

Colaboração: Haidi Fidler, Coord. da Regional Uruguaiana/RS  
e Membro do Conselho Deliberativo

## PRINCÍPIO PROTETOR

### 3º PRINCÍPIO - Os recursos são limitados.

Fui levado de um extremo a outro, agitado pelas transformações nocivas deste mundo, não sou alheio ao que está ao meu redor. Não vivo só neste universo. Sair de mim, estar em conexão com o mundo ininterruptamente traz doenças, desilusões, desconfortos, depressões. Achando-me eu um indivíduo hipermoderno, senhor do meu mundo descartável de vivências, de relacionamentos, de desejos, de responsabilidades e totalmente centrado no meu egoísmo; assim, sou senhor dos meus fantasmas, soberano, imperador, incapaz de aprofundar-me nos meus sentimentos e pensamentos, sem me importar com alguém e muito menos com as consequências de minhas escolhas, sem aderência a realidade e vivendo levemente ao meu bel prazer, ultrapasso qualquer limite ou recurso, pois estes não condizem com o meu modo de viver.

Sentimo-nos esgotados, sem energia, sem vitalidade, sem ânimo, sem clareza mental. Sentimo-nos incapazes de superar nossas limitações, tal o estágio do esgotamento de nossos recursos físicos, mentais, emocionais e espirituais. Precisamos alargar nossos recursos para o BEM, e diminuir os recursos para o MAL. Não sou uma fonte ilimitada de recursos. Tenho minhas fraquezas, meus defeitos, minhas limitações. Sei que os recursos são limitados, sou finito. Preciso voltar à PAZ, que agrego quando reservo um tempo diário para me olhar e dar espaço para o silêncio adentrar em meu ser, onde eu possa escutar o silêncio de Deus.

“Silêncio, a força que move para a paz.” Necessito desse contato interior diário onde eu possa encontrar a essência. Olhar nos olhos, escutar o coração, ficar disponível ao outro, mesmo que eu tenha de sair do meu silêncio e falar - devo falar com o coração, que não seja um tagarelar constante e inconsequente. E, que eu possa estar em sintonia com a Divina Majestade para poder escutar o que o coração fala.

Crie espaços para que os seus entes queridos também tenham momentos de silêncio, onde possam se encontrar individualmente e usufruírem da plenitude de estarem a sós, entrarem em sintonia com o que é essencial. Ajude-os a encontrar o silêncio para a virtude reverberar dentro deles para o BEM. Necessário é conseguir um espaço para tirar de dentro deles o melhor que têm a oferecer. Tenha o hábito de se recolher diariamente para a sua cela portátil, onde você estiver; não precisa ir a um retiro, a um mosteiro, a um lugar afastado. Crie o hábito de estar com você, em silêncio. Relaxe, entre em sintonia com o silêncio. O organismo se fortalece. Está melhorando cada vez mais. Afaste sugestões negativas. E assim, cada vez mais disposto, alegre e em perfeita sintonia com o criador. E então, Deus estará presente. O silêncio é protetor, preserva o ser humano. Retire-se do agito. Por que não quero gozar do silêncio?

Jesus disse aos seus discípulos sobrecarregados: “Vinde sozinhos para um lugar deserto e descansai um pouco”. (Marcos 6,31)

Comece. Aumente seus recursos, influencie os demais e se esforce por distinguir-se na prática do bem. Use o silêncio e você verá quanta disposição e disponibilidades estarão presentes em sua vida para torná-la cada vez mais plena.

## 1ª SEMANA / Princípio com enfoque EU

### PARTILHA:

- Sei quais são os meus recursos disponíveis? Respeito os limites que esses recursos possuem naturalmente?
- Uso os meus recursos para o BEM?
- Muitas coisas são empecilho do meu crescimento, deixo elas atrapalharem a minha vida, diminuindo meus recursos?

## 2ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e o OUTRO

### PARTILHA:

- Respeito os recursos disponíveis em minha família? Coopero para que os recursos possam ser ampliados para o bem?
- Aceito as limitações de cada um da minha família?

## 3ª SEMANA / Princípio com enfoque EU e a SOCIEDADE

### PARTILHA:

- Respeito os recursos da minha sociedade? Sinto-me responsável em preservá-los?
- Sou consumista? Compro artigos descartáveis e que poluem?
- Faço alguma intervenção consistente para preservar o meio ambiente?
- Falo de ser ecologicamente correto, mas o que realmente faço?

## 4ª SEMANA / Rever nossos princípios ÉTICOS:

### **“Ser fiel, honesto e verdadeiro na vivência e transmissão da proposta do AE.” - FIDELIDADE.**

- Agrego estas virtudes (fiel, honesto e verdadeiro) em minha vida?
- Sou ético? Coerente? Aceito e vivencio a proposta do AE?

## ESPIRITUALIDADE

“Silenciemos um pouco e contemplemos a vida, que é um dom, uma graça, é o reconhecimento de Deus em nós.”

“Somos seres espirituais. Quer maior grandeza que essa? E para tomar consciência da vida de graça, a verdadeira vida, precisamos acalmar o nosso físico, a nossa mente, e sentir a pureza da vida, a harmonia e o amor que existem no mais íntimo do nosso ser.” (Padre Haroldo J. Rahm, Relaxando com a fé ecumênica - 365 exercícios, pág. 12).

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: Bianchetti Propaganda

Rua Pastor Cícero Canuto de Lima, 272 - Parque Itália - Campinas/SP  
CEP 13036-210 - Telefones: (19) 2519-6555 / 2519-6557  
2519-6558 / 2519-6552 / 3252-2630 / Whatsapp: (19) 98449-8044  
[www.amorexigente.org.br](http://www.amorexigente.org.br) / [revistae@amorexigente.org.br](mailto:revistae@amorexigente.org.br)



**AMOR**  
**EXIGENTE**

**FEAE**  
FEDERAÇÃO  
DE AMOR-EXIGENTE