

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

9º PRINCÍPIO BÁSICO - APOIADOR

Grupo de Apoio - Na comunidade, as famílias precisam dar e receber apoio.

“Sozinhos estamos perdidos; em grupo, encontramos nossa força.” “Quando não estou bem, preciso do grupo; quando estou bem, o grupo precisa de mim.” “Juntos somos mais fortes, porque nenhum de nós é tão bom quanto todos nós juntos.”

Todos esses lemas do Amor-Exigente são alicerces que nos sustentam. Assim, eu e o grupo permanecemos em sintonia, com força, fé, alegria e energia.

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

No grupo, resgatam-se a vez e a voz. Esvaziam-se as dores, e seu lugar é tomado pela esperança.

Partilha e Meta:

- No grupo, espero uma receita para mudar o outro, sem ter consciência da minha codependência. No grupo, entendo que “nada muda se eu não mudar” e,

desde então, tudo permanece mudando, porque sempre será “um dia de cada vez”. Como está minha caminhada?

- O que posso utilizar das experiências do grupo nesta semana?

Espiritualidade:

Cada momento da vida, incluindo o agora, representa um novo começo. Afinal, todo dia é o primeiro dia da minha nova vida, e a espiritualidade me sustenta nesse processo. Comente.

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

O outro não deve ser meu concorrente, mas pode ser meu aliado e, juntos, caminharmos lado a lado, promovendo a evolução de ambos. Quando seguro minha mão na sua e junto meu coração ao seu, uma força interior nos encoraja, e o encontro com uma nova vida começa a despontar.

Partilha e Meta:

- Na escuta do outro, reconheço-me. Na minha fala, o outro se identifica. Essa troca permite a ambos ter esperança de que é possível percorrer novos cami-

nhos e fazer diferente, nos muitos papéis e versões que representamos em nossos grupos. Cada um de nós traz ensinamentos que nos formam e nos transformam.

- A leitura da RevistAE trará informação e conhecimento, que nos fazem ser cada vez melhores. Com qual texto me identifico para propor minha meta?

Espiritualidade:

Nossa vida está em constante construção. Cabe a cada um aprender a desenrolar os conflitos que a embarçam. Nos momentos em que tudo parece sem sentido, buscar ajuda com aqueles que nos estendem as mãos é o caminho mais assertivo. Nenhum obstáculo é insuperável quando o enfrentamos em grupo. Como podemos nos ajudar?

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

Em sociedade ou mesmo na família, nem sempre encontramos o apoio de que precisamos. O grupo vem ao encontro de nossas fragilidades, levanta-nos, impulsi-ona-nos e auxilia-nos a recuperar nossas forças. Um grupo forte coopera para a qualidade de vida do indivíduo, que se reflete na sociedade e melhora o seu entorno.

Partilha e Meta:

- Participar de ações sociais em minha comunidade, divulgar a existência do grupo e o quanto ele promove

minha qualidade de vida também é exercer cidadania. O que posso fazer?

- Qual será minha meta nesta semana para promover o bem de todos, na família ou na sociedade?

Espiritualidade:

“Somos únicos; porém, como uma engrenagem, somos parte de um todo e, assim sendo, devemos adotar ações de Responsabilidade Social. Toda boa ação gera outras boas ações, beneficiando nossa comunidade e, consequentemente, todos que a integram.” - Celso Garrefo. In: 365 Reflexões. Comente.



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

“Partilhar no Grupo familiar situações incompatíveis com sua proposta de vida”-CORAGEM.

Como membros ativos e fiéis, fechar os olhos para as incoerências é caminhar na contramão do Programa, agindo com hipocrisia.

Partilha e Meta:

- Pequenas e gradativas mudanças nos levam a grandes transformações, com paciência e perseverança. As conquistas diárias são antídotos que nos

motivam a continuar em meio às turbulências. Comente.

- Como está minha coragem para fazer o que deve ser feito?

Espiritualidade:

Coragem não é ausência de medo; é seguir em frente apesar dele. Tente quantas vezes forem necessárias. Assim como a água rega a planta murcha e a faz florescer, o grupo restaura nossa força e nos faz progredir. Comente.

