

Renovando Atitudes

- baseado em trechos do Evangelho
- renovar atitudes (Jesus como inspiração).
- Jesus (MODELO)
 - conhecia psique humana
 - causa dos nossos sofrimentos
 - reações que impedem autoconhecimento
 - anulam relacionamentos piores
- Evangelho
 - fonte de valores morais
 - renovar atitudes
 - autoconhecimento
 - reconhecer armadilhas
- obra traz informações, respeitando o amadurecimento de cada um (foz o melhor que pudermos)
* as flores não desabrocham ao mesmo tempo
- contribuiu pl reflexão dos comportamentos

Tua medida

- Nossas ^{juizamentos} opiniões são baseadas em nossas vivências.
(defesas / negações / distorções)
- RESERVATÓRIO MORAL : | pode x não pode, superstições
| opiniões, influências, preconceitos
| bom x mau, certo x errado.
- Ética - moral: aprendemos em casa, sociedade, igreja
- Conjunto das NOSSAS opiniões se tornam VERDADES ABSOLUTAS
- LÓGICA: o conjunto de leis que usamos p/ condenar os outros, está dentro de nós, porque vivenciamos isso.
- Antes de condenar, se perguntar onde essas leis estão dentro da gente.
"Como aprendi isso?"
- Só RECONHECEMOS (espelho) aquilo que CONHECEMOS. (2)

- Só podemos mudar o que identificamos que pode ser melhorado.
(o que for inconsciente não pode ser mudado)
↳ reagimos por instinto
- Comportamentos inconscientes nos tornam reféns dos nossos instintos e reações.
(mecanismos de defesa)
- Fugir da tomada de consciência é uma forma de auto-enganar.
- Cada um tem a sua "verdade", que não é a realidade. Maneira particular de raciocinar (próprias realidades)
MOSTRAR IMAGENS
- Só o autojulgamento é possível.
- Cada um desenvolve a própria forma de encarar a vida (escolhas)

- Precisamos **REVISAR** constantemente nosso conjunto de leis e crenças
- **Somos únicos**. Temos motivos de ser quem somos. **Os outros também**.
- **Julgar** um comportamento **é diferente** de julgar a pessoa.
 - * comportamento pode ser usado.
 - * a pessoa aprendeu daquela forma.
- O **lugar mais difícil de estar**: LUGAR DO OUTRO
- Julgar o outro é condenar a si mesmo.
seremos cobrados como exemplo.
 - ↳ será nossa "**real medida**" (parâmetro das nossas ações).
 - ↳ determinará quem estará próximo de nós.
- Quando **inconscientes** (nossas leis), achamos que estamos fazendo escolhas, mas agimos **condicionados** a elas.

- só somos livres quando somos capazes de questionar a validade das nossas leis e somos flexíveis.
- julgamentos libertam / aprisionam no processo de desenvolvimento.
- "Idosos não podem namorar"
(ficaremos velhos e solitários).
- "Homossexualidade é abominável"
(odiamos um filho homossexual?)
- "jovem não casa com idoso"
(acondicionamos pessoas às idades?)
- "ionizar o desajuste emocional do outro"
(e quando eu me desequilibrar?)
- Quando nos assumimos juizes, peremos isolados e cobrados como modelo de conduta. Nem os seus erros apontados.

- "Não julgar, para não ser julgado."
- No teatro de vida, hora seremos atores, hora seremos espectadores.
- Para sermos livres e crescer, primeiro precisaremos reavaliar nossos "pesos" e "medidos"