pela concepção de Wilber possibilita vislumbrar um método comunicacional que amplia o entendimento do humano e promove melhor convivência e ampliação dos níveis de consciência. Palavras-chave: Teoria integral de Ken Wilber; quatro quadrantes; comunicação consciente; transdisciplinaridade.

ABSTRACT

Communication is the daily instrument for mediating relationships and making common the ethics that unite groups. This article presents an integral view of the communication process, revealing how the phenomenon is experienced and influenced from the Integral Transpersonal Perspective. It aims to demonstrate how the perspective of the four quadrants, inspired by Ken Wilber's AQAL model, can guide a conscious communication practice dialoguing with Integral Transpersonal Psychology. A bibliographical and qualitative methodological approach was adopted, selecting references from major scientific databases, and analyzing emerging conceptual categories. Findings indicate the relevance of emotional literacy, integral semiotics, and the recognition of different forms of truth for full communication. The article concludes by affirming the potential of Integral Theory as a method to broaden human understanding and enhance collective consciousness, outlining future research directions and identifying current gaps in Transpersonal Communication Studies

1. INTRODUÇÃO

Nascemos e nos desenvolvemos por meio das relações, todas mediadas pela comunicação. Analisar como tornar melhor a relação humana, portanto, significa estudar a comunicação. Por esse motivo, a parte inicial deste trabalho se destina a tratar do campo dos estudos comunicacionais, que nasce a partir da Teoria Hipodérmica ou Teoria das Balas Mágicas. Ela concebe a população como um alvo amorfo formado por pessoas socialmente isoladas, incapazes de analisar e impossibilitar o poder midiático. Nessa lógica bélica, a comunicação de massa é uma arma que dispara informações por meios que atingirão seus alvos, sem falhas, como uma agulha que injeta algo num corpo.

Marcada pelo behaviorismo de Pavlov, a Teoria Hipodérmica se **estabelece com** Harold Lasswell em seu estudo “Técnicas de propaganda na Guerra Mundial”, considerado “[...] o primeiro trabalho representativo daquilo que depois ficou conhecido como pesquisa em comunicação de massa” (MATTELART, 1994, p. 66).

Numa posterior subjugação à cientificidade, a comunicação ganha formato matemático com Claude Shannon que publica, em 1948, o esquema até hoje repetido que define a equação em que o emissor emite a informação por intermédio de um meio, que a transporta até um receptor que a recebe, decodifica e responde ou não.

Do modelo emergem o conceito de informação como algo quantificável e um problema essencial – a saber: “reproduzir em um ponto dado, de maneira exata, uma mensagem selecionada em outro ponto” (MATTELART, 1994). Assim, determina-se também o cálculo do custo de envio de mensagens e a figura das perturbações aleatórias do processo – os ruídos.

As chamadas teorias de segunda fase da Comunicação, por sua vez, surgem para pesquisar efeitos, origens e funcionamento da Comunicação Social e seus aspectos tecnológicos, sociais, econômicos e políticos. A mais recente delas – a Teoria do Newsmaking – pressupõe que as notícias seguem uma estrutura em razão da rotina industrial para sua produção. Ou seja, considera uma visão dominada pela economicidade, na qual tecnologia tem peso relevante.

Como se vê, as diversas correntes não integram suas visões sobre a Comunicação a partir de lentes individuais (micro) e sociais

(macro). Elas seguem perspectiva fragmentada, o que torna razoável supor que isso implique menos potência para lidar com a complexidade. Tomando como fundamento Yves Winkin (1981, p. 19) para quem a “comunicação é muito menos um objeto de estudo e mais um ponto de vista teórico sobre o mundo social”, daí emergem questões, como: “Uma visão integrada da comunicação e do todo que ela abarca – o psicológico, o social e o econômico juntos – pode promover maior entendimento sobre quais são os obstáculos para sua melhor fruição? Ao integrar a complexidade e a integralidade, a comunicação torna-se mais efetiva?”. Como se viu acima, essas são questões pouco ou nada exploradas nas Teorias da Comunicação.

Nossa aposta é que a visão integral presente na perspectiva transpessoal possa tornar a comunicação mais consciente e favorecer relações sob uma nova ética. Este estudo, portanto, avaliará essa hipótese. Para isso, apresentaremos a Perspectiva Transpessoal e a Teoria Integral de Ken Wilber e trataremos dos elementos essenciais do grande Mapa do Sistema Operacional Integral (SOI). Analisaremos ainda a comunicação tomando os quatro quadrantes como bússola para sugerir itens que colaboram para a comunicação orientada para a complexidade. São eles: alfabetização emocional, reconhecimento da Semiótica Integral, entendimento das Quatro Verdades e dos Olhos do Conhecimento e percepção do propósito humano assentado em atuar em prol do bom, do belo e do verdadeiro.

1.1 Procedimentos Metodológicos

Seguiremos, portanto, a metodologia de análise bibliográfica para apresentar o potencial impacto da análise sob a ótica integral dos processos comunicacionais. Inserida no contexto de uma pesquisa de natureza qualitativa, a investigação do tipo bibliográfica não se resume, nem se confunde, com a etapa da revisão da literatura. Segundo Boccato (2006, p. 266), o método do tipo bibliográfico é uma pesquisa própria uma vez que “busca a resolução de um problema (hipótese) por meio de referenciais teóricos publicados, analisando e discutindo as várias contribuições científicas”.

Esta pesquisa adota, portanto, análise bibliográfica qualitativa, com seleção de textos consultando bases internacionais e nacionais, focando nos descritores “Transpessoal”, “Integral”, “Ken Wilber” e

“Quatro Quadrantes”. Os critérios de inclusão privilegiaram obras reconhecidas internacionalmente no campo da Psicologia Transpessoal e de Ken Wilber. A análise priorizou artigos, capítulos e livros que articulam Teoria Integral e práticas comunicacionais conscientes em uma perspectiva transpessoal.

1. A DEMANDA PELA INTEGRALIDADE: a Perspectiva Transpessoal e a Teoria Integral

A fragmentação da ciência não é algo novo. Com o paradigma do “penso, logo existo”, a busca pelo conhecimento tornou-se cada vez mais técnica e metódica. Desde a antiguidade, tem-se conhecimento da preocupação de pesquisadores das mais diversas áreas em não promover isolamento, mas sim atuar em prol do compartilhamento de conhecimentos e achados (WHITLEY, 1984). Diversos autores apontaram a relevância do tema, como Jürgen Habermas, que, em uma macrovisão, sugeriu a necessidade de uma nova racionalidade, com filosofia, ciência e vida se contrapondo à razão instrumental. A superespecialização, contudo, prevaleceu. É obvio que o modelo traz resultados importantes, como o desenvolvimento e aprimoramento da tecnologia. Ele, porém, implica alienação de mitos, saberes e fazeres tradicionais, que são tratados de modo apartado do conhecimento racional.

Para fazer frente a esse quadro, surge na década de 1960, nos Estados Unidos, o movimento transpessoal, para repensar a noção de sujeito considerando contextos mais abrangentes. Batizado por Abraham Maslow como a “quarta força da Psicologia”, o movimento convidava a uma visão além da propiciada pelas escolas que o antecedem – a saber: a psicanálise, a psicologia behaviorista e a humanista, segundo o próprio Maslow (1962, p. 128):

[...] uma transição, uma preparação para uma ainda mais elevada, quarta psicologia, transpessoal, trans-humana, centrada mais no cosmos que nos desejos e interesses humanos, além do humano, da identidade, da atualização do ser e do resto.

Com a Transpessoal, vencia-se o entendimento behaviorista dos humanos e a

ênfase na doença dada pela psicanálise. Em termos de conteúdo, o movimento, como aponta Pierre Weill, “busca dissolver toda espécie de reducionismo: o somático, o religioso, o nihilista, o materialista ou substancialista, o mecanicista, o antropomórfico, entre outros”. No aspecto social e histórico, ao derrubar o binômio ciência–espiritualidade e incluir estados ampliados de consciência, a Transpessoal reflete o maior impacto de filosofias e tradições orientais em parcelas dos Estados Unidos, notadamente na Califórnia.

É em meio disso que emerge a abordagem integrativa de Ken Wilber, um caminho e, ao mesmo tempo, um mapa para apoiar o indivíduo a se perceber e perceber o mundo de modo mais amplo e efetivo. Para isso, a Integral propõe um movimento no qual:

vamos da parte para o todo e voltamos, e nessa dança de compreensão, nesse incrível círculo do entendimento, despertamos para o significado, para o valor e para a visão: o próprio círculo do entendimento nos guia, costurando os pedaços, curando as fissuras, reparando os fragmentos dilacerados e torturados, iluminando o caminho à frente (WILBER, 2017, p. 17).

A abordagem integral propicia, portanto, uma macrovisão sem que se desconsidere os aspectos subjetivos e inerentes a cada observador. Ela se alinha e avança em discussões centrais da Psicologia Transpessoal internacional, dialogando com autores como Abraham Maslow, Stanislav Grof e Frances Vaughan, entre outros. O modelo AQAL (All Quadrants, All Levels, All Lines, All States, All Types), apresentado por Wilber, possibilita uma visão não fragmentada do ser humano e amplia o escopo das investigações transpessoais, conjugando quadrantes, níveis de consciência, linhas de desenvolvimento, estados mentais e tipos. Tal abordagem permite conectar o campo científico ocidental a práticas e saberes orientais, reforçando o caráter integrativo da Psicologia Transpessoal mundial.

Autor	Corrente / Contribuição	Relação com a Integral
Maslow	Psicologia Humanista	Pré-transpessoal
Grof	Estados ampliados de consciência	Transpessoal
Wilber	Modelo Integral (AQAL)	Método integrativo

Tabela 1 – A relação entre Psicologia Transpessoal, seus autores, e Ken Wilber

2.1. Ken Wilber: por uma visão integral

Kenneth Earl Wilber Jr. nasceu em janeiro de 1949 em Oklahoma City (EUA) e desde cedo manifestou interesse por matemática e ciências naturais. Isso o levou ao curso de medicina na Universidade de Duke. No primeiro ano, contudo, sua jornada alterou-se após a leitura das frases iniciais do livro Tao-te Ching, de Lao Tsé, que lhe causaram um impacto profundo e o abandono do curso de medicina.

Dado o temor de convocação militar, retomou os estudos, dessa vez em Química e Biologia, apenas para efeito proforma. Sua atenção seguia outros focos: filosofia oriental e ocidental, teorias psicológicas, religiões e metafísica. Conforme se aprofundava, Wilber se dava conta das dissonâncias entre as várias escolas analisadas e suas concepções.

Comecei a me perguntar se todas essas diferentes escolas estavam realmente estudando o mesmo ser humano. Parecia muito mais provável que o mundo fosse realmente habitado por quatro ou cinco espécies humanas totalmente diferentes e que cada uma dessas escolas tivesse, simplesmente, separado os representantes de cada espécie e construído suas teorias em torno deles (WILBER, 1982, s/p).

Pode-se dizer que esse é o ponto de

partida de seu esforço de entendimento, integração e costura das mais importantes teorias a respeito do potencial humano. A ela, junta-se uma questão derivada: “Afim, como poderiam estar errados pensadores geniais como Buda e Freud?”. É com base na resposta para essa questão que o autor estabelece o Mapa Integral – a grande reunião de padrões e elementos por meio dos quais os humanos apreendem a realidade.

2.2. O Mapa Integral

Como ponto de partida para a construção desse mapa, Wilber percebeu a parcialidade de diversas teorias a respeito do potencial humano. Nem Freud, nem Buda estavam completamente errados. Estavam ambos parcialmente corretos. O motivo para isso são os diferentes pontos a partir dos quais cada um analisa a humanidade.

Ou seja, de fato, as diversas teorias pesquisadas por Wilber se debruçavam sobre diferentes grupos de humanos. Não porque há distintas espécies humanas e sim porque os diversos grupos atuam a partir de diferentes entendimentos. Essa compreensão aponta um quadro em que as diversas correntes psicológicas e filosóficas não conflitam entre si.

Não é que elas estivessem tratando o ser humano de diferentes ângulos; elas estavam analisando diferentes

níveis do ser humano por diferentes ângulos e, portanto, não eram contraditórias e sim largamente complementares (WILBER, 1982, s/p).

O Mapa Integral se organiza com base em cinco elementos, em uma organização maior com concatenação das partes. Para explicar isso, deve-se saber o que é um hólón: elemento que é, em um só tempo, parte e todo. Átomos, por exemplo, são hólons e parte de outros hólons (as moléculas), que, por sua vez, são parte de células e assim por diante. Na Perspectiva Integral, nós e o universo somos hólons, compostos de hólons. Assim, compreender a relação entre hólons é entender o Mapa Integral, seus níveis, linhas, tipos, estados e quadrantes.

2. 3. Níveis de consciência, linhas, tipos e estados

Um ingrediente essencial do Mapa Integral são os níveis de consciência. Eles tratam dos diversos olhares sobre o mundo e apontam se o indivíduo se limitará ao foco no próprio “eu” ou se valorizará a realidade além de si – outras pessoas, comunidades, animais, seres sencientes, a natureza e o cosmo.

Para Wilber, os níveis de consciência são os grandes elementos de distinção entre os humanos ao estabelecer a diferença entre comportamentos e modos de perceber o mundo. Nesse quadro, a trilha do desenvolvimento humano é o caminho de cada indivíduo rumo a níveis de consciência mais complexos, de acordo com uma holarquia: cada nível transcende e inclui o anterior e um nível mais complexo integra o conhecimento e o jeito de ver a realidade do anterior.

Ao alcançar um novo nível, portanto, cada indivíduo incorpora novas qualidades de forma permanente. Vencido o estágio egocêntrico, por exemplo, o indivíduo passa ao nível etnocêntrico e volta sua atenção ao seu grupo de pertencimento. Na ampliação ao nível mundicêntrico, a consciência se volta ao todo, incluindo o próprio “eu”.

Segundo a visão wilberiana, o desenvolvimento humano vai do pré-pessoal (pré-consciente), passa pelo pessoal (consciente) até atingir o transpessoal (supra consciente).

A teoria integral utiliza as cores do arco-íris para representar cada nível distinto (por exemplo: vermelho, âmbar, laranja, verde, ciano, turquesa). Esse espectro de cores também representa o movimento geral de uma identidade em ampliação: de “eu” (egocêntrico) para “meu grupo” (etnocêntrico) para “meu país” (socio cêntrico) para “todos nós” (mundo cêntrico) para “todos os seres” (planeto cêntrico) para, finalmente, “toda a realidade” (Kosmocêntrico) (ESBJÖRN-HARGENS, 2010)

O avanço entre níveis se dá quando há condição saudável e potencial bem definido. Para tais saltos, as linhas de desenvolvimento – outro elemento do Mapa Integral – são especialmente importantes. Elas descrevem capacidades distintas dos indivíduos, de acordo com aspectos específicos. “As linhas representam as muitas trilhas que podemos utilizar para cruzar a imensidão do potencial humano” (ESBJÖRN-HARGENS, p. 5, 2010) e tratam de diferentes concepções sobre o desenvolvimento humano. Comumente elas sinalizam desenvolvimentos independentes e não correlacionados. Ou seja, uma pessoa pode ser cognitivamente avançada e ter nível moral reduzido.

Outro elemento do Mapa Integral são os tipos, que tratam de diferentes padrões de comportamento, independentemente de níveis de consciência ou linhas. Eles são os elementos mais estáveis do indivíduo e não tem entre si uma organização holocrática.

Por último, há os estados, que dizem respeito à percepção do mundo em determinado momento. Os mais reconhecidos são os de vigília, sonho e sono profundo, embora existam os estados meditativo, os alterados de consciência e os das experiências de pico. Ao considerar os estados, Wilber permite que diferentes olhos do conhecimento sejam habilitados, o que evita que apenas a dimensão material seja considerada. A realidade, afinal, não é capturada com uniformidade.

[...] homens e mulheres têm pelo menos três olhos do saber: o olho da carne, que percebe os acontecimentos físicos; o olho da mente, que percebe imagens, desejos, conceitos e ideias; e o olho da contemplação, que percebe

experiências e estados espirituais. E isso, claro, é uma versão simplificada do espectro da consciência, atingindo desde o corpo até a mente e o espírito (WILBER, 2001a, p. 41).

Cada uma das três categorias é apropriada a uma realidade. Se o olho da carne consegue ver a chuva, o olho da mente entende o conceito da chuva, forma imagens mentais sobre ela, a explica, mas não apresenta tais imagens a outras pessoas. Já o olho do espírito pode nem mesmo ter palavras para explicar uma experiência meditativa.

Como se vê, a Perspectiva Integral permite entender os diversos meios de compreensão do mundo e abarca realidades subjetivas, objetivas e coletivas. Isso fica claro ao conhecermos os quatro quadrantes, que, junto aos demais elementos, batizam a Teoria Integral como modelo AQAL, sigla em inglês para “todos os quadrantes, todos os níveis, todas as linhas, todos os estados e todos os tipos”.

2.4. Os quatro quadrantes

Como podemos perceber na figura 2, o AQAL viabiliza a integração de diversas verdades da complexidade humana. Ao observar qualquer fenômeno, nos deparamos com, ao menos, dois pontos de vista: 1. o interior, que determina a percepção do “eu”, subjetiva e direta; e 2. o exterior, por meio do qual enxergamos realidades objetivas. Assim, os quatro quadrantes se estabelecem com base no interior e no exterior e ainda no singular e no plural, sem relação hierárquica. Numa prova da pertinência desses eixos, é interessante lembrar que os idiomas apresentam em sua estrutura pronomes de primeira, segunda e terceira pessoas. É

sempre a partir deles que apresentamos nossas perspectivas. Não há outras opções. Teremos de falar em primeira pessoa (EU no singular ou NÓS no plural) ou em segunda pessoa (quando falamos de você, tu, seu ou teu) ou avaliando objetos terceiros (ele, ela, aquele, aquela, eles, elas, isto, isso, istos ou issos).

Cada um desses conjuntos de pronomes, portanto, fala a respeito de uma das quatro dimensões possíveis de análise sobre qualquer tema. O “eu” representa o sujeito observador, o subjetivo e estabelece o Quadrante Superior Esquerdo (QSE); o “nós” diz respeito ao “eu” plural, à cultura e define o Quadrante Inferior Esquerdo (QIE); o “isto” trata do objeto, fato ou comportamento observado e fundamenta o Quadrante Superior Direito (QSD); e, por último, o “istos” diz respeito aos sistemas e comportamentos coletivos observáveis e representa o Quadrante Inferior Direito (QID). Cada quadrante é perpassado por todos os níveis de consciência, por todos os estados, por todas as linhas e todos os tipos.

2. A COMUNICAÇÃO NOS QUATRO QUADRANTES

A análise da comunicação sob o ponto de vista da Teoria Integral visa compreender se, por meio dela, é possível avançar rumo a níveis de consciência ampliados. Para isso, vamos analisar um exemplo de comunicação considerando os quatro quadrantes. Há diversos caminhos a seguir, mas podemos apontar que toda comunicação é resumida conforme o quadro a seguir:

Tabela 2 – A comunicação nos Quatro Quadrantes/Aplicação do modelo dos Quatro Quadrantes ao processo de comunicação

Quadrante Superior Esquerdo EU COMUNICO	Quadrante Superior Direito MEU CORPO COMUNICA
Quadrante Inferior Esquerdo MINHA CULTURA FUNDAMENTA MINHA COMUNICAÇÃO	Quadrante Inferior Direito MINHA COMUNICAÇÃO AFETA/REFLETE MEU COMPORTAMENTO NO GRUPO

.Quando eu comunico, meu corpo transmite algo que pode ratificar ou não minha mensagem. Meu discurso, por sua vez, reflete e se fundamenta na cultura na qual estou mergulhada e afeta/impacta/fala do meu papel/comportamento no sistema social e econômico. Em outras palavras, os quatro quadrantes tratam da relação do comunicador consigo mesmo (QSE), da forma pela qual seu corpo se manifesta (QSD), de suas crenças apreendidas do meio cultural (QIE) e da manifestação de seu papel em grupos sociais e econômicos (QID). Com base nisso, serão apontados aqui meios para que a comunicação ocorra numa abordagem integral.

4. ELEMENTOS DA ABORDAGEM INTEGRAL PARA SE OBTER COMUNICAÇÃO CONSCIENTE

4.1 A emoção como meio de comunicação

O primeiro ponto que emerge da avaliação da Tabela 1 é o peso das emoções na comunicação, o que se opõe ao foco cognitivo e até matemático verificado nas teorias comunicacionais. Quando eu comunico algo, isso pode ou não ser ratificado pelo meu corpo. Os componentes das mensagens traduzidos em linguagens do corpo humano nem sempre concordam entre si. Eles podem conflitar dado o impacto das emoções.

Diferentes teorias apontem distintos componentes envolvidos na causa das emoções, mas todas convergem para o fato de que o fenômeno da emoção é complexo e provoca alterações psicológicas e fisiológicas. Assim, quando eu comunico A, posso, dada a emoção provocada, propiciar entendimento A, B ou C. Assim comunicar de modo consciente demanda alfabetização emocional, reconhecimento dos efeitos da emoção e valorização dessa primeira linguagem humana, o que exige vivência direta das emoções.

A informação, se for bem transmitida e compreendida, traz inteligibilidade, condição primeira e necessária, porém não suficiente para a compreensão. Há duas formas de compreensão: a compreensão inte-lectual ou objetiva e a compreensão humana intersubjetiva. [...] A explicação é necessária para a compreensão intelectual ou objetiva. A compreensão humana vai além da explicação. Esta comporta um conhecimento de sujeito a sujeito. Por conseguinte, se vejo uma criança chorando, vou

compreendê-la, não por medir o grau de salinidade de suas lágrimas, mas por buscar em mim minhas aflições infantis, identificando-a comigo e identificando-me com ela (MORIN, 2011 p. 82)

A alfabetização emocional altera a capacidade de autopercepção, incentiva a observação e a escuta ativas e ampliam o entendimento da complexidade das relações.

Ser alfabetizado emocionalmente abre as portas para a percepção de como as emoções se manifestam nas outras pessoas e de como são manejadas por elas. É uma função que deve ser desenvolvida continuamente ao longo da vida, uma vez que será sempre útil para percebermos que o modo de compreender o fenômeno da emoção interfere diretamente em como nos comportamos e nos relacionamos com o mundo (ARANTES, p. 93).

Esse movimento colabora para o entendimento de que as emoções não emergem com viés positivo ou negativo, mas sim como reflexo necessário. O que fazemos com elas pode ser positivo ou negativo, mas elas não devem ser alvo de reducionismo.

4.2 A semiótica integral

Analisados os quadrantes superiores da Tabela 1, vamos agora tratar dos quadrantes que trazem o que comunico (QID) e aquele que fundamenta minha comunicação (QIE). Aqui, entramos no campo da Semiótica Integral. Se no nível mítico, por exemplo, é factível compreender apenas o conceito de Deus transcendente, somente no nível holístico a ideia de Deus imanente pode ser considerada. Em um outro exemplo:

um cachorro existe no espaço sensório-motor e pode ser visto por qualquer hólon com olhos físicos. A “raiz quadrada de menos um” existe no espaço de mundo racional e pode ser vista por qualquer pessoa que se desenvolva até a dimensão de operações formais. E a “natureza de Buda” existe no espaço de mundo causal e pode ser facilmente vista por quem se desenvolva até essa dimensão. Mas nem a “raiz quadrada de menos um” nem a “natureza de Buda” podem ser vistas no mundo sensório-motor – e todas as filosofias que assumem o domínio material ou o domínio sensório-motor como a

realidade essencial não estarão capacitadas a localizar nenhuma delas (WILBER, 2017).

Assim fica claro que conceitos e ideias podem ou não ser alcançados e apreendidos, conforme o nível de consciência. Há, portanto, um mundo magenta, um mundo vermelho, um mundo âmbar, um mundo laranja, um mundo verde, um mundo verde-água, um mundo turquesa, um mundo índigo, um mundo violeta, um mundo ultravioleta e um mundo de luz clara (WILBER, 2017). E, se cada nível de consciência tem seus respectivos mundos e conceitos, há grande potencial de ruídos comunicacionais. Afinal, uma ideia poder ser desconhecida num nível de consciência ou interpretada de maneira totalmente diferente.

O mais dramático em termos de Comunicação é que não é natural esperar que se reconheça esse fato. Afinal, um mesmo significante (QSD), cujo uso gramatical ocorre com base em um mesmo padrão (QID), pode ter significado (QSE) e semântica (QIE) diversos.

É assim que emergem guerras culturais e disputas conceituais notadamente entre indivíduos de níveis de desenvolvimento etnocêntricos (âmbar-mítico). No campo das religiões, no qual predominam os níveis aquém do etnocêntrico, isso pode colaborar para eventos violentos dado o desejo de fazer valer um único entendimento.

Sejam os Batistas do Sul que explodem clínicas de aborto ou os separatistas sikh que lutam contra os hindus ou os terroristas muçulmanos que bombardeiam civis inocentes ou grupos budistas que lançam gás sarin no metrô de Tóquio, as religiões de níveis inferiores são bombas de efeito retardado prontas a explodir. Enquanto identificado com o nível mítico-literal, que vê minha religião e meu salvador como o único e verdadeiro caminho para a salvação, eu ficarei sob a pulsão, explícita ou implícita, para a guerra santa de uma forma ou outra, sob um nome ou outro, seja em suas formas mais suaves de proselitismo constante e zelo missionário, incapaz de dormir até que cada alma no planeta aceite minha religião, ou em suas formas mais graves já listadas: terrorismo, bombardeios, assassinatos, cruzadas e carnificinas, tudo em nome do glorioso e único Deus (o meu) (WILBER, 2017).

Dar clareza a esse quadro é tornar conhecido algo que só poderá ser entendido se questionado (mas por qual motivo isso ocorreria?) ou quando atingido nível de consciência que permita isso. Ou seja, é necessário promover o conhecimento da semiótica integral.

4.3 As quatro verdades

O mesmo ocorre em relação à existência de quatro diferentes faces da verdade no processo da comunicação. Somente e tão somente o quadrante superior direito trata do “isto” que reflete a verdade objetiva da ciência empírica, como vemos na Tabela 2.

Tabela 3 – As quatro verdades

Quadrante Superior Esquerdo	Quadrante Superior Direito
Veracidade Sinceridade Integridade Confiabilidade	Verdade Correspondência Representativa Proposicional
Quadrante Inferior Esquerdo	Quadrante Inferior Direito
Encaixe cultural Compreensão mútua Retidão	Encaixe funcional Teia da Teoria de Sistemas Funcionalismo estrutural Rede de sistemas sociais

Fonte: *O olho do espírito* (WILBER, p. 26)

Por quê? O QSD é aquele que manifesta o mundo captado pelo olho da carne e trata de elementos e fatos tangíveis. É apenas nele que o mapa é igual ao território representado.

Na verdade proposicional, diz-se que uma afirmação é verdadeira quando combina com um fato objetivo. “Está chovendo lá fora” é uma afirmação verdadeira se ela combina realmente com os fatos do momento. As proposições estão atreladas a observáveis únicos, empíricos e objetivos, e se as proposições combinam, diz-se que são verdadeiras. A maioria das pessoas está bem familiarizada com esse tipo de verdade. Ela orienta muito da ciência empírica e, a verdade, muito de nossa vida diária. A verdade proposicional é tão comum que muitas vezes chamamos de “verdade” para encurtar (WILBER, 1997).

Nos demais quadrantes, há outras faces da verdade. O QSE, por exemplo, trata de estados de espírito interiores e do intersubjetivo. Quando digo “me sinto alegre”, não é possível a ninguém mais ter certeza disso. Fica óbvio portanto que o QSE não permite atestar verdade proposicional, mas apenas veracidade, sinceridade, integridade, confiabilidade. Nos quadrantes inferiores, que manifestam o “nós”, a impossibilidade de se determinar verdade proposicional é ainda mais explícita, já que diversos indivíduos e o inconsciente devem ser considerados. No QIE, por exemplo, falamos de encaixe cultural ou de compreensão mútua e no QSD, de encaixe funcional, que ocorre quando uma afirmação se adequa aos sistemas sociais e sinaliza entrelaçamento das partes. Essa confusão colabora para guerra cultural, desinformação e pós-verdade e abre espaço para o entendimento da necessidade de ação política de cada indivíduo ao costurar temas da psicologia, psicoterapia, sociologia, antropologia e filosofia. Como? O próprio Ken Wilber aponta:

Funciona assim: todas as versões de psicoterapia partem do fato de que as pessoas são infelizes. A psicoterapia tenta localizar a causa dessa infelicidade. Uma pessoa que tem uma “neurose” não está bem ajustada à realidade. Mas o que é a realidade? Como podemos afirmar que alguém não está bem ajustado sem saber a que deve se ajustar? E se você “não estiver ajustado” a viver em uma sociedade nazista? Isso não é um sinal de saúde mental ao invés de doença? E assim, de repente, você deve começar a olhar para diferentes sociedades e culturas, para a antropologia e a filosofia. E você se permite algumas conclusões genuínas – sobre a natureza, a natureza, o espírito, o bom, o verdadeiro e o belo – e percebe muito rapidamente que é absolutamente inevitável tentar fazer da sociedade um lugar em que o maior número de pessoas seja livre para buscar o bem, a verdade e a beleza. Isso se torna um ardente imperativo categórico. E assim, como filósofo moderno, você se vê subitamente no amplo campo da teoria política. Você percebe que os bodhisattvas terão de se tornar políticos, por mais estranho que isto possa parecer inicialmente (WILBER, 2001).

Essa percepção do emaranhamento de áreas e temas torna óbvia a importância do entendimento da complexidade e seus elos. Saber da minha saúde psicológica é observar meus ajustamentos e desencaixes e me convida a ampliar meu olhar para cultura e sistemas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Comunicar – tornar comum – o conhecimento sobre a complexidade e a integralidade é apresentar os diversos grupos humanos existentes conforme seus níveis e estados de consciência, tipos e linhas. É reconhecer seu posicionamento no Grande Mapa Integral, seus olhos de apreensão do mundo e a semiótica integral possível a cada um. É entender que somos reflexo e espelho de quatro diferentes quadrantes e que tudo tetra-emerge.

Por que propor uma comunicação consciente, fundamentada na Teoria Integral e guiada por seus quatro quadrantes? Em primeiro lugar, para retomar a importância do coletivo. O objetivo primordial da comunicação é fazer comunidade. Fica claro que o entendimento do integral e do complexo colabora para a percepção do peso do coletivo e nos convida ao olhar de grupo, sem renúncia à conexão consigo mesmo. Outro motivo é ampliar a efetividade da comunicação como elemento de avanço. Com o foco no cognitivo imposto pela racionalidade, não dominamos a linguagem emocional, nosso primeiro eixo de comunicação. E, mesmo sem clareza disso, trabalhamos com diferentes semióticas e com quatro “tipos” de verdades confundidas entre si.

Tornar a comunicação consciente, portanto, tende a nos fazer romper com práticas corriqueiras, com a comunicação displicente, fragmentada e reducionista e buscar os elementos essenciais da comunicação consciente: 1. alfabetização emocional; 2. reconhecimento da semiótica integral; 3. entendimento das quatro verdades; 4. propósito humano.

A alfabetização emocional e o reconhecimento da semiótica integral possibilitam que quem se comunica o faça com maior entendimento de si mesmo, levando ao próximo mensagens com fundamento. Os elementos permitem ainda reconhecer e compreender melhor o outro, reduzindo ruídos, dissonância, angústia, amargura e medo. Já o entendimento das quatro verdades tende a evitar agressão e preconceitos que paralisam o

entendimento entre grupos rumo a futuros desejáveis.

Por último, a compreensão do propósito humano é o elemento da comunicação consciente cujo papel é o mais claramente aspiracional e transpessoal, pois embute um convite amplo, otimista e político para a transcendência e a evolução. Por que considerá-lo um elemento da comunicação consciente e não um resultado a ser buscado? A comunicação em si tem sempre um objetivo específico, além do propósito amplo de tornar comum conhecimentos. Parece natural ter entre os elementos da comunicação consciente um eixo aspiracional, capaz de instigar, engajar e inspirar.

Como aponta Wilber (1993, p. 242) em relação à “ética comunicativa” de Jurgen Habermas, não é difícil perceber que a comunicação, quando atravessada pela perspectiva transpessoal de uma visão integral, nos possibilita, no mínimo, iniciar um movimento pós-ego, uma vez que abre margem para que “seres humanos tentem compreender-se uns aos outros numa comunidade de troca e respeito mútuos”. Portanto, concluímos que a teoria integral de Ken Wilber traz possibilidades de nos ajudar a repensar estudos, teorias e processos comunicativos por vias mais abrangentes, inclusivas e conscientes. Não é possível neste momento comprovar de forma mensurável que praticar comunicação consciente traz totalidade e plenitude, como proposto acima por Wilber. Podemos, contudo, perceber o amplo potencial que ela embute e compreender o convite para engendrar a

continuidade desse trabalho por meio de pesquisa exploratória de grupos que permita verificar a efetividade da Comunicação Consciente. Sigamos por esse caminho que pode, ao mesmo tempo, ser um mapa para a melhor compreensão da complexidade!

Entre as principais contribuições deste trabalho, destaca-se a articulação do modelo integral como ferramenta para práticas comunicacionais mais profundas e conscientes em contextos pessoais e organizacionais, além do diálogo direto com autores de referência internacional. Todavia, permanece como lacuna o aprofundamento empírico das aplicações da Teoria Integral em estudos de campo com intervenções práticas.

Entendemos que são próximos passos para sua aplicação prática:

- Elaboração de protocolos de comunicação integral para formação de educadores e facilitadores.
- Testes empíricos em ambientes escolares, de saúde e organizacionais.
- Desenvolvimento de plataformas digitais colaborativas baseadas nos quatro quadrantes.
- Capacitação em alfabetização emocional e semiótica integral para gestores e professores.
- Criação de espaços reflexivos em grupos e comunidades, ampliando autonomia e consciência coletiva.

Tabela 4 – Os elementos da comunicação Consciente e suas funções

Categoria	Descrição
Alfabetização Emocional	Reconhecimento e manejo das emoções comunicacionais
Semiótica Integral	Compreensão de significados em múltiplos níveis
Quatro Verdades	Articulação das verdades objetiva, subjetiva, cultural, sistêmica
Propósito Humano	Eixo aspiracional e ético

Essa trilha demonstra a viabilidade da Comunicação Consciente como método transdisciplinar e inovador, capaz de pros-

perar em múltiplos cenários, contribuindo para fomentar pertencimento, ética coletiva e desenvolvimento integral.

Referências

LIMA, Aldenize Ferreira de. *Contribuições da Teoria de Ken Wilber para pensar a integralidade na educação*. 2014.

Dissertação (Mestrado em Educação) – Centro de Educação, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2014.

GROF, Stanislav. *Psicologia do futuro*. São Paulo: Instituto Lachatre, 2003.

KOENIG, Harold G. *Spirituality and health research: methods, measurement, statistics, and resources*. West Conshohocken: Templeton Press, 2012.

MOREIRA-ALMEIDA, Alexander. A espiritualidade e a religiosidade em saúde mental. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 33, p. 171–173, 2006.

WALSH, Roger N.; VAUGHAN, Frances. *Além do ego: dimensões transpessoais em psicologia*. São Paulo: Cultrix Pensamento, 1995.

WEIL, Pierre. *Mística e ciência*. Petrópolis: Vozes, 1978.

WILBER, Ken. *A visão integral*. Rio de Janeiro: Cultrix, 2008.



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

4 – SABOREANDO A VIDA: Uma jornada transpessoal através da consciência, complexos e espiritualidade

João Carlos Paretti

jcparetti@hotmail.com
 ABRAPET/APPT

Idelzuite Veríssimo Vieira

verissimoidelzuite@gmail.com
 ABRAPET/APPT

Oswaldo Leite Simões de Paiva

opaiva54@gmail.com
 UFPE/ABRAPET

Adriana César Martins

E-mail: adrianacesarm@hotmail.com
 ABRAPET/APPT

Resumo: O presente ensaio explora a sabedoria e a evolução da consciência sob a perspectiva da Psicologia Transpessoal, dialogando com a Psicologia Analítica de Jung, a tradição védica, o taoísmo e tradições míticas. A investigação parte de reflexões pessoais sobre o sentido da sabedoria, distinguindo-a de idade ou conhecimento acumulado, para situá-la como resultado de um processo integrativo que envolve dimensões biográficas, perinatais e transpessoais. Utiliza-se a cartografia da psique de Stanislav Grof, contemplando os níveis biográfico, perinatal e transpessoal, bem como a dinâmica dos COEXs e dos complexos, compreendidos como estruturas psíquicas que influenciam escolhas e comportamentos. As representações gráficas — espirais, círculos, cebolas, uroboros, cornucópia — funcionam como ferramentas epistemológicas que traduzem conceitos complexos e favorecem a integração entre teoria e experiência. A dimensão espiritual, expressa no eixo Self/Observador Compassivo, é apresentada como elemento central para orientar escolhas alinhadas ao amor, à verdade e à unidade. O texto relaciona padrões psíquicos individuais ao inconsciente coletivo, abordando a dificuldade de ampliação da consciência coletiva e os reflexos de padrões arquetípicos nas dinâmicas sociais e históricas. Por meio da articulação entre vivências, simbolismo e fundamentação teórica, o ensaio propõe um caminho de desenvolvimento que integra sombra e persona, dissolve identificações limitantes e amplia a percepção do self como eixo ordenador da vida.

Palavras-chave: Psicologia Transpessoal; Self; COEXs; Níveis de Consciência; Individuação.

Abstract: This essay explores wisdom and the evolution of consciousness from the perspective of Transpersonal Psychology, engaging in dialogue with Jungian Analytical Psychology, the Vedic tradition, Taoism, and mythical traditions. The investigation begins with personal reflections on the meaning of wisdom, distinguishing it from age or accumulated knowledge, and positioning it as the result of an integrative process that involves biographical, perinatal, and transpersonal dimensions. The essay draws on Stanislav Grof's cartography of the psyche, which encompasses the biographical, perinatal, and transpersonal levels, as well as the dynamics of COEX systems and complexes—understood as psychic structures that influence choices and behaviors. Graphical

representations—spirals, circles, onions, ouroboros, cornucopia—are employed as epistemological tools that convey complex concepts and foster integration between theory and experience. The spiritual dimension, expressed through the Self/Compassionate Observer axis, is presented as a central element guiding choices aligned with love, truth, and unity. The text connects individual psychic patterns with the collective unconscious, addressing the challenges of expanding collective consciousness and the influence of archetypal patterns on social and historical dynamics. Through the articulation of personal experience, symbolism, and theoretical foundation, the essay proposes a developmental path that integrates shadow and persona, dissolves limiting identifications, and expands the perception of the self as the organizing axis of life.

Keywords: Transpersonal Psychology; Self; COEX Systems; Levels of Consciousness; Individuation.

1 Introdução

Quando completei 63 anos, minha amiga Luciana me disse que essa é a idade do sábio, segundo a antroposofia. Mas o que é ser sábio? Vários pensamentos me surgiram: em algum lugar ouvi dizer que países com forte cultura de cuidado com os idosos tratam seus anciãos com respeito e atenção – tive o privilégio de estar em Taiwan e ver jovens dando massagem em idosos, nas calçadas, como parte de atividades corriqueiras do dia a dia. Também vi reportagem sobre como a cultura japonesa respeita seus idosos.

Mas idade é sinônimo de sabedoria? Claro que não, pois vi – e tenho visto – já encontrei muitos idosos tolos, no meu país e em outros. Também me lembrei da série televisiva *Cosmos*, em que Carl Sagan, mostrando uma gigantesca biblioteca, referia-se ao conhecimento acumulado da humanidade, dizendo que, mesmo que pudesse ler 24 horas por dia, uma vida não chegaria nem perto de abarcar tudo o que já havia sido descoberto até então. Ele concluía dizendo que deveríamos ler somente os livros que teriam real importância para nossa pequena existência.

Então, sabedoria é sinônimo de conhecimento? Com certeza não, pois muitas pessoas cultas não são sábias. Aqui me lembro de Lúcia Helena Galvão falando que inteligência é a arte da escolha. Do latim *intelligere* – saber escolher (*intus*, “entre”; *legere*, “escolher”). Assim, escolher quais livros ler, quais decisões tomar na vida, quais caminhos seguir é ser inteligente. Mas isto basta para se ser sábio? Não. É preciso saber escolher e, para escolher, é necessário ter sabor (do latim *sapere*, “saborear”, “saber”).

Arantes (2016) menciona que, na hora da morte, essa sabedoria que não tivemos durante a nossa jornada pode aparecer.

A primeira pergunta que nos fazemos quando confrontados com a finitude é: será que havia algum jeito de não estar ali? Vêm à nossa mente ideias como: “Ah, se eu não tivesse fumado, não teria câncer de pulmão!”; “Se não tivesse dirigido bêbado não estaria aqui!”; “Se tivesse vivido de um jeito mais saudável não estaria agora com as coronárias entupidas!”; “Se eu não tivesse nascido nessa família não teria esta doença!”. Quando temos tempo, podemos fazer uma nova escolha, pois o arrependimento pressupõe que ainda é possível fazer um retorno e seguir adiante pelo caminho que passamos a considerar certo. Quando não temos tempo, porém, o arrependimento é clássico: erramos e estamos condenados. Esquecemos que, quando fizemos aquela escolha (que hoje julgamos errada), nem nos demos conta de que estávamos indo para o lado errado. (Arantes, 2016, p. 91).

Se as escolhas que fazemos nos levam para o lugar errado, estaremos desperdiçando nossa energia e não acessaremos o saborear (saber) da vida. Representaremos nossas escolhas ruins por setas cinza e nossos limites de consciência da vida mal direcionada pelo desenho da nuvem (Figura 1), que foi formada pelas setas cinza (más escolhas).

Figura 1: Escolhas desnorteadas, desestruturantes – sem sabor



Fonte: O autor (2025)

O presente ensaio se fundamenta na premissa de que a sabedoria e a evolução da consciência não são meros produtos do acúmulo de idade ou conhecimento, mas resultam de um processo integrativo que envolve dimensões psicológicas, espirituais e arquetípicas. A Psicologia Transpessoal de Grof através de sua cartografia da psique, em diálogo com a Psicologia Analítica junguiana oferece um quadro teórico abrangente para compreender como as experiências biográficas, perinatais e transpessoais se interconectam na formação da psique.

A utilização de representações gráficas, como espirais, círculos, setas e símbolos míticos (uroboros, cornucópia), não se limita a uma função ilustrativa, mas atua como ferramenta epistemológica capaz de traduzir conceitos complexos em imagens estruturantes, facilitando a compreensão e a internalização de ideias abstratas. Essa abordagem visual dialoga com tradições simbólicas ancestrais e com a própria natureza imagética do inconsciente, fortalecendo a conexão entre teoria e vivência.

Do ponto de vista reflexivo, o ensaio propõe uma ponte entre a experiência pessoal — expressa em narrativas que questionam o significado da sabedoria — e as formulações teóricas de autores como Jung, Grof, Neumann, Eliade e Arantes. Essa articulação permite que as escolhas de vida sejam compreendidas não apenas como decisões racionais, mas como expressões de padrões psíquicos mais profundos, influenciados por COEXs e complexos, e potencialmente transfor-máveis pela consciência orientada pelo Self ou Observador Compassivo.

Assim, justifica-se a pertinência desta investigação por sua contribuição para o aprofundamento teórico-prático da Psicologia Transpessoal, oferecendo ao campo acadêmico uma reflexão integrada que une rigor

conceitual, clareza visual e profundidade experiencial. A proposta atende tanto à necessidade de um arcabouço científico consistente quanto à demanda por modelos compreensíveis e aplicáveis no contexto clínico, educacional e de desenvolvimento humano.

Neste sentido, o presente ensaio busca contemplar dois objetivos: a) Analisar as representações gráficas propostas (figuras e modelos visuais) como recursos de tradução simbólica dos conceitos de níveis de consciência, COEXs e processos de individuação, evidenciando como esses elementos visuais complementam e ampliam a compreensão teórica do tema e b) Refletir criticamente sobre a relação entre as escolhas de vida, os condicionamentos inconscientes e a ampliação da consciência, articulando fundamentos teóricos da psicologia transpessoal, da filosofia e da espiritualidade com experiências existenciais e interpretações simbólicas, visando compreender o papel do Self ou Observador Compassivo como eixo integrador.

2 Fundamentação Teórica

2.1. O Self e a Individuação

Para Jung (2011), o Self — nosso arquétipo central — é o centro ordenador da vida e nos conduz, desde o nascimento, à meta da individuação. Jung via no Self o elemento responsável pelos primórdios da vida psíquica e afirmava que as metas mais elevadas do indivíduo eram direcionadas a esse centro: “O Self tem o caráter de algo que é um resultado, uma finalidade que é atingida pouco a pouco e por meio de muito esforço. Assim, pois, representa a meta da vida [...]” (Bloise, 2000, p. 161).

Portanto, além de considerá-lo a totalidade da psique, Jung (2011) o trata como o centro ordenador dessa totalidade.

Na Clínica Kosmos Transpessoal, o Self é compreendido como: “O Observador ou Testemunha Amorosa” — aquela dimensão inviolável do ser, “a natureza última” dos ensinamentos budistas, que precisa ser cultivada e atualizada pela/na relação com o mundo (Ferreira; Silva; Cunha, 2024, p. 234).

Assim, individuação diferentemente de individualismo, diz sobre a realização das qualidades coletivas do ser humano, sendo um processo de desenvolvimento psicológico que o torna único buscando realizar a peculiaridade do seu ser.

Este mal-entendido é geral, uma vez que não se distingue corretamente individualismo de individuação. Individualismo significa acentuar e dar ênfase deliberada a supostas peculiaridades, em oposição a considerações e obrigações coletivas. A individuação, no entanto, significa precisamente a realização melhor e mais completa das qualidades coletivas do ser humano; é a consideração adequada e não o esquecimento das peculiaridades individuais, o fator determinante de um melhor rendimento social [...]. A individuação, portanto, só pode significar um processo de desenvolvimento psicológico que faculte a realização das qualidades individuais dadas; em outras palavras, é um processo mediante o qual um homem se torna único que de fato é. Com isso não se torna “egoísta”, no sentido usual da palavra, mas procura realizar a peculiaridade do seu ser e isto, como dissemos, é totalmente diferente de egoísmo ou individualismo. (Jung, 2014, p. 63).

Segundo a tradição védica, nossas ações, quando pautadas por uma ética de unidade, constituem o Dharma.

Dharma é a ação correta que adotamos como padrão para pautar nossas atitudes, que devem ser norteadas pelo princípio de que vivemos como uma Unidade. Do ponto de vista dos conhecimentos espirituais védicos, tudo e todas as pessoas são uma coisa só. Então minha ação não pode prejudicar, machucar ou agredir o outro, porque assim eu estaria gerando sofrimento para mim mesmo num futuro próximo. Tampouco posso destruir a natureza, pois também faço parte dela e, depois de algum tempo, estarei à mercê das consequências desastrosas do desequilíbrio ecológico. Sem falar no sofrimento que isso vai acarretar para milhares de pessoas que dependem dos recursos naturais para viver. (Baba, 2022, p. 25).

No Taoísmo, o modo de viver de um sábio é conhecido como Te.

Quanto mais nos aprofundamos no pensamento taoísta, mais relevante a figura do sábio se torna. Entre suas características principais e respon-

sável, em parte, pelo seu curioso modo de viver, encontra-se o Te. Descrito às vezes como a virtude do homem do Tao, pensei em traduzir o termo por ‘experiências e insights arquetípicos buscados dentro do ser’. (Bloise, 2000, p. 49).

Segundo Watts, citado por Bloise: “Te é a virtude natural, baseada em sentimentos internos, bastante diferente da virtude artificial, baseada na obediência a regras.” (Bloise, 2000, p. 53).

Diferente das escolhas feitas a partir do *status quo*, o sábio taoísta age, quando necessário, a partir de um estado de consciência ampliada.

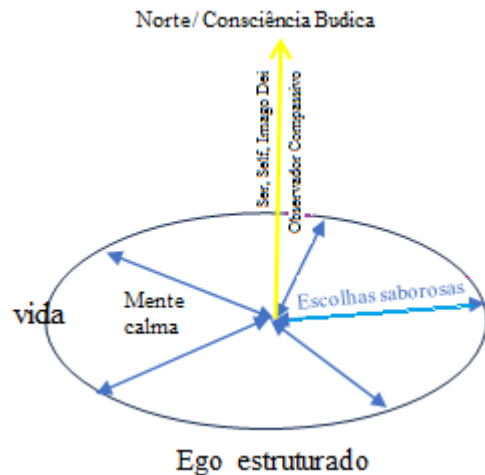
Em calma, em um estado de serenidade e introversão, o sábio conecta-se aos fatos e, quando necessário, age. Percebe-se, então, que essa virtude é dificilmente ensinada, pois o indivíduo precisa senti-la, vivenciá-la mais do que compreendê-la. O conhecimento é captado intuitivamente, graças a um estado de união com a totalidade. (Bloise, 2000, p. 49).

Para Arantes (2016), é a partir do eixo da espiritualidade que a vida se movimenta em todos os planos: “Penso na espiritualidade como um eixo que faz com que eu me movimente na relação comigo mesma, com a minha vida, na relação com o outro, na relação com a sociedade, com o Universo, com a Natureza e com Deus.” (Arantes, 2016, p. 84).

O sábio que tudo superou aceita a morte e a vida como aspectos do mesmo fenômeno:

Conclui-se, então, que o sábio sente a presença do cósmico e evita o que pode fixá-lo no plano humano. Ao saber lidar com seus desejos, evitando excessos, ao cuidar do corpo e tranquilizar sua mente, ele favorece que o Tao, por meio do Te, se manifeste e o conduza. Assim, naturalmente, ele vai abdicando de valores tão caros à humanidade, como o poder, o prestígio e a riqueza, **para** abraçar algo que lhe é essencial. Pratica o desapego sem exagerar nas privações, aceita a morte e a vida como aspectos do mesmo fenômeno. (Bloise, 2000, p. 57).

O círculo da Figura 2 representa uma mente calma, em paz, cujas escolhas estão guiadas pelo eixo do Self (ou Te).

Figura 2: Escolhas sábias

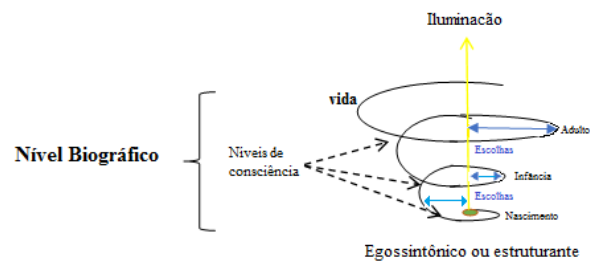
Fonte: O autor (2025)

Círculo harmonioso simbolizando as escolhas convergindo em direção ao Self (Norte) então estaremos a caminho do sábio, pois construiremos o nosso entorno em consonância com nosso SER podendo saborear (saber) cada instante vivido. A mente calma se forma a partir de escolhas sábias (setas azuis) orientadas do centro para fora e de fora para dentro através da vida que interage conosco. O eixo vertical em amarelo representará nosso arquétipo principal, o Self da teoria Junguiana, *Imago Dei* ou o Observador Compassivo.

Porém agir a partir desse eixo não é fácil, pois nossas escolhas estão influenciadas por COEXs (veremos adiante), que desviam nossa energia de nossa boa aventura, além do que a vida muda a cada instante e se mantivermos nossas escolhas fixas, estaremos “engessando” nossa personalidade (ego estruturado) e azedando o saborear da vida.

2.2. Níveis de Consciência na perspectiva de Stanislav Grof

Representaremos, por um ponto vermelho na Figura 3, a consciência no momento do nascimento. À medida que nos desenvolvemos psíquica e biologicamente, ampliamos nossa percepção de mundo por meio dos sentidos, incluindo o paladar (por exemplo, inicialmente o contato com o seio materno ou a mamadeira que nos nutre, posteriormente a percepção da mãe, do pai, etc.). A cada ampliação, o ponto se expande para um círculo maior, representado pela espiral na Figura 3, simbolizando a expansão da consciência.

Figura 3: Espiral evolutiva dos níveis de consciência

Fonte: O autor (2025)

No início da vida, as escolhas estão inteiramente nas mãos daqueles que cuidam de nós, e tais escolhas influenciarão todo o nosso percurso existencial. Infelizmente, quando pais ou cuidadores não desenvolveram competências adequadas — metaforicamente, “não aprenderam a cozinhar bem” — muitas vezes será necessário “fazer do limão uma limonada”, sob pena de perpetuarmos padrões que “azedam” nossa experiência vital.

É fundamental destacar que o desenvolvimento humano não ocorre isoladamente: a presença de outras pessoas é indispensável em toda a trajetória de vida.

Quando as escolhas — próprias ou mediadas por pais e cuidadores na infância — se alinham a valores de afeto, cuidado e ética relacional, entramos em um processo de espiral evolutiva associado a um ego estruturante (ou egossintônico), conforme ilustrado na Figura 3. Nesse contexto, a construção do self se dá de forma integrada, permitindo que a identidade se consolide em harmonia com o desenvolvimento afetivo, cognitivo e espiritual. De modo que “Se a nossa espiritualidade estiver sobre uma base de Amor e Verdade, vivenciados e não somente conceituados, não importa o caminho que escolhermos, a vida dará certo. Sempre”. (Arantes, 2016, p. 89).

Dessa forma seríamos egossintônicos onde as sombras e personas iriam se integrando à medida que nos relacionássemos com a vida sem se identificar com conteúdos mentais, capacitando-nos a ampliar os níveis de consciência.

Aqui se busca integrar sombra e persona, de forma a surgir um “ego estável”, egossintônico, capaz de suportar os processos de desidentificação necessários ao crescimento psicológico e ampliação das

fronteiras de si. (Ferreira; Silva; Cunha, 2024, p. 104).

A figura 3 seria a representação de uma vida em perfeita evolução onde desde a gestação, infância, adolescência e vida adulta, todas as escolhas que fizeram por nós ou feitas por nós mesmos foram sabias e amorosas, mas sabemos empiricamente que isso é impossível.

Cada anel da espiral representaria um nível de consciência. Essa espiral perfeita (figura 3) estaria representando uma mente calma, tranquila interagindo, de forma centrada, com as agruras da vida sem se identificar.

A evolução dos níveis de consciência por estágios reflete a evolução dos estágios do consciente coletivo. Segundo Neumann (1995, p. 16): “A evolução da consciência por estágios é, ao mesmo tempo, um fenômeno humano coletivo e um fenômeno individual particular”. Assim, deve-se considerar o desenvolvimento ontogenético uma recapitulação modificada do filogenético.

Acontece que na gestação e parto somos levados a intensas vivências que nos desestabilizam e desestruturam. Tudo o que a mãe vivencia de forma saudável ou não, afetará nossa formação. Os momentos que antecedem o parto e o parto são cruciais na nossa existência. Passamos por vivências que nos levam a sentir o fim, onde não há saída, até momentos de extrema força e ímpeto de vida para conseguir nascermos. Esse é verdadeiro mito do herói-heroína que jaz em nosso inconsciente pessoal/coletivo.

Stanislav Grof propõe uma cartografia da psique dividida em três níveis:

Minha própria tentativa de criar um mapa da psique que retratasse adequadamente o espectro experiencial das sessões psicodélicas exigiu uma expansão radical do modelo de psique usado pela psiquiatria convencional, adicionando duas grandes regiões. A primeira delas, o domínio perinatal, está intimamente relacionada à memória do nascimento biológico, e a segunda, o domínio transpessoal, se sobrepõe em certa medida ao inconsciente coletivo histórico e arquetípico de C. G. Jung, embora o expanda e modifique. (Grof, 2019, p.76, tradução própria).

Nível Biográfico: Experiências pessoais e memórias.

O domínio biográfico da psique consiste de nossas memórias de infância, adolescência e vida adulta. [...] Na realidade, a imagem da psique utilizada nos círculos acadêmicos limita-se exclusivamente a este domínio e ao inconsciente individual. (Grof, 2000, p.36).

Nível Perinatal: Traumas e vivências relacionadas ao nascimento, divididos em quatro Matrizes Perinatais Básicas (MPBs).

As experiências originadas no nível perinatal do inconsciente aparecem em quatro padrões experienciais distintos, cada um dos quais caracterizado por emoções, sentimentos físicos e imagens simbólicas específicas. Esses padrões estão intimamente relacionados às experiências que o feto tem antes do início do nascimento e durante os três estágios consecutivos do parto biológico. Essas experiências deixam profundas marcas inconscientes na psique que, mais tarde na vida, exercem uma influência importante sobre o indivíduo. Eu me refiro a essas quatro constelações dinâmicas no inconsciente profundo como Matrizes Perinatais Básicas ou MPBs. O espectro de experiências perinatais não se limita àquelas que podem ser derivadas dos processos biológicos e psicológicos envolvidos no parto. As matrizes perinatais formam partes integrantes dos sistemas COEX que também contêm memórias pós-natais e experiências transpessoais com as quais compartilham as mesmas qualidades arquetípicas. Estas podem alternar com a revivência das memórias fetais ou aparecer simultaneamente com elas em várias combinações. As MPBs representam importantes portais de entrada para o inconsciente coletivo descrito por C. G. Jung. A identificação com o bebê que enfrenta a provação da passagem pelo canal de parto parece fornecer acesso a experiências envolvendo pessoas de outras épocas e culturas, vários animais e até figuras mitológicas. (Grof, 2019, p. 214, tradução própria).

MPB1 – Matriz perinatal básica I: União Primordial com a Mãe

Essa matriz refere-se à existência intra-uterina anterior ao início do trabalho de parto. O universo de experiências deste período pode ser

chamado de universo amniótico. O feto não tem percepção de fronteiras e não diferencia entre interno e externo. (Grof, 2000, p. 51).

MPB2 - Matriz perinatal básica II: Engolfamento Cósmico e Sem Saída ou Inferno

No primeiro estágio do parto biológico totalmente desenvolvido, as contrações do útero comprimem o feto periodicamente, mas a cérvix ainda não está aberta. Cada contração causa compressão das artérias uterinas e o feto é ameaçado pela falta de oxigênio. (Grof, 2000, p. 54).

MPB3 - Matriz perinatal básica III: A Luta de Morte-Renascimento

“[...] o segundo estágio clínico do parto biológico, a propulsão através do canal de parto após a abertura do colo do útero e a descida da cabeça até a pélvis. Nesse estágio, as contrações uterinas continuam, mas a cérvix já está dilatada e permite a gradual propulsão do feto pelo canal de parto. Isso envolve pressões mecânicas esmagadoras, dores e muitas vezes um alto grau de anoxia e asfixia.” (Grof, 2000, p. 57).

MPB4 - Matriz perinatal básica IV: A Experiência de Morte-Renascimento

Essa matriz está relacionada com o terceiro estágio clínico do parto, a expulsão final do canal de parto e o corte do cordão umbilical. (Grof, 2000, p. 65).

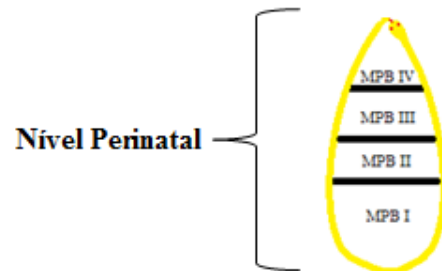
Vivências nessas matrizes ficarão gravadas em nós e moldarão a nossa jornada de vida. De modo que:

Os padrões experienciais associados à revivência dos estágios consecutivos do nascimento (Matrizes Perinatais Básicas, ou MPBs) fornecem modelos lógicos e naturais para os sintomas e a maneira como eles se agrupam em síndromes. O fato de que no cerne dos transtornos emocionais está o trauma do nascimento, um processo de vida e morte, explica a intensidade e a profundidade que, de outra forma, seriam incompreensíveis. Extremos de comportamento humano —

violência desenfreada que leva a assassinatos brutais e suicídios violentos — precisam ter uma fonte de intensidade e relevância comparáveis. (Grof, 2019, p. 21, tradução própria).

Na Figura 4 temos representada por uma gota-uroboros às quatro matrizes do nível perinatal.

Figura 4: Gota-uroboros representando as MPBs.



Fonte: O autor (2025)

Frédéric Leboyer, pai do nascimento sem violência, inspirado em práticas orientais buscando diminuir o trauma do nascimento propõe um ambiente mais suave e acolhedor para o parto. Em seu livro publicado de 1974 *Pour une naissance sans violence*, já apontava para o horror do nascimento.

O que faz o horror do nascimento é a intensidade, a amplitude da experiência, sua variedade, sua riqueza sufocante. Já dissemos que se acredita que recém-nascido não sente nada. Ele sente tudo. Tudo, totalmente, sem escolha, sem filtro, sem discriminação. A quantidade de sensações que o assola no nascimento ultrapassa tudo o que possamos imaginar. É uma experiência sensorial tão vasta que não podemos mesmo concebê-la. Os sentidos do recém-nascido funcionam, e como! Possuem toda a acuidade e o frescor da juventude. O que são os nossos sentidos comparados aos das crianças? O que são nossos sentidos comparados aos dos animais? Temos a pele tão sensível quanto a dos crocodilos ou a dos rinocerontes. E as sensações do nascimento tornam-se ainda mais fortes pelo contraste com o que foi vivido antes. Os sentidos funcionam bem antes de a criança estar entre nós, no nosso mundo. Sem dúvida, as sensações ainda não são organizadas em percepções ligadas umas às outras, equilibradas. O que as faz

ainda mais forte, selvagem, intoléráveis, aflitivas. (Leboyer, 1989, p.30).

A primeira vivência de nossa formação intrauterina marca em nosso ser o símbolo primordial da unidade, do ovo cósmico, a uroboros. Esses símbolos míticos ficaram gravados em todos nós para nossa jornada de herói/heroína.

O primeiro ciclo do mito é o mito da criação. Aqui, a projeção mitológica do material psíquico surge na forma cosmogônica, como mitologia da criação. O mundo e o inconsciente predominam e formam o objeto do mito. O ego e o homem encontram-se apenas nascentes, sendo o seu nascimento, o seu sofrimento e sua emancipação as etapas do mito da criação. No estágio de separação [...] essa semente penetra no segundo ciclo, ou seja, o mito do herói [...]. (Neumann, 1995, p.25).

Assim,

A perfeição daquilo que repousa em si mesmo não contraria, de forma alguma, a perfeição daquilo que circula em si mesmo. Embora sendo algo estático e eterno, imutável e, portanto, sem história, o repouso absoluto é, ao mesmo tempo, o lugar de origem e a célula-semente da criatividade. Vivendo no ciclo de sua própria vida, é a cobra circular, o dragão primal do princípio, que morde a própria calda, a autogerada Uroboros. (Neumann, 1995, p.28).

A uroboros, símbolo dos pais primordiais, em seu primeiro movimento criativo do vir-a-ser, faz a roda da vida girar em ascensão iniciando a espiral evolutiva.

A uroboros, o grande redondo, não é somente o ventre, mas também os “pais primordiais”. O pai primordial está unido, na unidade urobórica, à mãe primordial, sendo eles inseparáveis. [...] A imponência desse símbolo primordial da psique não reside apenas no fato de ele conter em si o estado não diferenciado, a transcendência dos opostos e a união; a uroboros simboliza também o impulso criador do novo começo, a “roda que gira por si mesma”, o primeiro movimento e a espiral, como

o movimento ascendente em círculos da evolução. (Neumann, 1995, p. 33).

Nível Transpessoal: Experiências que transcendem o indivíduo, incluindo memórias ancestrais e identificações arquetípicas.

Nos últimos anos de pesquisa psicodélica, Grof (2000) se debruçou em compreender as memórias ancestrais e filogenéticas, experiências de vidas passadas, identificação experiencial com animais e plantas, domínios históricos e arquetípicos, sincronicidades, consciência cósmica e criatividade superior. Por esse prisma Grof percebeu que o nascimento não era a questão principal sendo que as MPBs são manifestações das dinâmicas arquetípicas

Nessa nova compreensão, o nascimento perdeu seu papel dominante e a ênfase principal mudou para a dinâmica arquetípica. As matrizes perinatais básicas (MPBs), padrões experienciais que governam a revivência dos estágios do nascimento biológico, tornaram-se manifestações e expressões específicas dessas dinâmicas arquetípicas. Essa mudança conceitual também possibilitou conectar minha nova estrutura conceitual à astrologia arquetípica desenvolvida por Richard Tarnas e seus colegas. A aliança entre essas duas disciplinas trouxe clareza e refinamento à compreensão das experiências psicodélicas e de Respiração Holotrópica, bem como de episódios de emergência espiritual, o que antes era impossível de alcançar. (Grof, 2019, p.15, tradução própria).

Grof incluiu em seu mapa cartográfico da psique humana o nível transpessoal (ir além-pessoal) a partir de experiências realizadas com estados holotrópicos de consciência. Essas experiências transcendem nossas fronteiras de espaço tridimensional e tempo linear fazendo com que nossa percepção de corpo e ego se dissolva.

O segundo principal domínio que, quando trabalhamos com estados holotrópicos, precisa ser adicionado à cartografia da psique humana desenhada pela psiquiatria dominante é agora conhecido pelo nome de transpessoal. O significado literal desse termo é “atingindo o além-pessoal” ou “transcendendo o pessoal”. As experiências que se dão nesse nível envolvem a transcen-

dência das nossas fronteiras usuais (nosso corpo e ego) e das limitações do espaço tridimensional e do tempo linear que restringem nossa percepção do mundo nos estados comuns de consciência. (Grof, 2000, p. 69).

De modo que:

O domínio Transpessoal explica fenômenos tais como a experiência de identificação com outras pessoas, animais, plantas e outros aspectos da natureza [...] fonte de memórias ancestrais, raciais, filogenéticas e cármicas, assim como de visões de seres arquetípicos e de regiões mitológicas. As experiências extremas nessa categoria são a identificação com a Mente Universal e com o Vazio Supracósmico e Metacósmico (Grof, 2000, p. 35).

Na formação embrionária são os fatores transpessoais que iniciam nosso desenvolvimento psíquico. Segundo Neumann os arquétipos funcionam como elementos estruturais da psique e se assemelham a formação dos órgãos físicos que se maltratados nos adoecem.

Na história da humanidade, assim como no desenvolvimento do indivíduo, há, de início, preponderância de fatores transpessoais; só no curso do desenvolvimento é que o domínio pessoal se torna visível e alcança independência. (Neumann, 1995, p.16).

Assim,

Os elementos estruturais arque-típico da psique são órgãos psíquicos de cujo funcionamento depende o bem-estar do indivíduo e cujo dano acarreta desastrosas consequências. São, ademais, causas infalíveis das desordens neuróticas e mesmo psicóticas, e se comportam exatamente como órgãos físicos ou sistemas funcionais orgânicos negligenciados ou maltratados. (Neumann, 1995, p. 13).

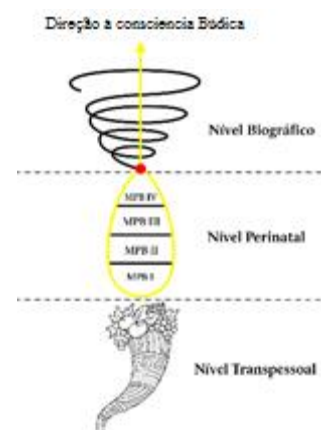
Representaremos o nível transpessoal pela imagem da cornucópia (figura 5), onde na mitologia Grega fornece o alimento inesgotável, “uma cornucópia plural criativamente avançando em múltiplas direções ontológicas”. (Ferreira; Silva; Cunha, 2024, p. 20).

Figura 5: Cornucópia simbolizando o nível transpessoal.



Em nosso modelo gráfico na figura 6 onde estão representados todos os níveis da cartografia de Grof, a espiral está representando uma evolução consciente, caracterizando uma jornada em total consonância com nosso Self ou Observador Compassivo, onde atingiríamos níveis de consciência cada vez maiores até a consciência Búdica.

Figura 6: Modelo da cartografia de Grof com todos os níveis



Fonte: O autor (2025).

Mas sabemos vivencialmente que estar nesse planeta é um continuum desafiar (renunciar a fé) e fiar (ter fé), morrer e nascer, solvet et coagula (dissolver e coagular).

Assim como Jung, Stanislav Grof identificou estruturas que influenciam, determinam e moldam nossas escolhas e maneiras de interpretar o mundo, ajudando, mas também atrapalhando (na maioria das vezes) nossa evolução. Jung chamou-as de Complexos e Grof de COEXs.

2.3. COEXs e Complexos

Na terceira conferência de Tavistock proferida em 1935, Jung já sabia da autonomia dos complexos e seu poder de nos adoecer psíco e fisicamente.

Um complexo é um aglomerado de associações [...] por ser dotado de tensão ou energia própria, tem a tendência de formar, também por conta própria, uma pequena personalidade. Apresenta uma espécie de corpo e uma determinada quantidade de fisiologia própria, podendo perturbar o coração, o estômago, a pele. Comporta-se, enfim, como uma personalidade parcial. Quando se quer dizer ou fazer alguma coisa e, desgraçadamente, um complexo intervém na intenção inicial, acaba-se dizendo ou fazendo a coisa totalmente oposta ao que se queira de início. Há subitamente uma interrupção, e a melhor das intenções acaba sendo perturbada, como se tivéssemos sofrido a interferência de um ser humano ou de uma circunstância exterior. Sob essas condições somos mesmo forçados a falar da tendência dos complexos a agirem como fossem movidos por uma parcela de vontade própria. (Jung, 1972, p.100).

E de forma semelhante aos complexos, os COEXs são entendidos por Grof:

Os sistemas COEX desempenham um papel importante em nossa vida psicológica: eles podem influenciar a maneira como percebemos a nós mesmos, as outras pessoas e o mundo, bem como nos sentimos e agimos. Eles são as forças dinâmicas por trás de nossos sintomas emocionais e psicossomáticos, dificuldades nos relacionamentos com outras pessoas e comportamentos irracionais. [...] descobri que existe uma interação dinâmica entre os sistemas COEX e o mundo externo. Eventos externos em nossa vida podem ativar especificamente os sistemas COEX correspondentes e, inversamente, os sistemas COEX ativos podem determinar como percebemos a nós mesmos e ao mundo, e fazer com que nos comportemos de tal forma que recriemos seus temas centrais em nossa vida presente. (Grof, 2019, p. 197, tradução própria).

A diferença do Complexo descrito por Jung para o COEX descrito por Grof é que Jung não incluiu na dinâmica do complexo o nível perinatal.

Na base de cada complexo, Jung encontrou um princípio universal governante, ou um "arquetipo". Para Jung, esse complexo era composto de material biográfico e arquetípico. Ele não incluiu nele nenhum elemento perinatal, pois não acreditava que o nascimento biológico tivesse qualquer relevância para a psicologia. (Grof, 2019, p. 196, tradução própria).

Da mesma forma que Grof foi atualizando o entendimento da cartografia da psique na medida em que se aprofundava Jung também foi atualizando a psicologia analítica, sendo que ambos entenderam que COEX & Complexo tem suas bases no inconsciente mais profundo.

Em Grof (2019, p. 197, tradução própria) temos: "De acordo com minhas observações, o campo arquetípico do COEX geralmente alcança mais profundamente a psique, até os níveis perinatal e transpessoal".

Nise da Silveira, médica alagoana, que trouxe a psicologia analítica para o Brasil explica:

Com efeito, os complexos poderão ser agrupados em categorias definidas (complexo mãe, complexo pai, complexo de poder, complexo de inferioridade, etc.). "A constatação de que existem tipos bem caracterizados e facilmente reconhecíveis de complexos sugere que estes repousam sobre bases igualmente típicas". Tais bases seriam os arquétipos, isto é, os alicerces da vida psíquica comuns a todos os seres humanos. Visto nesta perspectiva, por trás de suas características exclusivamente pessoais, o complexo mostraria conexões com os arquétipos, ou seja, haveria sempre uma ligação entre vivências individuais e as grandes experiências da humanidade. (Silveira, 2011, p. 33).

Quanto às definições de Jung, Nise esclarece que: "Não se surpreenda o leitor de encontrar através da obra de Jung definições de complexo que não se superponham exatamente [...]. Sua obra é um organismo que cresceu e transformou-se enquanto foi vivo o autor." (Silveira, 2011, p. 33).

Um COEX (Condensed Experience) é composto por: memórias de carga emocional correlatas com um tema básico e camadas que se relacionam aos diferentes períodos da vida da pessoa

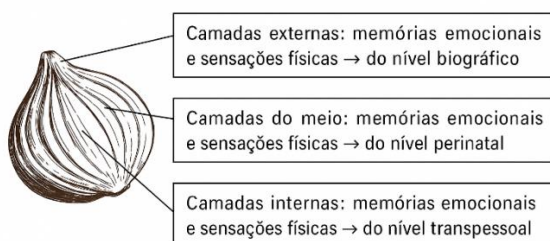
Um sistema COEX consiste em memórias com carga emocional, de diferentes períodos de nossas vidas, que se assemelham pela qualidade da emoção ou sensação física que compartilham. Cada COEX tem um tema básico que permeia todas as camadas e que representa seu denominador comum. As camadas individuais contêm variações desse tema básico que ocorrem em diferentes períodos da vida da pessoa. (Grof, 2000, p. 37).

As experiências difíceis que passamos durante a vida podem ou não serem traumáticas, pois cada ser humano terá sua própria relevância emocional na experiência. Assim, “[...] é a intensidade da experiência e sua relevância emocional que determinam se uma memória será incluída ou não em um COEX e não sua natureza desagradável.” (Grof, 2000 p. 37).

Segundo Murray Stain: “Um complexo colhe nova energia psíquica para si de duas maneiras: (a) de novos traumas que lhe associam e o enriquecem como novo material, e (b) do poder magnético de seu núcleo arquetípico”. (Stein, 2007, p.72)

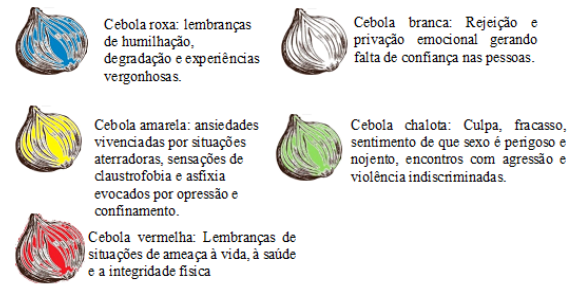
Representaremos os COEXs por cebolas, figura 7, assim as camadas da cebola representarão as memórias emocionais nos diferentes períodos de nossas vidas e os diversos tipos de cebola representarão os diferentes temas das emoções/sensações físicas que caracteriza um COEX.

Figura 7: Cebola simbolizando COEX.



Fonte: O autor (2025).

Os temas de alguns COEXs descritos por “Grof, 2000, p. 37” serão representados por tipos de cebolas.



Fonte: O autor (2025).

Essas imagens reforçam a ideia de que a evolução da consciência é um processo dinâmico e não linear.

3. Discussão

3.1. A Influência dos COEX nas Escolhas

Os COEXs, representados como "cebolas" (Figuras 7), agrupam memórias emocionais de diferentes períodos da vida. Eles podem ser positivos ou negativos, moldando percepções e ações.

Os traumas das matrizes perinatais organizadas em COEXs podem moldar nossa percepção de Mundo influenciando nossas escolhas e ações, roubando nossa energia, desnorteando-nos de nossa boa aventura.

Reforçadas por experiências emocionais significativas da infância e da vida adulta organizadas em sistemas COEX, as matrizes perinatais podem moldar nossa percepção de mundo, influenciar profundamente nosso comportamento diário e contribuir para o desenvolvimento de várias desordens emocionais e psicossomáticas. Na escala coletiva, podemos encontrar ecos das matrizes perinatais na religião, arte, na mitologia, na filosofia e em várias formas de psicologia e psicopatologia social e política. (Grof, 2000 p. 51).

De modo que “Eles são as forças dinâmicas por trás dos nossos sintomas emocionais e psicossomáticos, dificuldade em relacionamentos com outras pessoas e comportamentos irracionais”. (Grof, 2000, p 38).

As escolhas influenciadas pelos COEXs atrapalham nossa consciência da percepção do mundo e de corpo, conseqüentemente, ações que tomamos influenciada por esses COEXs dificultam nossa jornada de vida desnorteando-nos, porém nem todo COEX é negativo e esses nos ajudam e nos estruturam facilitando ao caminho da boa aventura.

Pois, “Além das constelações negativas, há também aquelas que compreendem memórias de situações e momentos muito agradáveis ou até êxtase”. (Grof, 2000, p. 37).

Em suas últimas pesquisas Grof (2019) sustenta que os COEXs são princípios organizadores gerais da psique e que os sistemas COEXs podem ser melhores entendidos pela dinâmica arquetípica de Richard Tarnas.

Agora vejo os sistemas COEX como princípios organizadores gerais da psique humana. Durante nossa pesquisa conjunta, que agora se estende por um período de mais de quarenta anos, Richard Tarnas e eu descobrimos que a fenomenologia dos estados holotrópicos em geral, e dos sistemas COEX em particular, pode ser mais bem compreendida através das lentes da dinâmica arquetípica. (Grof, 2019, p. 194, tradução própria).

De forma semelhante Jung entende que os complexos fazem parte da estrutura da psique e tanto podem trazer bem-estar como destruição. Pois, “É dos complexos que dependem o bem-estar ou infelicidade de nossa vida pessoal. Eles são os Lares e os Penates que nos aguardam à beira da lareira e cuja paz é tão perigoso enaltecer.” (Jung, 2009, p. 35). E continua: “Por isto, me sinto antes inclinado a admitir que os complexos autônomos se contam entre os fenômenos normais da vida e determinam a estrutura da psique inconsciente”. (Jung, 2009, p. 39).

Tanto Grof como Jung chamam essa influência de constelações.

O inconsciente de um indivíduo em particular pode conter várias constelações principais de COEX. Seu número, intensidade e a natureza dos temas centrais variam consideravelmente de pessoa para pessoa. (Grof, 2019, p. 192, tradução própria). A constelação é um processo automático que ninguém pode deter por vontade própria. Esses conteúdos constelados são determinados complexos que possuem energia específica própria. (Jung, 2009, p. 29).

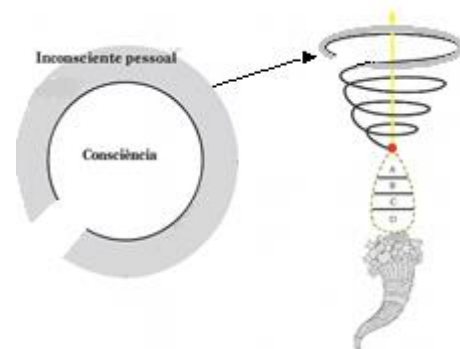
Os acontecimentos em nossas vidas podem ativar algum COEX e “recipro-camente, os sistemas COEX ativos podem nos fazer perceber e reagir de tal forma que recriamos seus temas centrais em nossa vida atual.” (Grof, 2000, p. 38).

Na perspectiva de complexo temos:

O estímulo ambiental simplesmente estimula ou libera a energia que está contida no complexo. Em termos finalistas, o complexo seria visto como procurando descarregar sua energia e retornar a um nível energético inferior. Ele faz isso introduzindo no sujeito consciente um pensamento, sentimento ou disposição, ou fantasia, e isso pode levar a pessoa a comportar-se de certo modo. (Stein, 2007, p.72).

Adicionando a representação gráfica do inconsciente pessoal no modelo gráfico por um anel cinza em torno do círculo (consciência), teremos a figura 8:

Figura 8: Representação do Inconsciente pessoal no modelo por um anel cinza.



Fonte: O autor (2025).

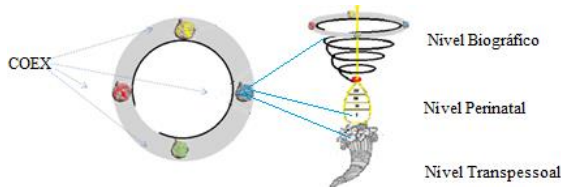
Trataremos o inconsciente pessoal como uma camada mais superficial do inconsciente onde ficam conteúdos reprimidos de origem pessoal. Ali estão incluídas percepções e impressões subliminares, traços de acontecimentos ocorridos na vida e perdido pela memória consciente, recordações penosas para serem lembradas e materiais com forte carga afetiva incompatíveis com a atual estrutura do ego.

Apesar de os elementos inconscientes não serem diretamente observáveis, podemos classificar seus produtos, que atingem os domínios da consciência, em duas espécies: a primeira contém material reconhecível, de origem definitivamente pessoal; são aquisições do indivíduo ou produtos de processo instintivos que completam, inteiram a personalidade. Há ainda os conteúdos esquecidos ou reprimidos, mais os dados criativos. Nada existe de natureza particular, em tais fatores.

Dei a essa classe de dados o nome de mente subconsciente ou inconsciente pessoal, porque, dentro dos limites do nosso julgamento, creio ser tal camada inteiramente composta de elementos pessoais e componentes da inteireza da personalidade humana. (Jung, 1972, p. 59).

Na figura 9 estão representados os COEXs inseridos no inconsciente pessoal. O COEX definido como humilhação, que foi representado pela cebola roxa na figura 7, tem sua camada mais externa relacionada à memórias com o nível biográfico, a camada mediana memórias relacionada com o nível perinatal (MPB I), e a camada mais profunda memórias relacionadas com o nível transpessoal.

Figura 9: Representação dos COEXs inseridos no Inconsciente pessoal.



Fonte: O autor (2025).

Essa ligação dos COEXs aos níveis mais profundos da psique confere extraordinário poder dinâmico aos sintomas neuróticos, psicossomáticos e psicóticos.

O que confere aos sintomas neuróticos, psicossomáticos e psicóticos seu extraordinário poder dinâmico e seu conteúdo específico são as complexas constelações COEX, não limitadas às camadas biográficas, mas alcançando profundamente até os domínios perinatais e transpessoais. (Grof, 2000, p. 85).

Agora vamos entender o papel da espiritualidade neste processo.

3.2. O Papel da Espiritualidade

Antes de definirmos o que entendemos por consciência em nosso modelo é importante esclarecer que sua estrutura, conteúdo e formatação irão dependerem do nível desta. Nascemos e iniciamos nossa jornada com traços de consciência, logo, fragmentos de conteúdos. Alguns poucos de nós se tornam “iluminados”, conhecidos como tendo Consciência Búdica, Consciência Cósmica, Nirvana, Tao, etc. onde se vivencia a

totalidade. Entre estes polos existem infinitos níveis onde caminha a humanidade.

Sustenta a psicologia transpessoal que existe um amplo espectro de estados alterados de consciência, que alguns desses estados são potencialmente úteis e funcionalmente específicos (isto é, possuem funções não disponíveis no estado normal, mas carecem de outros) e que alguns deles são verdadeiros estados “superiores”. Superiores é usado aqui no sentido de Tart: São dotados de todas as propriedades e potenciais dos estados inferiores, além de algumas que faltam a estes. Além disso, um grande número de obras de uma variedade de culturas e de disciplinas de crescimento confirma serem esses estados superiores alcançáveis. (Vaughan; Walsh. 1997, p. 61).

De uma forma simples Stein (2007, p. 24) define consciência como: “o estado de conhecimento e entendimento de eventos externos e internos. É o estar desperto e atento, observando e registrando o que acontece no mundo em torno e dentro de cada um de nós.”

Uma das características que aponta a diferença entre a consciência búdica e a “normal” seria a capacidade de não se identificar.

O que o desenvolvimento faz à consciência é adicionar-lhe um conteúdo específico. Em teoria, a consciência humana pode ser separada do seu conteúdo – os pensamentos, lembranças, identidade, fantasias, emoções, imagens e palavras que afluem e se aglomeram no seu espaço. Mas, na prática, isso é quase impossível. De fato, só os iniciados espirituais de um nível avançado parecem ser capazes de fazer essa distinção de um modo convincente. É verdadeiramente um sábio que pode separar a consciência do seu conteúdo e logra manter uma coisa separada da outra, aquela cuja consciência não é definida por identificações com pensamentos e imagens selecionados. Para a maioria das pessoas, porém, a consciência sem um estável objeto para servir-lhe de ancora, de fundamento, parece ser uma coisa extremamente efêmera e transitória. A substancialidade da consciência e o sentimento de solidez

são tipicamente fornecidos por objetos e conteúdos estáveis tais como imagens, recordações e pensamentos. (Stein. 2007, p. 25).

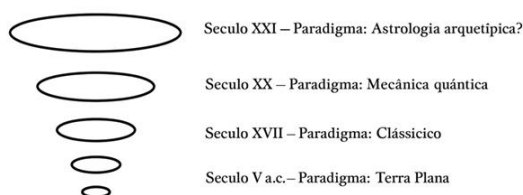
As identificações nos coíbem de desenvolvemos tanto internamente como externamente.

As psicologias transpessoal e oriental também reconhecem a identificação exterior, mas sustentam que a identificação com fenômenos e processos interiores (intrapésíquicos) é ainda mais significativa. Nesse caso, define-se a identificação como o processo pelo qual alguma coisa é vivenciada como o eu. Além disso, esse tipo de identificação mantém-se não reconhecido por quase todos, incluindo psicólogos, terapeutas e cientistas do comportamento, devido ao nosso grande envolvimento com ele. Quer dizer, é tamanha a nossa identificação que jamais nos ocorre questionar aquilo que parecemos tão claramente ser. As identificações validas por consenso não são reconhecidas porque não são questionadas. De fato, toda tentativa de submete-as a julgamento pode encontrar considerável resistência dos outros. (Vaughan; Walsh, 1997, p. 63).

3.3. Ampliação da Consciência Coletiva.

Partindo da perspectiva de um inconsciente coletivo, fica evidente a dificuldade de sua ampliação ao longo do tempo (Figura 10). Algumas vezes, no entanto, é possível acessar níveis expandidos de consciência por meio do uso de enteógenos ou de rituais que possibilitam a poucos essa expansão, podendo originar um potencial ampliação da consciência coletiva.

Figura 10: Representando a amplitude da consciência coletiva, relativo a ciências, por círculos que vão aumentando de tamanho com o passar dos séculos, esses círculos seriam as mudanças de paradigmas da humanidade em geral.



Fonte: O autor (2025).

Por exemplo, a partir do século V A.C., filósofos gregos como Platão e Aristóteles começaram a defender a ideia de uma Terra esférica. Sabe-se que, na Grécia Antiga, existia o Templo de Delfos, onde ocorriam rituais conhecidos como Mistérios de Elêusis, nos quais se fazia uso da poção sagrada *Kykeon*, capaz de ampliar a consciência.

A chave para a poderosa transformação que os iniciados vivenciavam no curso dos Mistérios de Elêusis era a poção sagrada *kykeon*, capaz de induzir visões da vida após a morte tão poderosas que mudavam a maneira como os participantes viam o mundo e seu lugar nele [...]. As importâncias culturais desses mistérios para o mundo antigo e seu papel ainda não reconhecido na história da civilização europeia tornam-se evidentes quando percebemos que havia muitas figuras famosas e ilustres da antiguidade entre os iniciados. A lista de neófitos incluía os filósofos Platão, Aristóteles e Epicteto, o líder militar Alcibiades, os dramaturgos Eurípidés e Sófocles. (Grof, 2019, p. 49, tradução própria).

O uso do *Kykeon* possivelmente possibilitava o acesso a estados holotrópicos de consciência, semelhantes aos induzidos pelo LSD.

Os detalhes dos procedimentos de expansão da consciência envolvidos nesses ritos secretos permaneceram em grande parte desconhecidos, embora três cientistas respeitáveis — o micologista Gordon Wasson, o descobridor do LSD-25, Albert Hofmann, e o estudioso grego Carl Ruck — tenham coletado evidências impressionantes de que a poção sagrada *kykeon*, usada nos Mistérios de Elêusis, era uma mistura contendo alcaloides de ergot semelhantes ao LSD. (Grof, 2019, p. 51, tradução própria).

No entanto, o fato de ainda hoje existirem grupos que defendem que a Terra é plana evidencia a enorme dificuldade humana em ampliar seus horizontes. Mesmo com os avanços das ciências — química, física, biológicas, tecnológicas — seguimos destruindo nossa casa (Gaia) e a nós mesmos, esmagando e diminuindo o espírito humano.

Enquanto escrevo estas linhas, ouço a notícia de que Trump enviou dois submarinos nucleares para a costa russa com o objetivo de “acabar” com a guerra da Rússia com a Ucrânia. Guerra para acabar com a guerra. Estamos longe de sermos sábios. Também escuto a notícia de um homem que desfigurou sua namorada com 61 socos.

Neumann observa que:

A evolução da consciência por estágios é, ao mesmo tempo, um fenômeno humano coletivo e um fenômeno individual particular. Assim, deve-se considerar o desenvolvimento ontogenético uma recapitulação modificada do desenvolvimento filogenético. (Neumann, 1995, p. 16).

Grof (2019) afirma que os reflexos da guerra, impulsos de violência e desvios autodestrutivos são ecos pessoais instaurados em nossas matrizes perinatais.

Diante desse aspecto da MPB III, podemos vivenciar crueldades de proporções espantosas, manifestando-se em cenas de assassinatos violentos e suicídios, mutilações e automutilações, mas-sacres de vários tipos, guerras e revoluções sangrentas. Frequentemente, elas assumem a forma de tortura, execução, sacrifício ritual e auto sacrifício, combates sangrentos entre homens e práticas sadomasoquistas. Nessas experiências, impulsos violentos, destrutivos e autodestrutivos estão associados a uma forte excitação sexual. (Grof, 2019, p. 227, tradução própria).

4. Conclusão

A reflexão desenvolvida neste ensaio evidencia que a sabedoria não se reduz à idade cronológica ou ao mero acúmulo de conhecimento, mas emerge de um processo de integração que atravessa os níveis: biográfico, perinatal e transpessoal, conforme a cartografia proposta pela Psicologia Transpessoal. Essa integração requer a presença do Self ou Observador Compassivo como eixo organizador da experiência, permitindo transcender condicionamentos, integrar complexos e reconfigurar sistemas COEX.

As figuras apresentadas — setas, nuvens, círculos, espirais e símbolos míticos — não cumprem apenas função ilustrativa, mas operam como mapas simbólicos que traduzem

conceitos complexos em imagens estruturantes. A nuvem formada pelas más escolhas (Figura 1) revela o obscurecimento da consciência; as espirais (Figuras 4 e 5) indicam o movimento de expansão e contração da psique; e os símbolos arquetípicos como o *Axis Mundi*, o uroboros e a cornucópia (Figuras 7 a 9) expressam a centralidade do Self como elo entre o humano e o transcendente.

Dessa forma, nosso eixo — Self, Observador Compassivo — torna-se o eixo que liga céu e terra, o *Axis Mundi*, o eixo da vida, a coluna no centro do universo. Como afirma Eliade (1992, p. 56): “Essa sede ontológica manifesta-se de múltiplas maneiras. A mais evidente, no caso específico do espaço sagrado, é a vontade do homem religioso de situar-se no próprio coração do real, no Centro do Mundo: quer dizer, lá onde também existe a possibilidade de comunicação com os deuses; numa palavra, lá onde se está mais próximo dos deuses”. Nesse mesmo sentido, Bloise (2000, p. 50) lembra: “Na China, esse eixo simbolizaria a possibilidade de o homem elevar-se por ele e atingir a identidade com o Tao”.

O campo transpessoal manifesta-se como dimensão que integra as experiências sombrias e luminosas, orientando a vida para além do ego e abrindo espaço para vivências de unidade, amor e consciência expandida. Assim, ao articular teoria, vivência e representação simbólica, o trabalho demonstra que a evolução da consciência é um caminho espiralado, em que cada retorno ao centro amplia a visão, aprofunda o sentido e fortalece a presença no aqui e agora — essência da experiência transpessoal.

Referências

- ARANTES, Ana Cláudia Quintana. *A morte é um dia que vale a pena viver*. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2016.
- BABA, Prem. *Plenitude: a vida além do medo*. São Paulo: Maquinaria Editorial, 2021.
- BERTOLUCCI, Evelyn. *Psicologia do sagrado: psicoterapia transpessoal*. São Paulo: Ágora, 1991.
- BLOISE, Paulo V. *O tao e a psicologia*. São Paulo: Angra, 2000.

ELIADE, Mircea. *O sagrado e o profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes, 1992.

FERREIRA, A. L.; SILVA, S. C. R.; CUNHA, D. P. *Klínica Kosmos Transpessoal*. Recife: Ateliê de Pesquisa Transdisciplinar, 2024.

GROF, Stanislav. *The way of the psychonaut: encyclopedia for inner journeys. Volume One*. Saline: McNaughton & Gunn, 2019.

GROF, Stanislav. *Psicologia do futuro: lições das pesquisas modernas de consciência*. Niterói: Heresis, 2000.

JUNG, C. G. *Aion: estudos sobre o simbolismo do Si-mesmo*. Obras Completas, v. 9/II. Petrópolis: Vozes, 2011.

JUNG, C. G. *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes, 2009.

JUNG, C. G. *Fundamentos de psicologia analítica: as conferências de Tavistock*. Petrópolis: Vozes, 1972.

JUNG, C. G. *O eu e o inconsciente*. Petrópolis: Vozes, 2014.

LEBOYER, Frédérick. *Nascer sorrindo*. São Paulo: Brasiliense, 1989.

NEUMANN, Erich. *História da origem da consciência*. São Paulo: Cultrix, 1995.

SILVEIRA, Nise da. *Vida & obra de Jung*. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

STEIN, Murray. *Jung: o mapa da alma – uma introdução*. São Paulo: Cultrix, 2007.

VAUGHAN, Frances; WALSH, Roger N. *Além do ego: dimensões transpessoais em psicologia*. São Paulo: Cultrix, 1997.



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

5 – INTERVENÇÕES INTEGRANDO MINDFULNESS E ESPIRITUALIDADE: Impactos no florescimento humano a partir de perspectivas da Psicologia Positiva e Transpessoal contemporânea

Esp. Bárbara Diniz Gonçalves Lopes
 UNINASSAU/DF – barbara.diniz@hotmail.com

Resumo

Este artigo tem como objetivo investigar a integração entre mindfulness e espiritualidade como uma via para o florescimento humano, fundamentando-se nos referenciais da Psicologia Positiva e da Psicologia Transpessoal. Realizou-se uma revisão integrativa de caráter qualitativo, sintetizando bases conceituais, evidências empíricas e perspectivas interculturais. Os achados indicam que o mindfulness favorece a regulação emocional, a atenção plena e a compaixão, enquanto a espiritualidade contribui para a construção de sentido, a resiliência e a autotranscendência. A combinação dessas dimensões fortalece o florescimento humano conforme delineado pelo modelo PERMA, que abrange emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e realização. O estudo também destaca especificidades culturais ao comparar os contextos brasileiro e internacional: enquanto a literatura global enfatiza protocolos padronizados, o ambiente sociocultural brasileiro demonstra maior receptividade à espiritualidade, abrindo caminhos singulares para sua integração. Esta revisão contribui ao propor um modelo integrativo inovador que articula práticas contemplativas com fundamentos transpessoais clássicos, ao mesmo tempo em que identifica contribuições teóricas e lacunas de pesquisa ainda existentes. As implicações são discutidas nos âmbitos da promoção da saúde mental, da educação e do bem-estar organizacional. **Palavras-chave:** Mindfulness; Espiritualidade; Psicologia Positiva; Psicologia Transpessoal; Florescimento humano.

Abstract

This article explores the integration of mindfulness and spirituality as a pathway to human flourishing, grounded in the frameworks of Positive Psychology and Transpersonal Psychology. A qualitative integrative review was conducted to synthesize conceptual frameworks, empirical evidence, and cross-cultural perspectives. Findings indicate that mindfulness cultivates emotional regulation, present-moment awareness, and compassion, while spirituality supports meaning-making, resilience, and self-transcendence. When combined, these dimensions enhance human flourishing as defined by the PERMA model—encompassing positive emotions, engagement, relationships, meaning, and accomplishment. The study further underscores cultural particularities by contrasting Brazilian and international contexts: whereas global literature emphasizes standardized interventions, the Brazilian sociocultural environment reveals greater receptivity to spirituality, offering unique avenues for integration. This review advances the field by proposing a novel integrative model that connects contemplative practices with classical transpersonal foundations, while identifying theoretical contributions and persisting research gaps. Implications are discussed for mental health promotion, educational contexts, and organizational well-being.

Keywords: Mindfulness; Spirituality; Positive Psychology; Transpersonal Psychology; Human Flourishing.

Introdução

A Psicologia Positiva e a Psicologia Transpessoal têm se destacado por valorizar dimensões do desenvolvimento humano que vão além da ausência de psicopatologias, como sentido de vida, virtudes, espiritualidade e bem-estar. Nesse contexto, práticas como o mindfulness e a espiritualidade têm sido amplamente estudadas por seu potencial de promoção da saúde mental e do florescimento humano.

O mindfulness, inspirado em tradições contemplativas, foi consolidado na psicologia científica por Jon Kabat-Zinn (1990) como prática de atenção plena voltada à redução do estresse, à autorregulação emocional e à ampliação da consciência no momento presente. Já a espiritualidade, entendida como experiência subjetiva de conexão com o transcendente, contribui para resiliência, compaixão e propósito existencial. A integração dessas práticas se mostra capaz de promover o florescimento humano, conceito central da Psicologia Positiva, representado pelo modelo PERMA, que abrange emoções positivas, engajamento, relacionamentos saudáveis, sentido e realizações pessoais (Seligman, 2011).

Diante disso, o presente artigo tem como objetivo geral analisar como a integração entre mindfulness e espiritualidade contribui para o florescimento humano, a partir das perspectivas da Psicologia Positiva e Transpessoal. Os objetivos específicos incluem: (a) discutir os fundamentos históricos e conceituais dessas práticas; (b) identificar evidências científicas que as relacionam ao bem-estar; (c) comparar sua aplicação no Brasil e em outros países; e (d) refletir sobre implicações para a promoção da saúde mental integral.

Assim, o estudo busca oferecer uma síntese teórica que sistematize os achados disponíveis e abra caminho para pesquisas futuras e práticas inovadoras, destacando a relevância de integrar ciência, espiritualidade e bem-estar psicológico.

Fundamentação Teórica

Mapa conceitual da Psicologia Transpessoal e justificativa dos autores

A Psicologia Transpessoal, reconhecida como “quarta força” da psicologia, integra dimensões espirituais e de expansão da

consciência ao estudo científico do psiquismo, indo além do enfoque na psicopatologia. Neste trabalho, adotamos um mapa conceitual tripartite que organiza o campo em três eixos: humanístico, participativo e integrativo.

No eixo humanístico, a herança da Psicologia Humanista ressalta o potencial de autorrealização e de crescimento pessoal, a centralidade da experiência vivida e a busca de sentido (Maslow, 1964; 1968/2013).

O eixo participativo compreende a espiritualidade como processo co-criativo de significados e práticas que emerge nas relações entre pessoas e comunidades, e não apenas como vivência individual (Ferrer, 2002).

O eixo integrativo busca articular níveis/estágios de consciência, quadrantes e linhas de desenvolvimento, oferecendo uma moldura holística para a compreensão do humano (Wilber, 2000).

A escolha dos autores clássicos decorre de sua representatividade nesses eixos e da complementaridade teórica necessária ao objetivo deste artigo: Maslow (humanístico) fundamenta a discussão sobre autorrealização e experiências cume/planoalto; Grof (clínico-experiencial) contribui com a compreensão terapêutica de estados não-ordinários de consciência; Wilber (integrativo) oferece cartografia teórica para situar práticas contemplativas em trajetórias desenvolvimentais; Ferrer (participativo) corrige leituras individualistas da espiritualidade ao enfatizar sua dimensão relacional e cultural; e Vaughan (1991) integra psicologia, espiritualidade e autotranscendência em chave ética (sabedoria, compaixão, amor). Esse arranjo permite analisar, de modo crítico, como mindfulness e espiritualidade se articulam para promover florescimento humano.

Mindfulness

O mindfulness, introduzido no Ocidente por Kabat-Zinn (1990) por meio do programa de Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR), consolidou-se como prática baseada em evidências para a regulação emocional e a promoção da saúde (Creswell, 2017). Entretanto, sua apropriação em contextos clínicos e organizacionais tem suscitado críticas. Pesquisadores apontam que a ênfase exclusiva em resultados terapêuticos ou de

desempenho pode reduzir a prática a uma técnica instrumentalizada, obscurecendo suas raízes éticas e existenciais (Monteiro et al., 2015).

Nesse sentido, a Psicologia Transpessoal oferece um enquadramento que permite resgatar a dimensão experiencial e transformadora do mindfulness. Ao articular a presença plena com autotranscendência (Wilber, 2000; Vaughan, 1991), o mindfulness é compreendido não apenas como ferramenta de regulação atencional, mas como prática que potencializa estados ampliados de consciência (Maslow, 1964; Grof, 2008) e fortalece dimensões de sabedoria, compaixão e sentido de vida. Assim, a Transpessoal fornece um eixo crítico que evita reducionismos e reconhece o mindfulness como catalisador de crescimento humano integral.

Embora o mindfulness tenha se consolidado no Ocidente como prática com evidências empíricas para autorregulação e redução de estresse (Kabat-Zinn, 1990; Creswell, 2017), seu escopo dialoga diretamente com fundamentos transpessoais:

- Maslow (1964; 1968/2013): o cultivo de presença plena favorece experiências cume (insight, unidade, reverência) e experiências planalto (serenidade estável), ampliando o sentido de vida.

- Grof (2008): estados meditativos podem acessar camadas profundas do psiquismo e apoiar processos de cura e transformação, quando conduzidos com preparo e setting adequados.

- Wilber (2000): práticas contemplativas funcionam como tecnologias de desenvolvimento que potencializam estágios mais complexos de consciência, articulando dimensões individuais/coletivas e subjetivas/objetivas.

- Ferrer (2002): a espiritualidade é participativa: a experiência meditativa ganha significado em contextos relacionais e culturais, o que explica variações interculturais na integração de mindfulness e espiritualidade (como no Brasil).

- Vaughan (1991): o treinamento atencional sustenta virtudes transpessoais (sabedoria, compaixão, amor), conectando práticas contemplativas a uma ética do cuidado e ao propósito existencial.

Em síntese, mindfulness não é apenas uma técnica de regulação atencional; é um meio de autotranscendência que, quando articulado à espiritualidade em chave humanística, participativa e integrativa, oferece base robusta para o florescimento humano (Seligman, 2011; Csikszentmihalyi, 1997).

Espiritualidade

A espiritualidade constitui dimensão central da experiência humana, mas sua conceituação permanece objeto de debate. Embora frequentemente confundida com religiosidade, diversos autores defendem a distinção conceitual entre ambas (Koenig, 2012; Moreira-Almeida & Koenig, 2006). A religiosidade refere-se à vinculação institucional a tradições e práticas religiosas, enquanto a espiritualidade diz respeito à busca pessoal por sentido, transcendência e conexão com algo maior, podendo ou não se expressar em contextos religiosos. A não diferenciação desses termos compromete a comparabilidade de estudos e gera limitações metodológicas importantes.

A Psicologia Transpessoal contribui para esclarecer essa distinção ao situar a espiritualidade como dimensão experiencial e aberta, integrando tradições culturais diversas sem reduzi-la a doutrinas específicas (Ferrer, 2002; Wilber, 2000). Ao enfatizar processos participativos e relacionais, a Transpessoal amplia a compreensão da espiritualidade como construção dinâmica de significados, conectando vivências pessoais de autotranscendência com implicações éticas universais (Vaughan, 1991). Nesse contexto, a análise proposta neste artigo evidencia que a espiritualidade, quando articulada ao mindfulness, favorece o florescimento humano ao expandir dimensões de significado (M) e relacionamentos (R) no modelo PERMA (Seligman, 2011).

A fusão indiscriminada entre espiritualidade e religiosidade levanta desafios epistemológicos e metodológicos. Enquanto a religiosidade pode ser investigada por meio de indicadores institucionais (frequência em cultos, pertencimento a grupos religiosos), a espiritualidade demanda abordagens mais qualitativas, centradas na experiência subjetiva de transcendência. Essa distinção

é essencial para delimitar o campo da Psicologia Transpessoal, que reconhece a diversidade de caminhos de autotranscendência, mas também alerta para riscos de reducionismo ao equiparar espiritualidade com religião institucionalizada (Moreira-Almeida & Koenig, 2006).

Psicologia Positiva e Florescimento Humano

A Psicologia Positiva surgiu no final da década de 1990, com Martin Seligman e Mihaly Csikszentmihalyi, como um movimento que buscava ampliar o foco da psicologia, tradicionalmente centrada em patologias, para incluir o estudo das forças humanas, das virtudes e do bem-estar (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

O conceito de florescimento humano é central nesta abordagem. Para Seligman (2011), o florescimento ocorre quando o indivíduo desenvolve plenamente seu potencial e experimenta uma vida significativa e plena. O modelo PERMA, proposto pelo autor, descreve cinco elementos fundamentais do florescimento:

- P (Positive Emotions): emoções positivas, como alegria, gratidão e otimismo.
- E (Engagement): engajamento em atividades que promovem flow (estado de imersão plena).
- R (Relationships): relacionamentos saudáveis e de apoio.
- M (Meaning): sentido de vida e propósito.
- A (Accomplishment): realização de metas e conquistas.

A teoria das forças de caráter, apresentada por Peterson e Seligman (2004), complementa o modelo PERMA, identificando virtudes universais como sabedoria, coragem, humanidade, justiça, temperança e transcendência. Entre essas virtudes, destacam-se as ligadas à espiritualidade, como gratidão, esperança e amor, que dialogam diretamente com a Psicologia Transpessoal.

Estudos têm mostrado que intervenções simples, como exercícios de gratidão ou práticas de bondade, aumentam significativamente o bem-estar e reduzem sintomas depressivos (Emmons & McCullough, 2003). Além disso, experiências de flow descritas por

Csikszentmihalyi (1997) aproximam-se de estados transpessoais de expansão da consciência, sugerindo uma conexão entre Psicologia Positiva e Transpessoal.

Assim, ao considerar tanto o mindfulness quanto a espiritualidade, a Psicologia Positiva oferece uma estrutura conceitual para compreender como essas práticas podem promover o florescimento humano, fortalecendo emoções positivas, sentido e realização.

Autorrealização na Perspectiva de Maslow

Abraham Maslow (1968/2013), ao propor a hierarquia das necessidades humanas, situou a autorrealização como o nível mais elevado de desenvolvimento psicológico. Para ele, trata-se do processo de concretizar as potencialidades mais profundas do ser humano, buscando autenticidade, criatividade e propósito. Esse percurso vai além da satisfação de necessidades básicas, envolvendo uma abertura para experiências de plenitude e transcendência que ele denominou experiências cume (peak experiences) (Maslow, 1964).

No contexto deste estudo, observa-se que a autorrealização se conecta diretamente com o conceito de florescimento humano apresentado pela Psicologia Positiva. Enquanto o modelo PERMA de Seligman (2011) enfatiza dimensões como emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e conquistas, Maslow oferece uma visão mais existencial, destacando o movimento contínuo do indivíduo em direção à autenticidade e à expansão da consciência. Essa perspectiva ressoa com a Psicologia Transpessoal, sobretudo ao reconhecer que experiências de integração e unidade podem ampliar o sentido de vida e favorecer a autotranscendência (Grof, 2008; Vaughan, 1991).

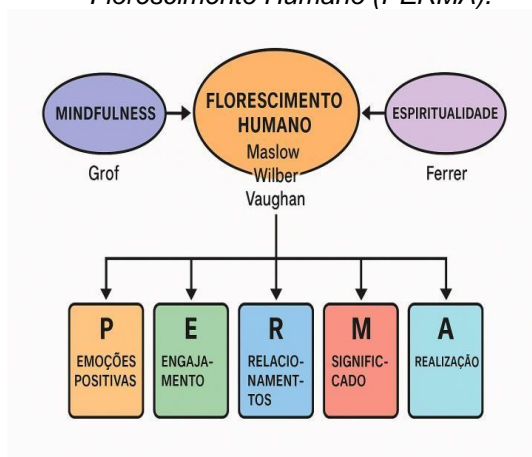
A integração entre mindfulness e espiritualidade, já discutida neste artigo, potencializa a realização desse ideal maslowiano. O mindfulness, ao cultivar presença consciente e equilíbrio emocional, prepara o indivíduo para acessar estados de clareza e criatividade, condições essenciais para o florescimento de seu potencial (Kabat-Zinn, 1990; Creswell, 2017). A espiritualidade, por sua vez, fornece horizonte de transcendência e propósito, permitindo que a autorrealização

não se limite ao desenvolvimento individual, mas se conecte a valores universais de compaixão, resiliência e integração com o todo (Frankl, 2008; Pargament, 2013).

Nesse sentido, a autorrealização pode ser entendida como ponto de convergência entre as práticas analisadas. No contexto brasileiro, marcado pela pluralidade espiritual e pela valorização de vínculos comunitários, esse conceito ganha contornos singulares. A abertura cultural à espiritualidade, conforme apontado neste estudo, favorece que a autorrealização seja vivenciada não apenas como conquista individual, mas como experiência coletiva de crescimento e solidariedade (Panzini & Bandeira, 2007). Em contraste, no cenário internacional, onde predomina a ênfase na validação científica e na neutralidade espiritual, a autorrealização tende a ser concebida de modo mais individualizado.

Assim, a retórica de Maslow sobre autorrealização amplia o debate sobre florescimento humano ao integrá-lo com dimensões transpessoais e espirituais. Ao reconhecer que a plenitude da existência envolve tanto desenvolvimento psicológico quanto transcendência, sua proposta fortalece o diálogo entre Psicologia Positiva e Psicologia Transpessoal, consolidando uma visão integral de saúde mental e bem-estar.

Figure 1 – *Modelo integrativo entre Mindfulness e Espiritualidade para o Florescimento Humano (PERMA).*



O diagrama representa a integração entre práticas contemplativas (mindfulness) e espiritualidade, articuladas com fundamentos clássicos da Psicologia Transpessoal (Grof, Ferrer, Maslow, Wilber, Vaughan). Ambas as dimensões convergem para o florescimento humano,

aqui compreendido a partir do modelo PERMA da Psicologia Positiva (Seligman, 2011), que engloba emoções positivas (P), engajamento (E), relacionamentos (R), significado (M) e realização (A). A figura sintetiza a proposta central do artigo, evidenciando como a união entre ciência psicológica e tradições contemplativas pode sustentar a promoção da saúde integral e do bem-estar.

Interseção entre Mindfulness e Espiritualidade

A relação entre mindfulness e espiritualidade tem sido um tema de crescente interesse no campo da psicologia contemporânea. Embora o mindfulness seja frequentemente apresentado em contextos seculares, suas raízes estão intrinsecamente ligadas às tradições budistas, que compreendem a prática como caminho de iluminação espiritual. A ciência psicológica, ao adaptar o conceito, buscou neutralizá-lo de pressupostos religiosos, mas, mesmo em contextos seculares, os praticantes relatam frequentemente experiências de conexão profunda, expansão de consciência e autotranscendência (Monteiro, Musten, & Compson, 2015).

Pesquisadores da Psicologia Transpessoal apontam que práticas meditativas como o mindfulness podem induzir estados ampliados de consciência, semelhantes a experiências espirituais relatadas em diversas tradições. Grof (2008) descreve que esses estados incluem sentimentos de unidade com o todo, dissolução do ego e vivências de compaixão universal. Nesse sentido, o mindfulness pode ser visto como uma via prática para vivências espirituais, mesmo quando aplicado em ambientes clínicos ou educacionais.

Do ponto de vista teórico, a interseção entre mindfulness e espiritualidade pode ser entendida pela noção de autotranscendência. Frankl (2008), na Logoterapia, destacou que a busca de sentido ocorre quando o indivíduo é capaz de ultrapassar a si mesmo em direção a algo maior. O mindfulness, ao favorecer a presença consciente e o distanciamento de padrões automáticos de pensamento, abre espaço para que essa autotranscendência ocorra de maneira natural, proporcionando maior conexão com valores, propósitos e dimensões existenciais mais amplas.

Além disso, evidências científicas sugerem que tanto mindfulness quanto espiritualidade compartilham efeitos semelhantes sobre a saúde mental. Ambos estão associados à redução do estresse, à promoção de emoções positivas e ao fortalecimento da resiliência (Koenig, 2012; Creswell, 2017). Essa convergência indica que práticas que integram as duas dimensões podem potencializar seus benefícios. Por exemplo, Garland et al. (2015) demonstraram que programas de meditação com componentes espirituais apresentaram maior eficácia na redução de sintomas depressivos do que intervenções estritamente seculares.

Apesar de suas potencialidades, a integração entre mindfulness e espiritualidade apresenta alguns desafios. Um deles é a dificuldade de mensuração de experiências espirituais, que possuem caráter subjetivo e fenomenológico. Outro é o risco de reducionismo, quando a espiritualidade é instrumentalizada apenas como ferramenta terapêutica, perdendo sua profundidade existencial e cultural (Wilber, 2001). Ainda assim, a literatura contemporânea defende que a integração respeitosa e crítica entre essas abordagens amplia o alcance da psicologia no cuidado integral do ser humano.

Nesse sentido, a união entre mindfulness e espiritualidade representa um campo fértil para a promoção do florescimento humano. Ao integrar presença consciente com busca de sentido, cria-se um modelo de desenvolvimento que transcende a simples ausência de sofrimento e promove uma vida plena, engajada e significativa.

Perspectivas Internacionais e Contexto Brasileiro

A integração entre mindfulness, espiritualidade e florescimento humano tem se desenvolvido de formas distintas em diferentes contextos culturais, refletindo características próprias de cada sociedade. Nos países anglo-saxões, como Estados Unidos, Reino Unido e Canadá, há forte ênfase na validação científica e padronização de protocolos clínicos, enquanto no Brasil observa-se uma abertura cultural para a dimensão espiritual, o que favorece uma integração mais espontânea dessas práticas.

Contexto Internacional

Nos Estados Unidos, o mindfulness consolidou-se como uma prática amplamente aceita em hospitais, clínicas e universidades, principalmente após a difusão do Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) e do Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) (Segal, Williams, & Teasdale, 2013). Essa difusão contou com forte respaldo da neurociência, que demonstrou os impactos da meditação no funcionamento cerebral e na saúde mental (Hölzel et al., 2011).

No Reino Unido, a inserção do mindfulness ocorreu não apenas em contextos clínicos, mas também no sistema educacional. Programas escolares têm demonstrado eficácia na redução do estresse, no fortalecimento da concentração e na melhoria das habilidades socioemocionais (Kuyken et al., 2013). Em países asiáticos, por outro lado, a espiritualidade e a atenção plena estão mais naturalmente integradas ao cotidiano, pois fazem parte de tradições religiosas e filosóficas milenares. Nesses contextos, não há a mesma necessidade de secularizar o mindfulness, já que espiritualidade e prática meditativa são compreendidas como dimensões complementares da experiência humana (Dalai Lama & Ekman, 2008).

Contexto Brasileiro

No Brasil, as práticas de mindfulness começaram a ganhar visibilidade nas últimas duas décadas, principalmente em ambientes acadêmicos e clínicos. Centros de pesquisa em universidades públicas e privadas vêm aplicando programas de mindfulness em escolas, hospitais e empresas, com resultados promissores na redução de estresse e na promoção de saúde mental (Cebolla & Demarzo, 2016).

Ao mesmo tempo, a cultura brasileira é fortemente marcada pela diversidade religiosa e espiritual, incluindo catolicismo, protestantismo, espiritismo, religiões afro-brasileiras e tradições indígenas. Essa pluralidade cria um terreno fértil para a integração de espiritualidade e práticas psicológicas, favorecendo maior aceitação da interface entre ciência e transcendência. Diferente de países onde a espiritualidade é muitas vezes tratada de modo marginal no campo acadêmico, no Brasil ela se insere

com naturalidade nos discursos sobre saúde e bem-estar.

Além disso, pesquisas nacionais têm indicado que a espiritualidade é frequentemente utilizada como estratégia de enfrentamento diante de situações adversas, como doenças crônicas, luto e crises socioeconômicas (Panzini & Bandeira, 2007). Esse dado reforça a importância de se considerar a dimensão espiritual como recurso legítimo para a promoção de resiliência e qualidade de vida.

Comparativo

Enquanto no contexto internacional predomina a preocupação em validar cientificamente o mindfulness e separá-lo de suas raízes espirituais para garantir maior neutralidade, no Brasil observa-se um movimento inverso, no qual a espiritualidade é reconhecida como parte essencial da experiência humana. Essa diferença sugere que o país pode se tornar um polo inovador na construção de práticas integrativas que combinem atenção plena, espiritualidade e Psicologia Positiva, respeitando a diversidade cultural e religiosa de sua população.

Assim, a singularidade brasileira aponta para um caminho promissor de desenvolvimento de pesquisas e práticas psicológicas que conciliem ciência e espiritualidade em favor do florescimento humano.

Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma revisão teórica integrativa de caráter qualitativo, cujo objetivo foi analisar como a integração entre mindfulness e espiritualidade pode contribuir para o florescimento humano. Essa abordagem permite reunir e discutir diferentes perspectivas teóricas e empíricas relevantes à interface entre espiritualidade, religiosidade, práticas contemplativas e indicadores de bem-estar, com base na

Psicologia Positiva e na Psicologia Transpessoal.

A busca foi realizada entre os dias 1º de agosto e 23 de agosto de 2025, em quatro bases de dados eletrônicos principais: SciELO, PubMed, PsycINFO e Google Scholar. Adicionalmente, foram consultados periódicos e portais especializados, como *Frontiers in Psychology*, *Journal of Clinical Psychology*, *Greater Good Science Center* (UC Berkeley) e o *VIA Institute on Character*, visando ampliar o escopo temático e incluir estudos conceituais e empíricos de relevância atual.

Foram utilizados descritores em português e inglês, combinados por operadores booleanos, adaptados conforme a estrutura de cada base: “mindfulness”, “espiritualidade”, “religiosidade”, “florescimento humano”, “Psicologia Positiva”, “Psicologia Transpessoal”, “bem-estar subjetivo”, “gratidão”, “atenção plena”, “resiliência” e “regulação emocional”. O período de busca abrangeu publicações entre 2000 e 2023.

Critérios de inclusão: artigos publicados em periódicos revisados por pares; capítulos de livros teóricos de referência; estudos em português, inglês e espanhol; pesquisas que abordassem explicitamente a relação entre mindfulness, espiritualidade e indicadores de bem-estar ou florescimento.

Critérios de exclusão: textos de opinião sem fundamentação empírica ou teórica; estudos exclusivamente voltados à religiosidade institucional sem referência à espiritualidade; artigos duplicados entre bases.

Após triagem inicial de 327 registros, foram selecionados 58 estudos para leitura integral. Desses, 22 trabalhos atenderam plenamente aos critérios e compuseram o corpo final da revisão. A amostra incluiu artigos teóricos, revisões sistemáticas e estudos empíricos com abordagem qualitativa ou conceitual.

Quadro 1 - Síntese dos principais estudos incluídos na revisão integrativa

Autor(es) & Ano	Tipo de Estudo	Amostra	Método	Principais Achados
Emmons & McCullough (2003)	Experimental empírico	≈ 200 universitários	Diários de gratidão (10 semanas)	A gratidão aumentou bem-estar subjetivo, otimismo e reduziu sintomas físicos.
Shapiro et al. (2006)	Teórico-conceitual	Não aplicável	Proposição de modelo teórico	Mindfulness envolve intenção, atenção e atitude; propuseram o conceito de "repercepção".
Hölzel et al. (2011)	Neurocientífico longitudinal	16 adultos (programa MBSR)	Ressonância magnética (pré e pós-MBSR)	Aumento da densidade de massa cinzenta em áreas relacionadas à regulação emocional e memória.
Hülshager et al. (2013)	Longitudinal diário	82 trabalhadores	Diários de mindfulness por 10 dias	Mindfulness diário reduziu exaustão emocional e aumentou a satisfação no trabalho.
Koenig (2012)	Revisão sistemática	>3.000 estudos	Síntese quantitativa de literatura	61% dos estudos apontaram R/S associada a menos depressão; impacto positivo em saúde e longevidade.
Panzini & Bandeira (2007)	Revisão teórica nacional	Estudos brasileiros	Análise de literatura	Espiritualidade correlacionada a maior qualidade de vida, sentido e apoio social.
Monteiro et al. (2015)	Teórico-reflexivo	Não aplicável	Análise crítica de abordagens	Propuseram equilíbrio entre tradição budista e abordagem científica contemporânea do mindfulness.
Kuyken et al. (2013)	Ensaio clínico randomizado	522 adolescentes (12 escolas)	Intervenção escolar de mindfulness (RCT)	Melhora do bem-estar, autocompaixão e redução de sintomas depressivos.

Nota: MBSR = Mindfulness-Based Stress Reduction; R/S = Religiosidade/Espiritualidade; RCT = Randomized Controlled Trial.

Síntese Analítica dos Estudos Incluídos

A fim de qualificar a revisão integrativa e assegurar transparência metodológica, foram selecionados 22 estudos que abordam a interface entre espiritualidade, mindfulness e bem-estar psicológico. Dentre estes, destacam-se os estudos a seguir, selecionados por sua relevância empírica, teórica e metodológica.

Emmons e McCullough (2003) conduziram um estudo experimental com cerca de 200 universitários divididos em três grupos: gratidão, irritação e controle. Os resultados indicaram que os participantes do grupo gratidão apresentaram maiores níveis de bem-estar subjetivo, otimismo e engajamento social, além de menor incidência de sintomas físicos. A prática diária da gratidão demonstrou-se uma estratégia eficaz de regulação emocional.

Shapiro, Carlson, Astin e Freedman (2006) propuseram um modelo teórico dos mecanismos de mindfulness com base em três componentes centrais: intenção, atenção e atitude. Os autores introduzem o conceito de repercepção (re-perceiving), enfatizando uma mudança na relação do sujeito com seus próprios pensamentos, emoções e comportamentos automáticos. Este modelo tem sido amplamente

referenciado na literatura sobre autocompaixão e saúde mental.

Hölzel et al. (2011) realizaram um estudo longitudinal com 16 participantes submetidos a um programa de MBSR por oito semanas. Por meio de neuroimagem (fMRI), observaram-se aumentos significativos na densidade de massa cinzenta em regiões cerebrais associadas à memória, autorregulação e aprendizado, como o hipocampo. Os achados fornecem evidência empírica sobre os efeitos neuroplásticos do mindfulness.

Hülshager, Alberts, Feinholdt e Lang (2013) acompanharam 82 trabalhadores durante 10 dias consecutivos, aplicando diários de autorrelato sobre mindfulness, exaustão emocional e satisfação no trabalho. Os dados revelaram correlação inversa entre mindfulness diário e exaustão emocional, e positiva com a satisfação laboral, sugerindo que a atenção plena atua como moderador do estresse ocupacional.

Koenig (2012) conduziu uma revisão sistemática com mais de 3.000 estudos sobre religiosidade, espiritualidade e saúde. Nos 444 estudos analisando sintomas depressivos, 61% identificaram associação inversa significativa com R/S. Em 137 estudos sobre tabagismo, 90% mostraram menor prevalência entre indivíduos mais

religiosos. Em relação à mortalidade, 68% dos 121 estudos indicaram maior longevidade em populações com maior envolvimento espiritual. Koenig propôs três vias de mediação entre espiritualidade e saúde: psicológica, social e comportamental, e reconheceu limitações como o viés cultural e a heterogeneidade conceitual.

Panzini e Bandeira (2007) analisaram estudos nacionais que exploram a relação entre espiritualidade e qualidade de vida. Identificaram efeitos positivos significativos em dimensões como sentido de vida, apoio social e saúde emocional. Os autores defendem a incorporação ética e crítica da espiritualidade em contextos clínicos e psicoterapêuticos, especialmente no Brasil.

Monteiro, Musten e Compson (2015) desenvolveram uma análise teórica crítica sobre as tensões entre abordagens tradicionais (budistas) e contemporâneas (seculares) de mindfulness. Argumentam pela necessidade de um “caminho do meio” que preserve a profundidade ética da tradição, sem abrir mão da validação científica e da aplicabilidade clínica.

Kuyken et al. (2013) realizaram um ensaio clínico randomizado com 522 adolescentes de escolas públicas no Reino Unido, avaliando os efeitos do programa “Mindfulness in Schools”. O grupo intervenção apresentou redução significativa de sintomas depressivos, maior autocompaixão e melhor adaptação emocional. A continuidade da prática fora da escola foi um preditor importante de eficácia

Reflexibilidade do Autor

Durante a condução desta revisão integrativa, a autora adotou uma postura reflexiva quanto às escolhas metodológicas e aos referenciais teóricos que orientaram o estudo. A familiaridade prévia com temas como espiritualidade, mindfulness e florescimento humano influenciou não apenas a seleção de descritores, mas também a sensibilidade analítica na interpretação dos achados.

Ainda que o processo tenha seguido critérios objetivos de busca, inclusão e análise, reconhecemos que toda construção científica é atravessada por perspectivas e valores dos pesquisadores. Neste caso, o alinhamento com paradigmas humanistas e integrativos pode ter

favorecido a valorização de estudos com enfoque positivo e transformacional.

A reflexividade foi utilizada como recurso para reconhecer tais influências, buscando manter o equilíbrio entre apreciação crítica e rigor científico. Essa transparência epistemológica contribui para qualificar a confiabilidade do estudo e sustentar sua relevância no campo das ciências humanas e da saúde integral.

Discussão

Os resultados desta revisão integrativa reforçam que a articulação entre mindfulness e espiritualidade constitui uma via promissora para a promoção do florescimento humano, sobretudo quando interpretada à luz dos referenciais da Psicologia Positiva e da Psicologia Transpessoal. A convergência entre essas abordagens evidencia que práticas contemplativas, mais do que instrumentos de autorregulação atencional, podem operar como tecnologias psicoespirituais que favorecem autotranscendência, construção de significado, engajamento ético e resiliência existencial. Nesse sentido, a integração entre ciência e experiência espiritual emerge como um campo fértil para o desenvolvimento de práticas de cuidado integral e intervenções baseadas em evidências.

Os achados empíricos analisados apontam efeitos consistentes de práticas baseadas em mindfulness sobre indicadores de saúde mental e qualidade de vida, conforme demonstrado por Emmons e McCullough (2003), Hölzel et al. (2011) e Kuyken et al. (2013). Esses estudos evidenciam ganhos expressivos em bem-estar subjetivo, redução de sintomas depressivos e aumento da autocompaixão. De modo complementar, pesquisas centradas na espiritualidade identificam correlações significativas com enfrentamento positivo, propósito de vida e suporte social (Koenig, 2012; Panzini & Bandeira, 2007), reforçando o papel da dimensão espiritual como promotora de bem-estar psicológico integral e de sentido existencial. Assim, tanto mindfulness quanto espiritualidade demonstram eficácia em promover recursos psicológicos de autorregulação e crescimento pessoal.

Contudo, embora os benefícios de cada componente estejam bem documentados, a integração sistemática entre mindfulness e

espiritualidade ainda é pouco explorada em estudos empíricos robustos, especialmente de natureza longitudinal e experimental. Essa lacuna metodológica limita a compreensão sobre como essas práticas interagem na promoção do florescimento humano e em quais contextos sua combinação gera maior impacto. Além disso, há escassez de ensaios clínicos randomizados que comparem intervenções isoladas e integrativas, bem como de instrumentos psicométricos validados em português capazes de mensurar espiritualidade não religiosa e autotranscendência. Tais limitações apontam a necessidade de um esforço científico conjunto voltado à validação empírica das hipóteses teóricas aqui discutidas.

Outro aspecto relevante identificado refere-se ao contexto sociocultural brasileiro, que apresenta especificidades singulares para a integração entre espiritualidade e práticas contemplativas. A presença marcante da espiritualidade na vida cotidiana e a crescente difusão do *mindfulness* no país configuram um terreno propício para o desenvolvimento de abordagens híbridas que conciliem tradição e ciência. No entanto, essa abertura cultural demanda cautela epistemológica, a fim de evitar a fusão acrítica entre espiritualidade e religiosidade institucionalizada, conforme argumentam Moreira-Almeida e Koenig (2006). Essa distinção é fundamental para garantir a consistência conceitual e a validade científica das investigações no campo.

Contribuições e Lacunas

A presente revisão contribui ao propor um modelo teórico integrativo que relaciona *mindfulness*, espiritualidade e os domínios do modelo PERMA (Seligman, 2011), ampliando o entendimento sobre os mecanismos de promoção do bem-estar e do florescimento humano. Diferentemente de revisões anteriores, este trabalho apresenta uma sistematização conceitual crítica das dimensões analisadas, um diálogo intercultural entre produções nacionais e internacionais e um modelo visual integrativo que sintetiza os vínculos entre práticas contemplativas, espiritualidade e indicadores de florescimento. Esses elementos representam um avanço teórico e metodológico no campo da Psicologia Positiva e Transpessoal,

oferecendo subsídios para a construção de intervenções mais abrangentes e culturalmente sensíveis.

Apesar das contribuições, persistem desafios que merecem atenção futura, como a necessidade de estudos longitudinais e randomizados que avaliem intervenções integrativas, a escassez de instrumentos validados para medir espiritualidade não religiosa e a carência de pesquisas interculturais que explorem variações contextuais na eficácia do modelo. Adicionalmente, é recomendável a ampliação de estudos aplicados em contextos educacionais, organizacionais e de saúde pública, de modo a consolidar a relevância prática e social dessa integração. Avançar nessas direções permitirá fortalecer a base empírica do campo e consolidar uma abordagem científica do florescimento humano que una, de forma ética e crítica, os saberes da Psicologia e das tradições contemplativas.

Conclusão

Este artigo analisou como a integração entre *mindfulness* e espiritualidade pode favorecer o florescimento humano, a partir do diálogo entre a Psicologia Positiva e a Psicologia Transpessoal. A revisão teórica demonstrou que práticas contemplativas, quando articuladas a fundamentos transpessoais clássicos (Maslow, Grof, Wilber, Ferrer, Vaughan), ampliam o alcance do *mindfulness* para além da regulação atencional, incorporando dimensões de autotranscendência, ética, significado e relacionamentos.

A principal inovação do estudo está na sistematização conceitual crítica dessas três dimensões — *mindfulness*, espiritualidade e florescimento humano —, associada a uma perspectiva comparativa Brasil/internacional e ao desenvolvimento de um modelo visual integrativo (Figura 1). Esses elementos reforçam sua contribuição original em um campo marcado por revisões predominantemente descritivas.

Entretanto, reconhece-se que se trata de uma revisão teórica e, portanto, carece de validação empírica. Avançar nesse sentido exige o desenvolvimento de uma agenda de pesquisa que contemple estudos longitudinais, ensaios clínicos randomizados, adaptação de instrumentos em português, investigações interculturais e

aplicações práticas em diferentes contextos.

Em síntese, a integração entre ciência psicológica e tradições contemplativas revela-se não apenas uma possibilidade, mas uma necessidade contemporânea diante dos desafios relacionados à saúde

mental e ao bem-estar. Consolidar essa base integrativa permitirá fortalecer o campo da Psicologia Positiva e da Psicologia Transpessoal, favorecendo práticas de cuidado mais integrais, culturalmente sensíveis e socialmente relevantes.

Referências

- CEBOLLA, A.; DEMARZO, M. *Mindfulness e ciência: da tradição à modernidade*. São Paulo: Palas Athena, 2016.
- CRESWELL, J. D. Mindfulness interventions. *Annual Review of Psychology*, v. 68, p. 491-516, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-042716-051139>. Acesso em: 3 ago. 2025.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Finding flow: the psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books, 1997.
- DALAI LAMA; EKMAN, P. *Emoções destrutivas: como compreendê-las e superá-las*. Rio de Janeiro: Sextante, 2008.
- EMMONS, R. A.; McCULLOUGH, M. E. Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 84, n. 2, p. 377-389, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- FERRER, J. N. *Revisoning transpersonal theory: a participatory vision of human spirituality*. Albany: State University of New York Press, 2002.
- FRANKL, V. E. *Em busca de sentido*. 27. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.
- GARLAND, E. L.; GESCHWIND, N.; PEETERS, F.; WICHERS, M. Mindfulness training promotes upward spirals of positive affect and cognition: multilevel and autoregressive latent trajectory modeling analyses. *Frontiers in Psychology*, v. 6, p. 15, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00015>. Acesso em: 28 ago. 2025.
- GROF, S. *Psicologia do futuro: lições das pesquisas modernas da consciência*. São Paulo: Cultrix, 2008.
- HÖLZEL, B. K. et al. Mindfulness practice leads to increases in regional brain gray matter density. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, v. 191, n. 1, p. 36-43, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2010.08.006>. Acesso em: 3 ago. 2025.
- HÜLSHEGER, U. R.; ALBERTS, H. J.; FEINHOLDT, A.; LANG, J. W. Benefits of mindfulness at work: the role of mindfulness in emotion regulation, emotional exhaustion, and job satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, v. 98, n. 2, p. 310-325, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/a0031313>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- KABAT-ZINN, J. *Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York: Delacorte, 1990.
- KABAT-ZINN, J. *Mindfulness para iniciantes*. São Paulo: Cultrix, 2015.
- KOENIG, H. G. Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, p. 1-33, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.5402/2012/278730>. Acesso em: 28 ago. 2025.
- KUYKEN, W. et al. Effectiveness of the mindfulness in schools programme: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, v. 203, n. 2, p. 126-131, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.126649>. Acesso em: 3 ago. 2025.

- MASLOW, A. H. *Religions, values, and peak-experiences*. Columbus: Ohio State University Press, 1964.
- MASLOW, A. H. *Motivação e personalidade*. 5. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2013. Obra original publicada em 1954.
- MASLOW, A. H. *Toward a psychology of being*. 3. ed. New York: Start Publishing, 2013. Obra original publicada em 1968.
- MONTEIRO, L. M.; MUSTEN, R. F.; COMPSON, J. Traditional and contemporary mindfulness: finding the middle path in the tangle of concerns. *Mindfulness*, v. 6, n. 1, p. 1-13, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0301-7>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- MOREIRA-ALMEIDA, A.; KOENIG, H. G. Retaining the meaning of the words religiousness and spirituality: a commentary on the WHOQOL SRPB group's "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life". *Social Science & Medicine*, v. 63, n. 4, p. 843-845, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.03.001>. Acesso em: 28 ago. 2025.
- PANZINI, R. G.; BANDEIRA, D. R. Espiritualidade e bem-estar: relações entre religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 34, n. 1, p. 105-115, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700018>. Acesso em: 3 ago. 2025.
- PARGAMENT, K. I. *The psychology of religion and coping: theory, research, practice*. New York: Guilford Press, 2013.
- PETERSON, C.; SELIGMAN, M. E. P. *Character strengths and virtues: a handbook and classification*. New York: Oxford University Press, 2004.
- SEGAL, Z. V.; WILLIAMS, J. M. G.; TEASDALE, J. D. *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. New York: Guilford Press, 2013.
- SELIGMAN, M. E. P. *Flourish: a visionary new understanding of happiness and wellbeing*. New York: Free Press, 2011.
- SELIGMAN, M. E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology: an introduction. *American Psychologist*, v. 55, n. 1, p. 5-14, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>. Acesso em: 14 ago. 2025.
- SHAPIRO, S. L.; CARLSON, L. E.; ASTIN, J. A.; FREEDMAN, B. Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, v. 62, n. 3, p. 373-386, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>. Acesso em: 28 ago. 2025.
- VAUGHAN, F. Spiritual issues in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, v. 23, n. 2, p. 105-119, 1991.
- WILBER, K. *Integral psychology: consciousness, spirit, psychology, therapy*. Boston: Shambhala, 2000.
- WILBER, K. *A brief history of everything*. Boston: Shambhala, 2001.



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

6 – REGISTROS DO EVENTO e Lançamento do livro *Mandalas – A Arte de Centrar-se*, de Celeste Carneiro



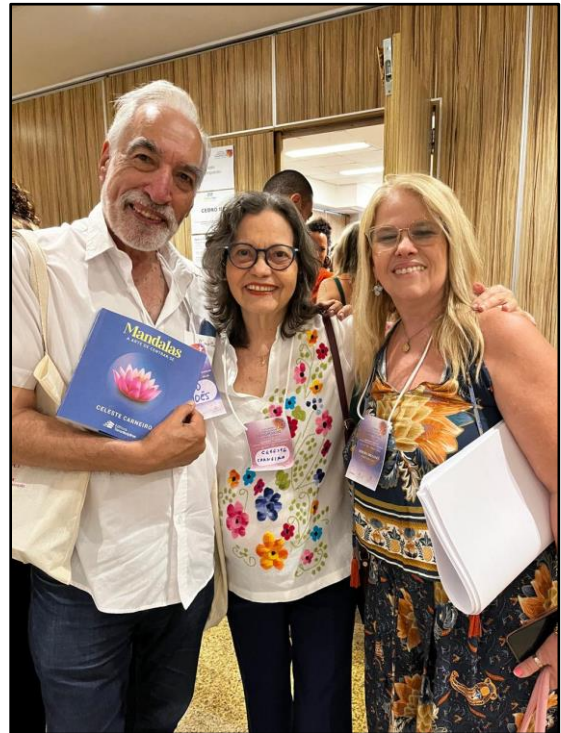






**Lançamento do livro Mandalas – A Arte de Centrar-se,
de Celeste Carneiro**







editoratransdisciplinar.com - edtransdisciplinar@gmail.com
celeste carneiro artezen.org



Celeste Carneiro



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

7 – PROVÉRBIO SÂNSCRITO

Olhe para este dia,
pois ele é a vida,
a verdadeira vida da vida.
Em seu breve curso se encontram todas
As realidades e verdades da existência,
A bem-aventurança do crescimento,
A grandeza da ação,
A glória do poder –
Pois o ontem é apenas um sonho,
E o amanhã apenas uma visão,
Mas o hoje, bem vivido
Faz de cada ontem um sonho
De felicidade
e de cada amanhã uma visão de esperança
Portanto, olhem bem para este dia.

Provérbio Sânscrito