



(DES)CONTEMPLAÇÃO: IMPLICAÇÕES PARA AS RELAÇÕES HUMANAS BRASILEIRAS SOB UMA PERSPECTIVA CENTRADA NAS PESSOAS

(Lack of)Contemplation: Implications for Brazilian human relationships from a people-centered perspective

FELIPPE GONZALES DEL BOSCO *

(Falta de)Contemplación: Implicaciones para las relaciones humanas brasileñas desde una perspectiva centrada en las personas

Resumo: O presente artigo tem como objetivo apresentar e analisar o conceito da contemplação e os efeitos do que chamamos de descontemplação, como base para preconceitos e outras formas não-contemplativas de relações humanas. Partindo de perspectivas teórico-metodológicas da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), neste estudo exploramos as manifestações do fenômeno contemplativo e suas implicações para a compreensão das subjetividades intrínsecas e extrínsecas ao organismo humano. Por meio de uma pesquisa bibliográfica centrada nas experiências brasileiras, desenvolvemos o conceito de contemplação, propomos uma ampliação das atitudes facilitadoras da ACP, para, então, examinarmos como a descontemplação se manifesta no Brasil em diversas esferas da vida cotidiana, como relações interculturais, relações de poder e estruturas sociais. A partir disso, apresentamos oito marcadores que se relacionam a resistências coletivas contra descontemplações reconhecidas nos dias de hoje. Neste sentido, discutimos a importância da abertura à experiência e da presença responsável, a partir de uma postura ativamente contemplativa, que promova relações humanas genuínas, participativas e dignas. Ao abordar este tema, o artigo busca contribuir para o avanço da compreensão fenomenológica das interações humanas e para o desenvolvimento de abordagens terapêuticas, educacionais e sociais mais centradas nas dimensões não apenas individuais, mas também coletivas das pessoas.

Palavras-chave: contemplação; descontemplação; abordagem centrada na pessoa; interseccionalidade; relações humanas.

Abstract: This article aims to present and analyze the concept of contemplation and the effects of what we term the lack of contemplation as a basis for prejudice and other non-contemplative forms of human relationships. Grounded in theoretical and methodological perspectives of the Person-Centered Approach (PCA), this study explores the manifestations of the contemplative phenomenon and its implications for understanding the intrinsic and extrinsic subjectivities of the human organism. Through a bibliographic research focused on Brazilian experiences, we develop the concept of contemplation, propose an expansion of the PCA's facilitating attitudes, and examine how the lack of contemplation manifests in Brazil across various spheres of daily life, such as intercultural relationships, power dynamics and social structures. From that, we present eight markers related to collective resistances against the lack of contemplation recognized in contemporary times. In this regard, we discuss the importance of openness to experience and responsible presence, grounded in an actively contemplative stance that fosters genuine, participatory, and dignified human relationships. By addressing this topic, the article seeks to contribute to advancing the phenomenological understanding of human interactions and to developing therapeutic, educational and social approaches that are not only individually but also collectively person-centered.

Keywords: contemplation; lack of contemplation; person-centered approach; intersectionality; human relationships.

Resumen: El presente artículo tiene como objetivo presentar y analizar el concepto de contemplación y los efectos de lo que denominamos falta de contemplación como base para los prejuicios y otras formas no contemplativas de relaciones humanas. A partir de perspectivas teórico-metodológicas del Enfoque Centrado en la Persona (ECP), en este estudio exploramos las manifestaciones del fenómeno contemplativo y sus implicaciones para la comprensión de las subjetividades intrínsecas y extrínsecas al organismo humano. Mediante una investigación bibliográfica centrada en las experiencias brasileñas, desarrollamos el concepto de contemplación, proponemos una ampliación de las actitudes facilitadoras del ECP y, posteriormente, examinamos cómo la falta de contemplación se manifiesta en Brasil en diversas esferas de la vida cotidiana, como las relaciones interculturales, las relaciones de poder y las estructuras sociales. De este modo, presentamos ocho marcadores que se relacionan con resistencias colectivas contra las carencias de contemplación reconocidas en la actualidad. En este sentido, discutimos la importancia de la apertura a la experiencia y de la presencia responsable, desde una postura activamente contemplativa, que fomente relaciones humanas genuínas, participativas y dignas. Al abordar este tema, el artículo busca contribuir al avance de la comprensión fenomenológica de las interacciones humanas y al desarrollo de enfoques terapéuticos, educativos y sociales más centrados no solo en las dimensiones individuales, sino también en las colectivas de las personas.

Palabras clave: contemplación; falta de contemplación; enfoque centrado en la persona; interseccionalidad; relaciones humanas.

* Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) – Rio de Janeiro, RJ, Brasil. Email: fgdelbosco@gmail.com . Orcid: 0009-0008-8141-0138.



Introdução

A contemplação – e seus fenômenos derivativos, como a abertura à experiência, a consciência e a compaixão – tem sido objeto de interesse em diferentes campos de estudo, incluindo as psicologias humanistas, experienciais, fenomenológicas e existenciais (Felder, Aten, Neudeck, Shiomi-Chen & Robbins, 2014). Neste artigo, pretendemos explorar as diversas manifestações da (des)contemplação e suas implicações para as relações humanas brasileiras. Nossa primeira hipótese é de que a presença e a ausência da contemplação seriam a base experiencial para relações que promovam ou não criação de vida em circunstâncias individuais e coletivas. Assim, utilizando referenciais teóricos da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), buscamos compreender como a falta de contemplação pode levar ao surgimento de preconceitos, negligências, estereótipos e outras formas não-contemplativas de relações humanas. A autoria deste artigo inclui referências e experiências redigidas pelas mãos de uma pessoa não-binária, *crip-queer*, que nasceu em um corpo endossexo masculino; que se compreende como branca, nordestina migrante, bissexual e não-monogâmica; percebe-se em uma sociedade com deficiências ao seu corpo e à sua mente, desde que nasceu; atualmente, percebe-se também como uma pessoa urbana, deísta espiritualista, casada, adúltero e de classe média, sem esquecer de parte de suas origens de classe baixa; e nesta escrita escolheu legitimar suas experiências ao se expressar confluindo perspectivas do Leste (em primazia, chinesas) e do Oeste (em primazia, brasileiras e estadunidenses).

Desenvolvida por Carl R. Rogers e colaboradores, a ACP busca enfatizar a importância da relação genuína e do encontro autêntico entre a pessoa psicoterapeuta e a pessoa contemplada (Rogers, 1961/2009). A contemplação, como uma atitude essencialmente presente e receptiva, é uma das características primárias das relações centradas nas pessoas (Rogers, 1980/2022). Em psicoterapia, ela implica em escutar atentamente, compreender empaticamente e responder de forma autêntica às experiências e sentimentos que surgem na relação (Rogers, 1957/2008, 1980/2022). Por meio do fenômeno contemplativo, a pessoa psicoterapeuta cria um ambiente seguro e acolhedor que, baseado nos princípios da ACP, encoraja a expressão livre da pessoa contemplada, promovendo assim um espaço para criação de vida a partir de seu autoconhecimento, autonomia e crescimento pessoal.

Como é possível reconhecermos a presença e a ausência da contemplação em uma relação? Como facilitadora do reconhecimento destes fenômenos, nomeamos a falta, a não-expressão e a não-existência da contemplação como “descontemplação” e, a partir disso, levantamos mais uma hipótese: a de que a principal forma de se perceber a presença da descontemplação seja percebendo a ausência da contemplação. Ao perceber o que não existe (neste caso, a contemplação), torna-se possível perceber o que existe (a descontemplação). Lao Tzu (tradução 2019), enigmático filósofo do Leste, e de perceptível relevância no pensamento científico de Rogers (1957/2008, 1980/2022), ficou conhecido por reflexões que dialogam com esta hipótese:

A argila é misturada à água e é moldada para servir como vaso; através da não-existência, o vaso tem a sua utilidade.

Buracos para portas e janelas são feitos na construção da casa; através da não-existência, a casa tem a sua utilidade.

Assim, da existência surge o valor e da não-existência surge a utilidade.
(Tzu, tradução 2019, p. 38)

Portanto, para que possamos ao longo do presente artigo apresentar o conceito de descontemplação, bem como seus efeitos, será necessário, antes, mergulharmos no vácuo que dá utilidade aos vasos e casas de nossas experiências. Será necessário explicarmos mais profundamente o que chamamos de contemplação.

A Contemplação como uma Capacidade Humana

Para seguirmos um caminho teórico-metodológico adequado, buscaremos definir a palavra “contemplação” com base em uma compreensão dialógica às nossas hipóteses. A ACP parte do pressuposto de que a experiência da pessoa é a autoridade na relação e considera que todo organismo vivo se move através de uma tendên-



cia inerente que o permite desenvolver suas potencialidades em direção favorável ao crescimento, chamada de tendência à autorrealização (Rogers, 1961/2009). Todo organismo humano possui, então, um potencial para se desenvolver de forma mais completa e mais complexa, independentemente das condições em que se encontra. Este pressuposto básico da ACP se relaciona com os princípios filosóficos da Medicina Clássica Chinesa, cuja proposta terapêutica ampla, pesquisada por Eduardo F. A. de Souza (2008), busca não só recuperar, mas preservar a saúde e prolongar a vida das pessoas, partindo da compreensão de que a natureza interna do ser humano está sempre se desenvolvendo por meio de uma vitalidade ilimitada. Neste sentido, existiriam, segundo Rogers (1957/2008; 1959/1987), atitudes que facilitam momentos de movimento em liberdade que promovem à pessoa uma abertura à experiência, pela qual ela sempre se direciona a uma atualização, a um contínuo fluxo criativo em sua vida.

Estaríamos passando pela vida sem deixá-la passar por dentro de nós? Francisco Cavalcante Junior (2008) apresenta Michael Polanyi como um químico e filósofo da ciência relevante para o desenvolvimento da teoria de Rogers. Polanyi (1958) defendia que as experiências de uma pessoa podem ser observadas, manipuladas ou mergulhadas. Se a pessoa, ao se relacionar com uma experiência, decidir observá-la objetivamente ou manipulá-la, há uma estrutura conceitual que se apresenta como uma tela entre a pessoa e o que é experienciado por ela, proporcionando um distanciamento entre ela e o que sentiu. Em contrapartida, se a pessoa mergulhar em uma experiência, essa tela é dissolvida: a dimensão experiencial da tela é penetrada, interrompendo o seu fluxo automatizado de pensamentos e consistindo numa participação completa da pessoa naquilo que ela sentiu. Esse mergulho acontece, segundo Polanyi, através da contemplação.

A contemplação dissolve a tela, interrompe o nosso movimento através da experiência e despeja-nos diretamente na experiência; nós paramos de manipular as coisas e tornamo-nos imersos nelas. A contemplação não tem segundas intenções ou sentidos ocultos; nela cessamos de lidar com coisas e tornamo-nos absorvidos na qualidade inerente da nossa experiência, por si mesma. (Polanyi, 1958, p. 197 traduzido por Cavalcante Junior, 2008, p. 29)

Segundo B. Allan Wallace (2009), a palavra “contemplação” se origina do termo latino *contemplativo*, correspondente à palavra grega *theoria*. As duas palavras fazem referência a uma lealdade integral pelo esclarecer, revelar, tornar manifesta a natureza da realidade, em uma busca pela verdade a partir de uma silenciosa percepção da realidade. No entanto, diferentemente do conhecimento objetivo, a contemplação não é dirigida para um objeto, mas se torna parte dele.

Iago Cavalcante Araújo, Emanuel Meireles Vieira e Paulo Castelo Branco (2022) esclarecem que Rogers, ao longo de seu processo de desenvolvimento da ACP, priorizou a dimensão substancial (interna e intrínseca) da pessoa e não compôs uma maior teorização sobre seus aspectos sociais, a partir de uma dimensão relacional (externa e extrínseca). Edson do Nascimento Bezerra (2021) descreve uma ambiguidade na teoria rogeriana, que relaciona a pessoa sob um forte traço individualista com o seu contexto cultural, que é reciprocamente influenciador e influenciado pela pessoa. “Se, por um lado, a *pessoa* criativa não estaria necessariamente *adaptada* à sua cultura, como exemplo de inconformismo, por outro lado, traz consigo a capacidade de viver harmonicamente no seu meio cultural” (Bezerra, 2021, p. 98, grifos do autor). Virginia Moreira, Liane Bastos Landim e Geórgia Silva Romcy (2014) explicam que John K. Wood – um dos sucessores de Carl R. Rogers que desenvolveram as possibilidades de construção e aplicação da ACP, inclusive no Brasil – ressalta que o funcionamento pleno e individualizado do ser humano compreendido na teoria deveria englobar não somente esferas individuais, mas também coletivas, “num intercâmbio ativo e dinâmico, enfatizando a relação de responsabilidade entre elas.” (p. 67). Virgínia Moreira (2007) esclarece que o processo de socialização, ainda que tenha sido compreendido como natural e inato, ficou relegado a um segundo plano em meio à teoria de Rogers. Com isso, Araújo et al. (2022) argumentam que os momentos de movimento que direcionam ao desenvolvimento da pessoa não ocorrem unicamente por determinação da tendência à autorrealização, mas também a partir de uma potencialidade para o *en-contro*, que seria uma fonte importante de transformação da pessoa, através de uma presença da pessoa psicoterapeuta – presença que, segundo Peter Schmid (1998a, 1998b citado por Araújo et al., 2022), exige assumir uma responsabilidade para lidar com a alteridade provocada em relação.

Ser *pessoa*, portanto, implica em algo a mais do que afirmar a liberdade que permeia toda a relação terapêutica. É pô-la em contato e negociação com um espectro mais amplo de abertura à diferença e de claro posicionamento ético a esse respeito. É primar pelo encontro como horizonte ético, ainda que inalcançável, através da presença no contexto da relação. Além disso, a *presença*, como condição de uma vida não alienada tanto de si como também dos outros, abre espaço para uma condição existencial comprometida com o fazer histórico e na forma como este proporciona a emergência de pessoas. Tal condição coaduna-se com as preocupações rogerianas sobre as condições sociais que seriam capazes de promover pessoas autênticas e livres. A *presença*, ao apontar para o compromisso com o Outro, também, implica na busca por transformações sociais que possibilitem *en-contros*, no que tange a relações pessoais e políticas. (Araújo et al., 2022, pp. 11-12, grifos dos autores)



A tendência à autorrealização e a potencialidade para o *en-contro* caracterizam-se, portanto, como as duas forças que, a partir dos princípios da ACP, são capazes de permitir a experiência do fenômeno contemplativo: a primeira de forma intrínseca, interna e individual; a segunda de forma extrínseca, externa e coletiva. Ambas se relacionam ao princípio de dualidade proposto por Lao Tzu (tradução 2019): “Os dez mil seres carregam o yin e são envolvidos pelo yang; são invadidos de energia vital por se tornarem harmoniosos.” (p. 124). Essas duas forças interna e externa permitiriam ao organismo criar vida, em um fluxo que se direciona a um constante desenvolvimento.

Cabe destacar que a contemplação pode ser também compreendida como um fenômeno pré-conceitual, análogo à experiência. Segundo Eugene T. Gendlin (1961), a experiência constitui um processo de sentimentos que são vividos concretamente, no presente imediato, como um fluxo de experiências que integra a matéria básica dos fenômenos humanos. Por via do fenômeno contemplativo, nossas experiências podem ser diretamente referidas no corpo, assim como podem nos guiar à conceitualização do seu significado implicitamente sentido. Através desta perspectiva, podemos compreender a contemplação como um fenômeno primário que acontece de maneira diretamente sentida e implicitamente significativa, abrangendo, desse modo, um processo básico de mudança psicológica e até corporal do organismo humano, pelo qual os significados implícitos que estão na consciência podem ser sentidos de forma intensa, vividos de modo completo e aceitador, diretamente referidos e, então, transformados pela pessoa, mesmo que não sejam nomeados em palavras (Gendlin, 1961; Rogers, 1980/2022). É por esta razão que quando não contemplamos os nossos fluxos de experiências, mas sim tentamos observá-los ou manipulá-los, “enquanto observadores ou manipuladores da experiência, somos guiados *pela* experiência e passamos *através* da experiência sem experienciá-la em si mesma” (Polanyi, 1958, p. 197 traduzido por Cavalcante Junior, 2008, p. 29, grifos dos autores) e, assim, o movimento não ocorre e nenhuma mudança significativa consegue ser sentida.

Portanto, ao compreendermos as potencialidades humanas que são despertadas individual e coletivamente, assim como o processo concreto de significações sentidas que nos direcionam ao desenvolvimento, tornamos possível conceitualizar a contemplação como uma capacidade humana. Essa capacidade é responsável por perceber a realidade contemplada em uma espécie de processo apreciativo, buscando não manipular nem impor julgamentos valorativos sobre ela. A contemplação se aproxima menos de um controle arbitrário e analítico e mais de um afeto caloroso e compreensivo, que nos permite mergulhar e viver integralmente em nossos fluxos de experiências. Consequentemente, podemos dar sentido às nossas experiências e, assim, nos desenvolver.

De fato, talvez possamos apreciar um pôr-do-sol justamente pelo fato de não o podermos controlar. Quando olho para um pôr-do-sol, como fiz numa tarde destas, não me ponho a dizer: “Diminua um pouco o tom do laranja no canto direito, ponha um pouco mais de vermelho púrpura na base e use um pouco mais de rosa naquela nuvem”. Não faço isso. Não tento controlar um pôr-do-sol. (Rogers, 1980/2022, p. 14)

Uma Proposta Brasileira de Ampliação das Atitudes Facilitadoras

Nas mais variadas relações humanas e especialmente nos contextos centrados nas pessoas, o fenômeno contemplativo é despertado quando a pessoa contempla o seu próprio fluxo de experiências e o fluxo de outra(s) pessoa(s) que encontra, podendo acontecer, como vimos, em dimensões tanto individuais quanto coletivas. Uma contemplação individual apreciaria como exemplos dimensões corporais, psicológicas e espirituais do organismo humano, enquanto uma contemplação coletiva apreciaria como exemplos suas dimensões sociais, culturais e históricas.

Ao invés de compreender estas dimensões de forma divisível e fragmentada, a perspectiva da ACP mais se aproxima de uma compreensão indissociável e holística, pela qual busca pesquisar as condições necessárias para uma relação facilitadora, que garanta a contemplação integral da pessoa e, portanto, facilite o seu desenvolvimento (Rogers, 1957/2008, 1961/2009, 1980/2022). Rogers postulou três atitudes psicológicas facilitadoras para que toda e qualquer relação humana favoreça nas pessoas a sua autocompreensão e a transformação de seus autoconceitos e comportamentos; são elas: (i) a consideração positiva incondicional, (ii) a compreensão empática e (iii) a congruência de si. É importante lembrar que, como defendem Araújo et al. (2022), a ACP em seu desenvolvimento clássico não se aprofundou em aspectos específicos das coletividades humanas, derivando em atitudes de contemplação nas relações mais realçadas em seus aspectos individuais, sustentados no Brasil pelo modelo de pensamento cristão, segundo Moreira (2007), e cristalizados em meio à sociedade capitalista. E a partir de nossa cultura brasileira referenciada pelo capitalismo, Cláudia Monteiro, Mariana Silva e Edson Bezerra (2019) denunciam que, ainda que possa acontecer de forma sutil, seguimos enquanto sociedade reproduzindo e sustentando explorações e generalizações que nos levam a deslegitimar sofrimentos ético-políticos, “produzidos na dialética exclusão/inclusão de uma realidade de desigualdade social, injustiça social e exploração” (p. 98).

John K. Wood (2008) descreve que a Terapia Centrada no Cliente, teoria e método psicoterapêutico que origina a ACP, foi fundamentada com uma ênfase no indivíduo. Apesar de ser reconhecida por ajudar as pessoas a se tornarem conscientes de si mesmas, capazes de experiencialmente se descolarem das influências de seu con-



texto social, a abordagem utilizada nesta terapia não necessariamente as ajudaria a se tornarem mais respeitadas, aceitadoras e altruístas entre si, capazes de perceber suas atitudes como compartilhadas em meio às relações que estabelecem. Seguindo esta perspectiva, afirma Edson do Nascimento Bezerra (2021, p. 99, grifos do autor):

“Que lugar ocupariam, nas teorias que se podem desenvolver a partir da Abordagem Centrada na Pessoa, as ações que não ‘melhoram’ ou ‘mantêm’ o organismo, mas no entanto (sic) melhoram e mantêm o grupo?” Considero aqui, então, o viés da *pessoa* como também capaz de colocar o grupo social antes de si mesmo, como em atos de altruísmo em que a pessoa se sacrifica pela coletividade, o que configura a superação da concepção isolacionista e reducionista realizada por Rogers, sem abdicar da sua potencialidade criativa de transformação. Nessa perspectiva, a pessoa traz consigo, além da capacidade de confiar em si mesmo como indivíduo, a possibilidade em aceitar e acolher o seu lugar sócio-histórico-cultural que ocupa dentro de uma rede de relações interpessoais (Wood et al., 2008).

Ainda de acordo com Bezerra (2021), nos últimos anos da vida de Rogers, houve uma ampliação de seus interesses de atuação, pela qual ele abandonou a psicoterapia individual e passou a se voltar para atividades de grupo e relações humanas transculturais. O autor descreve que esta quarta e última fase do pensamento rogeriano, entre 1970 e 1987, foi denominada por alguns estudiosos como Fase Coletiva, Inter-Humana, Relacional ou Formativa. Ao mesmo tempo, foi uma fase em que não encontramos referências escritas por Rogers que discorressem de forma descritiva sobre aspectos evidentes da diversidade humana nas relações, apesar do notório contato que estabeleceu com perspectivas históricas, culturais e sociais díspares às suas. Assim, buscando contribuir para uma contínua revisão e atualização das três atitudes facilitadoras postuladas por Rogers, pensamos em como confluí-las à dimensão coletiva do organismo humano. Dialogamos com Isadora Dias Gomes (2019) ao também compreendermos a ACP como um instrumento concreto de consciência e transformação social. Segundo a autora, “a desigualdade, a dominação e a opressão não são criações do mundo interior, mas realidade concreta, da qual devemos escolher estar cada vez mais conscientes.” (Gomes, 2019, p. 92). Virginia Teles Carneiro (2021) também evidencia a necessidade de nomearmos e legitimarmos sofrimentos relacionados a valores culturais em relação, como o sofrimento racial, uma vez que o racismo se trata de um fenômeno estruturante em nossa sociedade brasileira, que existe independentemente de nossas intenções individuais.

Deste modo, como seria possível contemplarmos integralmente uma pessoa que vivencia uma experiência de sofrimento que sequer reconhecemos? Se não nos dispomos a nos aproximar e compreender os momentos de movimento de nossas histórias, culturas e sociedades, seríamos verdadeiramente capazes de contemplar a dimensão coletiva de cada pessoa? No caso do Brasil, Sueli Carneiro (2011) e Carla Akotirene (2019) nos contam como a nossa história carrega marcas de um país que estuprou colonialmente pessoas negras e indígenas, desenvolvendo ainda assim uma cultura rica e diversa, mas que tem sido tecnologicamente manipulada a seguir padrões europeus e estadunidenses, os quais vêm durante séculos nutrindo uma sociedade que desconta as pessoas – especialmente as que não se expressam segundo a norma social, norma que por si só já estruturalmente desconta as pessoas específicas a partir de relações de poder imperialistas, sexistas e capacitistas instituídas ao longo da história mundial.

Segundo Kimberlé Crenshaw (2002), racismo, sexismo e classismo podem se entrecruzar e colocar mulheres em uma situação de maior vulnerabilidade em relação a outras. Aline Wanderer (2021, p. 114) nos esclarece que “as reflexões acerca do poder nos contextos micro e macro relacionais diante de variáveis como etnia, gênero e deficiência, bem como suas interseccionalidades, vão ao encontro das formulações teóricas da ACP”. A partir deste entendimento, buscamos uma maneira de compreender as três atitudes facilitadoras da ACP integradas a aspectos da interseccionalidade. Não se trata aqui de uma novidade sobre estes marcadores integrados às atitudes nas relações, pois muitas pessoas, especialmente profissionais da Psicologia, já defendem a necessidade de se considerar a dimensão coletiva ao contemplarmos uma pessoa, não apreciando apenas sua dimensão individual. Como afirma o Conselho Federal de Psicologia (CFP):

Cabe destacar a importância de a Psicologia ter como instrumento de análise a perspectiva da interseccionalidade. O termo interseccionalidade, produzido por feministas negras nas décadas de 1970 e 1980, surge da necessidade de pensar o feminismo para além da opressão de gênero, pautando outras modalidades de dominação/exploração/opressão como as de raça, classe social, sexualidade e geração que as mulheres podem enfrentar. O objetivo do termo é romper com as limitações do feminismo hegemônico que universaliza as experiências das mulheres e não incorpora a categoria raça nos seus estudos e práticas, invisibilizando o histórico de escravidão e discriminação racial vivenciado pelas comunidades negras. (CFP, 2023, pp. 36-37)

Neste sentido, afirma Akotirene (2019, p. 17): “É da mulher negra o coração do conceito de interseccionalidade”. Portanto, a partir de uma compreensão que busca descolonizar perspectivas hegemônicas sobre as teorias da ACP e da interseccionalidade, entendemos a necessidade de sistematizar três estados que reconhecemos serem despertados em cada atitude facilitadora da ACP, pelos quais buscamos contemplar a pessoa integralmente. São eles: (1) o que *sinto* enquanto pessoa contempladora em uma dimensão *individual* do encontro com a pessoa contemplada, (2) o que *sinto* enquanto pessoa contempladora em uma dimensão *coletiva* do encontro e (3) o que



expresso enquanto pessoa contempladora em uma *postura ativamente contemplativa*. Cabe destacar que os estados ocorrem de forma indissociável, integral, sendo apresentados de modo sucessivo, fragmentado, apenas para fins de uma melhor compreensão do fenômeno contemplativo.

Tabela 1
 Proposta de ampliação das atitudes facilitadoras

| | CONSIDERAÇÃO POSITIVA INCONDICIONAL | COMPREENSÃO EMPÁTICA | CONGRUÊNCIA DE SI |
|--|--|---|--|
| (1) o que sinto enquanto pessoa contempladora em uma dimensão individual do encontro com a pessoa contemplada | Sinto interesse e respeito incondicionais, encontro-me com a pessoa considerando que ela está se desenvolvendo por meio de quaisquer das suas expressões. | Sinto empatia, coloco-me no lugar da pessoa “como se” fosse ela, compreendendo-a sem perder esta noção de “como se”. | Sinto sinceridade comigo durante o encontro com a pessoa, permito-me viver abertamente minhas próprias sensações em minha dimensão individual, considerando seus diversos níveis. |
| (2) o que sinto enquanto pessoa contempladora em uma dimensão coletiva do encontro com a pessoa contemplada | Ao sentir consideração pela pessoa, sinto que me esforço para não levantar barreiras entre nós e reconheço a potencialidade da pessoa para o <i>encontro</i> , buscando contemplar sua diversidade de possibilidades experienciais e de expressividades em reflexo até mesmo a possíveis descontemplações que acontecem em seu contexto e que podem envolver, inclusive, sua relação comigo. | Ao sentir empatia pela pessoa, sinto que não me desloco de minha posição social, referenciando-me a partir de marcadores de diversidades das nossas experiências humanas e sendo capaz de me permitir reconhecer descontemplações que posso buscar evitar que aconteçam por mim à pessoa, assumindo a responsabilidade pela minha posição em possíveis hegemonias coletivas. | Ao me sentir congruente, posso me sentir presente como parte integrante e consciente da minha dimensão coletiva, conseguindo me situar em aspectos sociais, culturais e históricos e, ao mesmo tempo, sinto-me capaz de me responsabilizar por descontemplações que eu consigo reconhecer em nós, por nós e para nós na relação. |
| (3) o que expresso enquanto pessoa contempladora em uma postura ativamente contemplativa | Expresso o que consegui considerar das expressões da pessoa, buscando transmitir a ela que considere suas expressões de forma incondicional e ativamente me posiciono a partir de reflexões esclarecedoras ao perceber a possibilidade de uma vivência de descontemplação individual ou coletiva, em especial quando esta vivência não estiver sendo legitimada pela pessoa, ajudando-a a entrar em contato consigo e a nomear o sentido do que está sentindo. | Expresso o que consegui compreender para a pessoa, buscando confirmar se o que estou captando é o que ela está tentando me expressar, não negligenciando a interseccionalidade de seus marcadores e estando ciente de que existem descontemplações que fazem parte de relações interculturais, de poder e de estruturas sociais – as quais não são facilmente nomeáveis e podem impedir momentos de movimento em direção à criação de vida da pessoa. | Expresso-me como quem sou, de forma autêntica, sincera e responsável para a pessoa, buscando descolonizar as minhas atitudes e comunicar as sensações que fluem em mim no momento imediato do encontro, sem abrir mão dessa minha autenticidade, assim como não abro mão do meu compromisso ético-político comigo, com a pessoa contemplada e, consequentemente, com as diversidades de nossas experiências humanas. |



O ato de contemplar numa relação se constitui, deste modo, como um movimento interno de sensações sentidas que integram dimensões individuais e coletivas, levando a um movimento externo de expressões destas sensações, pelo qual se assume uma postura aberta, apreciativa e responsável, que contempla a criação de vida. A isto chamamos de uma *postura ativamente contemplativa*, podendo se valer não apenas para relações psicoterapêuticas, mas para qualquer tipo de relação humana.

De uma compreensão da contemplação para uma ampliação dos conceitos da ACP, podemos finalmente nos aprofundar no que existe quando a contemplação não existe: a descontemplação. Percebemos a importância de estudarmos este conceito, seus movimentos e seus efeitos, pois, em nosso entendimento humanista, é a partir da compreensão de um fenômeno que nos tornamos capazes de exercitar uma postura transformadora da realidade.

[...] na medida em que o indivíduo nega à sua consciência (ou recalca, se preferir este termo) vastas áreas da sua experiência, nesse caso as suas formações criativas podem ser patológicas, ou socialmente más, ou ambas. Na medida em que o indivíduo está aberto a todos os aspectos da sua experiência e devidamente consciente das variadas sensações e percepções que se registram no interior do seu organismo, então o produto novo da sua interação com o ambiente tenderá a ser construtivo, tanto para si como para os outros. (Rogers, 1961/2009, p. 409)

Os Efeitos da Descontemplação no Brasil e suas Atuais Resistências

Como contemplar as diferenças quando só nos é ensinado um único jeito de ser? Geni Núñez, João Manuel de Oliveira e Mara Coelho de Souza Lago (2021) defendem a colonialidade como um processo de atualização das violências do colonialismo, que perduram até os dias de hoje. “A colonização não acabou. Ela continua, atualizada, buscando impor sua forma de pensar, sentir e se relacionar com o mundo como a única maneira possível.” (Núñez et al., 2021, p. 77). Este sistema colonial tem como principal característica suas monoculturas, como o monoteísmo (existe um único Deus), o monossexismo (existe uma única expressão da sexualidade) e a monogamia (existe uma única forma de se relacionar amorosamente), cujos princípios são a exclusividade, a não concomitância e a não convivência.

No Brasil, o colonialismo ocorreu não só a partir da invasão portuguesa, mas também da imposição de valores jesuítas cristãos, que não reconheciam outras crenças espirituais como possíveis, assim como condenavam a nudez e as diversas formas de expressão da sexualidade, a “poligamia dos índios”, como chamavam (Núñez et al., 2021). Curiosamente, os padres jesuítas expressavam uma maior rejeição à não-monogamia das pessoas indígenas do que a violências como a escravidão, a invasão, a tortura e o estupro. Carla Akotirene (2019) denuncia as “feridas coloniais causadas pela Europa, manifestas nas etnias traficadas como mercadorias, nas culturas afogadas, nos binarismos identitários, contrapostos humanos e não humanos” (p. 15). Estas marcas coloniais que existem em nossa história carregam, talvez, o nosso maior exemplo de descontemplação, que acarretou criminalizações, encarceramentos e mortes de pessoas que não seguiam modelos baseados no imperialismo branco europeu e em seu sistema moral cristão (Akotirene, 2019; Carneiro, 2011; Núñez et al., 2021).

Carneiro (2011) descreve três conferências mundiais históricas, consolidadas na diplomacia brasileira, em que povos africanos, afrodescendentes e indígenas das Américas e da Europa se reuniram e acordaram:

[...] a condenação do tráfico transatlântico como crime de lesa-humanidade; a adoção de medidas de reparação aos povos africanos e afrodescendentes; o reconhecimento das bases econômicas do racismo; a adoção de políticas corretivas por parte dos Estados nacionais; a escolha de políticas de desenvolvimento para comunidades ancestrais; a adoção de políticas específicas para mulheres africanas e afrodescendentes; a adoção de medidas de combate aos nexos entre racismo e pobreza; a adoção de mecanismos contra o racismo no sistema penal e a reforma dos sistemas legais; a adoção de medidas contra a discriminação e múltiplas formas de opressão por orientação sexual, raça, cor e origem nacional, e de medidas contra o racismo ambiental. (p. 144)

Núñez et al. (2021) defendem que a formação de um horizonte político decolonial – que entendemos como um horizonte contemplativo – acontece a partir de lutas por autonomia sobre si, por livre convivência e por concomitância coletiva, permitindo formas diversas de expressão. É por este motivo que resistências anticoloniais se aliam a resistências como o combate ao sexismo, ao racismo, ao classismo, às LGBTQIA+fobias, à xenofobia, ao capacitismo e ao ecocídio. Portanto, levando em consideração os aspectos da interseccionalidade e tendo como perspectiva a realidade brasileira atual, levantamos oito marcadores a serem refletidos para um exercício de uma postura ativamente contemplativa. Buscamos pedir licença para refletirmos a partir de um necessário cuidado e prevenirmos a reprodução de mais versões estáticas de uma teoria, pois, como defende Jasbir Puar (2013):

[...] muitas das estimadas categorias do mantra interseccionalista – originalmente voltado para a raça, classe e gênero e agora incluindo sexualidade, nação, religião, idade e deficiência – são o pro-



duto de agendas colonialistas modernistas e regimes de violência epistêmica, operantes mediante uma formação epistemológica ocidental/euro-americana através da qual toda a noção de identidade discreta tem emergido, por exemplo, em termos de sexualidade e império (pp. 350-351).

A pesquisa de Luis Felipe Kojima Hirano (2019) rastreia o conceito de “marcadores sociais da diferença”, relaciona-o a uma abordagem interseccional e o associa a categorias em diferentes produções acadêmicas. Segundo Almeida et al. (2018, pp. 15-16, citado por Hirano, 2019, pp. 47-48):

“Marcadores sociais da diferença” foi uma maneira de designar como diferenças são socialmente instituídas e podem conter implicações em termos de hierarquia, assimetria, discriminação e desigualdade. É nesse sentido que entendemos como a problemática dos marcadores remete à tradicional preocupação da antropologia com a “diferença” e com a relatividade: não como atributo inerente a humanos e não-humanos, mas como efeito da operação de complexos sistemas de conhecimento e de relações sociais. Dessa perspectiva, a diferença é constituída por meio de taxonomias e classificações que acentuam certos sentidos de diferença, ao ponto de tomá-los como corriqueiros, “dados” ou “naturais”, enquanto outros são subestimados ou circunstancialmente esquecidos. O suposto é assim uma noção ampla de processo social, como o meio pelo qual critérios de diferenciação são definidos, disputados, atribuídos, incorporados, reelaborados, combatidos. Diferenças instituídas socialmente não acarretam necessariamente desvantagens ou desníveis de prestígio, poder e riqueza; com frequência, porém, são marcadas por desigualdades no plano das representações sociais, que dão respaldo a posições e relações de assimetria, exclusão e iniquidade (Fry, 2012). Além disso, categorias classificatórias podem atravessar ou circular por diferentes domínios de relações, interseccionando-os.

Ao levantarmos os oito marcadores sociais da diferença – compreendidos por nós como marcadores das diversidades de experiências humanas brasileiras –, decidimos levantar também suas resistências coletivas – as quais têm buscado combater hegemonias que se estruturam socialmente nos dias de hoje e que tentam impedir o desenvolvimento das diversidades –, analisadas a partir de uma revisão bibliográfica da literatura nacional e internacional. É importante destacar que os marcadores e as resistências pesquisadas não são atemporais, nem produzem sentido apenas isoladamente, mas são dinâmicos e podem produzir sentido principalmente através das intersecções que estabelecem entre si. “Na verdade, tais marcadores servem para estabelecer relações de relações” (Starling; Schwarcz, 2005-2006, p. 219 citado por Hirano, 2019, p. 46).

Tabela 2

Marcadores das diversidades de experiências humanas brasileiras e suas resistências coletivas reconhecidas atualmente

| MARCADOR | RESISTÊNCIAS COLETIVAS | LITERATURA REVISADA |
|--------------------------------------|---|---|
| (1) diversidade étnico-racial | Combate à branquitude, ao racismo estrutural, ao etnocentrismo e ao etnogenocídio, buscando lutar pelo reconhecimento, valorização e preservação de relações étnico-raciais diversas – incluindo e valorizando as raças amarelas, indígenas, mestiças e negras –, bem como lutar por transformações coletivas, por meio da educação racial, da justiça racial e da reparação histórica. | Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) junto aos povos indígenas (CFP, 2022c); Psicologia brasileira na luta antirracista: volume 2 (CFP, 2022b); Psicologia brasileira na luta antirracista: volume 1 (CFP, 2022a); Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) em questões raciais (CFP, 2017); Estatuto da Igualdade Racial (Brasil, 2010); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais (Brasil, 2007; UNESCO, 2005); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Decreto que promulga a Convenção 169 da OIT sobre Povos Indígenas e Tribais (Brasil, 2004); Resolução que estabelece normas de atuação para os psicólogos em relação ao preconceito e à discriminação racial (CFP, 2002); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Estatuto do Índio (Brasil, 1973); Convenção Internacional sobre a Eliminação de todas as Formas de Discriminação Racial (Brasil, 1969; ONU, 1966); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948). |



| | | |
|------------------------------------|---|--|
| (2) diversidade territorial | <p>Combate ao imperialismo, à exploração de territórios, à xenofobia, à glotofobia, ao ecocídio, ao nativismo, à discriminação e à negligência de pessoas migrantes, em situação de rua, estrangeiras, refugiadas, população do sistema prisional, trabalhadoras rurais, povos ciganos, do campo, da floresta, das águas, comunidades de diásporas e outras pessoas que vivem em territórios periféricos periurbanos e urbanos, historicamente marginalizados, buscando lutar pelo diálogo e intercâmbio social e cultural, pela reivindicação de terras e direitos territoriais, pela preservação de culturas e tradições, pela garantia da proteção ambiental, pela interculturalidade e pela autonomia de povos de todas as culturas e territórios, especialmente os que sofrem apagamento, como os povos tradicionais, indígenas e quilombolas.</p> | <p>Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) junto aos povos indígenas (CFP, 2022c); Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) em questões relativas à terra (CFP, 2019b); Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) com povos tradicionais (CFP, 2019a); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais (Brasil, 2007; UNESCO, 2005); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Decreto que promulga a Convenção 169 da OIT sobre Povos Indígenas e Tribais (Brasil, 2004); Estatuto do Índio (Brasil, 1973); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Convenção Internacional sobre a Proteção dos Direitos de Todos os Trabalhadores Migrantes e dos Membros das suas Famílias (ONU, 1990); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |
| (3) diversidade de gênero | <p>Combate ao patriarcado, à endossexonormatividade, à cisnormatividade e a suas violências estruturais como o feminicídio, a misoginia, o machismo, o sexismo, a transfobia, a <i>queer</i>fobia, o exorsexismo e a intersexofobia, buscando lutar pela igualdade de direitos, pelo letramento de gênero e pelo reconhecimento legal de identidades e expressões de gênero diversas, que não excluam as pessoas trans, travestis, não-binárias e intersexuais.</p> | <p>Referências Técnicas para Atuação de Psicólogas(os) no atendimento às mulheres em situação de violência (CFP, 2024b); Resolução que estabelece normas de atuação para a categoria profissional em relação às pessoas intersexo (CFP, 2024a); Resolução que estabelece normas para o exercício profissional em relação ao caráter laico da prática psicológica (CFP, 2023b); Referências técnicas para atuação de psicólogas, psicólogos e psicólogues em políticas públicas para população LGBTQIA+ (CFP, 2023a); Resolução que estabelece normas de atuação para as psicólogas e os psicólogos em relação às pessoas transexuais e travestis (CFP, 2018); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Princípios de Yogyakarta (CLAM, 2007); Lei Maria da Penha (Brasil, 2006); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (Brasil, 2002; ONU, 1979); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |



| | | |
|---|---|---|
| (4) diversidade romântico-afetivo-sexual | <p>Combate à heteronormatividade, ao monossexismo, à alonormatividade, aos estigmas sociais contra identidades e expressões da sexualidade humana que são contra-hegemônicas, a discriminações como a lesbofobia, a homofobia, a bifobia, a sorofobia, a acefobia e contra outras orientações não monossexuais, buscando lutar pela educação inclusiva, pelo respeito à diversidade romântico-afetivo-sexual, bem como por acesso a direitos iguais, como a expressão livre de afetos, a união civil e a adoção.</p> | <p>Resolução que estabelece normas para o exercício profissional em relação ao caráter laico da prática psicológica (CFP, 2023b); Referências técnicas para atuação de psicólogas, psicólogos e psicólogues em políticas públicas para população LGBTQIA+ (CFP, 2023a); Resolução que estabelece normas de atuação para psicólogos(os) em relação às bissexualidades e demais orientações não monossexuais (CFP, 2022d); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Princípios de Yogyakarta (CLAM, 2007); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (Brasil, 2002; ONU, 1979); Resolução que estabelece normas de atuação para os psicólogos em relação à questão da orientação sexual (CFP, 1999); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |
| (5) diversidade corporal e psicológica | <p>Combate à corponormatividade, à neuronormatividade, ao <i>bullying</i> e ao <i>cyberbullying</i>, à psicofobia, à lógica manicomial, aos estigmas sociais contra pessoas com mobilidade reduzida, pessoas com câncer, pessoas com dependências químicas, diagnósticos ou doenças raras e a discriminações como o aparentismo, o tamanhismo, a gordofobia e especialmente o capacitismo estrutural contra pessoas com deficiências visíveis e invisíveis, buscando lutar por acessibilidade, integração e pertencimento das pessoas na sociedade, a partir de uma transformação em sua estrutura que garanta direitos básicos, bem como acesso igualitário às oportunidades, comunicação inclusiva e respeito à pluralidade de mentes, corpos, valores e habilidades.</p> | <p>Plano Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência - Novo Viver sem Limite (Brasil, 2023); Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Brasil, 2015); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (Brasil, 2009a; ONU, 2007); Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (Brasil, 2002; ONU, 1979); Lei da Reforma Psiquiátrica (Brasil, 2001); Lei que dispõe sobre o apoio às pessoas portadoras de deficiência (Brasil, 1989); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |



| | | |
|---|--|---|
| (6) diversidade geracional | <p>Combate ao adultismo, ao etarismo e ao abuso, violência e exploração de crianças, adolescentes e pessoas idosas, buscando lutar pelos direitos, bem-estar e dignidade das pessoas de diferentes gerações, em especial as de gerações que estejam em situação de vulnerabilidade social, a partir da garantia de direitos que atendam às necessidades específicas de cada faixa etária e por um diálogo intergeracional.</p> | <p>Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) na rede de proteção às crianças e adolescentes em situação de violência sexual (CFP, 2020); Estatuto da Juventude (Brasil, 2013); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Estatuto da Pessoa Idosa (Brasil, 2003); Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (Brasil, 2002; ONU, 1979); Estatuto da Criança e do Adolescente (Brasil, 1990); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |
| (7) diversidade espiritual | <p>Combate ao fundamentalismo, ao racismo religioso, à discriminação contra vivências a-religiosas, agnósticas e ateístas e à opressão contra religiões minoritárias, buscando lutar por respeito mútuo entre crenças espirituais diversas, diálogo inter-religioso e liberdade religiosa – o que inclui a liberdade de exercer ou não cultos religiosos e expressar ou não uma espiritualidade.</p> | <p>Resolução que estabelece normas para o exercício profissional em relação ao caráter laico da prática psicológica (CFP, 2023b); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais (Brasil, 2007; UNESCO, 2005); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |
| (8) diversidade sócio-político-econômica | <p>Combate ao elitismo classista, à pobreza, a ideologias fascistas, à aporofobia, à exploração econômica, a violências e desigualdades sociais, buscando lutar pelo acesso justo a oportunidades educacionais e de emprego, pelo desenvolvimento sustentável e manutenção da diversidade de expressões culturais, pela proteção dos direitos trabalhistas, pela distribuição justa da nossa riqueza natural e pela garantia de salários dignos, com acesso à moradia, alimentação, saúde integral, participação comunitária, cidadania política, mobilidade, repouso e lazer.</p> | <p>Decreto que cria o Sistema Nacional de Economia Solidária (Brasil, 2024); Decreto que institui o Programa Nacional de Direitos Humanos (Brasil, 2009b); Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais (Brasil, 2007; UNESCO, 2005); Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005); Constituição da República Federativa do Brasil (Brasil, 1988); Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948).</p> |



Nosso propósito ao elencarmos os oito marcadores ao lado de suas resistências reconhecidas atualmente foi apontarmos sentidos de movimento em direção a uma postura ativamente contemplativa, a partir de uma percepção dos efeitos das descontemplações que hoje existem e que afetam toda pessoa brasileira. O machismo, por exemplo, é um efeito reconhecido de descontemplações que afetam a identidade e expressão de gênero de qualquer pessoa brasileira, ao possuir como base uma norma que deve ser seguida por homens, tidos como superiores em relação às mulheres na estrutura patriarcal, enquanto as expressões que ocorrem de modo contrário a esta norma são julgadas como “não-masculinas”, femininas, produzindo estereótipos que não contemplam integralmente as pessoas e, conseqüentemente, desdobram-se para complexas modalidades de violência, preconceito e opressão (CFP, 2023). Defendemos, portanto, relações humanas que exerçam uma postura ativamente contemplativa, com uma compreensão interseccional, que permita perceber a pluralidade humana a partir de suas múltiplas dimensões. Ao contemplarmos o sentido das experiências de pessoas que se identificam, se expressam e se relacionam em meio às hegemônias coletivas, podemos mergulhar, portanto, nos efeitos das descontemplações que cada pessoa experiênciam em suas dimensões individuais e coletivas, buscando, em relação, reconhecer, afirmar e legitimar a interseccionalidade de seus marcadores, bem como de suas resistências.

“Duradoura é a vida e longo é o caminho da contemplação.” (Tzu, tradução 2019, p. 170). Ao defendermos tal postura, não acreditamos que seja um movimento simples ou fácil, sequer possível de acontecer a todo momento. Contudo, como descrevemos no início do presente artigo, entendemos a contemplação como uma capacidade humana, que pode ser, inclusive, praticada nas mais diversas relações, assumindo uma abertura à experiência e uma presença responsável, a partir de uma postura ativamente contemplativa, capaz de prevenir a descontemplação e seus efeitos.

Suponha que minha tolerância relutante à sua própria visão do mundo se transformasse numa plena aceitação tanto de você como de seu direito aquele ponto de vista. Suponha que, ao invés de recusar as “realidades” de outras pessoas por serem absurdas, perigosas, heréticas ou tolas, eu me dispusesse a explorar tais realidades e aprender sobre elas. Suponha que você se dispusesse a fazer o mesmo. Quais seriam os resultados sociais? Penso que a base em que se apoiaria a comunidade não seria um compromisso cego para com uma determinada causa, doutrina ou perspectiva da realidade, mas um compromisso assumido por cada um para com todos os outros como pessoas legitimamente distintas, com realidades distintas. A natural tendência humana a afeiçoar-se a outra pessoa não mais significaria: “Interesso-me por você porque é igual a mim”, e sim: “Prezo e estimo você porque é diferente de mim”. (Rogers, 1977/2002, pp. 191-192)

Considerações Finais

Este artigo teve como objetivo principal apresentar e analisar a contemplação e os efeitos da descontemplação, como base para preconceitos e outras formas não-contemplativas de relações humanas brasileiras. A partir das perspectivas teórico-metodológicas da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), exploramos as manifestações do fenômeno contemplativo e suas implicações para a compreensão das subjetividades intrínsecas e extrínsecas ao organismo humano, compreendendo a importância de outras perspectivas, como os estudos interseccionais e decoloniais, e facilitando uma contemplação coletiva da humanidade.

Através de uma pesquisa bibliográfica, apresentamos o conceito de contemplação, destacando suas características e sua importância para o estabelecimento de relações humanas mais genuínas, participativas e dignas. Fizemos uma proposta brasileira de ampliação das atitudes facilitadoras da ACP, levando em consideração as demandas e desafios contemporâneos, a partir de três estados que reconhecemos serem despertados em cada atitude facilitadora. Em seguida, examinamos como a descontemplação se manifesta em diversas esferas da vida cotidiana, como relações interculturais, relações de poder e estruturas sociais, abordando aspectos históricos referentes ao colonialismo e à colonialidade. A partir de uma revisão bibliográfica de documentos marcos na história mundial e brasileira, pudemos analisar oito marcadores das experiências humanas brasileiras que se relacionam a resistências contra as descontemplações reconhecidas em nosso país nos dias atuais, pelas quais compreendemos as principais barreiras coletivas que hoje se evidenciam nas relações humanas brasileiras.

Ao longo do estudo, ressaltamos a importância da abertura à experiência e da presença responsável, a partir de uma postura ativamente contemplativa. Reconhecemos a necessidade de promover relações mais incondicionais, empáticas e autênticas, considerando não apenas as dimensões individuais, mas também as dimensões coletivas de cada pessoa. Neste sentido, nossa análise contribui para o avanço da compreensão fenomenológica das relações humanas. Além disso, oferece subsídios para o desenvolvimento de abordagens terapêuticas, educacionais e sociais centradas nas necessidades das pessoas, com foco nas relações que promovam a criação de vida em sociedades mais justas e pacíficas.

Embora este estudo tenha fornecido indicadores dos fenômenos da contemplação e descontemplação, é importante destacar que ainda há muito a ser explorado. Futuras pesquisas podem se aprofundar na compreensão dos fatores substanciais e relacionais que influenciam estes fenômenos não só no Brasil, mas em outros países e contextos, bem como na elaboração de estratégias efetivas para redução e superação dos efeitos da descontemplação. Em última análise, defendemos que a contemplação integral – compreendida como um mergulho em fluxos de experiências tanto individuais quanto coletivas – é fundamental para o estabelecimento de relações



humanas mais saudáveis e significativas. Convidamos os profissionais da Psicologia, da Educação, das Ciências Sociais e das demais áreas das relações humanas a abraçarem a perspectiva contemplativa, promovendo uma cultura de empatia e respeito à dignidade humana.

A entrega ao vazio final pela contemplação da quietude genuína
faz crescer, simultaneamente, os dez mil seres.
Assim, contemplo o retorno
e cada um daqueles inúmeros questionamentos retornam às suas raízes.
Retornar às próprias raízes é afirmar a quietude.
Isso se chama retornar à vida. (Tzu, tradução 2019, p. 51)

Referências

- Akotirene, C. (2019). *Interseccionalidade*. São Paulo: Polém.
- Araújo, I. C., Vieira, E. M., & Castelo Branco, P. C. (2022). Pessoa, encontro e presença: abordagem centrada na pessoa ante a alteridade. *Rev. Nufen: Phenom. Interd.* Belém, 14(2), 1-13. <https://doi.org/10.26823/nufen.v14i2.22455>
- Bezerra, E. N. (2021). *Uma compreensão hermenêutico-filosófica da noção de abordagem centrada na pessoa*. Porto Alegre, RS: Editora Fi. <https://www.editorafi.org/313abordagem>
- Brasil. (1969). *Decreto n. 65.810, de 8 de dezembro de 1969*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/1950-1969/D65810.html
- Brasil. (1973). *Lei n. 6.001, de 19 de dezembro de 1973*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l6001.html
- Brasil. (1988). *Constituição da República Federativa do Brasil de 1988*. Brasília, DF: Senado Federal. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/ConstituicaoCompilado.html
- Brasil. (1989). *Lei n. 7.853, de 24 de outubro de 1989*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/17853.html
- Brasil. (1990). *Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.html
- Brasil. (2001). *Lei n. 10.216, de 6 de abril de 2001*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.html
- Brasil. (2002). *Decreto n. 4.377, de 13 de setembro de 2002*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/2002/D4377.html
- Brasil. (2003). *Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10741.htm
- Brasil. (2004). *Decreto n. 5.051, de 19 de abril de 2004*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2004/decreto/d5051.htm
- Brasil. (2006). *Lei n. 11.340, de 7 de agosto de 2006*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm
- Brasil. (2007). *Decreto n. 6.177, de 1º de agosto de 2007*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6177.htm
- Brasil. (2009a). *Decreto n. 6.949, de 25 de agosto de 2009*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/decreto/d6949.htm
- Brasil. (2009b). *Decreto n. 7.037, de 21 de dezembro de 2009*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2009/Decreto/D7037.htm
- Brasil. (2010). *Lei n. 12.288, de 20 de julho de 2010*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12288.htm
- Brasil. (2013). *Lei n. 12.852, de 5 de agosto de 2013*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2013/lei/l12852.htm



gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/112852.htm

- Brasil. (2015). *Lei n. 13.146, de 6 de julho de 2015*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/113146.htm
- Brasil. (2023). *Decreto n. 11.793, de 23 de novembro de 2023*. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/CCIVIL_03/_Ato2023-2026/2023/Decreto/D11793.htm
- Brasil. (2024). Câmara dos Deputados. *PL 6606/2019 (Nº Anterior: PL 4685/2012)*. <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=559138>
- Carneiro, S. (2011). *Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil*. São Paulo: Selo Negro. <https://institutoressurgir.org/wp-content/uploads/2018/07/Racismo-Sexismo-e-Desigualdade-Sueli-Carneiro-1.pdf>
- Carneiro, V. T. (2021). Experiências na formação de psicoterapeutas antirracistas. *Diaphora - Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul*, 10(3), 32-38. <https://doi.org/10.29327/217869.10.3-5>
- Cavalcante Junior, F. (2008). Psicologia Humanista Experiencial. In: Cavalcante Junior, F.; Sousa, A. de (Orgs.). *Humanismo de Funcionamento Pleno: Tendência Formativa na Abordagem Centrada na Pessoa – ACP* (p. 21-43). Campinas, SP: Alínea.
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (1999). *Resolução CFP Nº 1, De 22 De Março De 1999*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/lei/normas-de-atua%C3%A7%C3%A3o-para-os-psicologos-em-relacao-a-questao-da-orienta%C3%A7%C3%A3o-sexual-cfp>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2002). *Resolução CFP Nº 18/2002*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/lei/normas-de-atuacao-para-os-psicologos-em-relacao-ao-preconceito-e-a-discriminacao-racial-cfp>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2005). *Código de Ética Profissional do Psicólogo*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2008). *Envelhecimento e Subjetividade: desafios para uma cultura de compromisso social*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia.
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2017). *Relações Raciais: Referências Técnicas para atuação de psicólogas/os*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2022/10/004-Crepop-Relacoes-Raciais-Referencias-tecnicas-para-atuacao-de-psicologas.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2018). *Resolução CFP Nº 1, De 29 De Janeiro De 2018*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/lei/normas-de-atuacao-para-as-psicologas-e-os-psicologos-em-relacao-as-pessoas-transexuais-e-travestis-cfp>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2019a). *Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) com povos tradicionais*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2022/10/016-Crepop-Referencias-Tecnicas-para-Atuacao-de-Psicologasos-com-Povos-Tradicionais.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2019b). *Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) em questões relativas à terra*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2022/10/008-Crepop-Referencias-tecnicas-para-atuacao-de-psicologas-em-questoes-relativas-a-terra.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2020). *Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) na rede de proteção às crianças e adolescentes em situação de violência sexual*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2022/10/017-Crepop-Referencias-Tecnicas-para-Atuacao-de-Psicologasos-na-Rede-de-Protacao-as-Crianças-e-Adolescentes-em-Situacao-de-Violencia-Sexual.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2022a). *Psicologia brasileira na luta antirracista: volume 1*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2022/11/VOLUME-1-luta-antirracista-1801-web.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2022b). *Psicologia brasileira na luta antirracista: Prêmio Profissional Vir-*



- gínia Bicudo: volume 2*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2022/11/VOLUME-2-luta-antirracista-final.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2022c). *Referências Técnicas para atuação de psicólogos(os) junto aos povos indígenas*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2022/10/030-Crepop-Referencias-Tecnicas-para-Atuacao-de-Psicologasos-Junto-aos-Povos-Indigenas.pdf>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2022d). *Resolução Nº 8, De 17 De Maio De 2022*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-8-2022-es-tabelece-normas-de-atuacao-para-profissionais-da-psicologia-em-relacao-as-bissexualidades-e-demais-orientacoes-nao-monossexuais>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2023a). *Referências técnicas para atuação de psicólogas, psicólogos e psicólogos em políticas públicas para população LGBTQIA+*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2023/06/RT_LGBT_crepop_Web.pdf
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2023b). *RESOLUÇÃO Nº 7, DE 06 DE ABRIL DE 2023*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-7-2023-estabelece-normas-para-o-exercicio-profissional-em-relacao-ao-carater-laico-da-pratica-psicologica>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2024a). *RESOLUÇÃO Nº 16, DE 30 DE AGOSTO DE 2024*. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-16-2024-estabelece-normas-de-atuacao-para-a-categoria-profissional-em-relacao-as-pessoas-interse-xo>
- CFP - Conselho Federal de Psicologia. (2024b). *Referências Técnicas para Atuação de Psicólogas(os) no atendimento às mulheres em situação de violência*. 2. ed. São Paulo: GM Editorial. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia. https://crepop.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/34/2024/11/CREPOP_RT_Mulheres_web.pdf
- CLAM - Centro Latino-Americano em Sexualidade e Direitos Humanos. (2007). *Princípios de Yogyakarta: princípios sobre a aplicação da legislação internacional de direitos humanos em relação à orientação sexual e identidade de gênero*. Rio de Janeiro: CLAM. https://www.clam.org.br/uploads/conteudo/principios_de_yogyakarta.pdf
- Crenshaw, K. (2002). Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. *Estudos Feministas*, Florianópolis, 10(1), 171-188. <https://doi.org/10.1590/S0104-026X2002000100011>
- Felder, A. J., Aten, H. M., Neudeck, J. A., Shiomi-Chen, J., & Robbins, B. D. (2014). Mindfulness at the Heart of Existential-Phenomenology and Humanistic Psychology: A Century of Contemplation and Elaboration. *The Humanistic Psychologist*, 42(1), 6–23. <https://doi.org/10.1080/08873267.2012.753886>
- Gendlin, E. T. (1961). Experiencing: A variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy*, 15, 233-245.
- Gomes, I. D. (2019). Reflexão sobre os limites e possibilidades de empatia na escuta de mulheres negras. In: Tassinari, M.; Durange, W. (Orgs.). *Empatia: A capacidade de dar luz à dignidade humana* (p. 85-104). Curitiba, PR: CRV.
- Hirano, L. F. K. (2019). Marcadores sociais das diferenças: rastreando a construção de um conceito em relação à abordagem interseccional e a associação de categorias. In: Hirano, L. F. K.; Acuña, M.; Machado, B. F. (Orgs.). *Marcadores sociais das diferenças: fluxos, trânsitos e intersecções* (p. 27-54). Goiânia: Editora Imprensa Universitária. https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/1249/o/marcadores_sociais_das_diferencas.pdf
- Monteiro, C. A. S.; Silva, M. N.; Bezerra, E. N. (2019). Sofrimento ético-político em um Serviço de Plantão Psicológico Centrado na Pessoa (p. 93-106). In: Tassinari, M.; Durange, W. (Orgs.). *Plantão e a clínica da urgência psicológica*. Curitiba: CRV.
- Moreira, V.; Bastos Landim, L.; Silva Romcy, G. (2014). John Keith Wood e a Abordagem Centrada na Pessoa. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, XX(1),63-70. ISSN: 1809-6867. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v20n1/v20n1a08.pdf>



- Moreira, V. (2007). *De Carl Rogers a Merleau Ponty: A pessoa mundana em psicoterapia*. São Paulo: Anna Blume.
- Núñez, G.; Oliveira, J. M. de; Lago, M. C. de S. (2021). Monogamia e (anti)colonialidades: uma artesanaria narrativa indígena. *Revista Teoria e Cultura*, 16(3), 76-88. <https://doi.org/10.34019/2318-101X.2021.v16.34439>
- Polanyi, M. (1958). *Personal knowledge: Toward a post-critical philosophy*. Chicago. The University of Chicago Press.
- Rogers, C. R. (1987). A essência da psicoterapia: momentos de movimento (A. M. dos Santos, Trad.). In: Santos, A. M.; Rogers, C. R.; Bowen, M. C. V. B. (Orgs.). *Quando fala o coração: a essência da psicoterapia centrada na pessoa* (p. 13-19). Porto Alegre: Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1959).
- Rogers, C. R. (1992). *Terapia centrada no cliente* (Bartalotti, C., Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1951).
- Rogers, C. R. (2002). Precisamos de “uma” realidade? (Rosenberg, R., Trad.). In: Rogers, C. R.; Rosenberg, R. L. (Orgs.). *A pessoa como centro*. São Paulo: EPU, EDUSP, p. 185-193. (Trabalho original publicado em 1977).
- Rogers, C. R. (2008). As condições necessárias e suficientes para mudança terapêutica de personalidade. In: Wood, J. et al. (Orgs.). *Abordagem centrada na pessoa*. Vitória: EDUFES, p. 143-161. (Trabalho original publicado em 1957).
- Rogers, C. R. (2009). *Tornar-se pessoa* (Ferreira, M.; Lamparelli, A., Trans.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1961).
- Rogers, C. R. (2022). *Um jeito de ser* (Kupfer, M.; Lebrão, H.; Patto, Y., Trans.). São Paulo: EPU. (Trabalho original publicado em 1980).
- Schmid, P. F. (2015). Person and society: towards a person-centered sociotherapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 14(3), 217-235. <https://doi.org/10.1080/14779757.2015.1062795>
- Souza, E. F. A. A. de. (2008). *Nutrindo a vitalidade: questões contemporâneas sobre a racionalidade médica chinesa e seu desenvolvimento histórico cultural*. Tese (Doutorado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Medicina Social. <http://www.bdttd.uerj.br/handle/1/19622>
- ONU - Organização das Nações Unidas. (1948). *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. Paris: ONU.
- ONU - Organização das Nações Unidas. (1966). *Convenção Internacional sobre a Eliminação de todas as Formas de Discriminação Racial*. Nova York: ONU.
- ONU - Organização das Nações Unidas. (1979). *Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher*. Nova York: ONU.
- ONU - Organização das Nações Unidas. (1990). *Convenção Internacional sobre a Proteção dos Direitos de Todos os Trabalhadores Migrantes e dos Membros das suas Famílias*. Nova York: ONU.
- ONU - Organização das Nações Unidas. (2007). *Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência*. Nova York: ONU.
- Tzu, Lao. (2019). *Tao Te Ching - Tratado do Caminho e da Virtude*. (Chén, F., Trad.). Projeto Luz do Oriente, 1ª Ed. <https://luzdovazio.files.wordpress.com/2019/08/lao-tzu-tao-te-ching-fang-chen.pdf>
- UNESCO - United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. (2005). *Convenção sobre a Proteção e Promoção da Diversidade das Expressões Culturais*. Paris: UNESCO.
- Wallace, B. Allan (2009). *Ciência Contemplativa: onde Budismo e neurociência se encontram*. São Paulo: Cultix.
- Wanderer, A. (2021). Contribuições da abordagem centrada na pessoa para o trabalho na justiça com processos de estabelecimento de curatela. In: Lopes, J. C.; Müller, F. (Orgs.). *Transversalidades na abordagem centrada na pessoa: diálogos, possibilidades e contribuições*. São Paulo: Pimenta Cultural. p. 89-116. <https://doi.org/10.31560/pimentacultural/2021.251.89-116>
- Wood, J. K. et al. (2008). *Abordagem centrada na pessoa*. Vitória: EDUFES.

Recebido em 31.10.2023 – Primeira Decisão Editorial em 05.06.2024 – Segunda Decisão Editorial em 24.08.2024 – Aceito em 12.12.2024