



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE RECIFE

MÁRCIA QUIRINO DO NASCIMENTO

**PRÁTICAS MEDITATIVAS E EDUCAÇÃO: um mapeamento das teses e
dissertações do Portal da Capes no período de 2018 a 2023**

RECIFE

2024

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE RECIFE
PEDAGOGIA

MÁRCIA QUIRINO DO NASCIMENTO

PRÁTICAS MEDITATIVAS E EDUCAÇÃO: um mapeamento das teses e dissertações do Portal da Capes no período de 2018 a 2023

TCC apresentado ao Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Recife, como requisito para a obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Orientador: Profº Drº Alexandre Simão de Freitas

RECIFE

2024

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Nascimento, Márcia Quirino do.

Práticas meditativas e educação: um mapeamento das teses e dissertações do Portal da Capes no período de 2018 a 2023 / Márcia Quirino do Nascimento. - Recife, 2024.

22p., tab.

Orientador(a): Alexandre Simão de Freitas

Coorientador(a): Catarina Cerqueira de Freitas Santos

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Educação, Pedagogia - Licenciatura, 2024.

1. Práticas meditativas. 2. Educação. 3. Espiritualidade. 4. Formação humana.
I. Freitas, Alexandre Simão de. (Orientação). II. Freitas Santos, Catarina Cerqueira de . (Coorientação). IV. Título.

370 CDD (22.ed.)

PRÁTICAS MEDITATIVAS E EDUCAÇÃO: UM MAPEAMENTO DAS TESES E DISSERTAÇÕES DO PORTAL DA CAPES NO PERÍODO DE 2018 A 2023

Márcia Quirino do Nascimento ¹

Alexandre Simão de Freitas ²

Resumo:

O presente artigo problematiza como o campo acadêmico educacional, no Brasil, tem abordado as relações entre práticas meditativas e suas conexões com a educação. Trata-se de um estudo bibliográfico que tem como *corpus* de análise as produções científicas (teses e dissertações) disponibilizadas no Portal de Catálogos da Capes, assumindo o recorte temporal de 2018 até 2023. Como objetivos específicos buscou-se apreender, quantitativa e qualitativamente, as principais tendências na pesquisa educacional acerca das práticas meditativas, identificando as Instituições de Ensino Superior que têm acolhido essa temática, as principais áreas ou subáreas de concentração das investigações que têm sido realizadas, assim como os objetivos, referenciais e metodologias que são acionadas no tratamento analítico do tema. Do ponto de vista quantitativo, destaca-se a concentração de pesquisas nas Regiões Sudeste e Sul do país, e do ponto de vista qualitativo uma ênfase na relevância da temática para repensar os processos de formação humana dos sujeitos, sendo priorizada uma narrativa em torno dos benefícios que as práticas meditativas trazem para o bem-estar físico e psicológico dos sujeitos implicados nessas práticas.

Palavras-Chave: Práticas meditativas; Educação; Espiritualidade; Formação humana.

Introdução

O exercício das práticas meditativas pode ser incorporado às práticas educacionais? Promover práticas meditativas, no sentido de zelar pelo autocuidado e pela autoformação, poderia levar os indivíduos a uma vida mais tranquila e plena? Pode-se, através dessas práticas, obter uma autoconexão que possibilite lidar com as adversidades e intempéries existenciais? Todas essas indagações surgiram quando cursei duas disciplinas no curso de Pedagogia da Universidade Federal de Pernambuco. A primeira voltada ao estudo dos *Processos interativos em espaços não escolares* e a segundo à *Expressão e movimento na escola*. Nessas disciplinas os estudantes foram conduzidos a vivenciar algumas práticas meditativas como exercícios de relaxamento e de respiração que me fizeram questionar a ausência desse tipo de prática em outras disciplinas do curso.

¹ Concluinte do Curso de Pedagogia do Centro de Educação da Universidade Federal de Pernambuco. E-mail: marcia.atenas246@gmail.com

² Professor do Departamento de Políticas e Gestão da Educação (DPGE) do Centro de Educação da Universidade Federal de Pernambuco. E-mail: alexandre.freitas@ufpe.br

Desde então tenho buscado refletir sobre a importância das práticas meditativas no ambiente acadêmico, de forma mais ampla, e no campo educacional, de modo mais específico. Nascia assim o interesse em abordar no meu Trabalho de Conclusão de Curso o tema das práticas meditativas em interface com o campo da Educação, considerando sua relevância para os processos formativos do humano. A ideia, portanto, é pensar quais as principais contribuições, do ponto de vista pedagógico, das práticas meditativas.

Para tanto, nos aproximamos inicialmente de alguma das referências teóricas articuladas pelos pesquisadores da Linha de pesquisa em Educação e Espiritualidade, vinculada ao Programa de Pós-graduação em Educação da Universidade Federal de Pernambuco (PPGEdu/UFPE), que desenvolve pesquisas, estudos e orientações que visam promover o esclarecimento da educação como um processo de formação humana em uma perspectiva multidimensional e integrativa³. Os referenciais mobilizados envolvem aspectos filosóficos, psicológicos e político-sociais, sendo aglutinados em quatro eixos temáticos: Espiritualidade na Filosofia Dialógica e na Filosofia da Existência; Formação Humana e Processos de Individuação; Educação Transpessoal e Espiritualidade Integral; e Éticas do Cuidado e Filosofia Budista (ROHR, 2019).

Esse último eixo, ancorado nas abordagens do pensador francês Michel Foucault, constituiu-se como um vetor importante para nossa investigação, uma vez que aborda a espiritualidade não como um conjunto de regras que exige obediência, envolvendo castigos e recompensas, mas um conjunto de práticas voltadas à formação ética e política dos sujeitos (FREITAS, 2019). Com base nessa perspectiva, defendemos que é de extrema importância abrir espaço, no campo acadêmico e no campo pedagógico, para a reflexão e a criticidade no que diz respeito às práticas meditativas nos ambientes educacionais. Atualmente, vemos escolas que mais se assemelham a quartéis onde crianças estão enclausuradas e sobrecarregadas com atividades muitas vezes sem sentido, o que acaba se refletindo em conflitos múltiplos, retroalimentando as desigualdades e as injustiças sociais e educacionais já existentes. Nesse aspecto, consideramos que as práticas meditativas, apreendidas em uma perspectiva pedagógico-formativa, poderiam se constituir em um elemento importante nos processos de formação do humano, contribuindo, por exemplo, para uma maior

³ Vale ressaltar também que a Linha de Educação e Espiritualidade do PPGEdu/UFPE focaliza a ideia de espiritualidade de forma não religiosa e não dogmática, delimitando as implicações teórico-metodológicas dessa noção para as práticas educativas em espaços formais e não formais (ver ROHR, 2019).

dialogicidade tanto entre as diversas áreas do conhecimento, como entre os diferentes atores inclusos nas dinâmicas educativas.

Com base nessas considerações, delimitamos a seguinte questão de pesquisa: *Como a produção acadêmica brasileira tem abordado as práticas meditativas em interface com as questões educacionais?* Para responder essa questão, definimos como objetivo geral *analisar o tratamento dado às práticas meditativas na produção acadêmica brasileira*. Mais especificamente: a) apreender, quantitativa e qualitativamente, as principais tendências na pesquisa educacional acerca das práticas meditativas; b) identificar as Instituições de Ensino Superior que têm acolhido essa temática, bem como as principais áreas ou subáreas de concentração das investigações; c) mapear os objetivos, referenciais e metodologias que têm sido acionados no tratamento do tema. Para o alcance dos objetivos, desenvolvemos uma pesquisa bibliográfica, de caráter documental, que teve como corpus de análise as teses e dissertações presentes no Portal da Capes no período de 2018 até 2023. Esse recorte temporal foi pensado a partir da hipótese de que a pandemia de Covid19, com todos os desafios que trouxe para o campo educacional, principalmente no que diz respeito à saúde mental, poderia influenciar no aumento de interesse acadêmico nas práticas meditativas.

Nosso desejo é que a discussão apresentada neste artigo possa contribuir para uma melhor compreensão da temática focalizada e estimular uma maior produção de pesquisas acadêmicas que abordem as práticas meditativas e sua importância para os processos formativos considerando a espiritualidade também como fundamental nesse processo.

1 Espiritualidade, educação e práticas meditativas: diálogos possíveis

Na atualidade, vários estudos vêm apontando a importância da espiritualidade, e da espiritualidade em sua relação com as questões próprias à educação (BOFF, 2014; GODOY, 2012; INCONTRI, 2014; VASCONCELOS, 2020; ROHR, 2013). Historicamente, como sabemos, a espiritualidade tem sido associada à experiência do sagrado e da transcendência de caráter religioso. Contudo, diferentes abordagens têm apontado também para uma perspectiva laica da espiritualidade, ou seja, uma forma de pensar a espiritualidade como uma busca de sentido mais profundo para a vida, articulando um senso de propósito e inteireza que se enraíza na prática de valores éticos.

É o que defendem autores como Ferry (2012), Gauchet (2008) e Comte-Sponville (1999). Para esses autores, compreender a espiritualidade para além do religioso é o que nos permite resguardar a principal herança espiritual das chamadas *grandes religiões*, o seu conteúdo ético considerado como vital para a articulação do sentido da vida.

Contudo, mesmo nessa defesa de uma abordagem laica da espiritualidade, ainda constatamos uma maior ênfase na ligação entre ética e religião, deixando entrever uma valorização do transcendente. Ferry (2012) fala, por exemplo, em viver o sagrado de forma horizontal. A questão é que mesmo que o termo espiritualidade, tal como mobilizado por esse autor, não se identifique com uma divindade, mas simplesmente apelando para “essa transcendência do outro que eu sinto na experiência do amor” (p. 93), essa forma de discussão não deixa de ecoar a tradição metafísica preponderante nas sociedades ocidentais. Talvez, um diálogo possível entre a espiritualidade e a educação pudesse começar não exatamente por uma “laicização” da transcendência, mas pelo reconhecimento de que o ser humano é constituído por diferentes dimensões existenciais.

Nessa direção, a espiritualidade é compreendida como uma especificidade do humano na construção de sua existência. Essa é a posição de Vasconcelos (2020), para quem a espiritualidade compreende uma visão da integralidade humana. O que daria à noção de espiritualidade uma dimensão propriamente pedagógica, pois se trataria de perceber que a educação não pode ser balizada por uma ideia de formação humana unidimensional. Esse tipo de compreensão guarda algumas afinidades com o pensamento de Paulo Freire (1983) ou de Bell Hooks (2021) que concebem a educação como uma prática que se quer libertadora de toda tentativa de redução e/ou fragmentação do humano em suas relações sociais concretas (BEZERRA, MORAES JUNIOR; OLIVEIRA, 2023). Na mesma direção, o professor Ferdinand Röhr (2013) considera a integralidade do ser humano, e que tal integralidade é formada por dimensões que fazem parte do próprio ser humano, são elas: a dimensões física, sensorial, emocional, mental e espiritual. Além disso, para esse pensador a espiritualidade seria como uma dimensão norteadora do processo de humanização, uma vez que estaria balizada pelos princípios da liberdade, da verdade e do amor e que independeriam de uma crença religiosa específica.

A dimensão física, inclui a corporalidade físico-biológica, da qual em parte nem temos percepção. A dimensão sensorial é representada pelas nossas sensações físicas, calor-frio, dor-prazer físico, doce-amargo, etc., enfim a percepção que temos através dos nossos cinco sentidos: tato, visão, audição, olfato e paladar. A dimensão emocional abrange a vida da nossa psique, os estados emocionais (medo, insegurança, euforia, apatia, tristeza, melancolia, impaciência, dispersão, solidão, saudade, indecisão, pessimismo, etc.) e suas respectivas movimentações e compensações. A dimensão mental do ser humano inclui, em primeiro lugar, o racional e lógico no sentido mais restrito, quer dizer aquela parte em que correspondemos naquilo que pensamos com todos os seres humanos, os pensamentos universais, formais (lógica, matemática), mas também a capacidade de reflexão - de questionar todas as coisas, inclusive a si mesmo -, a recordação e a memória, a imaginação e a fantasia, a compreensão e criação de ideias e finalmente a nossa intuição em que sabemos sem poder justificar em última instância por que sabemos. O que é mais difícil de identificar é a quinta, a dimensão espiritual. Não se confunde essa dimensão com a religiosa, que em parte pode incluir a espiritual, mas que contém algumas características como as da revelação como intervenção direta de Deus e de um tipo de organização social que dessa forma são estranhas ou não necessárias à dimensão espiritual (ROHR, 2013, p. 14)⁴.

Note-se que o fundamental aqui é que a relação educação-espiritualidade não tem por alvo se constituir em uma nova disciplina tampouco um conteúdo particular a ser ensinado. Para Rohr (2013), para se efetivar a espiritualidade precisa transparecer em todos os processos educacionais como possibilidade de realização do humano em todas as suas potencialidades. A espiritualidade, portanto, “abre-se em todos os instantes da vida. Não é possível, portanto, fazer uma redução didática de antemão” (p. 40).

Uma educação voltada para a espiritualidade separada da vida seria, na nossa perspectiva, um equívoco. A reflexão em torno da educação espiritual é, portanto, uma reflexão que precisa considerar a educação em sua integralidade para relacionar todas as atividades educacionais com a abertura para a dimensão espiritual (ROHR, 2013, p. 41).

Dessa forma, pensamos que é possível também tecer diálogos entre a relação educação-espiritualidade e as práticas meditativas. Mas, pelo exposto até o momento, as práticas educacionais no tocante à dimensão espiritual não têm um modelo a seguir. Pois sua efetivação se distancia de um fazer meramente instrumental mesmo que esse fazer

⁴ Além das dimensões mencionadas, o autor distingue algumas dimensões temáticas que, por perpassarem as básicas, também podem ser chamadas dimensões transversais: a dimensão relacional-social, a prático-laboral-profissional, a político-econômica, a comunicativa, a sexual, a de gênero, a étnica, a estético-artística, a ética, a místico-mágico-religiosa, a lúdica, a ecológica, dentre outras (ROHR, 2013, p. 19).

tenha as melhores intenções⁵. A questão é em que medida as práticas meditativas podem se constituir como um caminho para uma compreensão ampliada da formação humana. Nesse aspecto, consideramos junto com Freitas (2012) que as práticas meditativas podem ser problematizadas, no campo educacional, como as chamadas *técnicas de si* estudadas pelo pensador francês Michel Foucault no curso *A hermenêutica do sujeito* em 1982. Nesse curso, o filósofo retoma a noção de espiritualidade por meio das práticas que visavam a formação do sujeito pelo cuidado de si na Grécia clássica.

Para Freitas (2012), ao enfatizar que os exercícios espirituais que acompanhavam o aprendizado filosófico na Antiguidade, eram práticas de natureza pedagógica, Foucault abre um novo espaço de reflexão acerca de determinadas práticas como as meditações para pensar os desafios ético-políticos-pedagógicos do nosso presente.

A reflexão dos processos de subjetivação, mediados pelas técnicas de si, permite uma investigação original dos processos de formação humana como experiência. Por meio das técnicas de si, Foucault localiza a experiência formativa em um tipo de entrelaçamento diverso daquele em que a subjetividade aparece apenas como derivando das relações de saber/poder. Descortina-se um outro modo de exercer o governo da razão educativa pelo exercício refletido da liberdade, o que é possível pela emergência de um sujeito que emerge através do cuidado de si. Isso explica o interesse de Foucault por pensadores tão distintos como Sócrates, Platão, Marco Aurélio e Sêneca, uma vez que parece haver em suas doutrinas a prevalência de uma atitude, de uma maneira de se comportar, impregnando suas formas de viver e desenvolvendo-se em procedimentos, em práticas e em receitas que eram refletidas, desenvolvidas, aperfeiçoadas e ensinadas. Através da análise de seus textos, Foucault vê configurar-se um princípio preciso, o cuidado de si, como uma prática social fortemente disseminada por toda a antiguidade greco-romana (FREITAS, 2012, p. 62).

Assim, a espiritualidade aparece aqui como uma experiência pela qual o sujeito opera sobre si mesmo transformações existenciais, mobilizando práticas precisas para pensar diferentemente e, no limite, se autotransformar. Logo, podemos aproximar as práticas meditativas com as práticas de cuidado consigo, com os outros e com o mundo, dando novos sentidos pedagógicos a um gesto simples como o de respirar. Em meio às aflições do dia a dia, quantas pessoas mergulham na tristeza e ansiedade e nem percebem que estão respirando? É como se o ato de respirar fosse praticado de forma automática, sem a consciência necessária de que precisamos cuidar de nossos modos de

⁵ Ainda nos termos de Rôhr (2013), o educador movido pelo sentido da espiritualidade encaminha os educandos para as suas próprias buscas, visando sua integralidade e principalmente seu agir ético em meio ao mundo “de maneira livre e autônoma” (p. 37).

estar no mundo. Quantas vezes sentimo-nos desmotivados e sem esperança no enfrentamento de nossas dificuldades? Num mundo barulhento, é preciso silenciar e respirar profundamente para que a nossa mente (espírito) possa encontrar certo conforto. Nessa ótica,

[...] o desenvolvimento espiritual consiste também em observar momento a momento, com grande atenção e sutileza, o modo como nos relacionamos com as situações, como vemos e sentimos as coisas. Mas, além disso, um senso apropriado e profundo da espiritualidade também se caracteriza por perceber nossa natureza ampla, como um espaço infinito de possibilidades e completamente aberto para expressar quaisquer pensamentos, sentimentos, comportamentos, e para surgir de modo livre em relação a todos os fenômenos com os quais nos relacionamos (POLICARPO JÚNIOR, 2012, p.100).

As práticas meditativas entendidas como exercícios espirituais (HADOT, 2014) voltados ao cuidado ético consigo, com os outros e com o mundo podem se constituir como um campo de análise no campo educacional. Como sabemos, a “arte da meditação” é um dos métodos, simultaneamente espiritual e pedagógico, mais utilizado em diferentes culturas. Nas sociedades ocidentais contemporâneas, essa antiga arte tem sido chamada “para tranquilizar a mente e relaxar o corpo” (GOLEMAN, 1999, p. 03). Mas, “a meditação é, em essência, o treinamento sistemático da atenção. Ela tem como objetivo desenvolver a capacidade de concentração e enriquecer nossa percepção” (p. 03).

O problema, no entanto, é que atualmente o interesse pela meditação também veio acompanhado de um certo reducionismo que pensa as práticas meditativas como meramente uma prática de auto-regulação, seja do corpo seja da mente. Com isso, as práticas meditativas se tornam meios para a focalização da atenção. Daí não ser por acaso que o centro de interesse das pesquisas sobre a meditação focalize os seus benefícios no campo da saúde ou da psicologia. Notamos o crescimento de estudos que mostram a sua eficácia sobretudo para a diminuição de sintomas ligados ao estresse e à ansiedade. Além disso, algumas pesquisas revelam que essa prática pode produzir efeitos de curta e longa duração que podem afetar positivamente as funções cognitivas e afetivas.

[...] as técnicas meditativas podem ser classificadas em dois ou três tipos principais, **na visão ocidental**. Em geral, dois estilos básicos são mencionados: *mindfulness* e concentrativo. O tipo *mindfulness*, ou meditação

do *insight*, é descrito como uma prática de abertura, em que há uma percepção dos estímulos, como pensamentos, sentimentos e/ou sensações, embora a atenção específica mantida seja uma observação livre que não os julga nem analisa. Algumas técnicas orientais que se enquadram nesse tipo são a meditação zen, *vipassana* e a própria adaptação ocidental *mindfulness*. As técnicas meditativas concentrativas caracterizam-se pela restrição da atenção a um único objeto, interno ou externo. Ignora-se qualquer estímulo do ambiente, focalizando uma atividade mental ou sensorial específica, por exemplo, a repetição de um som, uma imagem ou a respiração. Nesse tipo, incluem-se algumas meditações oriundas do yoga, como a meditação transcendental e a meditação budista *samatha*. Já alguns autores argumentam que existe um terceiro tipo, denominado contemplativo, que seria uma integração dos dois outros tipos, visto que requer tanto a habilidade de focalizar como de se abrir. Alguns exemplos são a meditação judaica e determinadas orações (MENEZES; DELL'AGLIO, 2009, p. 278. Destaques nossos).

Na prática, esses tipos básicos podem interagir (GOLEMAN, 1999), mas na investigação científica, os estudos têm pesquisado os efeitos dos diferentes tipos de meditação comumente de forma isolada. Pois, se acredita que cada técnica possua especificidades que repercutem no desenvolvimento de habilidades particulares.

Além das especificidades de cada técnica, outras variáveis que têm sido valorizadas nas pesquisas são: “predisposições genéticas, traços de personalidade, vivências particulares de cada um, expectativas, motivações e valores” (MENEZES; DELL'AGLIO, 2009, p. 279). Também notamos que do ponto vista investigativo, “o estudo da meditação e de seus efeitos deve considerar as características do sujeito antes da prática, os estados que ocorrem durante ou pouco tempo após a meditação, e, por fim, as mudanças duradouras resultantes da prática continuada” (p. 279).

A partir da revisão de literatura, observa-se que muitos resultados encontrados a partir de diferentes técnicas são bastante semelhantes. Com base nessa percepção e no fato de que técnicas distintas possuem características essenciais comuns, alguns pesquisadores brasileiros concluíram que seria importante criar uma definição operacional geral acerca da meditação que abarcasse tais características e que permitisse uma padronização do seu uso **para fins de pesquisa em saúde**. Assim, igualmente sob a prerrogativa da auto-regulação, descrevem a prática de meditação como a utilização de alguma técnica específica e claramente definida, com a qual se alcança algum relaxamento muscular e mental durante o processo, sendo um estado exclusivamente auto-induzido através da utilização de um foco (MENEZES; DELL'AGLIO, 2009, p. 279. Destaques nossos).

Para nós, do campo educacional, o problema desse tipo de abordagem é a ênfase excessiva de que se deve estudar e praticar a meditação para, dentre outras coisas, baixar a pressão sanguínea, diminuir o ritmo do coração, ajudar o corpo a se recuperar do

estresse, resolver problemas de ansiedade, controlar ou diminuir dores crônicas, reforçar o sistema imunológico (GOLEMANN, 1999). Longe das pretensões desse trabalho querer subestimar, minimizar ou desqualificar esse tipo de abordagem das práticas meditativas.

Entretanto, é de se ressaltar um uso bastante utilitário e, talvez, mais perigoso, um uso adaptativo dessas práticas milenares para assujeitar-nos aos efeitos deletérios produzidos pelas políticas neoliberais em curso (HAN, 2018). Daí nossa desconfiança de discursos e práticas que preconizam que “o hábito de meditar diariamente vai nos ajudar a desligar-nos do estresse e trará calma e energia para enfrentarmos melhor os desafios que vêm pela frente” (GOLEMAN, 1999, p. 03). Do ponto de vista pedagógico, ou seja, quando pensamos a educação como um processo de formação humana pautado por princípios éticos e políticos não parece sensato pensar as contribuições das práticas meditativas enquanto técnicas paliativas, preventivas ou corretivas ao mal-estar e ao sofrimento psíquico produzido pelas tecnologias de poder do neoliberalismo⁶.

Nesse sentido, defendemos que as práticas meditativas podem ser pensadas e vivenciadas, no campo educacional, para além das perspectivas já abertas pelas pesquisas no campo da saúde ou em contextos psicoterapêuticos (MENEZES; DELL’AGLIO, 2009), bem como para além de sua vinculação estrita a contextos religiosos tradicionais ou contemporâneos. Acreditamos que o diálogo sobre as relações possíveis entre a espiritualidade, a educação e as práticas meditativas podem abrir outro caminho importante de investigação, contribuindo para repensar o sentido que damos não apenas às nossas vidas no momento presente, mas também às nossas ações pedagógicas, gerando mais atenção às nossas reações e aos nossos impulsos para que tenhamos atitudes mais éticas conosco e com os demais sujeitos que habitam o mundo da educação.

Metodologia e principais resultados

A presente pesquisa insere-se nas chamadas abordagens qualitativas de investigação em Educação, tendo um caráter bibliográfico. “A principal vantagem da

⁶ O neoliberalismo como gestão do sofrimento é uma ideia que afirma que o neoliberalismo se baseia em um conjunto de práticas de gerenciamento do mal-estar. Essas práticas incluem a individualização da culpa, o repúdio ao fracasso, o louvor ao mérito e a criação de um estado de crises e reformulações. O objetivo dessas práticas é extrair um a-mais de produtividade das pessoas, fazendo-as sofrer mais (ver SAFATLE, SILVA JUNIOR, DUNKER, 2021).

pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente” (GIL, 2002, p.45). Assim, pesquisas bibliográficas possibilitam obter elementos que permitem avançar teoricamente em determinados campos de investigação ainda pouco explorados pela comunidade científica. Nessa direção, inicialmente consultamos livros e artigos que tratam das categorias centrais da nossa pesquisa, a fim de delimitar suas bases teóricas do argumento que está sendo defendido. No nosso caso, esse momento possibilitou um novo olhar sobre a temática delimitada uma vez que permitiu o surgimento de novas reflexões e problematizações anteriormente não percebidas de maneira clara e coesa.

Em seguida, realizamos buscas sistemática no Portal de Teses e Dissertações da Capes, a princípio, utilizando as palavras-chave ‘Meditação e Educação’. Foram encontradas 70 pesquisas (publicadas de 1987 até 2023). Fazendo um refinamento, dessa vez, através da Biblioteca Digital de Teses e Dissertações, selecionou-se as produções acadêmicas produzidas no período pré-pandêmico, pandêmico e pós-pandêmico (período que compreende os anos de 2018 até 2023), encontrando 37 teses e dissertações.

Dessas, selecionamos, a posteriori, 11 teses e dissertações que se concentravam especificamente na Área da Educação para obter-se informações mais detalhadas sobre como a área educacional percebe a contribuição das práticas meditativas.

QUADRO 1 - Apresentação dos objetivos e resultados das teses e dissertações da Área da Educação

Autor	Título	Ano	Objetivo geral	Resultados
José Valdemar dos Santos Filho	O Mindfulness como estratégia didático-pedagógica na educação básica: um relato de experiência no Coeducar	2019	Investigar sobre o que emerge da reflexão de alunos e professores do 3ºAno do Ensino Fundamental de uma escola de São Paulo a qual adotou o Programa Justiça Restaurativa do Projeto Coeducar.	Constatou-se que o Programa Justiça Restaurativa (que oferece a meditação Mindfulness) melhorou o comportamento dos alunos em suas salas de aula.
Regina Buccini Pio Ribeiro	Cultivo da atenção em espaços educacionais:	2019	Analisar duas experiências formativas com base nas práticas de meditação e descobrir se	A análise das experiências resultou na emergência de

	elaboração, implementação e análise de um projeto de cultivo da atenção em uma perspectiva integral		contribuem para o cultivo de uma atenção integral.	elementos estruturantes e facilitadores do processo de cultivo de uma atenção integral.
Ivonete Alves da Silva	A contribuição da meditação para a qualidade de vida do discente do EPT: limites e possibilidades	2019	Investigar a contribuição da meditação para a qualidade de vida do discente do EPT: limites e possibilidades	A contribuição da meditação, mesmo de maneira sutil, impacta na qualidade de vida dos docentes.
Monica Espíndola Zapala Pimentel	Os efeitos da prática de Yoga na qualidade de vida dos alunos da Educação Profissional Tecnológica: uma perspectiva de educação omnilateral	2019	Investigar se as vivências colaborativas de concentração, relaxamento e autoconsciência contribuem para o bem estar dos alunos.	Ao analisar o conteúdo das avaliações das aulas, percebe-se que os objetivos foram alcançados pois os jogos cognitivos na escola e a prática meditativa ao ar livre contribuíram para o bem estar dos alunos.
Patrícia Branco	Cartografando memórias de uma prática educativa integral: analisando a experiência de meditação e Yoga no Colégio Santo Antonio para além do conhecer, o conhecer-se.	2020	Cartografar as memórias e evidências da prática meditativa e de Yoga incluídas no 3º Ano do Ensino Fundamental do Colégio Santo Antonio de Estrela, a partir das memórias coletivas de docentes, pais e ex-alunos.	O estudo apontou que, de acordo com o relato dos sujeitos da pesquisa, que as práticas meditativas são de grande potencial para a construção da identidade dos seres humanos, encorajando professores e gestores de escolas a transformarem, de forma positiva, o currículo escolar.
Tatiana Cossia	Contribuições da meditação em âmbito escolar	2020	Investigar as contribuições das práticas meditativas no processo educacional.	Verificou-se que os benefícios das práticas meditativas abrangem indivíduo, família, comunidade e escola.

Cristiane Bremenkamp Cruz	Sustentar uma postura escutadeira: uma pesquisa entre cultivo de silêncio e partilha da palavra	2020	Discutir algumas direções para uma aprendizagem da escuta, da atenção e da sensibilidade através do cultivo do silêncio em práticas meditativas budistas da atenção e consciência.	Verificou-se a percepção da necessidade de haver exercícios de meditação a fim de trazer benefícios à comunidade.
Juliane Suelen Gonçalves Rabelo Galvão	Práticas corporais integrativas na Educação Física escolar: um caminho para a formação integral dos estudantes.	2020	Verificar até que ponto os professores de Educação Física utilizam as práticas corporais integrativas enquanto estratégia para a formação integral dos estudantes.	O resultado das análises contribui para a adoção e elaboração de um material pedagógico para o trato das práticas corporais integrativas na escola.
Carlos Roberto Sabbi	Pedagogia radical e inclusiva: nas trilhas de elementos educativos para uma cidadania mais consciente	2020	Investigar as possibilidades de uma proposta de fundamentos pedagógicos para uma cidadania mais consciente na formação humana, tendo como inspiração as trilhas da Pedagogia radical e inclusiva.	A pesquisa revelou que os elementos educativos (entre eles as práticas meditativas) são importantes para a formação humana e que a educação tradicional é insuficiente para o “despertar do ser humano”.
Michaela Camargo	As experiências sociocorporais na educação da criança: um estudo sobre a meditação na escola	2021	Interpretar os sentidos produzidos pelas crianças sobre a meditação na escola como experiência sociocorporal.	Verificou-se que a meditação corresponde ao potencial desta prática corporal na construção de uma postura de vida menos reativa.
Diogo Silveira Heredia Antunes	Práticas meditativas: escolas em conexão com o desenvolvimento humano integral, promoção de saúde e cultura de paz.	2023	Analisar a experiência de implantação de práticas meditativas em escolas a fim de conhecer modelos de aplicação e compreender suas implicações na promoção de saúde e cultura de paz e aprendizagem	A implementação das práticas meditativas como prática curricular obrigatória em escolas brasileiras pode ser uma das ações de maior benefício para a vida individual e

			socioemocional.	coletiva.
--	--	--	-----------------	-----------

Ao analisar as 11 pesquisas encontradas na área da Educação, pode-se perceber que todas têm o objetivo de verificar os benefícios das práticas meditativas para o bem-estar dos sujeitos. Os resultados das pesquisas, por sua vez, apontam para uma indiscutível importância das práticas meditativas para a formação humana. Percebe-se que não há uma associação, em nenhuma das pesquisas produzidas de 2018 até 2023, sobre as práticas meditativas e a espiritualidade⁷. As pesquisas apontam muito mais para os benefícios das práticas meditativas para a saúde corporal e cerebral, não mencionando os benefícios espirituais e/ou pedagógicos das práticas meditativas. Todas essas pesquisas cuja abordagem metodológica é qualitativa, informam em seus resultados que a introspecção e a atenção plena resultam em melhoras cognitivas dos discentes e progresso na performance escolar.

QUADRO 2 - Resultados obtidos quanto ao quantitativo de trabalhos no Mestrado Acadêmico, no Mestrado Profissional e no Doutorado relacionados às Grandes Áreas de conhecimento

CIÊNCIAS HUMANAS	22
MULTIDISCIPLINAR	7
CIÊNCIAS DA SAÚDE	4
LINGUÍSTICA, LETRAS E ARTES	3
CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS	1

⁷ A única pesquisa encontrada, em 2018, que fazia essa aproximação estava localizada na Área da Saúde, mais especificamente na área de Psicologia.

Os dados indicados no Quadro 02 nos faz refletir sobre a escassez de trabalhos relacionados à meditação na Grande área de conhecimento das Ciências Sociais que estuda não apenas ações direcionadas ao benefício da sociedade, mas também às relações interpessoais. Áreas como Direito, Administração e Serviço Social estão desassistidas, digamos assim, quanto às pesquisas cujo enfoque seja a meditação. Vale ressaltar também o número escasso de teses e dissertações na Grande área de conhecimento da Linguística, Letras e Artes. É surpreendente constatar que a meditação não seja objeto de pesquisa em Artes. Sabe-se que as artes cênicas e as artes plásticas são interligadas às práticas meditativas. Muitos atores e atrizes, antes de “incorporarem” seus personagens, dedicam-se a momentos de contemplação, por exemplo, assim como os artistas plásticos.

QUADRO 3 - Resultado do quantitativo de trabalhos quanto às Áreas do conhecimento.

EDUCAÇÃO	11
ENSINO	7
PSICOLOGIA	5
MÚSICA	2
PLANEJAMENTO EDUCACIONAL	2

Causou-nos surpresa que a área de música, que é muito utilizada em práticas meditativas, não tenha um número expressivo de pesquisas nesse campo. Como sabemos, a música é comumente usada em processos de relaxamento da mente e do corpo.

A mesma situação foi constatada na Área do Planejamento Educacional. Embora, como vimos na seção teórica, que há várias reflexões apontando a dimensão não apenas ética, mas também política das práticas meditativas em sua interface com a educação, percebemos a pouca presença de problematização do tema nesse campo. Não conseguimos identificar nem mesmo estudos que pudessem fazer uma análise crítica do uso dessas práticas nas escolas, considerando a prevalência da racionalidade do tipo *mindfulness*, hoje tão difundida, e suas vinculações com as políticas neoliberais.

QUADRO 4 - Número de produções de teses e dissertações cuja temática são as práticas meditativas e educação.

2018	1
2019	16
2020	13
2021	4
2022	2
2023	1

Podemos perceber que no ano pré-pandêmico de 2019, houve mais produções do que no ano pandêmico. E se compararmos com o ano de 2018, percebemos que não houve praticamente nenhum interesse na temática igualmente ao ano de 2023.

QUADRO 5 - Principais Instituições de Ensino Superior onde houve mais teses e dissertações cuja temática foi a prática meditativa e educação.

USP	9
UFMG	4
UFRS	4
PUCRS	3
UFPR	3
UFPE	2

Podemos perceber que o maior número de produções está concentrado na região Sudeste. A UFPE é a única Instituição de Ensino Superior do Nordeste a constar com teses e dissertações voltadas à temática das práticas meditativas e educação.

QUADRO 6 - Quantitativo de trabalhos distribuídos quanto aos Graus acadêmicos.

MESTRADO ACADÊMICO	10
MESTRADO PROFISSIONAL	12
DOUTORADO	15

Considerações finais

No final de nossas reflexões teóricas destaquei o neoliberalismo e suas políticas como um fator a ser considerado nas pesquisas que se debruçam sobre as contribuições das práticas meditativas para o campo educacional. Considero esse um ponto realmente importante, pois várias análises têm mostrado os efeitos perversos gerados pelas políticas neoliberais não apenas no âmbito do mundo do trabalho, onde as novas formas de controle e de gerenciamento impõem aos indivíduos uma competição mortal, colocando em questão sua própria sobrevivência e tornando-os, a um só tempo, vítimas e algozes de novos tipos de sofrimento (SAFATLE, SILVA JUNIOR, DUNKER, 2021).

A racionalidade neoliberal vem gerando novos processos de sofrimento em praticamente todas as esferas da vida, e a educação, sem dúvidas, não está imune aos seus processos de expropriação subjetiva, como indicam Dardot e Laval (2016). Apesar das inúmeras tragédias provocadas pelo neoliberalismo, nas últimas décadas, e mesmo apesar da crise sem precedentes provocada pela pandemia de Covid19, a sociedade, na sua maioria, parece ter se resignado diante de tantos sofrimentos sociais e psíquicos.

Ocorre que, para o horror dos nossos dias, muitos de nós têm sido interpelados a cooperar ativamente ou inconscientemente não apenas para manter, mas, também, para ampliar essas formas de sofrimento. As novas formas de controle e de gerenciamento da vida passam pelo medo, pelo ódio, pela ansiedade, pela depressão, etc.

Diante desse cenário, tentamos ao longo desse trabalho, que tem ainda um caráter exploratório, defender a articulação entre uma concepção de espiritualidade que considera a integralidade e a multidimensionalidade dos processos de formação humana e as práticas meditativas como um campo relevante para lidar com alguns desafios da educação.

Estamos cientes de que o estudo ainda carece de maiores aprofundamentos, principalmente no que se refere a uma análise mais precisa dos documentos recolhidos na investigação. Nesse momento, realizamos mais um trabalho descritivo no sentido de apontar como a temática delimitada tem sido abordada pelo campo acadêmico, identificando as principais áreas de concentração, as principais instituições e o número mesmo de trabalhos produzidos nos últimos anos. Além disso, buscamos sintetizar os principais objetivos e resultados dos trabalhos produzidos na área de Educação.

Precisaríamos de mais tempo para uma discussão mais analítica, através de uma leitura mais densa dos resumos e dos próprios trabalhos consultados. A mera leitura dos títulos indica, nesse sentido, que existem vários aspectos teóricos e metodológicos a serem ainda analisados sobre as pesquisas em Educação que tratam das práticas meditativas. Esperamos poder desenvolver isso em trabalhos posteriores. Os limites do nosso trabalho não impedem, portanto, de perceber a riqueza de questões que podem ser discutidas a partir dos temas que tentamos abordar de forma ainda aproximativa.

Mas, não temos dúvidas de quando se pensa uma educação que visa a formação humana dos sujeitos em seu caráter integral, a espiritualidade não pode ser esquecida e as práticas meditativas podem ser um campo promissor de pensamento e ação. O cuidado articulado ao conhecimento proporcionado pelas práticas meditativas e outros exercícios espirituais são fundamentais para que a educação cumpra seus fins éticos e políticos. O cuidado consigo é inseparável do cuidado com os outros e com o próprio mundo. Assim, concluímos com a certeza de que é preciso ampliar significativamente as pesquisas em Educação, sejam teses ou dissertações, sobre a temática das práticas meditativas, reconhecendo a importância da espiritualidade para os processos de formação humana.

Referências

a) Bibliográficas

BEZERRA, Teresa Christina; MORAES JUNIOR, Henrique; OLIVEIRA, Ivanilde. A espiritualidade na educação de Paulo Freire e Bell Hooks. **Revista Apende – Cad. de Filosofia e Psic. Da Educação** Vitória da Conquista, Ano XVII, n. 29, p. 168-183, Jan./Jun. 2023.

BOFF, Leonardo. **Espiritualidade, dimensão esquecida e necessária**. 2005. Disponível em < <http://www.leonardoboff.com/site/vista/outros/espiritualidade.htm> > Acesso em 20/10/2014.

COMTE- SPONVILLE, André. **A sabedoria dos modernos, dez questões para o nosso tempo**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

DARDOT, P.; LAVAL, C. **A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal**. São Paulo: Editora Boitempo, 2016.

FERRY, Luc. **O homem-Deus, ou, O sentido da vida**. Rio de Janeiro: DIFEL, 2012.

- FREIRE, Paulo. **Educação como Prática da Liberdade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.
- FREITAS.A.S; FERREIRA A.L; POLICARPO JÚNIOR, J; SANTIAGO, M.B.N. **Diálogos em Educação e Espiritualidade**. Recife: Ed. Universitária da UFPE, 2012.
- GAUCHET, Marcel. **Depois da Religião, o que será do homem depois que a religião deixar de ditar a lei?** Rio de Janeiro: DIFEL, 2008.
- GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.
- GODOY, Hermínia Prado. Proposta de uma educação para a espiritualidade. Interdisciplinaridade / Grupo de Estudos e Pesquisa em Interdisciplinaridade (GEPI) – **Educação: Currículo – Linha de Pesquisa: Interdisciplinaridade** – v.1, n. 2 (out.2012) – São Paulo: PUCSP, 2012 Disponível em < <http://revistas.pucsp.br/index.php/interdisciplinaridade/article/view/16245> > Acessado em 01.02.2024.
- GOLEMAN, Daniel **A arte da meditação: um guia para a meditação**. Rio de Janeiro: Sextante, 1999.
- HADOT, Pierre. **Exercícios espirituais e filosofia antiga**. São Paulo: É realizações, 2014.
- HAN, B-C. **Psicopolítica – o neoliberalismo e as novas técnicas de poder**. São Paulo: Ayné, 2018.
- HOOKS, Bell. **Ensinando Comunidade: uma pedagogia da esperança**. São Paulo: Elefante, 2021.
- INCONTRI, Dora (org.) **Educação, Espiritualidade e Transformação Social**. São Paulo: Editora Comenius, 2014, p. 87-95.
- MAZAROLLO, I. Religião ou espiritualidade. **Revista Brasileira de História das religiões**. Maringá - PR, v.III, n 9, jan, 2011.
- MENEZES, Carolina Baptista; DELL'AGLIO. Os efeitos da meditação à luz da investigação científica em Psicologia: revisão de literatura. **Psicol. cienc. prof.** v. **29**, n. **2**, 2009 <https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000200006>. Acesso em 15/03/2024
- RÖHR, Ferdinand (org.). **Educação e Espiritualidade: contribuição para uma compreensão multidimensional da realidade, do homem e da educação**. Campinas: Mercado de Letras, 2013.
- RÖHR, Ferdinand. **Liberdade e Destino: Reflexões sobre a Meta da Educação**. Ágere, Salvador, 2004.

SAFATLE, V; SILVA JUNIOR, N.; DUNKER, C. (org.). **Neoliberalismo como gestão do sofrimento psíquico**. Belo Horizonte: Autêntica, 2021.

VASCONCELOS, MYRVIA FERREIRA DE. **A espiritualidade numa concepção de educação que compreende a integralidade humana**. Monografia (Licenciatura em Pedagogia). João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.

WILBER, Ken. **A prática da vida integral: um guia do Século XXI para saúde física, equilíbrio emocional, clareza mental e despertar espiritual**. São Paulo: Cultrix, 2011.

ZINN, Kabat J. **Vivir com plenitude las crises**. Barcelona: Kairós, 2003.

b) Dissertações e Teses

ANTUNES, Diogo Silveira Heredia. **Práticas meditativas: escolas em conexão com o desenvolvimento humano integral, promoção de saúde e uma cultura de paz**. Rio Grande do Sul, 190f. Tese (Doutorado em Educação). PUCR, 2023.

BRANCO, Patrícia. **Cartografando memórias de uma prática educativa integral: analisando a experiência de meditação e Yoga no Colégio Santo Antonio, para além do conhecer, o conhecer-se**. Canoas, 154 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Memória Social e bens culturais). UnilaSalle, 2020.

CAVALCANTI, Jeane Odete Freire dos Santos. **Educação emocional e espiritualidade na promoção de saúde: um estudo sobre a participação dos colaboradores do NUCOM -IESP em práticas de alongamento, massagem e meditação**. João Pessoa, 2019. Dissertação (Mestrado em Ciências das Religiões) - UFPB, 2019.

CAMARGO, Michaela. **As Experiências sociocorporais na educação da criança: um estudo sobre a meditação na escola**. Curitiba, 2021. 396f. Tese (Doutorado em Educação) - UFPR, 2021.

CATARUCCI, Fernanda Martin. **Efeitos de um curso de gerenciamento de estresse sobre a percepção do estresse, empatia e marcadores inflamatórios de graduandos de um curso de Medicina**. Botucatu, 106f. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) - UESP, 2018.

COSSIA, Tatiana. **Contribuições da meditação em âmbito escolar**. São Caetano do Sul, 145f. Dissertação (Mestrado Profissional em docência e gestão educacional) - USCS, 2019.

- CRUZ, Cristiane Bremenkamp. **Sustentar uma postura escutadeira: uma pesquisa entre cultivo de silêncio e partilha da palavra.** Espírito Santo, 234f. Tese (Doutorado em Educação) - UFES, 2020.
- DANTAS, Amanda Soares. **Intervenção baseada em mindfulness e psicoeducação para mulheres com histórico de violência pelo parceiro íntimo.** São Carlos, 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - UFSCar, 2020.
- FARIA, Thaís Emmanuele Mesquita Hermes. **Saúde mental do trabalhador em Instituição Federal de Ensino Superior: estratégias e fortalecimento do cuidado.** Lavras, 2020. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração Pública) - UFL, 2020.
- FREITAS, Saulo Ramos de. **A influência da meditação no nível de estresse dos alunos do Ensino Médio integrado do IFCE.** Ceará, 94f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) - IFCE, 2020.
- FILHO, José Valdemar dos Santos. **Percepções sobre a Justiça Restaurativa sob a ótica dos participantes envolvidos: estudo de uma escola da baixada santista.** São Bernardo do Campo, 97f. Dissertação (Mestrado em Educação) - UMSP, 2019.
- GALVÃO, Juliane Suelen Gonçalves Rabelo. **Práticas corporais integrativas na educação física escolar: um caminho para a formação integral dos estudantes.** Brasília, 152f. Dissertação (Mestrado Profissional em educação física) - UNB, 2020.
- GREVE, Ledjane Neves de Oliveira Schaeffer. **Mindfulness para pacientes com artrite reumatoide: revisão sistemática de literatura.** São Carlos, 2019. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - UFSCar, 2019.
- GUTERRES, Rodrigo de Azambuja. **Professor sem estresse: proposta de bem-estar na rede pública de ensino.** Porto Alegre, 151 f. Tese (Doutorado em Educação em Ciências) - UFRGS, 2020.
- JÚNIOR, Gilson Antonio Lopes. **Tempo, acontecimento e formação humana: contribuições do pensamento de Martin Heidegger para um tempo formativo inoperante.** Recife, 175f. Tese (Doutorado em Educação) - UFPE, 2020.
- KAHLAU, Camila. **A crise do desenvolvimento hegemônico sob a perspectiva da crise do sujeito moderno, ocidental e meditante.** Curitiba, 181f. Tese (Doutorado em meio ambiente e desenvolvimento) - UFPR, 2020.
- LIMA, Priscilla Ghizoni. **A deficiência enquanto uma questão filosófica: contribuições da Filosofia da Educação.** Florianópolis, 2019. Dissertação (Mestrado em Educação) - UFSC, 2019.

- LIMA, Jéssica de Souza. **A inserção do ceticismo metodológico na construção da reflexão filosófica no Ensino Médio.** Teresina, 2019. Dissertação (Mestrado Profissional em Filosofia) - UFPI, 2019.
- LOPES, Maviael Filipe Lacerda do Nascimento. **Análise das medidas de inteligência emocional antes e após intervenções dessas vivências.** São Paulo, 93f. Dissertação (Mestrado em Neurociências e Comportamento) - USP, 2020.
- MENDES, Flaviano Diego Meirelles. **Intervenções psicossociais para transtornos mentais comuns: percepções e demandas formativas na Medicina de Família e Comunidade.** Viçosa, 2021. Dissertação (Mestrado em Saúde da Família) - UFV, 2021.
- MUNIZ, Dianamara Tavares. **Meditação e aprendizagem: uma leitura das vivências meditativas com os filhos no contexto da pandemia de Coronavírus.** Garanhuns, 80f. Dissertação (Mestrado Profissional em Práticas e Inovação em Saúde Mental) - UPE, 2021.
- NEGREIROS, Miriam Vidal. **Uma antropologia de incertezas entre a Biomedicina e a eficácia das práticas de yoga e meditação no SUS.** São Paulo, 210f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) - UNIFESP, 2018.
- NETO, Francisco Alves da Silva. **Heidegger: entre a técnica e a serenidade.** Cameté, 116f. Dissertação (Mestrado em Educação e Cultura) - UFPA, 2019.
- OLIVEIRA, Ledjane Neves de. **Mindfulness para pacientes com artrite reumatóide.** São Carlos, 116f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - UFSCar, 2019.
- OLIVEIRA, Lucas Ribeiro Marques Campos de. **Prática meditativa como ferramenta para o desenvolvimento de resiliência em adolescentes.** Franca, 83f. Tese (Doutorado em promoção de saúde) - UNIFRAN, 2019.
- PIMENTEL, Mônica Espíndola Zapala. **Os efeitos da prática de Yoga na qualidade de vida dos alunos da Educação Profissional Tecnológica: uma perspectiva de educação omnilateral.** Belo Horizonte, 171f. Dissertação (Mestrado Profissional em educação profissional e tecnológica) - IF SUDESTE MG, 2019.
- PRAZERES, Grazielle Ferreira. **O Mindfulness como estratégia didático-pedagógica na educação básica: um relato de experiência no Coeducar.** São Mateus, 99f. Dissertação (Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação) - UNIVC, 2021.

- RATTI, Frederico Christian Schumacher. **La espacialidad en la experiencia musical acusmática: un enfoque cognitivo.** Belo Horizonte, 239f. Tese (Doutorado em Música) - UFMG, 2019.
- RIBEIRO, Anderson Augusto. **Influência de um programa de consciência corporal em estudantes de Ensino Médio.** Cuiabá, 142f. Dissertação (Mestrado em Ensino) - UNIC, 2019.
- RIBEIRO, Regina Buccini Pio. **Cultivo da atenção em espaços educacionais: elaboração, implementação e análise de um projeto de cultivo de atenção integral.** Recife, 257f. Tese (Doutorado em Educação) - UFPE, 2019.
- SABBI, Carlos Roberto. **Pedagogia Radical e Inclusiva: nas trilhas de elementos educativos para uma cidadania mais consciente.** Caxias do Sul, 512f. Tese (Doutorado em Educação) - UCS, 2019.
- SANTANA, Jonas Mendonça. **Atenção integral à saúde de pessoas com obesidade no município de Guarulhos: desafios e estratégias de enfrentamento vivenciadas por profissionais da Atenção Básica.** São Paulo, 179f. Dissertação (Mestrado Profissional em formação interdisciplinar em saúde). USP, 2020.
- SILVA, Ivonete Alves da. **A contribuição da meditação para a qualidade de vida do discente da EPT: limites e possibilidades.** Belo Horizonte, 74f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) - IF Sudeste MG, 2019.
- SILVA, Claudia Cardoso Gomes da. **Efetividade de programas de treinamento baseados em atenção plena na redução do sofrimento psicológico e promoção do bem estar em estudantes de Medicina: revisão sistemática e metanálise.** Brasília, 107f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - ESCS, 2021.
- SOUZA, Maria Eleonora Montenegro de. **Danças circulares sagradas: movimentos em busca de saúde, cuidado, espiritualidade e sentido.** João Pessoa, 2019. Tese (Doutorado em Ciências das Religiões) - UFPB, 2019.
- TAKEUCHI, Margareth Yuri. **Sobre a centralidade do sistema nervoso nos organismos e a formação da Etologia no final do Século XIX.** São Paulo, 182f. Tese (Doutorado em Neurociências e Comportamento) - USP, 2019.
- ZANON, Fernanda Torchia. **Ansiedade na performance musical: uma interpretação pedagógica no contexto dos cursos de Graduação da Escola de Música da UFMG.** Belo Horizonte, 2019. 233f. Tese (Doutorado em música) - UFMG, 2019.