

EDUCAÇÃO INTEGRAL E MEDITAÇÃO: POSSÍVEIS INTERLOCUÇÕES PARA A CONSTRUÇÃO DO SER MAIS FREIRIANO

Cristiane de Melo Moreira ¹
Adriana Alencar Gomes Pinheiro²

RESUMO

No Brasil um dos precursores da implantação da educação integral foi o pensador Anísio Teixeira, seguido por expoentes como Paulo Freire, que criou a categoria “ser mais” considerada pelo autor condição fundamental para promover a educação libertadora de homens e mulheres, suleados não pelo determinismo histórico, mas postura firme e coerente diante do mundo. Em consonância, Laura Parker, descreve que os principais propósitos da meditação é desenvolver compaixão, equanimidade, paciência, percepção clara e segundo um dos sutras de Patanjali, tem como principal foco o pensamento que volta-se para o objeto de concentração. Diante desse contexto, elaboramos a seguinte pergunta de partida: quais as possíveis interlocuções entre educação integral e meditação que corroboram para a construção do ser mais freireano e a educação libertadora? Tendo como objetivo geral: analisar as possíveis interlocuções entre meditação e a educação integral para a construção do ser mais freiriano. Já como objetivos específicos escolhemos: examinar como a meditação pode contribuir com o desenvolvimento do “ser mais” freiriano; identificar quais as possíveis contribuições da educação integral para uma educação libertadora e por fim discutir as possíveis inter-relações entre meditação e educação integral. Assim, elegemos uma pesquisa com abordagem qualitativa, utilizando o método de revisão bibliográfica, onde foram consultados livros e artigos disponíveis nas plataformas SciELO, CAPES, além de dissertações e teses, para alcançar os objetivos propostos. Entre os resultados dessa pesquisa, verificou-se algumas interconexões entre a educação integral e meditação, dentre elas: a natureza holística que contempla as múltiplas dimensões humanas e que corroboram com a construção do ser mais freiriano no mundo.

Palavras-chave: Educação integral, meditação e educação libertadora.

INTRODUÇÃO

O conceito de educação integral começou a se consolidar no Brasil nas décadas de 1920 e 1930, tendo como um dos principais precursores o pensador Anísio Teixeira, que inspirou-se nos princípios da escola pragmática de John Dewey e seus ideais

¹ Mestranda do Curso de Mestrado em Educação Profissional da Universidade Regional do Cariri - CE, cristiane.melo@urca.br;

² Doutora em Psicologia pela Universidade de Fortaleza - UNIFOR. Docente e Coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário Paraíso - UniFAP, adriana.alencar@fapce.edu.br.

liberais. (Cavaliere, 2010). Para tanto, Teixeira (1997) afirma que a escola deve ser propulsora de participação plena na sociedade, por isso, deve estimular não só o desenvolvimento cognitivo, mas proporcionar a cada indivíduo os recursos necessários para que ele possa, de acordo com suas capacidades inatas, integrar-se de forma inteira na vida social e econômica. (Teixeira, 1997, p. 86). (2)

Em consonância, o Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova, também evidenciou que “assentado o princípio do direito biológico de cada indivíduo à sua educação integral, cabe evidentemente ao Estado a organização dos meios de o tornar efetivo.” (Azevedo, 1932). Esse princípio é fundamental, porque articula-se com a ideia de que a educação não deve ser apenas um privilégio individual, mas um direito universalizado e de valor coletivo..

Nessa perspectiva, Cavaliere (2010) reflete que a educação integral se constitui como uma ação educacional que incorpora múltiplas dimensões do desenvolvimento dos indivíduos, realizada por meio da colaboração entre diversas instituições sociais, como um projeto coletivo, que inclui a participação de toda comunidade escolar e local, com o intuito de desenvolver diferentes aspectos da experiência humana, tais como: o cognitivo, o emocional e o social, e por conseguinte promover o desenvolvimento pleno dos sujeitos em todas as suas dimensões, seja intelectual, física, emocional, social ou cultural.

Em consonância, Maurício (2009a, p. 54-55) discorre que a educação integral “reconhece a pessoa como um todo e não como um ser fragmentado, por exemplo, entre corpo e intelecto, que esta integralidade se constroi através de linguagens diversas, em variadas atividades e circunstâncias”. Nessa perspectiva holística da educação integral as múltiplas experiências devem ser constitutivas de abordagens inclusivas e relevantes para o educando.

Em conformidade, Freire (2021, p. 14) explicita que ensinar requer sensibilidade e criatividade para que novas possibilidades sejam criadas através da educação. Nesse contexto criativo, a educação deve sair da sua situação “bancária” e evoluir, mesmo que a passos curtos, pois os discentes do século XXI necessitam de professoras e professores que não se detenham somente nos conteúdos didáticos, “pois quanto mais assumam os homens uma postura ativa na investigação de sua temática, mais aprofundam a sua tomada de consciência em torno da sua realidade e explicitando sua temática significativa, se apropria dela.” (FREIRE, 1987, p. 98-99).

Nesse sentido, segundo Cossia e Andrade (2020) a meditação apresentou resultados pertinentes quanto aos benefícios advindos dessa prática milenar, a saber, impacto positivo nas relações individuais, familiares e escolar, atenção plena, melhora cognitiva, sentimentos de empatia, compaixão e autocompaixão.

Nesse contexto, elaboramos a seguinte pergunta de partida: quais as possíveis interlocuções entre educação integral e meditação que corroboram para a construção do ser mais freiriano e a educação libertadora? Tendo como objetivo geral: analisar as possíveis interlocuções entre meditação e a educação integral para a construção do ser mais freiriano. Já como objetivos específicos escolhemos: examinar como a meditação pode contribuir com o desenvolvimento do “ser mais” freiriano; identificar quais as possíveis contribuições da educação integral para uma educação libertadora e por fim discutir as possíveis inter-relações entre meditação e educação integral.

Assim, para alcançar os objetivos propostos optamos por uma pesquisa com abordagem qualitativa, utilizando o método de revisão bibliográfica, onde foram consultados livros e artigos disponíveis nas plataformas SciELO, CAPES, além de dissertações e teses.

Essa pesquisa justifica-se devido a sua relevância social e acadêmica, porque busca analisar quais são as possibilidades de re-existências dentro do ambiente escolar com a inserção da Prática Integrativa e Complementar meditação, que surge como uma necessidade ontológica do “ser mais” freiriano e que potencializa a amorosidade como fator de horizontalização das relações “professor-aluno”. Buscando, desse modo, através de práticas de resistência, visibilizar e repensar a negação de cuidados de saúde mental de estudantes, principalmente de escolas públicas.

METODOLOGIA

O presente estudo fundamenta-se em uma abordagem qualitativa, com o objetivo de analisar as possíveis interlocuções entre meditação e a educação integral para a construção do ser mais freiriano. Para tanto, para a construção dos dados utilizamos a técnica de revisão bibliográfica, buscando pesquisas predecessoras que pudessem respaldar nosso estudo. Nesse contexto, foram consultados livros e artigos disponíveis nas plataformas SciELO e CAPES, além de dissertações e teses, para alcançar os objetivos propostos. Em consonância, escolhemos como descritores: “Educação integral”, “meditação” e “educação libertadora”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Meditação e a construção do “ser mais” freiriano

Para Freire(2021) nós apresentamos vocação ontológica para nos humanizar, nesse sentido, somos seres de busca, inconclusos, históricos e no movimento permanente do “ser mais”. Portanto, nos assentamos na busca da humanização de homens e mulheres, na coletividade e na solidariedade de existires e também na vocação histórica de ser livre da opressão, mesmo sendo contraditada pela desumanização, materializada ao longo da história por práticas opressoras e desumanizantes, que geram a violência dos opressores e a subjugação dos oprimidos.(p.105)

Em conformidade, segundo Figueiredo(2012), em seu artigo” Paulo Freire e a descolonialidade do saber e do ser” é preciso recorrer a uma lógica alargada que reconheça a essencialidade de muitas lógicas possíveis e que convivam entre si, pois nessas vias ampliadas se tornam viáveis múltiplas epistemologias, ontologias e metodologias e pluralidades de ser e existir. Esse “recorrer a uma lógica alargada” nos permite pensar no “ser mais” freiriano que também nos enseja a possibilidade de desenvolver práticas como a meditação, porém “pensar autenticamente é perigoso, pois o estranho humanismo da concepção “bancária” tenta reduzir os homens ao seu contrário. (FREIRE, 1987, p. 85)

É nesse contexto que Freire vê um sentido indissociável entre “pensamento-existência”, “consciência-realidade”, “ação-reflexão” e “sujeito-mundo”. Para tanto, como educador latino-americano, que não encara a história como um espaço imutável, mas, sim, como um campo de possibilidades, explicita que a importância de sua própria reinvenção”significa aceitar minha proposta de encarar a história como uma possibilidade. Desse modo, o assim chamado educador freiriano, que se recusa a reinventar-me, está simultaneamente negando a história como uma possibilidade e procurando pela prova professoral, certeza de aplicações técnicas”. (FREIRE, 2014, p. 94).

Em conformidade, nossos achados indicam que a meditação como uma prática de harmonização dos estados mentais e da consciência, presente em inúmeras culturas e tradições, como o budismo, hinduísmo,além de práticas orientais, indígenas e africanas,

gera inúmeros benefícios para a saúde física, mental e emocional, pois promove a concentração, melhora a autodisciplina no cuidado à saúde, induz ao bem-estar, relaxamento, reduz o estresse, dentre outros..(BRASIL, 2017)

Portanto, deduz-se que a prática da meditação pode contribuir de forma coletiva com um ambiente escolar mais humanizado, pois proporciona maior integração entre mente, corpo e mundo exterior e por conseguinte também pode apoiar o fortalecimento da construção do “ser mais freiriano”, já que nos sucinta a necessidade de autopreservação e respeito mútuo.

Educação integral e educação libertadora

Para Gadotti (2004), em um Mundo Educador, a educação integral requer um nível diligente e “aprofundado de articulações políticas, sociais, culturais, ambientais e econômicas, visando à conquista de um melhor entendimento por parte de todas as pessoas de que a todos e a todas cabem as decisões sobre o que acontece no planeta”. Nesse sentido, demanda-se um compromisso coletivo, capaz de introjetar sobre o importante compromisso da educação integral com uma abordagem crítico-reflexiva e comprometida com uma comunidade planetária sustentável.

Para tanto, em um contexto semelhante, Gadotti (2004) expõe que, “a educação integral quer superar o currículo fragmentado, organizado em grades e fundamentado no isolamento das disciplinas que, por conseguinte, isola as pessoas e cria guetos de aprendizagem.” Em concordância, percebemos que esse tipo de segmentação descarta a interação entre as diferentes áreas, e diminui as possibilidades de fortalecer uma compreensão mais ampla e significativa do conhecimento, que poderia permitir que os estudantes desenvolvessem uma visão mais crítica e integradora do mundo.

Na perspectiva de Freire (2021) “ a construção de uma educação libertadora, e não “bancária”, é que, em qualquer dos casos, os homens se sintam sujeitos de seu pensar, discutindo o seu pensar, sua própria visão do mundo, manifestada implícita ou explicitamente”(Freire, 2021. p.75)Portanto, o princípio de uma educação libertadora se contrapõe a educação bancária, que transforma os indivíduos em meros recipientes passivos de informações, que não fomentam questionamentos e menos ainda o senso crítico, logo, não contribuem com a construção do “ser mais” e suas múltiplas possibilidades de existir e ser livre, e não se coadunam com a educação integral de homens e mulheres.

Educação integral e meditação

Os sentidos concernentes à educação integral continuam se ampliando, pois na medida que são incorporadas políticas públicas de ampliação da jornada escolar, essa, deve cada vez mais oportunizar aprendizagens significativas que permitam maior convivência e participação na vida pública. Nesse contexto, a educação integral também está assentada no território e é justamente o reconhecimento das forças desses territórios, que possibilitam interlocução com agentes educativos, serviços públicos, trocas culturais e outras possibilidades de aprendizados em rede para crianças e adolescentes. (SHE; GOUVEIA; FERREIRA, 2009, p. 6-7) (5)

Em consonância, para a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), os aprendizados devem desenvolver competências e habilidades descritas como: a mobilização de conhecimentos (conceitos e procedimentos), habilidades (práticas, cognitivas e socioemocionais), atitudes e valores para resolver demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho. (BRASIL, 2017, p.8).

Em conformidade, as competências gerais da BNCC estão “inter-relacionadas e se desdobram nas três etapas da educação básica, educação infantil, ensino fundamental e médio” (BRASIL, 2017, p. 9). Destacamos as duas competências que serão norteadoras em nossa pesquisa, a competência de número oito: “Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.” (BRASIL, 2017, p. 9), e a competência de número dez: “Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.” (BRASIL, 2017, p. 9).

Enfatizamos a primeira porque explicita a importância do autocuidado através do autoconhecimento e reconhecimento das suas emoções e do outro, que também se coaduna com a prática da meditação que busca justamente desenvolver esses valores e fortalecer a autonomia e a resiliência conforme a segunda. Levando em consideração esse panorama, vale destacar que, no Brasil, está instituída a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPICS) através da “Portaria GM/MS n.º 971” (2006), que certifica o uso de abordagens terapêuticas para a prevenção dos agravos e da recuperação da saúde no Sistema Único de Saúde (SUS). Assim, as Práticas

Integrativas e Complementares da Saúde (PICS) utilizam um modelo holístico que busca promover o autocuidado, considerando aspectos físicos e psicológicos. Atualmente, existe um rol de 29 práticas reconhecidas pela PNPICS, dentre elas, a meditação.

Para tanto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e estão inseridas no Sistema Único de Saúde (SUS), através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), implementada no ano de 2006. Entretanto, percebemos que há um potencial pouco explorado referente à inserção dessas práticas no ambiente escolar, de acordo com investigações realizadas por Castro, Matos e Matos (2011) e Nascimento (2019), o que também abrange a prática meditativa.

Nesse contexto, mesmo antes da pandemia de COVID-19, em 2018, a Conferência Nacional de Educação (CONAE) já esmiuçava a importância das Práticas Integrativas e Complementares da Saúde na Escola Pública em seu eixo IV, moção nº 5, evidenciando que diante dos “crescimento vertiginoso de ansiedade, adoecimento e medicamentação de estudantes e trabalhadores(as) da educação” (CONAE, 2018, n.p.), sugere a “implantação das práticas integrativas na educação pública em parceria com o Sistema único de Saúde” (CONAE, 2018, n.p.). Algumas das atividades propostas são: “[...] ioga, tai chi chuan, danças circulares, biodança, meditação, aromaterapia, florais, acupuntura [...]” (CONAE, 2018, n.p.).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da educação libertadora proposta por Paulo Freire aponta para uma vocação ontológica da humanidade e fundamentada no constante movimento de busca do “ser mais.” Nesse contexto, o ser humano é entendido como um ser inconcluso e em um processo, que se constrói na coletividade, na solidariedade e na luta pela superação de práticas desumanizantes e opressoras que permeiam a história. A educação, assim, se revela como um instrumento de libertação que, ao estimular a consciência crítica e o pensar autenticamente, desafia o modelo “bancário” e permite que homens e mulheres assumam o papel de sujeitos históricos, capazes de transformar suas realidades.

Nesse sentido, a prática da meditação se alinha aos princípios freirianos de humanização e liberdade, pois pode apoiar no ambiente educacional a construção do

“ser mais freiriano” ao fortalecer a autopreservação, o respeito mútuo e a responsabilidade coletiva, oferecendo benefícios para a saúde física, mental e emocional ao promover a concentração, a autodisciplina e o bem-estar e forma integral.

Em consonância, para Gadotti (2004), a educação integral deve apresentar-se também como um caminho que se articula para a construção de uma sociedade planetária mais justa e igualitária, posto que em um “Mundo educador” exige-se uma abordagem crítico-reflexiva para uma formação cada vez mais humanizante e integradora de conhecimentos.

Por fim, Freire explicita que a educação integral perpassa por uma reflexão que vai além da instrumentalização do ensinar, mas tem como princípio suleador, a ética, a consciência política, as múltiplas formas de ser e existir, e nessa visão holística e integrada, podemos incluir a meditação, que se pode contribuir com a construção do “ser mais” através de práticas que fortalecem a humanização dentro do ambiente escolar.

AGRADECIMENTOS

Ao Universo, a Mãe Terra, minha família, especialmente meu esposo Fábio, meu cachorro Jedi, que me acompanha em meus dias de estudo, meus companheiros de trabalho, meus mestres do yoga e minha professora orientadora deste trabalho, Adriana Alencar.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Fernando et al. **Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova: a reconstrução educacional no Brasil – ao povo e ao governo**. Rio de Janeiro: [s.n.], 1932. Disponível em: . Acesso em: 16 ago. 2024

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC): educação é a base**. Brasília, DF: MEC/CONSED/UNDIME, 2017. Disponível em:http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 20 mai. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 849, de 27 de março de 2017. **Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares** [Internet] Brasília; 2017 [citado 2018 jun. 16]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf »
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf

CAVALIERE, Ana Maria. **Educação Integral**. In: OLIVEIRA, Dalila Andrade; VIEIRA, Livia Maria Fraga. Dicionário Trabalho, Profissão e Condição Docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, GESTRADO, 2010. CD-ROM. Disponível em: <https://gestrado.net.br/verbetes/educacao-integral/>.

CONFERÊNCIA NACIONAL DE EDUCAÇÃO (CONAE). **Práticas Integrativas na Educação Pública Brasileira**. Eixo IV. Moção n. 5. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://fne.mec.gov.br/images/EIXO_IV_-_5_-_PRATICAS_INTEGRATIVAS_NA_EDUCACAO_PUBLICA_BRASILEIRA.pdf. Acesso em: 13 jun. 2024.

COSSIA, T., & Andrade, M. de F. R. de. (2020). **Contribuições da meditação em âmbito escolar**. **INTERFACES DA EDUCAÇÃO**, 11(31), 153–176. <https://doi.org/10.26514/inter.v11i31.4111>

FIGUEIREDO, João Batista de Albuquerque. Paulo Freire e a descolonialidade do saber e do ser. In: FIGUEIREDO, João Batista de Albuquerque; SILVA, Maria Eleni Henrique da (orgs.). **Formação Humana e Dialogicidade III: encantos que se encontram nos diálogos que acompanham Freire**. Fortaleza: Edições UFC, 2012. p. 66-88.

BRASIL. **Departamento de Saúde da Família (Desf) / Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS)**. Portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/pnpic>. Acesso em: 13 jun. 2024.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 29. ed. Rio de Janeiro. Paz e Terra, 1987.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia dos sonhos possíveis**. São Paulo: Paz e Terra, 2014.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 22. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2021.

GADOTTI, Moacir. **Educação Integral no Brasil: inovações em processo** / Moacir Gadotti. -- São Paulo: Editora e Livraria Instituto Paulo Freire, 2009. -- (Educação Cidadã; 4)

MAURICIO, L. V. **Políticas públicas, tempo, escola**. In: COELHO, L. M. C. C. (Org.). Educação integral em tempo integral: estudos e experiências em processo. Petrópolis, RJ: DP et Alli, 2009a. p. 53-68.

TEIXEIRA, A. (1997). **Educação para a democracia**. Rio de Janeiro: Ed.UFRJ. (Original publicado em 1936) Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/VqDFLNVBT3D75RCG9dQ9J6s/?format=pdf&lang=pt>

SHE, L. H. N.; GOUVEIA, M. J. A.; FERREIRA, S. S. **Educação integral e intersectorialidade**. Salto para o futuro, ano XIX, n. 13, p. 5-9, out. 2009