**RESUMO EXPANDIDO**

**LINHA TEMÁTICA 1: CONSCIÊNCIA, AUTOCONHECIMENTO E EDUCAÇÃO**

**O AUTOCONHECIMENTO DESPERTA O MELHOR EM NÓS**

Autora: Maria Clara Bueno Massa

Orientadora: Ana Lúcia Cruz

[ana.cruz@anandaescola.com.br](mailto:ana.cruz@anandaescola.com.br)

Ananda – Escola e Centro de Estudos

Na disciplina Autoconhecimento aprendemos as virtudes humanas. Virtudes são coisas que estão dentro de nós e que nos libertam dos vícios. Os vícios são coisas que nos escravizam, como o orgulho, por exemplo. Nesse estudo aprendemos que “todos somos um”, porque vivemos em sociedade e precisamos uns dos outros. Quando um erra, todos erram. Se agimos com virtude ensinamos com o nosso exemplo, porque é capaz das pessoas perceberem o quanto são capazes de fazer o melhor de si e melhorar o mundo também. Podem aprender que é preciso pensar no outro, sem ter orgulho. “Se eu pensar com orgulho, só vou pensar em mim”. Nossa pesquisa tem como objetivo geral, incentivar as pessoas a fazerem o melhor, pensando no bem de todos e não só no seu bem. Os nossos estudos foram realizados com base nas aulas de Autoconhecimento e de Iniciação à Consciência e na obra de Bennett (1995) e Comte-Sponville). A pesquisa foi desenvolvida no Projeto Ciência, da Ananda Escola e Centro de Estudos, às terças e quintas-feiras, durante o ano letivo de 2018, através de investigações, revisão de literatura e estudos sobre o tema. Como recursos utilizamos livros e vídeos. Concluímos que é muito importante agir com benevolência e ser bom exemplo a ser seguido. Só o Autoconhecimento poderá fazer com que o Ser Humano conheça a sua força e todo o seu potencial.

**PALAVRAS-CHAVE:** Autoconhecimento. Virtude. Benevolência.