

## **ANSIEDADE E/OU PREOCUPAÇÃO NO CONTEXTO DA LIDERANÇA ESPIRITUAL**

*Ederson Malheiros Menezes<sup>1</sup>*

### RESUMO

O presente artigo, através do método bibliográfico de pesquisa, visa a contribuir na compreensão de um dos mais amplos quadros contemporâneos que configura a prática do ministério pastoral, condicionado pela ansiedade e preocupação. A partir da compreensão do conceito por autores diversos e também das Escrituras Sagradas, propõe-se a relação ou contextualização do mesmo a partir do exercício da liderança espiritual e, por fim, sugestiona-se uma resposta prática, um tratamento da problemática visando a qualidade de vida e prática ministerial para o líder espiritual.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Ministério Pastoral. Liderança

### ABSTRACT

This article, through the bibliographical research method, aims to contribute to the comprehension of a broader contemporary framework existing in pastoral ministries; that is the condition caused by anxiety and preoccupation. Looking at this topic from the understanding of different authors and also the Holy Scriptures, it is proposed herein the relation or contextualization of this subject in order to suggest a

---

<sup>1</sup> Teólogo, especialista em docência no ensino superior e EAD e Mestre em divindade (curso livre). Professor da Faculdade Batista Pioneira em Ijuí/RS e pastor na Igreja Batista Emanuel em Panambi/RS. E-mail: pastormenezes@hotmail.com

practical answer to the problem which, in turn, aims to promote the spiritual leader's quality of life and practical ministry.

**Keywords:** Anxiety. Pastoral Ministry. Leadership.

## I. CONCEITUANDO “ANSIEDADE E/OU PREOCUPAÇÃO”

Até mesmo para escrever um artigo como este, há na vida do escritor um certo grau de ansiedade e preocupação, refletindo uma realidade que poderia ser verificada em vários outros segmentos da vida: nos estudos, na profissão, no contexto familiar, nas questões interiores do indivíduo, nas relações, na resolução de conflitos, etc. A preocupação e a ansiedade, que podem ou não ser usadas como sinônimas, fazem parte da vida de maneira natural. Porém, quando passam a ser constantes em graus mais elevados, não administrados e mal compreendidos, dá-se espaço para prejuízos diversos.

Gary Collins aborda a questão da ansiedade e traz a seguinte definição: “A ansiedade poderia ser definida como um sentimento íntimo de apreensão, mal-estar, preocupação, angústia e/ou medo, acompanhado de um despertar físico intenso”. Ainda informa que a mesma pode surgir como reação a um perigo específico, identificável ou imaginário.<sup>2</sup>

De uma perspectiva mais teológica, compreende-se a ansiedade como “aflição, inquietação, preocupação. Estado de angústia que induz o ser humano a projetar, no futuro, perigos irreais, nascidos, via de regra, das interrogações do dia a dia”.<sup>3</sup>

A palavra grega *μέριμνα* (*merimna*) faz parte de um grupo de outras palavras que têm o mesmo conjunto de significados da palavra “cuidado” em português, podendo ser entendida como cuidado no sentido de medo ansioso, cuidar de algo, ser ansioso, preocupado, tomar a responsabilidade por algo ou alguém. A partir dos estudos desta palavra no Novo Testamento, observa-se que o ensino sobre a ansiedade dirige-se de forma negativa no sentido de cometer o erro de negar o cuidado e o amor de Deus, e ainda positivamente no sentido do cuidado com as pessoas, compreendida como sadia preocupação com a igreja.<sup>4</sup>

Há também no Novo Testamento uma única referência (Lucas 10.41) em que a palavra grega *τυρβάζω* (*turbazo*) refere-se a alguém perturbado, aborrecido e

<sup>2</sup> COLLINS, G. R. *Aconselhamento cristão*. Tradução de Neyd Siqueira. São Paulo: Vida Nova, 1995. p. 51.

<sup>3</sup> ANDRADE, C. C. *Dicionário teológico*. Rio de Janeiro: CPAD, 2004. p. 49.

<sup>4</sup> GOETZMANN, J. Ansiedade. In: COENEN, Lothar; BROWN, Colin (Orgs.). *Dicionário internacional de teologia do Novo Testamento*. Tradução de Gordon Chown. 2. ed. São Paulo: Vida Nova, 2000. Vol. I, p. 149-151.

atormentado. Pode também a mesma relacionar-se com a ideia de tumulto.<sup>5</sup>

As duas palavras podem ser vistas juntas no texto de Lucas 10.41: “Respondeu o Senhor: “Marta! Marta! Você está preocupada *μεριμνώ* (*merimnao*) e inquieta *τυρβάζω* (*turbazo*) com muitas coisas”.

As realidades apresentadas por estas palavras fazem parte constante do ministério pastoral em que o líder carrega consigo a tentação de preocupar-se exageradamente com os cuidados da vida e se esquecer da provisão no Reino de Deus. Ele também pode desgastar-se pela constante preocupação com as tarefas ou com as pessoas as quais está cuidando. Observa-se ainda que o sentimento íntimo de angústia, mal-estar, inquietação e aflição poderá estender-se para complicações no próprio físico de uma pessoa.

Gary Collins ainda classifica a ansiedade de três formas: **aguda** (repentina, intensa e de curta duração); **crônica** (duradoura, com menor intensidade) e **neurótica** (envolvendo sentimentos intensamente exagerados e desproporcionais ao perigo - irreais).<sup>6</sup>

Um outro destaque relevante para a questão é o fato de que a ansiedade é “psicologicamente contagiosa. As pessoas ansiosas frequentemente tornam os outros ansiosos - inclusive o conselheiro que está tentando ajudar”.<sup>7</sup> Sendo assim, um líder ansioso tende a formar uma comunidade ansiosa, o que iria descredenciá-lo como líder. Também uma comunidade, ou mesmo uma única pessoa ansiosa, pode tornar um líder ansioso.

Esta ansiedade contagiosa já era reconhecida por Epicteto<sup>8</sup>:

Os pontos de vista e os problemas das outras pessoas podem ser contagiosos. Não pratique uma sabotagem contra si próprio adotando inconscientemente atitudes negativas e improdutivas pelo seu contato com outros.

Se você encontrar um amigo deprimido, um parente angustiado ou um colega de trabalho que passou por uma repentina mudança de sorte, tenha cuidado para não se sobrecarregar

<sup>5</sup> VINE, W. E.; UNGER, M. F.; WHITE, W. *Dicionário Vine*. Tradução de Luís Aron de Macedo. 2. ed. Rio de Janeiro: CPAD, 2003. p. 874.

<sup>6</sup> COLLINS, 1995, p. 51

<sup>7</sup> COLLINS, 1995, p. 57.

<sup>8</sup> A razão de citar o filósofo Epicteto deve-se ao fato do mesmo ser um dos filósofos que viveu no mesmo período de alguns dos discípulos de Jesus (mais ou menos entre 55 e 135 d.C.). Ele ensinou em Roma até o ano 94 d.C. e gastou sua vida na tentativa de encontrar respostas para uma vida feliz, virtuosa. Vários dos seus pensamentos podem ser relacionados com princípios das Escrituras acerca do procedimento moral, racional e emocional dos sujeitos. Epicteto também considerava fundamental a subordinação aos propósitos divinos.

com o aparente infortúnio. Lembre-se de que você deve saber distinguir entre os acontecimentos e a sua interpretação destes acontecimentos.<sup>9</sup>

Ao se compreender a ansiedade como este sentimento íntimo com consequências - que se estendem para o físico quando a mesma ocorre em graus elevados - compreende-se também a importância e a necessidade de que um líder possa administrar adequadamente esta realidade em sua vida. De fato, a ansiedade não pode ser evitada, apenas administrada para que não se torne prejudicial e possa existir enquanto algo positivo em termos de cuidado delimitado de outras pessoas.

Como a proposta desta reflexão parte do desejo de identificar a ansiedade ou preocupação no contexto do pastoreio ou exercício de liderança espiritual, segue-se o estudo que tenta compreender um pouco mais sobre alguns elementos geradores de tensão e ansiedade no contexto do ministério pastoral.

## 2. MINISTÉRIO PASTORAL: A ANSIEDADE E/OU PREOCUPAÇÃO

Peterson considera a realidade que envolve manter uma espiritualidade sábia para atender a vocação do líder espiritual:

É necessário admitir que as condições nas quais alcançamos uma espiritualidade para nossa vocação - um interior adequado ao exterior - não são nada simpáticas. Nossas vocações são atormentadas, de um lado, por apetites consumistas, e, de outro, por uma mentalidade mercadológica.<sup>10</sup>

Manter-se digno de exercer uma vocação espiritual é lidar com desafios diários. As ansiedades e preocupações se alternam entre realidades interiores e exteriores na vida de líderes espirituais. É nestes contextos que a ansiedade ocupa espaço para se desenvolver e tomar proporções que trazem prejuízos.

Antonio Carlos Barro, doutor em missiologia, aborda a dinâmica interior que envolve a vida daqueles que aceitam o desafio do ministério pastoral descrevendo que:

O ministério pastoral, como tudo no reino, existe para a glória de Deus, e acontece no *retraiamento voluntário do poder* e da vaidade pessoal, perseguindo, outrossim, o caminho da cruz e do serviço, como fez o pastor dos pastores, Jesus, 'que, embora sendo Deus, não considerou que o ser igual a Deus era algo que devia apegar-se; mas esvaziou-se a si mesmo, vindo a ser servo,

<sup>9</sup> EPICTETO. *A arte de viver: uma interpretação de Sharon Lebell*. Tradução de Maria Luiza Newlands da Silveira. Rio de Janeiro: Sextante, 2006. p. 27.

<sup>10</sup> PETERSON, E. H. *A vocação espiritual do pastor: redescobrimo o chamado ministerial*. Tradução de Carlos Oswaldo Cardoso Pinto. São Paulo: Mundo Cristão, 2006. p. 15.

tornando-se semelhante aos homens' (cf. Fp 2.6,7).<sup>11</sup>

O ministério pastoral não acontece apenas em um ato, mas num constante retraimento voluntário do poder e da vaidade pessoal, condição suficiente para definir um estado contínuo propenso à ansiedade na vida do líder pelas questões interiores e exteriores do indivíduo.

As lutas interiores e exteriores que envolvem o ministério pastoral não são ignoradas no testemunho de personagens bíblicos. Este é um dos comentários de Charles Swindoll ao mencionar o texto bíblico de 2 Coríntios 4.5-7 e destacar a palavra “perplexidade”:

E Paulo segue dizendo que há vezes em que o servo de Deus se encontra perplexo, confuso. Interessante observar que os termos gregos que entram na formação desta palavra significam ‘sem caminho’. É uma imagem de confusão, de uma pessoa que não sabe onde e nem a quem pode pedir socorro. Ainda incluídas no significado deste temor estão as ideias de falta de recursos, sentimento de vergonha e de dúvida quanto à medida a ser tomada. Temos a expressão ‘estar confuso’, que descreve com precisão esta sensação de incerteza. Mas há mais.<sup>12</sup>

Assim como Paulo foi reconhecidamente um líder usado por Deus que não estava imune aos conflitos interiores e exteriores, também em nossos dias esta é uma realidade no ministério de líderes espirituais. A ansiedade e a preocupação predominam, trazendo muitas vezes confusão pessoal.

O cuidador comprometido com sua tarefa não consegue ficar sem cuidar. Mas o cuidar de outros exige cuidado de si próprio, conforme afirma Peterson:

Em nossa ânsia de sermos compassivos para com outros e suprimos suas necessidades, equipando-os com uma espiritualidade adequada a seu discipulado, não devemos esquecer de levar a sério nossas próprias dificuldades, a fim de que não sejamos desqualificados após oferecermos salvação a outros.<sup>13</sup>

Cuidar de outros exige cuidar de si também. Isso significa reconhecer que, apesar de todos os incentivos que um líder espiritual recebe para pensar mais de si, ou sobre si, do que de fato é, ele permanece humano e vulnerável, como podemos perceber ainda nas palavras de Charles Swindoll:

[...] O Servo genuíno, por mais útil, santo, altruísta e admirável

<sup>11</sup> KOHL, M. W.; BARRO, A. C. (Org.). *Ministério pastoral transformador*. Londrina: Descoberta, 2006. p. 8.

<sup>12</sup> SWINDOLL, C. *Eu, um servo?* Belo Horizonte: Betânia, 1993. p. 193.

<sup>13</sup> PETERSON, 2006, p. 15.

que seja, é humano e está sujeito aos mesmos perigos que as outras pessoas enfrentam. Não possuindo poderes especiais em si mesmo, como já observamos, ele luta com os problemas de cada dia... e, de forma especial, é vulnerável aos perigos sutis que podem facilmente derrubá-lo [...].<sup>14</sup>

De fato, para não ser atingido se faz necessário reconhecer as próprias limitações humanas. Neste mesmo sentido, Elsy Regina S. de Carvalho comenta:

Quem sabe exista também entre alguns de nós a falsa crença de que os nossos guias são 'intocáveis' e meio 'primos-irmãos' da perfeição. Por alguma razão pensamos que eles já alcançaram uma certa maturidade cristã e que estão 'vacinados' contra o pecado, a queda moral ou coisas desse tipo. Consideramos que eles são muitos 'maduros' no Senhor e, por isso, já não se encontram expostos às tentações com as quais nós, os 'mortais', nos deparamos.<sup>15</sup>

Mesmo diante da pressão de outras pessoas, o líder espiritual precisa aprender a reconhecer suas próprias limitações e não se ver como um "super-homem".

Esta é uma questão de profunda seriedade e requer firmeza de atitude para que haja mudança nos padrões de comportamento dos líderes. Adriana Thomé faz ainda a seguinte consideração sobre esta questão:

Creio que quando os trabalhadores eclesiais se conscientizarem da sua natureza humana, as barreiras e os receios de expressarem suas necessidades sem o sentimento de 'ser menos espiritual', ou de 'estar mais longe de Deus' se romperão e esses poderão expressar suas alegrias e suas dores sem medo.<sup>16</sup>

O romper com este estereótipo de supercrente que o líder espiritual carrega é um dos maiores desafios que está diante dele. Este passo seria uma grande oportunidade para dar evasão à constante ansiedade que carrega diariamente no ministério.

Ao tentar definir as responsabilidades básicas de um pastor, John MacArthur cita, a partir das cartas aos Tessalonicenses, que o mesmo deve orar, evangelizar, capacitar, defender, amar, labutar, exemplificar, liderar, alimentar, vigiar, alertar, ensinar, exortar, encorajar, corrigir, confrontar e resgatar.<sup>17</sup>

Considerando as exigências quanto à função pastoral somente a partir destas responsabilidades básicas, por si só elas seriam suficientes para compreender o quão

<sup>14</sup> SWINDOLL, 1983, p. 154

<sup>15</sup> KOHL, M. W.; BARRO, A. C. (Org.) *Liderança transformadora*. Londrina: Descoberta, 2006. p. III.

<sup>16</sup> KOHL; BARRO, 2006c, p. 159.

<sup>17</sup> MacARTHUR Jr., J. *Redescobrimo o ministério pastoral*. Rio de Janeiro: CPAD, 1998. p. 33.

ansiosa pode ser a caminhada do líder espiritual por causa das cobranças que estão sobre ele, sobre sua função.

Peterson fala sobre a carga que sentiu a partir das exigências ministeriais depois de anos de ministério, dizendo que: “A ideia de um período sabático teve origem num estímulo duplo: fadiga e frustração. Eu estava cansado”.<sup>18</sup>

O desgaste ministerial é real e as tensões produtoras de ansiedade tornam-se ainda muito mais elevadas nos contextos de sofrimento:

Não é fácil para os pastores enfrentar o problema da dor em suas congregações. Pequenas grandes tragédias assolam os rebanhos. Leões, ursos e Golias ameaçam os campos de pasto e de guerra. Lobos vorazes causam temores por dentro e por fora [...].<sup>19</sup>

O líder espiritual se vê constantemente numa posição de enfrentamento dos mais diversos desafios que lhe são impostos para defender, tratar e alimentar seu rebanho.

Peterson complementa:

Entre outras coisas, o trabalho pastoral é a decisão de lidar, nos termos mais íntimos e pessoais, com o sofrimento. Não significa que vamos tentar encontrar formas de minimizar a dor ou caminhos que a evitem. O interesse maior não é tentar explicar o sofrimento, nem procurar uma cura para ele. A tarefa do pastor é envolver-se no sofrimento. É uma decisão consciente e deliberada de mergulhar na experiência dos que sofrem.<sup>20</sup>

É esta uma das realidades do ministério que traz sobrecarga para o líder. Ele está sempre exposto, ajudando a carregar fardos produtores de ansiedade.

Ronaldo Sather-Rosa, ao definir as matrizes formadoras do presente *ethos* cultural, as quais compreendem realidades em que o ministério pastoral está inserido e articula-se, aborda a realidade de um tempo de impermanências em que as relações afetivas são facilmente rompidas, a cultura das sensações caracterizando-se pela superficialidade cultural focada nas aparências, o desemprego gerador de insegurança e competição, as desigualdades promovendo exclusão social e a competição que estimula de forma crescente o individualismo.<sup>21</sup>

<sup>18</sup> PETERSON, E. H. *O pastor contemplativo: voltando à arte do aconselhamento espiritual*. Tradução de Neyd Siqueira. Rio de Janeiro: Textus, 2002. p. 164.

<sup>19</sup> GOMES, W. M. *Psicologização no púlpito e relevância na pregação*. *Fides Reformata*, Curitiba, 2005, n. 1. p. 14.

<sup>20</sup> PETERSON, E. H. *O pastor que Deus usa: o trabalho pastoral segundo a Palavra de Deus*. Tradução de Cláudia Ziler Faria. Rio de Janeiro: Textus, 2003. p. 139-140.

<sup>21</sup> SATHLER-ROSA, R. *Cuidado pastoral em tempos de insegurança: uma hermenêutica contemporânea*. São Paulo: ASTE, 2004. p. 18-25.

Pode-se com certeza dizer que “relações afetivas rompidas”, “superficialidade cultural focada nas aparências”, “desemprego”, “desigualdade” e “competição” também são realidades nas quais o líder não apenas lida acerca de si mesmo, mas coloca-se como um ajudador “incansável” de muitos outros. Se o fardo é pesado para uma única pessoa, imagina-se o quadro de alguém que carrega os seus e também o de outros ao mesmo tempo.

Assim, o retraimento voluntário, a perplexidade, a vulnerabilidade humana, as responsabilidades básicas, o envolvimento com situações de sofrimento e as atuais exigências ministeriais e sociais são realidades citadas como exemplo na produção de ansiedade e preocupação intensa e constante no ministério pastoral. Com certeza outras áreas de atuação igualmente lidam com diversos elementos, mas aqui considera-se a realidade do líder espiritual.

### 3. TRATANDO DA ANSIEDADE E/OU PREOCUPAÇÃO NO MINISTÉRIO PASTORAL

Lidar com a ansiedade não é apenas um desafio, mas uma recomendação importante para os líderes espirituais. Shedd comenta que:

Um dos mandamentos menos observados pelos filhos de Deus é o de não permitir que a ansiedade sobre coisa alguma penetre no coração (v.6). Talvez você seja semelhante a uma panela de pressão que à medida que as circunstâncias se tornam mais e mais quentes, a pressão aumenta. [...] Descontentamento se externa com reclamação e queixumes. Mas, reprimindo no coração, poderá levar a uma explosão com consequências incalculáveis.<sup>22</sup>

Não se pode ignorar a problemática da ansiedade ou preocupação, pois a mesma requer um tratamento para que o exercício de uma liderança espiritual seja eficaz.

Francisco Lotufo Neto diz que “Uma pessoa com mente saudável deve ser capaz de pensar com clareza, resolver os diversos problemas de sua vida, manter bons relacionamentos com os amigos, colegas e familiares, sentir bem-estar espiritual, ser feliz e capaz de trazer felicidade à vida dos outros”.<sup>23</sup>

Epicteto, filósofo estoico, ao considerar o mundo interno e externo de cada sujeito, diz acerca de uma vida feliz e virtuosa que:

[...] se você achar que tem domínio total sobre coisas que

<sup>22</sup> SHEDD, R. P. *Alegrai-vos no Senhor: uma exposição de Filipenses*. São Paulo: Vida Nova, 1988. p. 109.

<sup>23</sup> KOHL, M. W.; BARRO, A. C. (Org.) *Aconselhamento cristão transformador*. Londrina: Descoberta, 2006. p. 67.

estão naturalmente fora de seu controle, ou se tentar assumir as questões de outros como se fossem suas, sua busca será distorcida e você se tornará uma pessoa frustrada, ansiosa e com tendência a criticar os outros.<sup>24</sup>

Acaso não seria esta a realidade prática de muitos líderes espirituais, que se encontram frustrados, ansiosos e numa postura tremendamente crítica? Para lidar com estas e outras realidades em torno da preocupação e ansiedade, aprofunda-se a temática no contexto bíblico.

Collins diz que na Bíblia o conceito de ansiedade “é usado de dois modos, como aflição ou angústia e como um sentimento sadio de preocupação”.<sup>25</sup> Isto resume a compreensão acerca da ansiedade, mas a partir dos textos bíblicos pode-se enriquecer e detalhar melhor procedimentos práticos para o líder lidar com as ansiedades e preocupações.

Na Bíblia observamos alguns caminhos para sua compreensão e tratamento. A linguagem veterotestamentária explícita nos salmos em relação ao estado de ansiedade aponta continuamente para a confiança em Deus como ponto fundamental para o tratamento, exatamente como se expressa no Salmo 25.17, onde o salmista diz: “As angústias do meu coração se multiplicaram; liberta-me da minha aflição”.

Em relação à confiança em Deus, Collins adverte que:

Às vezes tal confiança leva a uma negação da realidade, a uma recusa em aceitar responsabilidades, ou a um modo de pensar rígido que impede, no final, a pessoa de adaptar-se às modificações ocorridas. Em contraste a Bíblia encoraja o confronto realista dos problemas e a flexibilidade na tomada de decisões.<sup>26</sup>

Confiar em Deus, então, não significa negar os problemas, mas encará-los com fé, com sabedoria, tendo os princípios bíblicos como norteadores. Estes princípios não precisam e nem devem ser distorcidos, mas permitem diversas aplicações práticas que requerem do líder a capacidade de flexibilização.

Em Mateus 6.25 Jesus exorta os discípulos para que não sejam ansiosos. A ansiedade deve ser substituída pela confiança em Deus como provedor (Mateus 6.30). Jesus confirma que cada dia traz os seus cuidados (Mateus 6.34) e que não se deve dar lugar a um sofrimento antecipado. A sabedoria para julgar os pensamentos e sentimentos considerando a temporalidade dos fatos é um exercício constante na

<sup>24</sup> EPICTETO, 2006, p. 14.

<sup>25</sup> COLLINS, 1995, p. 52.

<sup>26</sup> COLLINS, 1995, p. 60.

vida de um líder espiritual.

Com a palavra “preocupar-se” o Senhor refere-se não ao “prover”, mas ao angustiar-se medroso, cismado e atormentado.<sup>27</sup> A atitude que deve ocupar o lugar desta ansiedade é a consideração acerca das verdades sobre Deus e o Seu Reino, o qual deve ser buscado em primeiro lugar (Mateus 6.33).

Friesen observa que é possível “tentar resolver alguma ansiedade com racionalizações, tentando explicar as coisas logicamente, sem levar em conta as minhas emoções. A este processo se dá o nome de racionalização”.<sup>28</sup> Mas a proposta de considerar Deus e o Seu Reino permite que estas racionalizações não sejam mecânicas, mas frutos de uma realidade espiritual e relacional na qual o sujeito está profundamente comprometido, fazendo parte.

Outro quadro de ansiedade está em Mateus 10.19. Neste contexto, Jesus fala sobre seus discípulos presos e tendo que responder às autoridades. Neste sentido, eles não deveriam ficar ansiosos quanto ao que falar, pois a provisão das palavras também virá da parte de Deus, ou seja, Deus, através do Espírito, irá orientá-los sobre o que dizer. Mais uma vez, a confiança em Deus deve ocupar o lugar da ansiedade.

O discípulo não está sozinho diante de seus juízos terrenos, mas vem acompanhado de um advogado de direito. Esse advogado é o *Paraclete*, o Espírito Santo (cf Mt 6.25).<sup>29</sup>

Em Lucas 10.41 há um quadro de plena ansiedade: Marta é vista por Jesus como inquieta (*merimnao*) e preocupada (*turbazo*) com muitas coisas. Esta é a única ocorrência da palavra *τurbάζω* (*turbazo*) no NT, indicando uma desordem nos pensamentos. O conselho de Jesus incita Marta a fazer uma avaliação de prioridades, um julgamento daquilo que se classifica como mais importante, e então dar atenção a estas prioridades.

Tom Ascol menciona uma prática relevante:

Sempre pergunto às pessoas que aconselho: ‘Em ordem de prioridades, para o que Deus chamou você?’ É uma pergunta bastante esclarecedora, porque conduz a pessoa a avaliar sua vida com base naquilo que é mais importante. De tempos em tempos, faço esta pergunta a mim mesmo e vejo que isto me ajuda a lutar por equilíbrio em minha maneira de viver.<sup>30</sup>

<sup>27</sup> RIENECKER, F. *Evangelho de Mateus: comentário esperança*. Tradução de Werner Fuchs. Curitiba: Esperança, 1998. p. 113.

<sup>28</sup> FRIESEN, A. *Cuidando do ser: treinamento em aconselhamento pastoral*. Curitiba: Esperança, 2000. p. 214.

<sup>29</sup> RIENECKER, 1998, p. 179.

<sup>30</sup> ASCOL, T. K. *Amado Timóteo: uma coletânea de cartas ao pastor*. Tradução de Maurício Fonseca dos Santos Junior. São José dos Campos: Fiel, 2005. p. 22.

Assim, a definição de prioridades para o líder espiritual é fundamental para a redução da ansiedade. Se algo tiver que ficar sem ser feito, que não seja aquilo que é essencial. Isto reduzirá as problemáticas decorrentes da ausência das prioridades. É algo aparentemente simples, porém facilmente ignorado.

Em 1 Coríntios 7.32-34 Paulo fala da ansiedade no contexto da relação matrimonial - os diversos cuidados ou preocupações determinados por diferentes relações ou relacionamentos. Paulo indica que a vida é marcada por cuidados e preocupações que estão vinculados às relações que se mantêm. Elas fazem parte de um pacote de escolhas e devem ser reconhecidas e administradas de forma coerente com cada realidade. Estes cuidados são apresentados como naturais, pertencentes a cada tipo de relação.

Na mesma carta, Paulo usa a palavra “cuidado” caracterizando o relacionamento dos membros do corpo de Cristo (igreja), conforme 1 Coríntios 12.25. Aqui a “ansiedade” - melhor compreendida como uma sadia preocupação ou cuidado - é vista como uma virtude. Ela está vinculada à compreensão das relações existentes dentro da igreja. Este cuidado para com os membros da igreja é exemplificado em Filipenses 2.20, onde Paulo menciona o cuidado ou preocupação que Timóteo tem pelos cristãos. É uma preocupação sadia e amorosa de pessoas comprometidas pelas verdades do Reino de Deus. Esta preocupação é exigente, mas, muito longe de ser prejudicial, é benéfica.

Em Filipenses 4.6 há novamente uma exortação para que os cristãos não sejam ansiosos por coisa alguma, antes, através das orações, súplicas e gratidão, devem apresentar seus pedidos a Deus. Evidentemente esta ansiedade ou preocupação não deve fazer parte da vida dos cristãos porque se constitui em algo prejudicial, contrário à fé. Por isso, o tratamento se dá através da oração, elemento fundamental do relacionamento com Deus.

Shedd fortalece a importância da oração ao afirmar que: “Uma vida eficaz de oração não é uma coisa opcional para qualquer cristão; sua omissão é impensável para todo líder”.<sup>31</sup>

Em síntese, observamos que a resposta para a ansiedade na Bíblia, especificamente no Novo Testamento, se estabelece a partir da confiança na provisão divina, da sabedoria para julgar pensamentos e sentimentos a seu tempo, do reconhecimento de prioridades na vida, da sua existência natural a partir das escolhas relacionais, do

<sup>31</sup> SHEDD, R. P. A oração e o preparo de líderes cristãos. Tradução de Milton A. Azevedo. São Paulo: Shedd, 2001. p. 42.

seu contexto como prática virtuosa e no exercício da oração, súplica e gratidão diante de Deus.

O tratamento da ansiedade é observado a partir de uma lista de conceitos e procedimentos reconhecidos na vida de muitos líderes: confiança, sabedoria emocional, estabelecimento de prioridades, compreensão acerca dos relacionamentos, desenvolvimento de virtudes e a prática da oração – relação dinâmica e ampla com Deus. Elas constituem em sua relação um eixo através do qual a ansiedade se articula. A forma como estas realidades são tratadas dão origem ou não à ansiedade na vida dos líderes espirituais. Esta ansiedade poderá ter caráter positivo ou negativo, dependendo da maneira como os conceitos ou procedimentos são tratados e exercidos no dia a dia da vida do líder.

E por fim, ainda pensando no tratamento das preocupações e ansiedades, destaca-se que Santos, em seu artigo intitulado “Quem cuida dos cuidadores?”, retrata, entre vários aspectos, a necessidade real de cuidados para líderes espirituais: a importância de investimento na família, do trabalho com produtividade e reconhecimento, e o singular valor das amizades para compartilhamento.<sup>32</sup> Ou seja, bons relacionamentos e satisfação naquilo que está fazendo. Observa-se que a orientação bíblica e as reflexões dela derivadas trazem importantes subsídios para que o líder espiritual possa lidar com a ansiedade e preocupação no dia a dia, podendo obter resultados mais positivos para a vida e o ministério.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como observado até o momento, a preocupação ou ansiedade pertence à esfera humana, através da qual se evidenciam as próprias limitações do ser humano em relação aos cuidados pessoais e de outros.

A preocupação ou ansiedade pode assumir caráter positivo ou negativo, dependendo dos vínculos que possui. Positivo quando observada como virtude - tendo caráter de uma preocupação natural, sadia - neste sentido dependente de Deus e do Seu Reino. Negativo, quando provoca malefícios ao indivíduo em sua vida e, neste sentido, constituída a partir da ausência da fé e da sabedoria necessária para lidar consigo e com os outros.

O ministério pastoral (ou o exercício de liderança espiritual) é marcado por realidades promotoras de ansiedade, tanto da perspectiva interna do sujeito quanto

<sup>32</sup> SANTOS, C. O. Quem cuida dos cuidadores? *Psicoteologia*, São Paulo, n. 47, p. 27-32, 2 Sem. 2010. p. 27-32.

da perspectiva externa, referente à práxis ministerial.

A resposta bíblica para a questão traz tratamentos significativos, perpassando a valorização da relação com Deus, virtudes e habilidades racionais, emotivas e relacionais como fundamentais na prevenção e tratamento da preocupação e ansiedade.

A habilidade do líder espiritual em lidar com a preocupação ou ansiedade poderá promover qualidade de vida e capacitação para o exercício de seu ministério. A desconsideração deste tratamento é negativa e promotora de diversas problemáticas que se configuram em problemas ainda maiores.

A presente reflexão não esgota de maneira alguma a temática, mas instiga outras pesquisas para compreensão e tratamento desta esfera na vida de pessoas comprometidas em cuidar de outras pessoas, deixando explícito que quem cuida de outros também precisa de cuidados e principalmente dos cuidados de Deus. Ou, como se lê: “Portanto, humilhem-se debaixo da poderosa mão de Deus, para que ele os exalte no tempo devido. Lancem sobre ele toda a sua ansiedade, porque ele tem cuidado de vocês” (1 Pe 5.6-7).

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, C. C. *Dicionário teológico*. Rio de Janeiro: CPAD, 2004.

ASCOL, T. K. *Amado Timóteo: uma coletânea de cartas ao pastor*. Tradução de Maurício Fonseca dos Santos Junior. São José dos Campos: Fiel, 2005.

COENEN, Lothar; BROWN, Colin (Orgs.). *Dicionário internacional de teologia do Novo Testamento*. Tradução de Gordon Chown. 2. ed. São Paulo: Vida Nova, 2000. 2 vol.

COLLINS, G. R. *Aconselhamento cristão*. Tradução de Neyd Siqueira. São Paulo: Vida Nova, 1995.

EPICTETO. *A arte de viver: uma interpretação de Sharon Lebell*. Tradução de Maria Luíza Newlands da Silveira. Rio de Janeiro: Sextante, 2006.

FRIESEN, A. *Cuidando do ser: treinamento em aconselhamento pastoral*. Curitiba: Esperança, 2000.

GOMES, W. M. *Psicologização no púlpito e relevância na pregação*. Fides Reformata, Curitiba, 2005, n. 1.

KOHL, M. W.; BARRO, A. C. (Org.) *Aconselhamento cristão transformador*. Londrina: Descoberta, 2006a.

\_\_\_\_\_. *Ministério pastoral transformador*. Londrina: Descoberta, 2006b.

\_\_\_\_\_. *Liderança transformadora*. Londrina: Descoberta, 2006c.

MacARTHUR Jr, J. *Redescobrimo o ministério pastoral*. Rio de Janeiro: CPAD, 1998.

PETERSON, E. H. *O pastor contemplativo: voltando à arte do aconselhamento espiritual*. Tradução de Neyd Siqueira. Rio de Janeiro: Textus, 2002.

\_\_\_\_\_. *O pastor que Deus usa: o trabalho pastoral segundo a Palavra de Deus*. Tradução de Cláudia Ziler Faria. Rio de Janeiro: Textus, 2003.

\_\_\_\_\_. *A vocação espiritual do pastor: redescobrimo o chamado ministerial*. Tradução de Carlos Oswaldo Cardoso Pinto. São Paulo: Mundo Cristão, 2006.

SANTOS, C. O. Quem cuida dos cuidadores? *Psicoteologia*, São Paulo, n. 47, p. 27-32, 2 Sem. 2010.

SATHLER-ROSA, R. *Cuidado pastoral em tempos de insegurança: uma hermenêutica contemporânea*. São Paulo: ASTE, 2004.

SHEDD, R. P. *Alegrai-vos no Senhor: uma exposição de Filipenses*. São Paulo: Vida Nova, 1988.

\_\_\_\_\_. *A oração e o preparo de líderes cristãos*. Tradução de Milton A. Azevedo. São Paulo: Shedd, 2001.

RIENECKER, F. *Evangelho de Mateus: comentário esperança*. Tradução de

Werner Fuchs. Curitiba: Esperança, 1998.

SWINDOLL, C. **Eu, um servo?** Belo Horizonte: Betânia, 1993.

VINE, W. E.; UNGER, M. F.; WHITE, W. **Dicionário Vine**. Tradução de Luís Aron de Macedo. 2. ed. Rio de Janeiro: CPAD, 2003.