

Colaboração: Celso Garrefa,
Voluntário do Amor-Exigente, Sertãozinho/SP

PRINCÍPIO ESPERANÇADOR

8º PRINCÍPIO - Crise - Da crise bem administrada, surge a possibilidade de mudança positiva.

Segundo o Dicionário Aurélio, crise é um estado de dúvidas e incertezas, é uma fase difícil, grave na evolução das coisas, dos fatos, das ideias. É um momento perigoso ou decisivo.

Ninguém gosta de enfrentar crises e, como elas causam desconforto, lutamos para nos livrarmos delas, no entanto, a fuga de um problema não é uma atitude que o soluciona. O Programa Amor-Exigente, ao abordar sobre esse princípio, procura enxergá-lo não apenas como algo negativo, mas também como a grande oportunidade da mudança positiva. Administrar crises mexe conosco, tira-nos da nossa zona de conforto. É uma decisão que exige coragem e atitude, mas ganhamos em conhecimentos e experiências, ingredientes indispensáveis para a solução de um grande desafio. Lutarmos sozinhos diante de uma grande crise é tarefa difícil, mas não precisamos estar sós. Podemos buscar auxílio, apoio e orientação e encontraremos pessoas que viveram crises semelhantes às nossas e superaram, servindo-nos de estímulo e encorajamento. A dor, quando dividida, significa dor diminuída.

Para enfrentarmos as crises, o Amor-Exigente sugere definirmos qual é o nosso alvo e focarmos nele, sem nos prendermos em causas fora do problema para justificá-lo. Em seguida, que fixemos as prioridades, pois não é possível fazer tudo de uma só vez e ao mesmo tempo; depois, que formulemos um plano de ação, estabelecendo o que pretendemos fazer, traçando objetivos e estabelecendo metas e, finalmente, precisamos executá-lo, pois sem ação não há mudanças.

Como citou, certa vez, Charles Haddon Spurgeon: "Muitas pessoas devem a grandeza de suas vidas aos problemas e obstáculos que tiveram de vencer". Portanto, vamos à luta, com coragem e sem lamentações, transformar as crises em oportunidades.

1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

PARTILHA:

- Vamos analisar como lidamos com os momentos de crise. Estou me isolando, estou triste, desesperado, ansioso, preocupado, com medo, sem saída, pensando em atentar contra a própria vida, etc.
- No momento de crise, quais deles mais me afeta e como posso trabalhar para lidar com esses sentimentos?
- Conseguimos ver as crises por outro ângulo, ou seja, não apenas como algo incômodo, mas também como oportunidade de mudanças?

2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

PARTILHA:

- O dependente, enquanto na ativa, vive em meio ao caos. Criam crises o tempo todo, usando de ameaças, de táticas de amedrontamento, de pressões e outros meios. Como estamos agindo diante das crises que eles provocam?
- Como podemos manter o equilíbrio necessário para lidarmos com esses momentos, sem perdermos a serenidade, mantendo um posicionamento claro e firme?
- No mês anterior, estudamos que tomadas de atitudes geram crises. Como podemos nos preparar para administrá-las, sem retrocedermos nas atitudes tomadas?

3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

PARTILHA:

- Atualmente, fala-se muito em crises. Crise no abastecimento, crise na segurança, crise financeira, crise política, etc. Quais crises, no momento, estão evidentes em nossa comunidade?
- Como podemos fazer a nossa parte diante desses desafios?
- Em momentos de crises, somos convidados a apertar o cinto. Quando os recursos são abundantes ocorrem desperdícios. Como agir na prevenção para evitar crises?

4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS:

Manter o caráter cooperativo e voluntário de seu grupo familiar.

- De que maneira podemos agir para favorecer o caráter cooperativo em nosso grupo familiar?
- Em nosso grupo familiar, o que fazemos para o outro, o que permitimos que o outro nos faça e o que fazemos juntos?
- Existe um equilíbrio entre esses fatores? O que precisa se encaixar e como?

ESPIRITUALIDADE

O VENDEDOR DE SAPATOS

Certa vez uma indústria de calçados desenvolveu um projeto de exportação de sapatos para a Índia. Em seguida, a diretoria de vendas enviou dois consultores a pontos diferentes do país para fazer as primeiras observações e estudos do potencial daquele futuro mercado.

Depois de alguns dias de pesquisa, um dos consultores enviou o seguinte e-mail para a direção da empresa: "Chefe, cancele a produção, pois aqui ninguém usa sapatos".

Sem saber desse e-mail, o segundo consultor mandou à direção da empresa a seguinte observação: "Chefe, triplique a produção, pois aqui ninguém usa sapatos, ainda!".

Sugestões para o momento de espiritualidade (pesquisar na internet)

- Música: O Rouxinol - Milton Nascimento
- Mensagem: O Porteiro do Prostíbulo
- Mensagem: Empurre a Sua Vaquinha

Este encarte especial é parte integrante da **REVISTAE**, publicação mensal da FEAE - Federação de Amor-Exigente
Jornalista Responsável: Patrícia Medeiros (MTB 0066511/SP) / Projeto Gráfico: Biancheti Propaganda

Travessa Álvares de Azevedo, 52 - Cambuí - Campinas / SP
CEP 13025-030 - Telefones: (19) 2519-6555 / 2519-6557
2519-6558 / 2519-6552 / 3252-2630 / Whatsapp: (19) 98449-8044
www.amorexigente.org.br / revistae@amorexigente.org.br



**AMOR
EXIGENTE**

FEAE
FEDERAÇÃO
DE AMOR-EXIGENTE