

## 5º PRINCÍPIO - LIBERTADOR

A culpa torna as pessoas indefesas e sem ação.

### 1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

No decorrer da nossa existência, é comum sermos surpreendidos por grandes adversidades e diante delas costumamos olhar para o passado na tentativa de encontrarmos os porquês, as respostas que justifiquem a situação ora vivenciada. Essa é uma atitude natural, porém, por vezes olhamos para nós mesmos e nos cobramos algo inatingível, que é a perfeição, como se tivéssemos a obrigação de nunca falhar, de saber tudo, de conhecer tudo. Somados a isso, colocamos nesse passado o nosso eu de hoje, que é outro, com novas visões, novos conhecimentos, novas experiências. E essa cobrança desmedida e injusta é o gatilho para o sentimento de culpa, e como consequência, tornamo-nos indefesos e sem ação, pois o passado já não nos pertence mais. Devemos compreender que naquele momento o nosso eu fez aquilo que estava ao nosso alcance, aquilo que acreditávamos ser o correto, e cientes disso, devemos abandonar as lamentações paralisantes e a carga pesada provocada pelo sentimento de culpa, para assumirmos responsabilidades a partir do meu eu e do momento presente.

#### **Partilha:**

- Estou me sentindo culpado por alguma situação? Como posso me libertar desse sentimento?
- Olhando para atrás, que responsabilidades devo assumir, hoje, para corrigir os rumos, acertar as arestas, porém desprovido de sentimentos de culpa?

#### **Espiritualidade:**

- Música "Paciência" - Lenine (pesquisar na internet).

### 2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

Assim como é fundamental esvaziarmos nosso sentimento de culpa, visando soltar as amarras que nos prendem ao passado, também devemos parar de culpar o outro pelo problema. Não é hora de caçar culpados, mas de buscar soluções. Jogar a culpa no outro não deixa de ser uma maneira de arranjar desculpas para aquilo que está dando errado, e isso não é produtivo para a resolução do problema. E da mesma forma com que não precisamos culpar o outro pelo problema, também não precisamos abraçar as culpas que o outro tenta nos imputar, sob pena de nos tornarmos o bode expiatório da casa.

#### **Partilha:**

- Analisando meus comportamentos, estou jogando as culpas no outro? Que atitude posso adotar para abandonar essa prática?
- Como eu reajo quando o outro tenta jogar a culpa pelo problema sobre as minhas costas? Como me posicionar para não abraçar essa culpa que não me pertence?

#### **Espiritualidade:**

- Mensagem "A Pedra" (pesquisar na internet).

### 3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

Analisando nossa sociedade, parece que somos especialistas em culpar tudo e todos pelos problemas. Culpamos as escolas, as leis, a segurança pública, os governos, o tráfico, os amigos. Por vezes culpamos até aquilo que é inanimado, como o álcool, as drogas, ou seja, culpamos tudo e todos. Não há dúvidas sobre as responsabilidades de cada um, mas torna-se cômodo buscarmos justificativas e culpados, inclusive para nos isentarmos de nossas responsabilidades, de nossas escolhas. Podemos cobrar as responsabilidades de cada membro da nossa comunidade, sem, no entanto, eximir de nossas responsabilidades e atuar pensando e propondo soluções.

#### **Partilha:**

- Tenho culpado tudo e todos pelos meus problemas e pelos problemas da minha comunidade e esquecido das minhas responsabilidades? Como posso justificar menos e agir mais?
- Como posso cobrar responsabilidades de cada setor da nossa comunidade, sem utilizarmos a justificativa da culpa alheia para cruzarmos os braços?

#### **Espiritualidade:**

- Mensagem "A vida me ensinou" - Charles Chaplin - (pesquisar na internet).

### 4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS

***"Transmitir princípios e valores, observando a possibilidade de cada membro na família e nos grupos de Amor-Exigente" - BONDADE.***

Ninguém é capaz de oferecer ao outro aquilo que não tem, portanto para transmitirmos quaisquer valores ou princípios em nosso meio familiar devemos, primeiramente, nos apoderarmos deles, vivenciando-os em nosso dia a dia. Isso vai exigir de nós uma busca constante por sermos um modelo de vida, de atitude, de comportamento, capazes de servir de exemplo àqueles que desejamos influenciar positivamente. Devemos, no entanto, compreender que cada pessoa possui suas individualidades, e precisamos respeitar sua unicidade, bem como as possibilidades de cada um.

#### **Partilha:**

- Quais são os valores e princípios que estou disposto a vivenciar e transmitir no meu meio familiar?
- Como respeitar as diferentes possibilidades de cada um, sem perdermos de vista os nossos princípios e valores?

#### **Espiritualidade:**

- Mensagem "O perdão é uma dádiva" (pesquisar na internet).