

**SOZINHO COMPLICA!**  
Marcelo Madeira | IBMAAlphaville  
07.03.10

Estamos desenvolvendo em fevereiro e março, o tema *Excesso de bagagem – Deixando de pagar pelo que você não precisa levar*.

O pr. Sidney já falou nos domingos anteriores a respeito do peso do controle, e do peso da ansiedade. Hoje quero falar um pouco a respeito do **isolamento**. Da nossa tentativa equivocada de vivermos sozinhos. Quais suas implicações, e a alternativa do Senhor para nós.

Leiamos o Salmo 23, que tem sido o texto base desta série.

*O Senhor é o meu pastor; de nada terei falta.*

*Em verdes pastagens me faz repousar e me conduz a águas tranqüilas; restaura-me o vigor.*

*Guia-me nas veredas da justiça por amor do seu nome.*

*Mesmo quando eu andar por um vale de trevas e morte, não temerei perigo algum, pois tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me protegem.*

*Preparas um banquete para mim à vista dos meus inimigos. Tu me honras, unguendo a minha cabeça com óleo e fazendo transbordar o meu cálice.*

*Sei que a bondade e a fidelidade me acompanharão todos os dias da minha vida, e voltarei à casa do Senhor enquanto eu viver.*

Sempre me chamou muita atenção a Seleção Brasileira de Vôlei, sob o comando do técnico Bernadinho. Como eles conseguem tantas conquistas? Como eles se mantêm unidos por tanto tempo? De 2001 a 2006 foram 21 títulos, 17 primeiros lugares, 3 segundos e 1 terceiro.

Foi aí que li o livro do próprio Bernadinho – Transformando suor em ouro, e me deparei com relatos bem interessantes, de como ele sempre comandou suas equipes. Entre eles, um me veio a mente esses dias. A de que ele trabalha para que a autoconfiança dos jogadores não se transforme em auto-suficiência.

Fiquei pensando nisso... E concluí que realmente autoconfiança é bom, afinal, significa acreditar em si mesmo, mas, a auto-suficiência é prejudicial, já que significa acreditar somente em si mesmo, e desta forma, nos isolamos.

Tendemos ao isolamento e, conseqüentemente à carga e sobrecarga decorrentes dele. Tendemos ao isolamento por causa da:

- **Culpa** <sup>(\*)</sup>, que nos leva a uma autocondenação.
- **Vergonha** <sup>(\*)</sup>, que significa aliarmos um senso de incapacidade ao erro cometido.
- **Desconfiança**. Desconfiamos das pessoas após sermos decepcionados e machucados.

Aí falamos: agora sou eu e eu.

Mais do que a tendência que temos de nos isolar, penso que devemos refletir a respeito da **impossibilidade** de vivermos isolados, sozinhos, ou por conta própria. E vejo que Davi chegou a essa conclusão (v.3: *Guia-me pelas veredas da justiça por amor do teu nome*). Ele pede para o Senhor o guiar. Ele fala “eu não vou conseguir caminhar por caminhos justos (veredas da justiça), corretos e bons, sozinho. Preciso que o Senhor me conduza. Temos de ir juntos. Sozinho não vai dar certo, vou me perder, vou me machucar todo”.

Penso que ele chegou a essa conclusão, de que sozinho não dá, quando percebeu sua **fragilidade**. Davi assume que é frágil, que não tem condições de ir em frente sozinho.

Mas como posso concluir que ele enxergou sua fragilidade? No v. 1, quando ele afirma que o Senhor é o pastor dele. Ele com isso afirma: Deus, eu sou uma ovelha. Deus, eu quero ser a tua ovelha.

Lembremos que quem falou isso foi um especialista no assunto. Davi conhecia como poucos as atribuições de um pastor, assim como, as características das ovelhas. Então, quando

ele se coloca debaixo dos cuidados do Deus/Pastor, ele assume sua fragilidade. A característica mais marcante das ovelhas é ser frágil.

Nossa dificuldade muitas vezes de assumir nossa fragilidade, é por conta de confundirmos fragilidade com fraqueza. Fragilidade é uma coisa, fraqueza é outra.

Davi não era fraco, mas, era frágil. Davi não foi fraco diante de um leão. Ele lutou e venceu o leão. Só que foi frágil diante de uma mulher que não era sua. Ele nem lutou e perdeu.

Não confundamos fragilidade com fraqueza. Fragilidade tem a ver com delicadeza, pouca estabilidade. E o que é delicado e instável requer cuidados, atenção, condução e pastoreio.

A ovelha é frágil, dócil, inocente. Ela não sabe se proteger, e nem tem noção do perigo. Um animal deste tem condição de viver isolado? Uma pessoa assim pode caminhar sozinha? Tem condições de viver isolada?

Quero fazer quatro considerações, e com elas eu encerro:

### **1. Estamos em construção**

“Somos seres inacabados”, como disse Paulo Freire. Não estamos prontos, temos lacunas, buracos. Todos nós temos questões a serem resolvidas, tratadas. Não existe super-crente.

### **2. Deus sempre nos acolherá**

Não duvidemos de que ele será sempre o nosso pastor. Tragamos tudo diante dele. O que há de melhor e pior em nós. Não há motivos para escondermos nada. Ele jamais vai nos rejeitar, pelo contrário, sempre nos acolherá e cuidará de nós.

### **3. Temos de querer**

Ter a Deus como pastor é uma opção, nunca uma obrigação. Se colocar como ovelha frágil e dependente é uma escolha. E caso não tenhamos força e disposição para isso, oremos: Senhor, nós queremos querer. Faça-nos querer!

### **4. Caminhemos com pessoas confiáveis**

Gosto da frase que diz que *no cristianismo nada é individual, a salvação é pessoal, e a vida cristã é comunitária*. Vamos juntos! Decididamente sozinho é impossível.

Que o Pai nos ajude a nos livrarmos do peso do isolamento, e recebamos seu acolhimento pastoral, que ocorre inclusive, em comunidade. Amém!

*(\*) A Tânia Campos desenvolveu muito bem as questões da culpa e da vergonha, no texto que ela escreveu para a pastoral do nosso boletim de hoje (texto segue abaixo). Vale à pena ler...*

## **ISOLAMENTO – Uma tentativa de resolver tudo sozinho**

Desde Adão e Eva observamos o isolamento como defesa para lidar com a própria percepção de fracasso: após terem percebido que falharam, procuraram se esconder de Deus. Todos nós, seres humanos, possuímos essa mesma tendência. Nos isolamos para resolvermos nossos problemas, nos retiramos do relacionamento com Deus e com as pessoas e tentamos dar conta sozinhos.

O isolamento pode ser um afastamento físico ou apenas acontecer internamente. Algumas vezes preferimos esquecer, não pensar, talvez procurar algum alívio ou distração... Uma das causas do isolamento podem ser os sentimentos de culpa e vergonha que se infiltram, formando uma barreira invisível. O sentimento de culpa saudável tem como função nos levar a fazer reparações

pelos danos decorrentes de nossos erros. Ele nos ajuda a nos tornarmos pessoas melhores e convivermos melhor uns com os outros. No entanto, ele pode se transformar em autocondenação, quando temos dificuldade para nos perdoar e para receber o perdão de Deus. A autocondenação não permite que respondamos adequadamente ao amor de Deus por nós.

O sentimento de vergonha é um pouco diferente do de culpa. Ele surge não apenas por fazermos algo errado, mas quando associamos esse erro a um defeito em nossa pessoa. Aquele erro me diz algo negativo sobre quem sou, meu valor, capacidade e dignidade. Se eu acredito que preciso acertar sempre para provar meu valor, provavelmente tentarei lutar **sozinho** para demonstrar minha capacidade.

Pelo ensino bíblico sabemos que Deus não pensa e sente como nós. Deus nos vê por inteiro, tanto os erros como os acertos. Nossas qualidades e nossos defeitos. Sua visão é equilibrada e realista. Nossos erros não diminuem o valor que temos para Deus. Ele não nos procura para fazer acusações, mas para nos restaurar. Quando contamos com Sua ajuda, nos livramos da bagagem desnecessária.

Quando conseguimos superar o temor de sermos expostos e lidar com os sentimentos de culpa e vergonha adequadamente, também podemos encontrar apoio em relacionamentos confiáveis. A bíblia ensina que precisamos disso para nosso crescimento. Permanecendo isolados, nosso crescimento fica estancado em determinadas áreas.

Seguir o caminho da autosuficiência, do isolamento e da sobrecarga é nossa tendência natural. Nosso desafio, porém, é deixar que Deus nos transforme em pessoas mais humildes, interdependentes, que não se achem melhores ou piores, mas que se tratem com justa estima, que procurem colaborar ao invés de competir, para que assim possam servir não para obter merecimento, mas pela motivação certa – o amor saudável.

***Tania Campos – Psicoterapeuta - Líder do Celebrando a Recuperação na IBMAIphaville***