

# Refletir sobre a vida para valorizá-la

Em Nova York, estudantes e jovens profissionais participaram do seminário “Um exame sobre a vida: reflexões filosóficas sobre a vida quotidiana” organizado pelo Centro Universitário Schuyler Hall.

12/07/2004

A cidade de Nova York é conhecida pelo seu ritmo agitado. Como em todos os lugares, os seus habitantes não encontram tempo para refletir

sobre o sentido da vida ou sobre o que fazer para viver uma vida plena. Isto é o que fizeram alguns estudantes e jovens profissionais em Schuyler Hall, que no último dia 7 de fevereiro, participaram do seminário “Um exame sobre a vida: reflexões filosóficas sobre a vida quotidiana”.

David Gallagher dirigiu as sessões. É professor de Filosofia da Universidad Católica de América, embora trabalhe atualmente em Nova York. A idéia de organizar este seminário surgiu do seu frequente contato com estudantes. “Trabalhei com centenas de universitários e, ao longo de muitos anos, surpreendeu-me a frequência com que esses jovens buscavam uma janela na atividade diária para refletirem sobre as suas vidas. Pensei que podia ajudá-los se, ao menos, tratasse de esboçar algumas questões básicas que deveriam saber compaginar em suas vidas, tais como a amizade, as

virtudes, o trabalho, o descanso ou Deus”, assinalou Gallagher.

O seminário consistiu em cinco conferências separadas por momentos de leitura e reflexão. Os temas das sessões eram: “A liberdade humana e a autodeterminação: estabelecer para si mesmo um plano de vida”; “A vida é algo sério: como compaginar trabalho, ação e descanso”; “Viver para os demais: amizade e vida plena”; “As virtudes: chegar a ser o que devemos ser”; e “Deus e o sentido da nossa vida”.

O conteúdo das conferências foi mais prático que especulativo. “O seminário não é uma mera exposição de idéias teóricas brilhantes”, explica o professor Gallagher. “Espero que estas idéias sejam mencionadas, mas o objetivo é mais pragmático: animar os participantes a refletirem sobre suas vidas e dar-lhes algumas ferramentas intelectuais básicas para

que possam continuar pensando no futuro. Ficaria satisfeito se cada um deles pudesse dizer: “De hoje em diante, penso sobre mim mesmo de maneira diferente”, ou inclusive: “Agora vejo que preciso pensar sobre determinadas coisas”. Em cada seção o professor David Gallagher propôs diferentes atividades e colocou diversas situações para melhorar a capacidade de relacionamento dos alunos e analisar os objetivos vitais da natureza humana.

De conferência em conferência, os participantes puderam ler e pensar sobre as questões propostas. Uma ampla biblioteca proporcionou-lhes “combustível extra” para alimentar suas reflexões. Havia títulos de Victor Frankl, como “O homem em busca de sentido”; de C.S. Lewis, “A abolição do homem”; de São Tomás de Aquino, “Summa contra gentiles”; etc. Os participantes refletiram sobre as suas próprias vidas e mantiveram

um diálogo sobre as questões propostas, em vez de entrar em controvérsias filosóficas ou especulações estéreis.

## **Liberdade**

Para Sam Fryd, estudante de Matemática da Universidade de Nova York, a jornada foi-lhe verdadeiramente proveitosa. “Pude refletir sobre minha vida e formular propósitos concretos para o futuro”, disse ele. Por outro lado, Daniel Lee, contador, ficou especialmente impressionado pela conferência intitulada “Como compaginar trabalho, ação e descanso”. “O professor Gallagher me ajudou a lançar luzes sobre o significado do tempo livre e sua importância para conquistar uma vida plena”.

A maioria dos participantes se comprometeu a convidar seus amigos para futuras edições desse seminário. Ao ser perguntado sobre

por que é importante este tipo de reflexão sobre a vida, o professor Gallagher respondeu: “Uma pessoa que nunca se detém a pensar sobre sua própria vida ou para onde encaminham os seus passos, será simplesmente arrastado pelo ambiente. A verdadeira liberdade – a capacidade de tomar decisões por si mesmo – implica em ter opiniões próprias bem formadas e estabelecer objetivos”.

O ato foi organizado pelo Centro Universitário Schuyler Hall, uma iniciativa do Opus Dei em Manhattan.

---

pdf | Documento gerado automaticamente de <https://opusdei.org/pt-br/article/refletir-sobre-a-vida-para-valoriza-la/> (22/02/2026)