

ESCOLHA CONSCIENTE: REFLEXÕES SOBRE O DESAPEGO E O CONSUMISMO NA SOCIEDADE ATUAL

JACQUES FABRÍCIO DE SOUZA; ANITA DE SOUZA BITTENCOURT²,
JOAQUIM MALAFAIA BERNARDES², LUIZA SILVA PEREZ², MARIANA DAVID
DE PINHO²; MILENA ABOTT³

¹Colégio Franciscano Espírito Santo – jacquinho090108@gmail.com

²Colégio Franciscano Espírito Santo – anita4901@cfes.com.br; joaquim5017@cfes.com.br;
luiza5035@cfes.com.br; mariana4939@cfes.com.br.

³Colégio Franciscano Espírito Santo – milena@cfes.com.br

O artigo analisa o desapego consciente, inspirado na vida de São Francisco de Assis, como alternativa aos valores consumistas da sociedade contemporânea. O objetivo principal é refletir sobre como a escolha de São Francisco pela simplicidade pode inspirar uma transformação cultural no cenário atual, marcado por crises ambientais, desigualdades sociais e insatisfação. A proposta é revelar a profundidade dessa escolha, caracterizar o consumismo e seus impactos, discutir os benefícios de uma vida simples e apresentar o desapego como ferramenta de mudança individual e coletiva.

A pesquisa utiliza abordagem mista: qualitativa, por meio de revisão bibliográfica (2006–2025) e entrevistas com um frei franciscano e outro participante; e quantitativa, aplicada a estudantes do 9º ano ao 3º ano do Ensino Médio. São abordados o contexto histórico de São Francisco, a origem e os efeitos do consumismo, o desapego como prática consciente e seu papel na construção de uma transmutação cultural.

Os resultados qualitativos mostram que o ambiente atual estimula o consumismo, enquanto o minimalismo e o desapego oferecem alternativas mais sustentáveis e satisfatórias. Já a pesquisa quantitativa revela que muitos estudantes seguem práticas consumistas e consomem conteúdos ligados à ostentação, mas nem sempre percebem os efeitos negativos desse comportamento.

Conclui-se que o consumismo contribui para desigualdades e danos ambientais, enquanto o desapego consciente, inspirado nos valores franciscanos, promove bem-estar, sustentabilidade e justiça social. Movimentos como o minimalismo e a economia circular confirmam a atualidade desses princípios e indicam caminhos para um futuro mais equilibrado.

