

# A espiritualidade nos diferentes níveis do design: teoria, prática e reflexões

## *Spirituality at different levels of design: theory, practice and reflections*

Karine de Mello Freire  
Gustavo Berwanger Bittencourt

**Resumo:** A espiritualidade é uma dimensão fundamental de todas as culturas humanas, mas tem inserção inversamente proporcional nas culturas de design. Este artigo busca contribuir para a aproximação entre design e espiritualidade em quatro movimentos: conceituando e posicionando a espiritualidade no campo do design; revisando a literatura e resgatando ideias e autores que pesquisaram e operaram o design em intersecção ou aproximação com disciplinas ou práticas espirituais; resgatando uma estrutura teórico-metodológica proposta pelos autores em trabalhos anteriores; e discutindo um caso em que tal estrutura foi aplicada. Concluímos, a partir dessa estrutura, que uma espiritualidade autêntica e estruturada pode contribuir para culturas de design que operem pelo alinhamento dos diferentes níveis de design (ontológico, epistemológico, metodológico, metaprojetual e projetual) a partir das posturas dos designers.

**Palavras-chaves:** codesign; espiritualidade; ontologia; sentipensar.

**Abstract:** Spirituality is a fundamental dimension of all human cultures, but it has an inversely proportional presence in design cultures. This article seeks to contribute to bridging design and spirituality through four movements: conceptualizing and positioning spirituality within the field of design; reviewing the literature and retrieving ideas and authors who have explored and practiced design at the intersection with or in approximation to spiritual disciplines or practices; retrieving a theoretical-methodological framework previously proposed by the authors; and discussing a case in which this framework was applied. From this framework, we conclude that an authentic and structured approach to spirituality can foster design cultures in which the alignment of different levels of design (ontological, epistemological, methodological, metadesign, and design) emerges through the designers' embodied postures and ways of being.

**Keywords:** codesign; spirituality; ontology; feeling-thinking.

## Introdução

O debate sobre processos criativos coletivos dentro da cultura de design tem mais de 50 anos na comunidade do design participativo, no qual os temas ligados à dimensão política, social, cultural e técnica, foram amplamente discutidos. A Revista *Codesign - International Journal of CoCreation in Design and the Arts* publica há 20 anos teorias e ferramentas ligadas a processos colaborativos. Acreditava-se que uma abordagem fundada na colaboração entre produtores, designers e usuários finais levaria a resultados mais efetivos, apropriados e desejáveis (Erlhoff; Marshall, 2007). O princípio era trazer os afetados pelo problema às etapas de concepção e implementação das soluções (Meroni, 2008).

Na época em que ainda se pensava em um design centrado no humano, Sanders e Stappers (2008) já apontavam que o paradigma cocriativo era um dos principais meios para a transformação da visão de mundo de uma vida insustentável para uma vida sustentável, dentro de uma ecossfera saudável, nos quais tanto a ciência quanto a espiritualidade reconfigurariam nossos entendimentos mais básicos da consciência humana.

Muitos anos foram necessários para que os estudos avançassem na direção da criação coletiva para além dos humanos, incluindo outros membros dessa ecoesfera saudável, a partir das discussões do antropoceno e do impacto da atividade humana em todas as outras formas de vida. Yoko Akama (2015, p. 262) começa a trazer para o codesign, a partir da teoria ator-rede e na filosofia japonesa Ma — ‘*between-ness*’ — a dimensão da sensibilidade relacional presente no fluxo de ações entre seres e não-seres num processo criativo: “[...] à medida em que projetamos, somos incorporados e inscritos por condições que não podemos tocar ou ver, mas que se manifestam por meio de sua evolução”. Akama, Light e Kamihira (2020) avançam na inclusão de mais-que-humanos em processos de design, em uma prática de design pluriversal que incorpora múltiplas visões de mundo, a partir da dimensão da espiritualidade. Para as autoras, espiritualidade diz respeito à relação pessoal com o sagrado, com o transcendente, com os valores fundamentais, na relação da sua vida em interconexão com as demais formas de vida. Na sua compreensão, nada existe em si mesmo, mas sempre como parte de um todo que está continuamente indo e vindo. Esse entendimento de espiritualidade é o que funda e permeia este artigo.

Ao descrever sua conexão com aborígenes australianos durante um projeto, Akama (Akama; Hagen; Whaanga-Schollum, 2019) revisita sua própria formação cultural no Japão, marcada pelo conceito de interdependência presente no Zen Budismo, Taoísmo e Shintoísmo e materializada em rituais domésticos de sua própria família. De tal mergulho introspectivo ela retorna com uma perspectiva mais ampla sobre a prática do design, baseada em uma “maior sensibilidade à inter-relação de já-tornar-se-com-muitos em um país Aborígene” (Akama; Hagen; Whaanga-Schollum, 2019, p. 70). Ela defende que essa sensibilidade ampliada requer “um respeito pelos limites de lugares, situações, conhecimentos, relacionamentos e coisas em reinos além”. Em outras palavras, requer a capacidade de ‘sentipensar’ (Bittencourt; Freire, 2022), nesse caso forjada em sua disposição de costurar diferentes aspectos da sua vivência, como a educação em design, projetos de codesign com povos originários e seu cotidiano em família.

Este trabalho de Akama foi uma das inspirações para que os autores empreendessem essa busca pelo resgate da espiritualidade nos processos de design. As reflexões iniciaram-se com o aporte da metodologia de orientação budista Gestão por Mandalas em um processo de design estratégico

voltado a associações de pessoas com doenças raras, com ênfase na construção de modelos associativos e cenários futuros (Bittencourt; Freire, 2020). Passou também pela aproximação do design e espiritualidade ao evocar questões como ética amorosa (Kapla; Freire, 2022), ensino de designers sentipensantes (Freire; Del Gaudio, 2021), codesign baseado em espiritualidade (Bittencourt; Freire, 2022) e regeneração (Freire; Bittencourt; Barbosa, 2024; Freire, 2025).

Como principal conclusão desses primeiros anos de pesquisa e diálogo, compreendemos que a aproximação entre design e espiritualidade tem maior chances de ser benéfica e frutífera quando parte de uma disciplina estruturada e uma relação autêntica dos designers com o caminho espiritual escolhido (Freire; Bittencourt; Barbosa, 2024). Por disciplina estruturada, entendemos aquela que vem de uma linhagem, de uma escola com consistência filosófica e que oferece diretrizes práticas adaptadas à vida contemporânea. Além disso, não se baseia apenas na leitura individual de manuais de teorias ou escrituras, mas em vivências acompanhadas por professores e outros praticantes. Por relação autêntica, compreendemos uma metodologia incorporada à vida de seu praticante, como parte do cotidiano, um exercício regular, evitando, assim, abordagens superficiais que podem ocorrer, por exemplo, apenas como uma preparação momentânea em uma oficina. A autenticidade também se refere a uma disciplina espiritual que promove valores como amor e compaixão direcionados equitativamente a todos os seres, humanos ou não, visíveis ou não, e que não exclui, direta ou indiretamente, certos grupos sociais. Esses dois aspectos, estruturação e autenticidade, seriam pressupostos para que uma disciplina espiritual possa de fato auxiliar em um processo de design sentipensante e não se tornar apenas mais um recurso instrumental ocasional (Freire, 2025). Para Fischer (2020), a disciplina espiritual deve ser um esforço contínuo e diário de desenvolvimento. Ele, como muitos outros mestres budistas, coloca a vida cotidiana como o verdadeiro campo da atividade espiritual e ressalta a necessidade de colocar em prática no dia-a-dia tudo aquilo que é contemplado em rituais ou estudos.

Uma questão ainda em aberto que estamos buscando responder é em que nível do projeto de design a espiritualidade deve ou pode ser introduzida. Basta a prática autêntica e estruturada dos designers envolvidos orientar sua participação no projeto de forma introspectiva, sem ser expressada? Deve ser integrada e expressada no processo de design na forma de ferramentas e materialidades? Deve orientar o projeto do projeto? Ou, de forma ainda mais ampla, atuar na metodologia ou trazendo um outro olhar epistemológico? São perguntas feitas a partir da proposta de Bentz e Franzato (2016) de compreender o design a partir de uma estrutura de níveis que, propomos, ajuda a iniciar a construção de uma resposta.

## **Níveis de conhecimento e coerência projetual**

Bentz e Franzato (2016) propõem a compreensão do design pelas lentes dos níveis de conhecimento da linguística, baseando-se nos estudos de Greimas e Hjemslev: realidade (res), língua-objeto, metalinguagem, metodologia e epistemologia. A realidade é o nível concreto do mundo, onde o design atua para resolver problemas tangíveis. A língua-objeto refere-se ao próprio design como prática e linguagem projetual (Figura 1). O nível da metalinguagem, onde se insere o Metaprojeto, atua como um sistema de reflexão e orientação do design, estabelecendo parâmetros para sua criação. Acima disso, o nível metodológico organiza e estrutura os processos de design, e o nível epistemológico define os fundamentos teóricos que sustentam essas metodologias. O Metaprojeto,

ao operar no nível metalinguístico, conecta o design ao campo metodológico e epistemológico, permitindo a formulação de estratégias e a ampliação das possibilidades criativas.

EPISTEMOLÓGICO	(Bases epistemológicas)
METODOLÓGICO	(Design Estratégico)
METALINGUÍSTICO	(Metadesign)
LÍNGUA-OBJETO	(Design)
REALIDADE	("Res")

Figura 1: Design em Níveis de Conhecimento  
Fonte: (Bentz e Franzato, 2016, p. 1426).

A relação entre Metaprojeto e os níveis de conhecimento evidencia a importância do Princípio do Deslocamento, descrito por Franzato (2014), que destaca a necessidade de transitar entre os níveis de design e Metaprojeto para construir processos motivadores e orientadores. Esse deslocamento permite que o designer amplie sua compreensão do processo e crie parâmetros que direcionam o desenvolvimento do projeto.

Relacionamos o olhar dos níveis à proposta de design ontológico proposta por Flores e Winegrad nos anos 90, resgatada e consolidada por Anne Marie Willis (Willis, 2006) e amplificada por Escobar (2018). A ideia de um design ontológico que, ao projetar, projeta mundos e formas de viver, insere um novo nível no desenho de Bentz e Franzato, o nível ontológico que orienta ou governa o nível epistemológico e os demais sucessivamente. A adição é simples, mas tem implicações profundas quando consideramos o princípio do deslocamento: o movimento amplo entre realidade e ontologia exige uma capacidade ainda maior de abstração e um olhar igualmente amplo, panorâmico, talvez oceânico (Montero, 2023).

Escobar (2018) cita a proposta de entendimento de três camadas de ontologia por Mario Blaser que confere um pouco mais de materialidade ao conceito e permite maior facilidade em operá-lo: pressupostos (sobre os seres que existem e suas condições de existência), configurações (como os seres performam a si mesmos em mundos) e histórias (mundos manifestados, *enacted*s, através da contação de histórias).

A Figura 2 apresenta a proposta de inserção do nível ontológico e os desdobramentos no desenho desta pesquisa.



Figura 2: Níveis de conhecimento com Ontologia  
Fonte: adaptado de Bentz; Franzato (2016).

A partir dessa organização de pesquisa, apresentamos nas seções a seguir o desenho e a prática dos processos de codesign baseados em espiritualidade.

## **O desenho de uma prática cocriativa baseado em espiritualidade**

Ao desenhar o processo projetual e selecionar as ferramentas, partimos do princípio da colaboração genuína a partir de uma camada de inteligência interior, que sentipensa e se conecta a outras formas de vida, para além do Eu (Frawley, 2016). Para proporcionar tal vivência, seguimos as práticas espirituais dos pesquisadores-designers-facilitadores do processo de codesign, como bases teóricas para a proposição metodológica. Tanto a filosofia budista quanto a filosofia do yoga seguem ontologias relacionais e realizam práticas meditativas e corporais para sentipensar o interser. O conceito de interser é fundamental em nossos processos e está relacionado à ideia védica, incorporada no yoga e no budismo de interdependência, tema complexo, debatido por séculos, o qual tentamos descrever muito brevemente no parágrafo a seguir.

Embora o budismo se apresente por meio de uma enorme variedade de escolas e linhagens, há princípios filosóficos que são comuns a quase todas, como é o caso dos “Doze Elos da Originação Dependente” (Gouveia, 2016). Tal princípio, pode-se dizer, está na base da ontologia budista pois descreve como os fenômenos externos (universos, mundos, objetos naturais e artificiais, acontecimentos) e internos (identidade, emoções, pensamentos, desejos) surgem dentro do que a filosofia budista considera ser a “realidade relativa” que experienciamos, diferente da “realidade absoluta”, inefável, além de qualquer elaboração (Gouveia, 2016). O princípio da originação dependente é “[...] descrito, examinado e explicado nesta teoria segundo a qual não existe nenhum fenômeno que não seja efeito de uma originação dependente; todos os fenômenos surgem em decorrência de uma série de fatores causais, de condições” (Gouveia, 2016; p. 192). A originação dependente é a base filosófica que demonstra a relacionalidade radical na ontologia budista: para este pensamento, não existe, em nível último, fenômenos separados, individuais. O que não quer dizer que o budismo abrace o conceito de “unidade” - e nem tampouco o “vazio” niilista. Esta posição intermediária entre o uno eterno e o vazio niilista é característica da filosofia budista e objeto de debates literalmente milenares, porém concordantes no princípio básico, relacional, de que “quando, isto é, aquilo é” (Lingpa, 2010). O monge budista vietnamita Thich Nhat Hanh (1995) usa a expressão “interser” como forma de comunicar esse princípio. Amparado tanto na filosofia quanto na prática budista, Hahn (2017, tradução nossa) propõe que “Tudo depende de tudo o mais para se manifestar”. Dessa perspectiva, compartilhada por todas as escolas budistas, não existe fenômeno, incluindo os seres, que exista de forma independente de outros fenômenos; tudo existe dependente de causas, condições e relações. Dessa forma, “[...] nós não existimos independentemente. Nós intersomos” (Hahn, 2017).

Do mesmo modo, há diversas correntes filosóficas do yoga. A perspectiva trazida pelo pesquisador Tales Nunes (2021) sintetiza a abordagem utilizada nesta pesquisa: yoga é um meio conhecimento do Ser, que conecta corpo e seus ritmos com os ritmos da Terra. Reconhece a realidade como uma trama infinita e interdependente. Para o autor, yoga é tanto os meios que usamos para nos lembrar da não separação quanto a própria visão de não separação” (p. 23). Há vários tipos de yoga quando desdobramos a filosofia em práticas. Uma delas, que guiou o projeto, é o hatha-yoga, como uma tecnologia ancestral de alinhamento do corpo físico, nas camadas emocional, mental, com o corpo sutil.

Apresentamos, então, a proposta metodológica de um codesign baseado em espiritualidade, partindo do princípio do interser, da interdependência e da coemergência daquilo que criamos com a atmosfera do ambiente em que estamos inseridos. As escolhas do local, da caracterização do espaço físico, dos alimentos, da temperatura, do silêncio e do som, da disposição dos participantes para a realização da atividade, foram pensadas para ampliar a escuta e abrir espaço para as novas ideias. Foi considerada a relação da energia do alimento consumido como uma relação criativa com mais-que-humanos que também participariam do projeto. E o silêncio foi escolhido como um elemento para acalmar a mente, estimular a observação dos pensamentos, perceber os estímulos do entorno, possibilitando a intervenção dos seres mais-que-humanos e o foco na expressão das ideias.

Alimentos baseados em plantas, na sua potência ancestral, como fonte de vida e criação foram colocados à disposição dos participantes. E para romper com um padrão social de consumo de café preto como estimulante, oferecemos café em forma de chá e uma opção de chá sem café. As sementes, folhas, tubérculos passaram a fazer parte dos corpos dos participantes e do processo criativo. Tanto a filosofia do yoga quanto a filosofia da metamorfose de Emanuele Coccia (2020) reforçam que o alimento muda a energia criativa do corpo.

No desenho da prática de codesign, o critério principal de criação, decisão e corte foi o quanto cada elemento contribuiria para fomentar um envolvimento mais espiritual dos participantes, no sentido de conectarem-se à capacidade inata de seres humanos de colaborar a partir de um ponto de vista mais amplo, que fosse além de cada “eu”. Colocar o corpo em movimento e estimular os sentidos na relação com a materialidade do processo projetual pela visão, audição, olfato, tato e paladar, levou a escolha de trabalhar nas atividades com material impresso; recorte e colagens.

Optamos por partir do movimento do corpo para alcançar estados mais aguçados de consciência. Desenhamos uma prática de hatha yoga para flexibilizar o corpo como caminho para flexibilizar a mente; para acalmar o ritmo dos pensamentos e possibilitar a escuta das sutilezas; para perceber o corpo a partir de múltiplas possibilidades de pontos de vista; para reconhecer as limitações do corpo e avançar sem violência; para perceber a mudança que ocorre na realização de uma tarefa no encontro com outro corpo que sentipensa. Essas qualidades trabalhadas nos *asanas*, *mudras* e *pranayamas* da atividade de integração, deveriam ser levadas para o processo criativo. A partir dessa prática, a escuta atenta e o diálogo amoroso deveriam emergir.

Os movimentos de abertura, torção, retenção, inversão e equilíbrio trabalhados na prática do hatha-yoga foram levados para os movimentos propostos na prática metaprojetual de construção de cenários (ver na próxima sessão). Por fim, a não-dualidade e os aspectos da trindade presentes na filosofia do yoga foram exercitados na figura dos três pontos de vista nas atividades.

## **A prática cocriativa baseada em espiritualidade**

O Rumos Mais Pretos é um programa criado pela agência DZ Estúdio e pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) a partir de outro programa, o Rumos da Publicidade da UFRGS, com o objetivo de promover a inclusão de pessoas pretas, pardas e indígenas no mercado publicitário. A 1ª edição ocorreu em 2021, oferecendo 11 aulas e experiência de estágio para cinco estudantes. A 2ª edição, em 2023, ampliou o alcance com workshops para 150 estudantes, 20 horas de conteúdo em módulos de estratégia, digital e criatividade, além de mentoria. Essa segunda edição envolveu



24 instituições, incluindo 16 agências de publicidade, universidades e movimentos sociais, resultando em 32 contratações para o mercado. Os benefícios incluíram maior diversidade no setor, conscientização sobre desigualdades, inclusão de talentos pretos e pardos e fortalecimento da produção de campanhas mais plurais e representativas no mercado publicitário.

Um dos autores, à época Head de Estratégia da DZ, foi chamado em meados de 2024 para colaborar na condução de um momento de diálogo que estabelecesse um eixo estratégico que alinhasse visões divergentes para o programa em sua versão 2025. Incluiu no trabalho sua colega de pesquisa, também autora aqui, no projeto. A dupla de designers propôs, então, a realização de uma oficina de projeto de cenários futuros a partir do codesign baseado em espiritualidade.

O encontro aconteceu no salão principal da DZ Estúdio, localizada no campus de Porto Alegre da Unisinos, por ser o espaço disponível e familiar aos participantes, além de dispor de muita luz natural e a vista de um jardim. O espaço foi organizado para que os participantes sentassem em roda e pudessem trocar e se enxergar sem obstáculos; as comidas e bebidas foram selecionadas para apoiar momentos de maior presença corporal e mental, privilegiando chás, bolos orgânicos veganos e grãos integrais, evitando café e lanches processados. A oficina aconteceu em uma tarde na segunda semana de dezembro de 2024, das 13h às 16h, época do ano marcada por um cansaço generalizado e agendas cheias pelos compromissos de final de ano. Daí, também, a preocupação dos designers de projetarem uma experiência que promovesse a desaceleração e o contato com corpos e mentes.

Buscou-se também ter um grupo de participantes que representasse as três comunidades envolvidas no projeto: estudantes (dois participantes), organizações (três participantes) e universidade (dois participantes). Buscou-se ter uma representação de pessoas pretas, que eram quatro dos sete participantes.

Ao chegar no espaço, os participantes foram recepcionados com chás e comidas mais leves (descritas na seção anterior) e, conduzidos ao círculo central, foram feitas as devidas apresentações e iniciado o processo projetual sentipensante da tarde, dividido em nove momentos descritos abaixo:

1. Abertura: os participantes foram introduzidos ao conceito de construção de cenários como uma ferramenta estratégica para visualizar futuros desejáveis. Foi apresentado um triângulo onde os vértices traziam as palavras “Estudantes”, “Organizações” e “Universidade” como representação visual da multiplicidade de pontos de vista necessários, permitindo que diferentes perspectivas contribuíssem para a formulação de novas possibilidades. Tempo: 10 minutos.
2. Integração: foi realizada uma prática corporal para integrar corpo, mente e espírito e, ao mesmo tempo, integrar as pessoas na atividade. Toda a prática foi realizada com posturas em pé, onde cada participante era convidado a sentir o próprio corpo. A primeira postura realizada foi a da montanha (*Tadasana*), conectando respiração, atenção e estabilidade. Na sequência, os participantes foram convidados a flexionar o tronco à frente, na postura *Uttanasana*, para acalmar o sistema nervoso e reduzir o stress, na medida em que prestavam atenção na cabeça posicionada abaixo do coração. A sequência de movimentos foi guiada para estender o tronco à frente, prestando atenção na relação cabeça e coração (*Ardha Uttanasana*) e elevando novamente tronco e braços em *Urdhva Hastasana*. Essa sequência de

movimentos de flexão, extensão e retorno ao eixo principal busca trazer presença, acalmar os pensamentos e perceber a mudança no corpo físico de uma mudança de ponto de vista. Seguiu-se com a postura de equilíbrio *Vriksasana* para estimular o foco, a concentração, estado de presença, acalmar a mente e ampliar a consciência corporal direcionando a atenção para as sutis diferenças entre os dois lados do corpo. A intenção foi sair da postura do corpo para a postura da mente em um processo criativo respeitoso e colaborativo: é fundamental reconhecer, acolher e trabalhar com as diferenças. Deste ponto, partiu-se para a relação eu-outro, com a realização de posturas em dupla, para que as qualidades das relações fossem percebidas. A questão posta era: o que muda na relação quando os corpos precisam cooperar para alcançar um objetivo comum? Por fim, voltamos a quietude e estabilidade da montanha e realizamos *pranayamas* para intencionalmente direcionar o ar pelo corpo, direcionando a energia vital, estimulando o equilíbrio e arejando a mente, acompanhado de *mudras* para ampliar a escuta interna e equilibrar os cinco elementos que nos constituem (ar, fogo, água e terra). Reforçamos que a qualidade da escuta atenta, iniciada na prática de yoga deveria permanecer ao longo da atividade e que o princípio da não-violência do yoga deveria pautar os diálogos estratégicos que viriam na sequência. Tempo: 20 minutos

3. Motivação: na sequência, inseriu-se a prática budista de “estabelecimento da motivação”, na qual se convida os participantes a, como diz a expressão tibetana *kung long* a fazer surgir ou despertar, completamente, das profundezas, um estado geral de coração e mente (Dalai Lama, 2000) que vá além do seu eu individual e possa beneficiar outros e muitos seres. Tempo: cinco minutos.
4. Espaço: fez-se um convite para reflexões sobre propósito e impacto do encontro, destacando a importância do pensamento estratégico para o projeto. A proposta foi criar um espaço de “sentipensar”, onde a realidade fosse temporariamente suspensa para a construção de novas possibilidades. Tempo: cinco minutos.
5. Intenção: os participantes realizaram uma atividade individual introspectiva de criação de um *moodboard* respondendo à pergunta “Por que o Rumos é necessário hoje?”. Utilizando imagens e textos pré-selecionados (por pessoas pretas que trabalham na agência), a proposta incentivou um olhar intuitivo e original sobre a necessidade do projeto. Essa atividade foi realizada em silêncio para gerar introspecção e foco. Tempo: 15 minutos.
6. Partilha 1: cada participante recebeu um *moodboard* de outro participante que representasse um papel diferente do seu (universidades, organizações, estudantes) e foi convidado a interpretar e registrar suas percepções principais. O objetivo era exercitar a “mente de principiante” e captar sentimentos e ideias-chave sobre os cenários apresentados, inserindo novas camadas de significado na proposta recebida. Essa atividade foi realizada em silêncio para gerar introspecção e foco. A escuta atenta ao que estava sendo apresentado e a expressão genuína do seu sentipensar foram estimulados. Tempo: 15 minutos.
7. Partilha 2: novamente, os participantes analisaram um *moodboard* de outro participante com um papel diferente do anterior, mas agora narrando como seria o cenário caso o inverso acontecesse. A intenção foi ampliar a compreensão sobre os desafios e oportunidades do projeto a partir de diferentes perspectivas, inserindo novas camadas de significado na



proposta recebida. Essa atividade foi realizada em silêncio para gerar introspecção e foco. Tempo: 15 minutos.

8. Produção de sentidos: em grupos mistos de três a quatro pessoas, os participantes sintetizaram os insights dos movimentos anteriores, para criar um cenário futuro desejado para o Rumos. O foco estava na visão de impacto, regeneração e inspiração, projetando um futuro estratégico para o projeto. A escuta atenta ao que estava sendo apresentado e o diálogo amoroso foram estimulados. Tempo: 50 minutos.
9. Fechamento: cada grupo descreveu o cenário criado e compartilhou como o processo os fez sentir a partir de um grande “tapete de cenários” com todos os *moodboards* e cenários reunidos no chão. Além disso, discutiram expectativas e aprendizados, promovendo um momento de reflexão coletiva sobre os avanços da construção de cenários. Tempo: 30 minutos.



Após a oficina, os materiais e discussões gerados foram utilizados na formulação de um documento estratégico com o objetivo de direcionar o Rumos do ponto de vista organizacional e comunicacional.

## Discussão

Uma das principais questões de nossa busca por aproximar a espiritualidade do design nos últimos anos é como tornar essa aproximação prática e não apenas teórica. Neste projeto, aprofundamos nossa compreensão inicial descrita em Bittencourt e Freire (2022) da importância dos designers que operam os processos projetuais sentipensantes partirem de caminhos espirituais autênticos e estruturados. Esses dois elementos estiveram presentes no projeto, uma vez que o aporte de uma prática de yoga, de uma proposta de alimentação integral e saudável e o método de estabelecer e manter a motivação tiveram origem nos caminhos pessoais de yoga e budismo dos autores, os quais têm uma relação de muitos anos com essas abordagens espirituais, mantendo uma rotina diária, conectados a comunidades de prática, participando de palestras de retiros e vinculando-se a professores dentro de tradições e linhagens reconhecidas.

Outro ponto de reflexão dos designers em suas pesquisas e práticas têm sido o que significa trazer a espiritualidade para o processo de design. A proposta da Bentz e Franzato (2016) de equivalência entre os níveis de conhecimento e níveis de design abre a possibilidade de discutirmos a introdução de filosofias e práticas espirituais em diferentes níveis. No caso relatado, partimos das ontologias

*Figura 3:  
Momentos 2 e 9 do  
processo projetual  
sentipensante  
Fonte: foto dos  
autores.*

e epistemologias que fundamentam o budismo tibetano e o yoga, o que orientou as escolhas metodológicas, metaprojetuais e projetuais. Buscar essa orientação ontológica para os processos projetuais provoca a mudança de crenças, valores e modelos mentais para que possamos realmente alcançar a sustentabilidade (Scarano, 2024). Para o autor, a espiritualidade possibilita sentimentos de encantamento e percepção do sagrado, e desencadeia princípios e atitudes ecosóficas que levam a comportamentos e práticas sustentáveis interna, social e ambientalmente.

Cabe ressaltar que, desde o início deste projeto, os designers-pesquisadores propuseram-se partir de uma ontologia relacional que orientasse os demais níveis, questionando-se, refletindo durante a ação projetual, sobre como os tais pressupostos ontológicos poderiam ser alinhados. Assim, deslocaram-se entre os níveis (Franzato, 2014) buscando alinhar os 9 momentos projetados com a ontologia e a epistemologia budista/iogue, bem como com o codesign baseado em espiritualidade delineado teoricamente em artigo anterior, e as escolhas das ferramentas, dinâmicas e do ambiente no nível língua-objeto. Tal deslocamento foi deliberado e dialogado, embora compreende-se que sempre há operações e escolhas implícitas.

Ao explicitar as ontologias, o trânsito entre os níveis e as consequências das escolhas em cada um deles também se explicita e ganha possibilidades mais interessantes. A filosofia budista se pauta pela transformação da mente dos seres em direção à eliminação completa da ignorância e do sofrimento; trata-se de uma filosofia pragmática que não tem um fim em si mesmo. Atua com o único objetivo de se alcançar o reconhecimento da sabedoria inata que existe em cada ser. A filosofia do yoga, por sua vez, busca a eliminação das ilusões da matéria que escondem a verdade primordial de que somos perfeição pura, somos Um com o Todo. É um caminho de autoconhecimento, para o alcance da equanimidade e presença. Nesse caminho, a intuição se potencializa, fazendo emergir uma inspiração resultante do sentimento de interdependência com todos os seres vivos.

O fato de os designers estarem intencionalmente construindo os processos a partir de suas vivências pessoais e profundas de budismo e yoga (níveis ontológico e epistemológico) gerou reflexões prévias em todos os níveis de design de modo a buscar uma coerência teórico-metodológica, fazendo a intenção reverberar nas escolhas da configuração de metodologia (codesign baseado em espiritualidade), metadesign (cenários), língua-objeto (estratégias e visões) e realidade (espaço, alimentação e práticas corporais). A proposta de cenários pluriversais, por exemplo, ao trabalhar com diferentes camadas materiais, gráficas e conceituais, acolheu o ponto de vista dos diferentes atores envolvidos no projeto, provocando reflexões sobre a interdependência do grupo, evidenciando seu status de interser e estimulando a busca do sagrado dentro de cada um no processo. Em cada um dos níveis, há influência declarada de bases ontológicas.

Para identificar evidências no nível “Res”, enviamos por *WhatsApp* uma mensagem escrita contendo três perguntas simples e diretas para os sete participantes: “Qual sua impressão do processo realizado na oficina: roteiro, atividades e ambiente? Como isso afetou/ impactou seu estado de espírito para executar as atividades? De que modo as atividades e/ou o ambiente da oficina afetaram o seu processo criativo? Você percebeu e quer relatar alguma experiência mental/ sensorial ou emocional relacionada ao processo?”

Recebemos contribuições de quatro participantes. Trazemos abaixo algumas frases que consideramos representativas dos efeitos da aproximação entre espiritualidade e design. As respostas vieram mescladas em relação às perguntas.

“Minha impressão foi muito positiva pelo planejamento do tempo adequado para as atividades, em cada etapa, sem pressa, modalidade das atividades positiva e inspiradora, sem deixar de ser assertiva, oportunizaram resultados muito interessantes e íntegros (aspectos positivos e negativos do tema em questão), ambiente excelente, materiais disponíveis e lanche, tudo feito com cuidado”. Participante 4

“Eu me surpreendi com a atividade na qual a gente se conectou mais com o corpo, naqueles exercícios de yoga. Eu achei divertido, ao mesmo tempo, acho que sempre quando a gente tem que se deparar com o outro, com atividades em dupla, como na yoga, senti muito desconforto no ar (..) o que, por um lado, eu acho muito interessante, porque bota a gente a pensar”. Participante 1

“Eu senti uma certa ansiedade, ‘vamos falar do Rumos’, mas adorei me ver com essa sensação de ansiedade e poder, aos pouquinhos, me desprender dela para estar ali, presente e me alongando um pouco. Eu senti meu corpo. Foi muito bom”. Participante 1

“Aquele momento de aterrissagem, de relaxamento, ajuda pra deixar todo mundo mais presente. (...) Acho que estava todo mundo mais presente e mais relaxado pra trabalhar”. Participante 2

“Acredito que o momento de início da oficina que tivemos yoga e a nossa conexão, foi uma experiência que nunca tinha tido antes (...)! Nas próximas fases do encontro senti que aquele momento de preparo foi muito relevante (...). Comecei a levar um pouco desse aprendizado para o meu dia-a-dia, de sentar, fechar os olhos, respirar e sentir, para que só assim inicie as outras pautas que estão por vir”. Participante 3

“Me senti livre e segura para deixar brotar as ideias e manifestá-las. Me chamou atenção a sensibilidade dos mediadores para a necessidade de integração entre o corpo e a atividade mental para favorecer o desenvolvimento da oficina”. Participante 4

“Não foi apenas um encontro para debater o Rumos daqui para frente, e sim uma conexão com todos, com nós mesmos e com o projeto”. Participante 3

“A atividade que eu mais gostei, a minha atividade preferida, foi a atividade em que o papel rodou. Eu gostei muito, assim, dessa brincadeira do ponto de vista, de exercitar outros pontos de vista, de construir em cima da atividade do outro, porque me deu a sensação de que a gente simulou algo que é bem difícil, porque a gente fala muito na colaboração, né, esse projeto é ecossistêmico, é interinstitucional, é colaborativo”. Participante 1

“Muitas vezes vai ser o vou botar em cima, empilhar e riscar e tirar, sem o outro estar ali, e eu acho que é um grande aprendizado para o projeto, se a gente conseguir para o programa, se a gente conseguir simular um pouco do que a gente viveu ali, com o mesmo respeito que a gente fez ali, na vida real e muitas vezes online, né”. Participante 1

“Também gostei muito de fazer isso em dupla, conversando, trocando ideias, construindo

do um board juntas. [...] senti que a gente conectou mais com as motivações e o coração de cada um". Participante 1

Embora sejam evidências qualitativas e sucintas, as falas trazem conteúdos que refletem as escolhas projetuais delineadas na seção anterior. Podemos classificar as respostas em três conjuntos: sensações e sentimentos, conexão com o corpo e percepção de conexão com os outros. Para sintetizar, criamos a tabela abaixo com as falas organizadas desta forma.

Sensações e sentimentos	Conexão com corpo	Conexão com outros
"me surpreendi" "achei divertido" "desconforto no ar" "bota a gente pra pensar" "uma certa ansiedade" "me desprender" "aterissagem, relaxamento" "mais presente e relaxado" "senti que o momento de preparo foi relevante" "me senti livre e segura"	"conectou mais com o corpo" "alongando um pouco, senti meu corpo" "integração entre o corpo e a atividade mental"	"se deparar com o outro" "nossa conexão" "leve para o dia-a-dia" "conexão com todos, com nós mesmos e com o projeto" "construir em cima da atividade do outro" "levar para o programa o que a gente viveu ali" "senti que a gente conectou mais com as motivações e o coração de cada um"

Tabela 1:  
Consolidação  
das respostas do  
questionário  
Fonte: elaborada  
pelos autores.

Consideramos que essas respostas ilustram que as práticas realizadas alcançaram o objetivo que se propuseram. Em estudos futuros, aprofundaremos essas percepções.

De nossa parte, a partir de nossa experiência conjunta como designers, pesquisadores e professores, pudemos perceber uma influência na atmosfera e atitude dos participantes. Sem dúvida, o momento da yoga foi o mais evidente. A introspecção, a atenção plena na atividade para a construção das narrativas visuais e a presença na escuta da narrativa de um ponto de vista do outro participante potencializam o diálogo projetual, gerando uma construção genuinamente coletiva, sem hierarquias, com leveza e graça, mesmo diante de um projeto no qual existiam tensões previamente identificadas. Outro ponto significativo foi o silêncio como parte integrante das atividades de intenção e partilha. Foi possível perceber os sons da respiração, dos contatos com os materiais, da natureza externa, ampliando a concentração e a presença de outros elementos sensoriais nas escolhas realizadas. Ainda, os diálogos que emergiram no momento de trabalho coletivo foram marcados pela escuta atenta, pelo respeito ao espaço de fala e o cuidado nas proposições.

Entendemos que entrevistas em profundidade adicionais, bem como a replicação desse processo em outras oficinas, poderiam trazer mais dados sobre a implicação do aporte de filosofias e práticas espirituais em processos de design.

## Sentipensações finais

Este artigo buscou trazer uma contribuição ao fazer uma revisão sintética de algumas autoras e conceitos que já pensaram e operaram o design interseccionado com uma dimensão humana fundamental: a espiritualidade; também resgatou uma proposta dos autores em trabalhos anteriores e refletiu sobre um caso recente onde tal estrutura foi aplicada e expandida.

Para além da ponderação inicial de que é preciso que tal aproximação seja feita a partir de uma prática autêntica e estruturada, sentipensamos que introduzir espiritualidade no processo de

design exige intencionalidade, estabelecimento e constante checagem da motivação, bem como a aplicação de práticas e materialidades que expressem a espiritualidade no seu sentido mais amplo (no espaço, na disposição e na movimentação dos corpos, na alimentação e na forma de utilizar ferramentas, no trato direto com participantes). Cocriar é um gesto que merece respeito e afeto, o que precisa estar expresso tanto na construção de um espaço que valorize a sacralidade de tal ato e encontro quanto em níveis não óbvios a olho nu. O sagrado aqui não se refere a dogmas religiosos, mas ao reconhecimento e exercício do interser.

Por isso atuamos nos diferentes níveis do design, estimulando os seres a performarem de maneiras que não são as usuais, buscando promover experiências e olhares de interdependência para que, durante e após os projetos protagonizem e contem suas histórias um pouco diferente e assim acabem questionando pressupostos como a noção de separação entre eu e outro, inclusive levando para fora do espaço formal projetual tais experiências - como foi diretamente expressado por uma participante no relato acima que diz “Comecei a levar um pouco deste aprendizado para o meu dia-a-dia [...]”.

Inspirados nos *asanas* do Yoga, chamamos essa disposição e capacidade para atuar nos diferentes níveis de forma consciente como “posturas do design”. No Yoga, os *asanas* representam configurações de corpo e mente na busca por equanimidade: os seres humanos em sua melhor versão de fato, integrados ao cosmos e cientes de sua interdependência com outros seres e mundos. As “posturas de design” são configurações de corpo e mente que os designers, em processos de codesign, assumem de forma intencional e propõem aos participantes que também assumam como forma de exercitar uma maior consciência de si e da conexão com os outros na presença e nos atos.

Em resumo, a partir de proficiência em uma prática espiritual, atuando com a motivação de trazer benefício a todos os seres, os designers têm a capacidade de configurar o projeto com suas posturas partindo do nível ontológico e compreendendo os impactos da ontologia que orienta sua espiritualidade e sua influência nos demais níveis - epistemológico, metodológico, metaprojetual, projetual e, por fim, no âmbito da realidade sensível, seja através de dinâmicas, seja através do ambiente. O design voltado à sustentabilidade encontra sua expressão mais profunda e verdadeira quando designers experienciam o interser.

Como reflexão para estudos futuros, além de promover mais experiências projetuais como a descrita neste artigo, entendemos que é interessante também estender a reflexão sobre a relação de designers e pesquisadores com sua espiritualidade não apenas no nível individual como propusemos inicialmente, mas também olhar para as comunidades de prática na qual estão inseridos. No budismo tibetano, isso diz respeito ao conceito de *sangha*, termo em sânscrito que descreve o conjunto de pessoas que aspiram a virtude treinando-se em disciplina, meditação e sabedoria (Pelzang, 2004), em diferentes formas de treinamento e variados níveis de engajamento. Pode-se fazer parte da *sangha* tomando votos formais monásticos ou não em uma instituição ou grupo estabelecido. Do mesmo modo, na cultura védica e yogui, *satsangas* são encontros nos quais pessoas que buscam o conhecimento da sua natureza absoluta se reúnem para compartilhar perguntas, conversas ou canções para ampliar a clareza do ser imutável que são. São encontros onde a companhia de pessoas cujas vidas são o próprio exemplo da plenitude do conhecimento inspiram a jornada de conhecimento. É na *sangha*, a partir do encontro com o outro, que a prática se fortalece e evolui.

## Referências

- AKAMA, Yoko. Being awake to Ma: designing in between-ness as a way of becoming with. **CoDesign**, Londres, v. 11, n. 3-4, p. 262-274, 2015. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/283347471\\_Being\\_aware\\_to\\_Ma\\_Designing\\_in\\_between-ness\\_as\\_a\\_way\\_of\\_becoming\\_with](https://www.researchgate.net/publication/283347471_Being_aware_to_Ma_Designing_in_between-ness_as_a_way_of_becoming_with). Acesso em: 9 mar. 2025.
- AKAMA, Yoko; HAGEN, Penny; WHAANGA-SCHOLLUM, Desna. Problematising replicable design to practice respectful, reciprocal, and relational co-designing with indigenous people. **Design and Culture**, Londres, v. 11, n. 1, p. 59-84, 2019. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17547075.2019.1571306>. Acesso em: 9 mar. 2025.
- AKAMA, Yoko; LIGHT, Ann; KAMIHIRA, Takahito. Expanding participation to design with more-than-human concerns. In: PARTICIPATORY DESIGN CONFERENCE, 16., 2020, Newcastle upon Tyne. **Proceedings [...]**. New York: ACM, 2020. p. 1-10. Disponível em: <https://dl.acm.org>. Acesso em: 9 mar. 2025.
- BENTZ, Ione; FRANZATO, Carlo. O metaprojeto nos níveis do design. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE PESQUISA E DESENVOLVIMENTO EM DESIGN, 12., 2016, Belo Horizonte. **Anais [...]**. São Paulo: Blücher, 2016. p. 1416-1428.
- BITTENCOURT, Gustavo Berwanger; FREIRE, Karine de Mello. Design estratégico, community centered design e gestão por mandalas: uma proposta teórico-metodológica para processos de codesign. **Ergodesign & HCI**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 113-132, dez. 2020. Disponível em: <https://periodicos.puc-rio.br/index.php/revistaergodesign-hci/article/view/1461>. Acesso em: 27 abr. 2025.
- BITTENCOURT, Gustavo; FREIRE, Karine. Spirituality based codesign: searching ways to operate a sentipensante participatory design. In: PARTICIPATORY DESIGN CONFERENCE, 16., 2022, Newcastle upon Tyne. **Proceedings [...]**. New York: ACM, 2022. Disponível em: <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3537797.3537810>. Acesso em: 27 abr. 2025.
- BITTENCOURT, Gustavo Berwanger; FREIRE, Karine de Mello; BARBOSA, Carolina Tomaz. Regeneração: um caminho pelo co-design baseado em espiritualidade. In: SIMPÓSIO DE DESIGN SUSTENTÁVEL, 9., 2023, Florianópolis. **Anais [...]**. Florianópolis: UFSC, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/253026>. Acesso em: 27 abr. 2025.
- COCCIA, Emanuele. **Metamorfoses**. Rio de Janeiro: Dantes, 2020.
- DALAI LAMA. **Uma ética para um novo milênio**. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.
- ERLHOFF, Michael; MARSHALL, Tim. **Design dictionary: perspectives on design terminology**. Boston: Birkhäuser, 2007.
- ESCOBAR, Arturo. **Designs for the pluriverse: radical interdependence, autonomy, and the making of worlds**. Durham: Duke University Press, 2018.
- FISCHER, Norman. **O mundo poderia ser diferente: imaginação e o caminho do bodisatva**. Teresópolis: Lúcida Letra, 2020.
- FRANZATO, Carlo. O princípio de deslocamento na base do metadesign. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE PESQUISA E DESENVOLVIMENTO EM DESIGN, 11., 2014, Gramado. **Anais [...]**. São Paulo: Edgard Blücher, 2014. p. 1187-1196.
- FRAWLEY, David. **Uma visão ayurvédica da mente: a cura da consciência**. São Paulo: Pensamento Cultrix, 2016.
- FREIRE, Karine. Design, regeneração e espiritualidade: uma cartografia. XIII ENCONTRO DE SUSTENTABILIDADE EM PROJETO, 2025, Florianópolis. **Anais [...]**. Florianópolis: UFSC, 2025. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/266223>.
- FREIRE, Karine; DEL GAUDIO, Chiara. Práticas de ensino para designers sentipensantes. In: PIVOT CONFERENCE, 2021, Toronto. Dismantling/Reassembling: **proceedings [...]**. Toronto: Design Research Society, 2021. Disponível em: <https://dl.designresearchsociety.org/pluriversaldesign/pivot2021/researchpapers/26/>. Acesso em: 9 mar. 2025.
- GOUVEIA, Ana Paula. **Introdução à filosofia budista**. São Paulo: Paulus, 2016.



HANH, Thich Nhat. **Peace is every step**. Nova York: Random House, 1995.

HANH, Thich Nhat. **The art of living**: peace and freedom in the here and now. Nova York: HarperOne, 2017.

KAPLAN, Lúcia; FREIRE, Karine de Mello. Design estratégico a partir de uma ética amorosa. **Estudos em Design**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, 2022. Disponível em: <https://eed.emnuvens.com.br/design/article/view/1454>. Acesso em: 9 mar. 2025.

LINGPA, Jigme. **Treasury of precious qualities**: book one: sutra teachings. Commentary by Longchen Yeshe Dorje, Kangyur Rinpoche. Boulder: Shambhala, 2010.

MERONI, Anna. Strategic design: where are we now: reflection around the foundations of a recent discipline. **Strategic Design Research Journal**, Porto Alegre, v. 1, n. 1, p. 31-38, 2008. Disponível em: <http://revistas.unisinos.br/index.php/sdrj/article/view/5567>. Acesso em: 9 mar. 2025.

MONTERO, Rosa. **O perigo de estar lúcida**. São Paulo: Todavia, 2023.

NUNES, Tales. **O esquecimento do ser**: yoga como lembrança. Florianópolis: ed. do autor, 2021.

PELZANG, Khenpo Ngawang. **A guide to the words of my perfect teacher**. Boston: Shambhala, 2004.

SANDERS, Elizabeth B. N.; STAPPERS, Pieter Jan. Co-creation and the new landscapes of design. **CoDesign**, Londres, v. 4, n. 1, p. 5-18, 2008. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15710880701875068>. Acesso em: 9 mar. 2025.

SCARANO, Fabio. **Regenerative dialogues for sustainable futures**. Springer, 2024.

STEEN, Marc. **The fragility of human-centred design**. 2008. 252 f. Thesis (PhD in Philosophy) – Delft University, Amsterdam, 2008.

WILLIS, Anne-Marie. Ontological designing. **Design Philosophy Papers**, Londres, v. 4, n. 2, p. 69-92, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.2752/144871306X13966268131514>. Acesso em: 27 abr. 2025.

---

## Agradecimentos

A autora Karine Freire agradece ao apoio da bolsa Pós-Doutorado Sênior da Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ), processo SEI-260003/016639/2023).

---

## Sobre os autores

**Karine de Mello Freire** é pesquisadora visitante pós-doutorado sênior pela FAPERJ no laboratório Ecotopias do DAD da PUC-Rio. Doutora em Design, atua há mais de 18 anos na área de Design Estratégico e Inovação social. Atualmente, direciona seu trabalho às ontologias do sul global para um design regenerativo. Estuda a relação entre Design e Espiritualidade para expandir nossa capacidade de descolonizar o nosso imaginário e sentipensar futuros pluriversais. É ativista de design e inovação social em projetos voltados à regeneração, liderando atualmente o projeto @redesigndevidas

Email: [redesigndevidas@gmail.com](mailto:redesigndevidas@gmail.com)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9308426042161899>

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8293-7451>

**Gustavo Berwanger Bittencourt** é pesquisador independente de design estratégico. Diretor de Marketing e Professor da Graduação em Publicidade e Propaganda da Universidade do Vale do Rio dos Sinos. Mestre em Design Estratégico e Bacharel em Relações Públicas. Atua há mais de 30 anos no mercado do marketing e da publicidade como estrategista e criativo. Voluntário em projetos de estratégia e comunicação para organizações da sociedade civil há 25 anos.

Email: [gbbittencourt@unisinos.br](mailto:gbbittencourt@unisinos.br)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9893099181627774>

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2842-297X>