

1º
2026

{revistae
encarte especial

Colaboração: Lourdes Maria Monteiro, Voluntária do AE, Campinas/SP

1º PRINCÍPIO BÁSICO - IDENTIFICADOR

Os problemas da família têm raízes na estrutura atual da sociedade.

Esse princípio nos desperta para a responsabilidade que temos diante da vida. Aprendemos a agir com assertividade, saindo da “zona de conforto” para nos tornarmos pessoas “cada vez melhores”.

Nossas raízes culturais contribuem para o que somos; entretanto, não nos condenam a permanecermos sempre os mesmos. Podemos mudar, se assim o desejarmos. Uma árvore só é árvore porque deixou de ser semente.

1ª SEMANA - Princípio com enfoque **EU**

Reflexão: “Conhece-te a ti mesmo”, aforismo atribuído a Sócrates, convida-nos a refletir sobre a composição do nosso “eu” e a resgatar o melhor em nós diante da diversidade de situações e contextos que a sociedade nos apresenta.

Partilha e Meta:

- Sei quem sou? Reconheço minhas fortalezas e fragilidades? Estou aberto a mudanças?
- O que posso resgatar, transformar ou excluir da minha herança cultural que dificulta meu progresso?

Espiritualidade:

“Quanto mais eu olho para a luz, mais a luz olha para mim.” Alimentar pensamentos positivos gera sentimentos e ações positivas. Comente.

2ª SEMANA - Princípio com enfoque **EU** e o **OUTRO**

Reflexão: Promovo em mim a mudança e a estímulo no outro, respeitando suas crenças, heranças e raízes culturais?

Partilha e Meta:

- Reconheço no outro suas virtudes e contribuo com a evolução de sua autoestima?

- Como posso expandir minha escuta e limitar minhas falas ao longo da semana?

Espiritualidade:

“O contato constante e frequente com pessoas que convivem conosco muitas vezes faz com que nos acostumemos tanto que deixamos de perceber sua presença ou seu pedido de ajuda... Portanto, estejamos sempre atentos.” (In: 365 Reflexões – Celso Garrafa). Comente.

3ª SEMANA - Princípio com enfoque **EU** e a **SOCIEDADE**

Reflexão: A marca ou patente de um produto o qualifica, identifica e sustenta no mercado. Qual é a virtude que me identifica e contribui para um mundo melhor?

Partilha e Meta:

- Uso meus talentos para favorecer o bem comum, em família e nas ações sociais?

- Como posso despertar consciências para o trabalho voluntário ou para ações benéficas em minha comunidade?

Espiritualidade:

“Não permita que alguém se aproxime de você e se afaste sem estar melhor do que quando chegou.” (Madre Teresa de Calcutá). Comente.



4ª SEMANA - Rever nossos **PRINCÍPIOS ÉTICOS**

“Respeitar a dignidade da pessoa humana.”- RESPEITO.

Como seres humanos e praticantes do autoconhecimento, não nos cabe o desrespeito em nenhuma situação. Somos o outro de alguém. Assim, tudo o que promovemos ao mundo nos será devolvido como consequência. Não existe “lá fora”: tudo faz parte do mesmo universo.

Partilha e Meta:

- Em quais situações cotidianas percebo desrespeitos? Como me sinto diante delas? Comente.
- O que posso fazer diante dos desrespeitos que presencio?

Espiritualidade:

“Tão amplo quanto o universo que habitamos é o universo que habita em nós.”(Carlos Hilsdorf).

Como parte do todo, respeito a diversidade que compõe o mundo, a partir da parte que me cabe?

