



**PABLO CANALIS**

A espiritualidade e o equilíbrio emocional do pastor são interdependentes

**PROFECIA**

A complexidade de Apocalipse 17 e suas diferentes interpretações no contexto adventista

**DISCIPULADO**

O que podemos aprender com o exemplo singular de João Batista

# Ministério

Uma revista para pastores e líderes de igreja

Exemplar avulso: R\$ 16,28



## SAÚDE EMOCIONAL

Precisamos conversar sobre isso

JUL-AGO • 2019

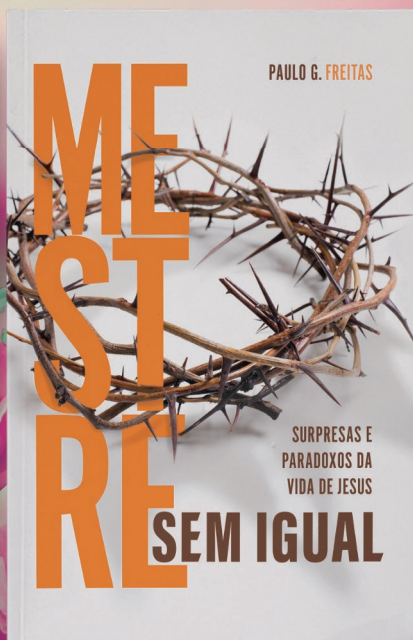


# NOVIDADES

TEMOS

UMA SELEÇÃO DE LIVROS  
PRA TODA A VIDA!

MKT CPB | Adobe Stock



cpb.com.br | 0800-9790606 | CPB livraria | WhatsApp 15 98100-5073  
Pessoa jurídica/distribuidor 15 3205-8910 | atendimento@cpb.com.br



# Passos para o abismo

A ponte Newton Navarro é um importante acesso entre a Zona Norte e Sul de Natal, RN. Com quase três quilômetros de extensão, 22 metros de largura e 55 metros de altura em seu vão central, essa ponte estaiada rapidamente se tornou uma das atrações turísticas da capital do estado. Ultimamente, porém, a obra de engenharia se destacou nos meios de comunicação por outro motivo.

Há pouco tempo, uma iniciativa liderada por um pastor chamou atenção para um problema recorrente no local: o número de pessoas que vão até lá a fim de tirar a própria vida. O projeto visa manter uma escala de voluntários dispostos a conversar com essas pessoas, consolá-las em suas dores e convencê-las a desistir dessa ideia fatal. Antes de completar um mês de funcionamento, cerca de 100 pessoas foram salvas por meio desse trabalho.

Esses números ilustram uma verdade incômoda: as pessoas estão cada vez mais frágeis emocionalmente, a ponto de recorrerem a um ato extremo para amenizar a própria dor. Infelizmente, os pastores, profissionais vocacionados para compartilhar esperança e conforto, não estão imunes a essa condição. Nos últimos anos, a quantidade de ministros religiosos que têm tirado a própria vida, ou tentado fazer isso, está aumentando sensivelmente, indicando que a saúde emocional dos pastores não anda bem. Por isso, é necessário discutir o assunto de maneira equilibrada e trabalhar preventivamente, a fim de que o maior número possível de ministros esteja longe desse grupo de risco.

Recentemente, li um livro intitulado *Suicídio de Pastores* (Clube de Autores, 2017), de Everton Lacerda, que apresenta quatro pontos importantes para a compreensão do fenômeno. Em primeiro lugar, pastores se fragilizam emocionalmente *quando ignoram sua humanidade*. Ao adotar uma dinâmica de trabalho tão intensa que desconsidera sua integralidade como ser humano, o ministro se coloca em uma situação de risco. Certa vez, um psicólogo conversava com alguns pastores e ouvia como era a rotina deles. A lista era grande: pregações, visitas, aconselhamentos, séries de evangelismo, comissões, funerais, batismos... Surpreso com a quantidade de tarefas desempenhadas por aqueles homens, o psicólogo exclamou com ar de provocação: “Eu sempre pensei que

pastores fossem filhos de Deus, não irmãos Dele!” Até que ponto nós temos, consciente ou inconscientemente, ignorado nossa condição de seres mortais?

Lacerda continua sua exposição dizendo que, em segundo lugar, os pastores se fragilizam emocionalmente *quando a igreja ignora a humanidade deles*. Demandas congregacionais ou organizacionais *acima* da capacidade de administração dos pastores podem levá-los a desordens físicas, emocionais e espirituais. Assim, somado ao fato de que muitos pastores se consideram “super-homens”, corre-se o risco de as estruturas eclesiais legitimarem essa falsa crença por meio de expectativas inadequadas.

Em terceiro lugar, pastores se tornam mais vulneráveis *quando não são cuidados em suas crises*. Roseli Kühnrich de Oliveira lembra em seu livro *Cuidando de quem cuida* (Grafar, 2012) que nem sempre as igrejas intervêm nas necessidades e crises de seus ministros. É necessário, portanto, agir intencionalmente para conhecer o pastor não somente enquanto líder em ação, mas como ser humano que é, em suas lutas e dores, num ambiente seguro e livre de julgamentos.

Por fim, a consequência dessa série de ações que enfraquecem a saúde emocional do pastor é o *burnout*. Um pastor esgotado emocionalmente passa a ver a vida sob uma perspectiva sombria, equivocada, destituída da graça e da alegria oferecidas pelo evangelho. Enxerga a si mesmo como inútil, a missão como fardo, as pessoas como espinhos e Deus como um Ser distante. O ministro perde o rumo e a motivação da vida e, em casos extremos, atenta contra ela.

Ao escrever este editorial, olho para além das pesquisas, dos diagnósticos e das notícias sobre o assunto. Vejo amigos de ministério que correm o risco de debilitar sua saúde emocional e aqueles que já estão com problemas. E oro para que esta edição seja uma expressão do cuidado de Cristo por todos nós, que decidimos nos entregar completamente ao chamado que Ele nos confiou. **M**



**Um pastor esgotado emocionalmente passa a ver a vida sob uma perspectiva sombria, equivocada, destituída da graça e da alegria oferecidas pelo evangelho.”**



William de Moraes

**Wellington Barbosa,**  
doutorando em Ministério,  
é editor da revista Ministério

# Contribua para a **Ministério**

A revista *Ministério* é um periódico internacional editado e publicado bimestralmente pela Casa Publicadora Brasileira, sob supervisão da Associação Ministerial da Divisão Sul-Americana da Igreja Adventista do Sétimo Dia. A publicação é dirigida a pastores e líderes cristãos.

## Orientações aos escritores

Procuramos contribuições que representem a diversidade ministerial da América do Sul. Diante da variedade de nosso público, utilize palavras, ilustrações e conceitos que possam ser compreendidos de maneira ampla.

A *Ministério* é uma revista *peer-review*. Isso significa que os manuscritos, além de serem avaliados pelos editores, poderão ser encaminhados a outros especialistas sobre o tema que seu artigo aborda.

## Áreas de interesse

- Crescimento espiritual do ministro.
- Necessidades pessoais do ministro.
- Ministério em equipe (pastor-esposa) e relacionamentos.
- Necessidades da família pastoral.
- Habilidades e necessidades pastorais, como administração do tempo, pregação, evangelismo, crescimento de igreja, treinamento de voluntários, aconselhamento, resolução de conflitos, educação contínua, administração da igreja, cuidado dos membros e assuntos relacionados.
- Estudos teológicos que exploram temas sob uma perspectiva bíblica, histórica ou sistemática.

- Liturgia e temas relacionados, como música, liderança do culto e planejamento.
- Assuntos atuais relevantes para a igreja.

## Tamanho

- Seções de uma página: até 4 mil caracteres com espaço.
- Artigos de duas páginas: até 7,5 mil caracteres com espaço.
- Artigos de três páginas: até 11,5 mil caracteres com espaço.
- Artigos solicitados pela revista poderão ter mais páginas, de acordo com a orientação dos editores.

## Estilo e apresentação

- Certifique-se de que seu artigo se concentra no assunto. Escreva de maneira que o texto possa ser facilmente lido e entendido, à medida que avança para a conclusão.
- Identifique a versão da Bíblia que você usa e inclua essa informação no texto. De forma geral, recomendamos a versão Almeida Revista e Atualizada, 2ª edição.
- Ao fazer citações bibliográficas, insira notas de fim de texto (não notas de rodapé) com referência completa. Use algarismos arábicos (1, 2, 3).
- Utilize a fonte Arial, tamanho 12, espaço 1,5, justificado.
- Informe no cabeçalho: Área do conhecimento teológico (Teologia, Ética, Exegese, etc.), título do artigo, nome completo, graduação e atividade atual.
- Envie seu texto para: [ministerio@cpb.com.br](mailto:ministerio@cpb.com.br). Não se esqueça de mandar uma foto de perfil em alta resolução para identificação na matéria.



PASTOR ADVENTISTA

## Conheça o novo portal do pastor

[www.pastoradventista.org](http://www.pastoradventista.org)



### Atualização semanal

- Artigos
- Esboços de sermões
- Download de materiais Ass. Ministerial e Evangelismo
- Material Apologético
- Recomendações de livros
- Revistas
- Biblioteca de estudos bíblicos
- Transmissões de eventos teológicos
- Banco de imagens e templates de Power Point

## 10 Suporte emocional

*Willian de Oliveira*

Quando o pastor precisa de atenção

## 14 Será que é isso?

*Daniel Bosqued*

Como os pastores podem encarar algumas crenças irracionais

## 18 Evite o apagão

*S. Joseph Kidder e Jonny Wesley Moor*

Saiba como se prevenir contra as principais causas de esgotamento entre pastores

## 22 Um plano de liberdade

*Teófilo Correa*

Lições sobre o chamado e a missão extraídas de Êxodo 3:1 a 12

## 24 Discipulador bem-sucedido

*Adolfo S. Suárez*

O que podemos aprender com o exemplo de João Batista

## 27 Entre montes e reis

*Clacir Virmes Júnior e João Renato Alves da Silva*

A centralidade de Cristo e a interpretação de Apocalipse 17



10

3 Editorial

6 Entrelinhas

7 Entrevista

31 Frases

32 Pastor com paixão

33 Em família

34 Recursos

35 Palavra final



18



27

## Ministério

Uma publicação da Igreja Adventista do Sétimo Dia

Ano 90 – Número 544 – Jul-Ago 2019  
Periódico Bimestral – ISSN 2236-7071

Editor Wellington Barbosa

Editor Associado Márcio Nastrini

Revisoras Josiéli Nóbrega; Rose Santos

Projeto Gráfico Levi Gruber  
Capa Hurcal / Adobe Stock

Ministério na Internet

www.revistaministerio.com.br  
www.facebook.com/revistaministerio  
Twitter: @MinisterioBRA  
Redação: ministerio@cpb.com.br

**Conselho Editorial** Lucas Alves; Daniel Montalvan; Adolfo Suarez; Marcos Blanco; Walter Steger; Pavel Goia; Jeffrey Brown

**Colaboradores** Alberto Peña; André Dantas; David Ayora; Edilson Valiante; Efrain Choque; Everon Donato; Geraldo M. Tostes; Henry Mainhard; Ivan Samojluk; Juan Zuñiga; Ralides Nascimento; Ronivon Santos; Rubén Montero; Sidnei Mendes; Tito Valenzuela



**CASA PUBLICADORA BRASILEIRA**

Editora da Igreja Adventista do Sétimo Dia  
Rodovia SP 127 – km 106  
Caixa Postal 34 – 18270-970 – Tatuí, SP

**Diretor-Geral** José Carlos de Lima  
**Diretor Financeiro** Uilson Garcia  
**Redator-Chefe** Marcos De Benedicto  
**Chefe de Arte** Marcelo de Souza

### SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO CLIENTE

Ligue Grátis: 0800 979 06 06  
Segunda a quinta, das 8h às 20h  
Sexta, das 7h30 às 15h45  
Domingo, das 8h30 às 14h  
Site: www.cpb.com.br  
E-mail: sac@cpb.com.br

Assinatura: R\$ 79,20  
Exemplar Avulso: R\$ 16,28



Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução total ou parcial, por qualquer meio, sem prévia autorização escrita do autor e da Editora.

Tiragem: 6 mil

5953 / 40204

# O segredo da excelência

Você certamente já ouviu esta frase: “A igreja está procurando métodos melhores, Deus está procurando homens melhores.”

Deus sempre procura os melhores homens para cumprir Seus ideais. Quando decidiu erradicar o mal que havia se espalhado, após a entrada do pecado, o Senhor encontrou Noé. Para estabelecer uma grande nação de adoradores verdadeiros, Ele procurou Abraão. Para libertar Seu povo do Egito, Ele enviou Moisés. Quando precisou de alguém para reavivar Seu povo, ele chamou Josias. Para espalhar o evangelho no mundo antigo, Deus chamou Paulo.

Deus sempre procura os melhores obreiros para que cumpram Sua missão. Alguém pode pensar que esses homens eram os melhores porque tinham boa educação. No entanto, ter boa educação não é garantia de caráter ílibado. Profissionais com alta formação acadêmica, que muitas vezes são líderes proeminentes e homens de negócio, trapaceiam, mentem e roubam.

Então, o que faz as pessoas serem melhores? Paulo escreveu que os últimos tempos seriam perigosos porque os seres humanos seriam “amantes de si mesmos” (2Tm 3:1-5). John MacArthur destaca que o “amor próprio” está sempre relacionado ao mundano.

Paulo apresentou uma lista de 17 verbos degenerativos em 2 Timóteo 3. Toda essa lista poderia ser resumida em uma frase: “homens dos últimos tempos são homens perigosos”. Eles têm aparência de piedade (v. 5), entendimento corrompido e reprovável (v. 8), são insensatos (v. 9), enganam e são enganados (v. 13). A principal razão para seu comportamento degenerativo é que eles amam mais os prazeres do mundo do que o Senhor (v. 4). Isso significa que Deus não é o primeiro na vida dessas pessoas e, pior, também não é o mais importante.

Para o apóstolo, os homens dos últimos tempos são perigosos, têm comportamento degenerativo, mas vivem como se fossem pessoas piedosas. Para Paulo há somente uma forma de nos tornarmos pessoas melhores: sendo homens e mulheres de Deus. Isso é possível por meio das Escrituras, porque ela é útil para ensinar, censurar, corrigir e instruir na justiça, a fim de que o servo do Senhor seja perfeito e preparado para toda boa obra (v. 16, 17).



**Há somente uma forma de nos tornarmos pessoas melhores: sendo homens e mulheres de Deus. Isso é possível por meio das Escrituras.”**

Quando observamos a história e os grandes homens que surgiram, percebemos que as Escrituras fizeram diferença em sua vida. Foi o caso de Abraão Lincoln, que disse: “Ao me envolver na leitura bíblica, uso muito bem meu tempo. Aceite tudo o que você pode entender deste Livro por meio da sua razão, e depois tome o restante pela fé. Se fizer isso será um homem melhor enquanto viver e quando chegar a hora de sua morte.”

Expressando o mesmo sentimento, Thomas Jefferson, estadista americano, declarou: “Eu sempre disse, e sempre direi que a leitura cuidadosa e diligente do Livro Sagrado produz melhores cidadãos. A Bíblia produz as melhores pessoas do mundo.” George Washington, primeiro presidente dos Estados Unidos, destacou: “É impossível governar o mundo corretamente sem Deus e sem a Bíblia.”

Ellen White escreveu: “A Bíblia é a única regra de fé e doutrina. E não há nada mais apropriado para revigorar a mente e fortalecer o intelecto do que o estudo da Palavra de Deus. Não há outro livro que seja tão poderoso para elevar os pensamentos e dar vigor às faculdades como as vastas e enobrecedoras verdades da Bíblia. Se a Palavra de Deus fosse estudada como deveria ser, os homens teriam uma grandeza de entendimento, uma nobreza de caráter e uma firmeza de propósito que raramente se veem nestes tempos” (*Fundamentos da Educação Cristã*, p. 126).

Você quer ser um pastor melhor? Aprofunde sua experiência com as Escrituras. Se desejamos ter a mente de Cristo precisamos nos saturar das Escrituras. John MacArthur disse: “A única maneira pela qual você pode ser saturado com os pensamentos de Cristo é saturando-se com o Livro que trata Dele.”

Somente as Escrituras podem nos tornar melhores em tudo. Se você é bom no que faz, a Bíblia o ensinará a ser excelente; se é honesto, ela o tornará íntegro; e se é inteligente, ela o fará sábio em todas as coisas. **IM**



Divulgação DSA

**Daniel Montalvan**, mestrando em Missiologia, é secretário ministerial associado para a Igreja Adventista na América do Sul

# Mantenha o equilíbrio

*“As decisões mais importantes em nosso cotidiano devem ser tomadas considerando nossa conexão com Deus e estabilidade emocional. Por isso, é preciso cuidar da espiritualidade e da saúde mental.”*

por *Walter Steger*

O aumento no índice de pastores com transtornos emocionais como estresse, depressão e esgotamento é percebido em diferentes partes do mundo. Infelizmente, preconceitos arraigados, em muitos casos, sobrepõem-se à necessidade de um acompanhamento profissional, trazendo resultados desastrosos ao pastor, à sua família, igreja e comunidade. Ciente dessa realidade, e com o objetivo de ajudar pastores e líderes cristãos, o entrevistado desta edição, doutor Pablo Daniel Canalis, escolheu especializar-se em psiquiatria.

O doutor Canalis nasceu em Libertador San Martín, Argentina. Filho de adventistas, cresceu cercado por familiares e amigos que trabalham para a igreja. Em 2006, graduou-se em Medicina pela Universidade Adventista del Plata. Em 2014, obteve o título de especialista em Psiquiatria pela Universidade Maimônides, em Buenos Aires. No Brasil, cursou pós-graduação em Medicina da Família pela Universidade Federal de São Paulo, em 2016. Como médico, trabalhou na Clínica Adventista Belgrano, na capital argentina e, atualmente, trabalha no programa Mais Médicos e no Centro Médico White, em Hortolândia, SP, e no Centro de Vida Saudável, em Engenheiro Coelho, SP. Casado há oito anos com Stifany Dias Kümpel, eles têm dois filhos, Mikael, de cinco anos, Annelise, com três, e aguardam a chegada de um bebê.

## Quais são os maiores desafios emocionais de um pastor?

Geralmente, pastores enfrentam ansiedade, angústia, estresse, frustração, traumas pessoais, familiares e sociais. Para piorar, o pastor acaba sofrendo uma forte pressão por parte da sociedade, da família e de si mesmo para ter uma vida “perfeita”. Isso acaba

levando-o a ter uma vida de aparências que altera sua psiquê lenta e imperceptivelmente. Como consequência, ele experimenta sentimentos de solidão, cobrança e desconfiança. Contudo, acho que o maior desafio que um ministro tem é não perder o objetivo essencial de sua vida: Amar a Deus de todo o coração, força e mente, e ao próximo como se fosse ele mesmo, começando pela esposa e seus filhos. Vivemos no pior momento da história, na pior condição física, e sofrendo os piores ataques do inimigo, que luta para que percamos nossa salvação.

## Qual é o perfil de um pastor que possui saúde e equilíbrio mental?

Ilustro dizendo que o pastor saudável é aquele que tem um “bom espelho”. Um pastor saudável sabe lidar com a expectativa da “perfeição” que “deveria” ter. Alguns, porém, negam-se a ver sua realidade.



Cedido pelo entrevistado

Assim, adotam a postura do “se não quero ver, não vou mudar”. Por isso, penso que o pastor saudável seja aquele que consegue enxergar suas necessidades, solicita ajuda apropriada quando necessário, coloca em prática as orientações que recebe, vive e posiciona as prioridades na ordem correta (Deus, família e trabalho) e se esquece do julgamento dos outros. Tudo isso leva o pastor a viver de maneira mais equilibrada, entendendo suas limitações, sem perder de vista o poder de Deus.

### **De que maneira essas características, ou a ausência delas, podem impactar o ministério de um pastor?**

Se o pastor colocar em prática tudo isso que acabei de mencionar, ele não deixará

### **entre outras. Como lidar com a pressão que o pastor pode sentir por desejar sucesso em todas elas?**

Essa é uma boa pergunta, e poderíamos discutir muitos aspectos envolvidos nela. Em razão do espaço, vou resumir. O pastor é um ser humano escolhido por Deus para uma função que ele mesmo, sua família e a igreja precisam compreender corretamente. O primeiro aspecto importante é o relacionamento do pastor com Deus. Se ele realmente vive sob a direção do Espírito Santo, os frutos serão evidentes. Na sequência, o pastor deve atentar para o tratamento que confere à esposa e aos filhos. Ele precisa ser um esposo amoroso, que valoriza e cuida de sua esposa. Além disso,

Senhor lhe confiou, o pastor deve ser conduzido e motivado pelo Espírito Santo. Não há outra maneira de alcançar o equilíbrio.

### **Quais sinais indicam que um pastor precisa de ajuda psicológica?**

São muitos e variados, e dependem muito de cada pastor e de sua resposta ao estresse. Os mais frequentes são irritabilidade; cansaço constante; insônia ou muito sono; falta de apetite ou muito apetite (especialmente por alimentos doces); falta de sentido no que está fazendo; não conseguir parar de pensar nos problemas; evitar pessoas, reuniões ou situações; isolamento; tristeza; angústia; crise de ansiedade; crise de pânico; dificuldade de relacionamento conjugal; diminuição da libido; perda de prazer pelas coisas que antes gostava de fazer, entre outros.

### **De que maneira o pastor pode aconselhar os membros de suas igrejas que passam por situações difíceis sem comprometer sua saúde mental e emocional?**

Essa é uma questão complexa, que deve considerar os seguintes pontos: (1) Não improvise ao aconselhar pessoas. Se não sabe o que fazer, peça ajuda de alguém. Isso não é sinal de fraqueza. Na dúvida, converse sobre o assunto com algum pastor mais experiente e de confiança, para ter um ponto de vista diferente. (2) Aprenda a encaminhar os casos nos quais você não tem recursos para ajudar. (3) Compartilhe com sua esposa o que pode ser falado. A opinião da esposa muitas vezes indica soluções eficazes que não percebemos. (4) Nunca trate de algo importante em um momento de cansaço físico ou mental. Se for tarde, ore sobre o assunto e descanse. Isso lhe dará tranquilidade e clareza para resolver o problema e não piorá-lo. (5) Evite decisões impulsivas, pois elas geram grande risco de arrependimento posterior.

Lidar com pessoas é muito difícil, estressante e, às vezes, o pastor se sente pressionado de todos os lados para que os resultados de seu ministério sejam grandes e satisfatórios.

de ter problemas, mas enfrentará todos eles com a força que vem de Deus, com entendimento e acompanhado por sua família. Desse modo, poderá superar rapidamente os desafios sem perder o foco. Por outro lado, se não conseguir agir de maneira proativa, experimentará o sofrimento pessoal, de sua família e da igreja.

### **Geralmente, o pastor precisa encarar ao mesmo tempo demandas pessoais, de sua família e da igreja,**

deve ser um pai que queira guiar e acompanhar os filhos de perto. Assim, eles serão verdadeiramente colaboradores em seu ministério.

Lidar com pessoas é muito difícil, estressante e, às vezes, o pastor se sente pressionado de todos os lados para que os resultados de seu ministério sejam grandes e satisfatórios. Essa pressão acaba impulsionando seus atos, mas o medo não pode ser a motivação do trabalho pastoral! Para cumprir bem o ministério que o



## Que conselho você dá a um pastor que está preso à rotina do ministério e luta contra o estresse, o desânimo e a falta de motivação?

O que sempre falo aos pastores que atendo é: Você foi escolhido por Deus para uma tarefa importante e pesada, emocional e fisicamente, num ambiente que o inimigo fez questão de estragar com uma série de obstáculos internos e externos. Você está sendo luz no meio das muitas lâmpadas que se encontram apagadas? Ou você entrou na cilada do inimigo e se encontra correndo atrás de comodidade e vantagens

temporais? Qual é seu foco? Sua salvação, de sua família e de sua igreja? Não perca o objetivo! Nada é mais importante do que fazer a vontade de Deus. O Senhor que o chamou esteve, está e estará sempre com você. Não se afaste Dele! Ele vai ajudar você a ter equilíbrio para saber o que fazer, quando fazer, como fazer e por que fazer.

## Que relação existe entre a espiritualidade e o equilíbrio emocional do pastor?

São interdependentes. Não posso pensar em fortalecer uma e me esquecer da outra. As decisões mais importantes em

nosso cotidiano devem ser tomadas considerando nossa conexão com Deus e estabilidade emocional. Por isso, é preciso cuidar da espiritualidade e da saúde mental. Os oito remédios da natureza (alimentação saudável, ar puro, água, luz solar, exercício físico, repouso, temperança e confiança em Deus) não devem ficar só no nível do discurso. Além disso, quando necessário, o pastor deve ser avaliado por um profissional da área de saúde mental e fazer algum tratamento para poder exercer seu ministério de acordo com a vontade de Deus. **M**

Diga-nos o que achou desta entrevista: Escreva para [ministerio@cpb.com.br](mailto:ministerio@cpb.com.br) ou visite [www.facebook.com/revistaministerio](http://www.facebook.com/revistaministerio)

MENTES  
SAUDÁVEIS  
LIDERAM  
MELHOR



MKT CPB/Adobe Stock



# Suporte emocional

Quando o pastor precisa de atenção

*Willian de Oliveira*

Os salmos escritos por Davi após o pecado que cometeu com Bate-Seba ilustram bem o peso que a desobediência lança sobre o ser humano (Sl 32, 51). Há um alto nível de culpa, frustração e fracasso com o qual o pecador tem que lidar, algo que repercute diretamente em sua saúde mental. Além de adoecer quem o comete, o pecado também causa dor e sofrimento aos que lidam com as falhas de outros. Desse modo, pastores são vulneráveis a uma série de problemas de ordem emocional.

Geralmente, o pastor costuma se apresentar como mais satisfeito com seu trabalho do que a média da população, ao mesmo tempo que reporta um alto nível de estresse.<sup>1</sup> A saúde mental do pastor pode ter um impacto significativo sobre sua família, suas igrejas e até as comunidades às quais sua influência alcança. De acordo com pesquisas, os pastores mais jovens são mais suscetíveis ao estresse e ao *burnout*.<sup>2</sup> Entre os ministros que buscaram os serviços de saúde, a prevalência de transtornos de ordem mental foi de 12,5%,

e 47% receberam algum tipo de diagnóstico psiquiátrico ao longo da vida.<sup>3</sup>

## Fatores de risco

Além da própria especificidade da atividade pastoral, problemas financeiros, conjugais, doutrinários, conflitos com líderes, membros da igreja e outros pastores e excesso de trabalho são os principais estressores identificados entre os ministros.<sup>4</sup> Os problemas sistêmicos enfrentados por líderes religiosos têm um impacto maior em sua saúde geral do que incidentes



Ben White | Unsplash

dificuldade em lidar com elas é real. Ao administrar suas próprias angústias, poucos pastores buscam suporte emocional.

## Transtornos comuns

Os principais diagnósticos entre pastores referem-se a transtornos depressivos (16,4%), de sono (12,9%) e ansiedade (9,4%).<sup>6</sup> Comparativamente aos líderes de outras matrizes religiosas, ministros protestantes apresentam maior estresse relacionado ao trabalho,<sup>7</sup> além do que são especialmente suscetíveis ao *burnout*.<sup>8</sup>

A busca por suporte psicológico e psiquiátrico diante de sintomas relacionados a doenças como transtornos de humor (depressão, transtorno afetivo bipolar), de ansiedade e relacionados a estressores (estresse, *burnout*) é, ainda, alvo de preconceitos e pouco conhecimento. A ausência da dor física e localizada ou de sinais corporais claros são elementos que dificultam o reconhecimento de problemas com a saúde mental. É como uma dor silenciosa e persistente.

Essas doenças são resultado da interação multifatorial entre padrões comportamentais e o organismo. Alguns desses fatores envolvem constituição genética, vulnerabilidade, sensibilização adquirida, repetição da situação, perspectiva temporal de futuro, estado emocional atual e história individual.

Alguns sintomas gerais envolvem mudança de humor, alteração de apetite e peso, insônia ou hipersonia, retardo ou agitação psicomotora, fadiga ou perda de energia, capacidade de concentração diminuída, sensações de culpa ou fracasso, perda de interesse em atividades consideradas agradáveis e até pensamentos mórbidos. É importante reconhecer esses estados mentais e a necessidade de suporte médico e psicológico.

## Dificuldades para busca de auxílio

As noções envolvendo saúde e doença mental são fatores que podem facilitar ou dificultar a busca por ajuda especializada.

Pastores podem ser resistentes aos conceitos da psicologia e não compreender as doenças mentais que enfrentam. Ministros com depressão e sintomas psicóticos que tratam seus problemas somente a partir de uma conceituação puramente religiosa são significativamente menos propensos à busca por ajuda profissional.<sup>9</sup> Desse modo, crenças equivocadas quanto à saúde mental podem ser uma barreira importante que impede a busca de suporte profissional adequado. Algumas dessas incompreensões envolvem:

**Confusão entre possessão e doença mental.** Em relação à doença mental, as interações negativas acerca do tema incluem o abandono da igreja e da fé, equiparando a doença ao trabalho dos demônios e sugerindo que ela possa ser resultado do pecado pessoal.<sup>10</sup>

Muitas vezes, quando os pastores aconselham seus membros, tratam de aspectos espirituais como causa e solução para todos os problemas emocionais daqueles que os procuram, raramente associando tais problemas aos transtornos mentais.<sup>11</sup> A possessão demoníaca pode acontecer independentemente de doença mental, doença mental pode ocorrer independentemente de uma possessão, e ambas podem estar associadas.<sup>12</sup> Da mesma forma, ao lidar com suas próprias lutas, alguns pastores têm dificuldade de identificar a diferença entre questões psicológicas e espirituais.

**Depressão como algo que mancha o ministério.** Há uma acentuada confusão entre espiritualidade e estados depressivos. A tristeza é percebida como espiritualidade ao associá-la ao arrependimento e à culpa, mas quando ela se torna incapacitante, é vista como falta de Deus. A depressão é uma doença e não um defeito de caráter. Quando tratada, a recuperação é a regra e não a exceção. Os tratamentos são efetivos, embora seja alto o risco de recorrência.

Jesus afirmou: “Estas coisas vos tenho dito para que tenhais paz em Mim. No mundo, passais por aflições; mas tende bom ânimo; Eu venci o mundo” (Jo 16:33).

específicos envolvendo membros da congregação.<sup>5</sup>

Como consequência dessa variedade de situações, os pastores são forçados a lidar com uma grande carga emocional. Em si, as emoções são neutras, ou seja, não são positivas nem negativas, e cumprem um importante papel na vida de todo ser humano na regulação comportamental. Busca-se o que produz boas emoções e evita-se o que gera emoções desagradáveis. O ponto é que as emoções e sensações desagradáveis também fazem parte da vida, e a

Embora a tristeza faça parte de nossa experiência, Cristo nunca disse que deveríamos vencê-la sozinhos. Na hora da aflição, precisamos de suporte familiar, comunitário e profissional.

### Antigamente ninguém sofria disso.

No século 4 a.C., Hipócrates descreveu a “bílis negra” (*melancholia*, em grego) como um quadro de tristeza e apatia. Em 1686, Théophile Bonet descreveu o quadro “maníaco-melancholicus”, que equivale à compreensão atual do transtorno afetivo bipolar.

A história da fuga de Elias e de como Deus o tratou é um testemunho de um episódio depressivo (1Rs 19). Ou seja, a depressão já foi descrita há muito tempo. A diferença é que, atualmente, pode-se contar com mais recursos para seu tratamento.

**O que tem de estressante no trabalho de um pastor?** Em parte, por causa dos papéis importantes que desempenham, os ministros frequentemente se defrontam com situações estressantes, entre elas, a acomodação das demandas do trabalho e da família e a pressão por resultados, muitas vezes inerente ao próprio pastor, que precisa deles para validar continuamente seu chamado.

Entretanto, a questão é que, por vezes, alguns ministros tomam para si mesmos responsabilidades que são incapazes de carregar e acabam sofrendo por isso.

**A psicologia se opõe à religião?** Alguns pastores nutrem certa desconfiança quanto à psicologia, seus valores e suas formas de atuação. Contudo, religião e psicologia podem atuar de maneira complementar e precisam superar a desconfiança mútua. A religião é parte constitutiva da história individual, e o bem-estar do ser humano passa pela compreensão do seu discurso por parte do terapeuta. A religião pode ser um aliado da psicoterapia ao oferecer suporte da comunidade, adesão ao tratamento e resistência ao sofrimento. Por outro lado,


a experiência religiosa pode ser mais rica quando nos sentimos emocionalmente saudáveis.

## A importância da psicoeducação

A busca por auxílio psicológico é algo que também amplia a utilidade do pastor no trabalho com sua congregação. Em primeiro lugar, porque poderá tratar melhor as próprias inquietações, distinguindo-as daquelas trazidas pelos membros de sua igreja no aconselhamento. Em segundo lugar, porque redundará na ampliação de seus conhecimentos sobre as questões referentes à saúde mental.

De modo geral, os ministros são o primeiro contato das pessoas que buscam auxílio em relação a problemas emocionais.<sup>13</sup> Entretanto, muitos entre eles não se sentem adequadamente capacitados para lidar com essas questões.<sup>14</sup> O conhecimento relacionado à saúde e doença mental ajudaria os pastores a enxergar os profissionais da área como aliados, não concorrentes.

Os pastores podem desempenhar um papel relevante na prevenção de doenças mentais e no apoio às pessoas no processo de reabilitação. O suporte das comunidades religiosas a grupos mais propensos a problemas relacionados à saúde mental é um resultado expressivo da psicoeducação de pastores. Por exemplo, sabe-se que a prática religiosa permite que os idosos lidem de maneira mais efetiva com problemas de saúde mental.<sup>15</sup> Os socialmente excluídos também podem encontrar em comunidades religiosas suporte necessário para lidar com suas próprias dificuldades relacionadas à rejeição e à ansiedade.<sup>16</sup>

Em resumo, a busca de ajuda psicológica por pastores, além de promover saúde individual, pode prover experiências e conhecimentos a esses líderes que resultarão em bem-estar coletivo para suas famílias, igrejas e a comunidade sob sua influência. 

## Referências

- 1 Andrew J. Weaver et al., “Mental health issues among clergy and other religious professionals: A review of research”. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, v. 56, n. 4, p. 393-403.
- 2 Maureen H. Miner, “Changes in burnout over the first 12 months in ministry: Links with stress and orientation to ministry”. *Mental Health, Religion and Culture*, v. 10, n. 1, p. 9-16.
- 3 Francisco Lotufo-Neto, “The prevalence of mental disorders among clergy in São Paulo, Brazil”. *Journal of Psychology and Theology*, v. 24, n. 4, p. 313-322.
- 4 Ibid.
- 5 Marjorie H. Royle, *Insights into Stress Among Parish Clergy in the UCC* (Nova Jersey: Clay Pots Research, 2005).
- 6 Lotufo-Neto.
- 7 Kevin J. Flanely et al., “A review of mortality research in clergy and other religious professionals”, *Journal of Religion and Health*, v. 41, n. 1, p. 57-68.
- 8 Benjamin R. Doolittle, “Burnout and coping among parish-based clergy”, *Mental Health, Religion and Culture*, v. 10, n. 1, p. 31-38.
- 9 Mikyong Kim-Goh, “Conceptualization of mental illness among Korean-American clergymen and implications for mental health service delivery”, *Community Mental Health Journal*, v. 29, n. 5, p. 405-412.
- 10 Matthew S. Stanford, “Demon or disorder: A survey of attitudes toward mental illness in the Christian church”, *Mental Health, Religion & Culture*, v. 10, n. 5, p. 445-449.
- 11 Matthew Stanford e David Philpott, “Baptist senior pastors’ knowledge and perceptions of mental illness”, *Mental Health, Religion & Culture*, v. 14, n. 3, p. 281-290.
- 12 Samuel Southard, “Demonizing and mental illness (2) the problem of assessment: Los Angeles”, *Pastoral Psychology*, v. 34, n. 4, p. 264-287.
- 13 Janeé R. Avent, Craig S. Cashwell e Shelly Brown-Jeffy, “African American pastors on mental health, coping, and help seeking”, *Counseling & Values*, v. 60, n. 1, p. 32-47.
- 14 Kim Stansbury e Mitzi Schumacher, “An exploration of mental health literacy among African American clergy”, *Journal of Gerontological Social Work*, v. 51, n. 1-2, p. 126-142.
- 15 Paul Brat, “Aging, mental health and the faith community”, *Journal of Religious Gerontology*, v. 13, n. 2, p. 45-54.
- 16 Lynne Friedli, “Social and spiritual capital: Building ‘emotional resilience’ in communities and individuals”, *Political Theology*, v. 2, n. 2, p. 55-64.

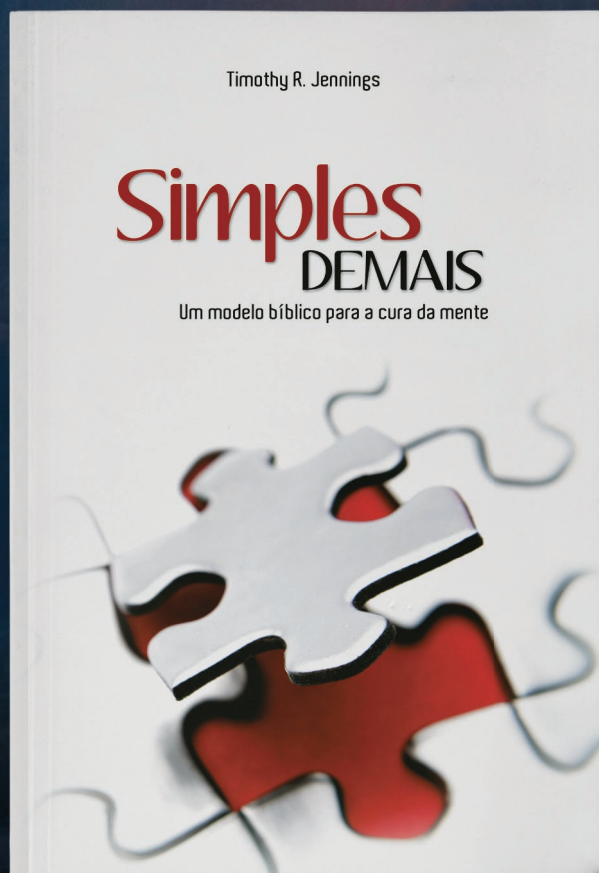


Cortesia do autor

**Willian de Oliveira**, mestre em Liderança, é professor da Faculdade Adventista da Bahia

# VOCÊ PODE SER VITORIOSO NESSA BATALHA!

Descubra as simples e profundas respostas  
para alcançar o bem-estar mental e obter a vitória



# Será que é isso?

## Como os pastores podem encarar algumas crenças irracionais

Daniel Bosqued

É comum os membros da igreja atribuírem ao pastor qualidades excepcionais, considerando-o praticamente inabalável diante das situações desafiadoras da vida. Contudo, todo pastor sabe que, longe de ser inatingível, ele é vulnerável a alterações emocionais, especialmente vividas por quem desempenha sua função.

Nesse sentido, pode ser útil se utilizar do conceito desenvolvido pelo psicólogo Albert Ellis, criador da chamada Terapia Racional Emotiva Comportamental. Depois de anos de experiência clínica, sua proposta consistiu em isolar o que ele chamou de “crenças irracionais” que se encontravam na base de problemas psicológicos como depressão, ansiedade e outros transtornos emocionais.\*

Desde que estudei as ideias de Ellis, percebi que essas crenças poderiam ser facilmente adaptadas à nossa realidade como pastores. A proposta deste artigo é analisá-las e descobrir de que forma a Bíblia serve como melhor antídoto contra todas elas. Assim, entendo que internalizar a mensagem bíblica constitui uma salvaguarda frente às emoções negativas, começando pela vida do pastor. A seguir, apresento as crenças irracionais mais comuns no ministério.



**“O pastor precisa ser amado e aprovado por todos os membros.”**

Todos nós já chegamos pela primeira vez em uma igreja e queremos realizar um bom trabalho, gerar um bom ambiente, ligar-nos a todos os membros, acompanhá-los em seu crescimento espiritual e capacitá-los a cumprir a missão.

No entanto, esse desejo de ser amados, aceitos e aprovados por todos os membros é uma expectativa inalcançável, portanto, irracional. Se um pastor nutre esse pensamento, logo começará a experimentar frustração. Por quê? Porque no exercício do ministério pastoral é normal haver situações em que nem todos estejam de acordo e surjam críticas por parte dos membros em relação ao seu líder.

Se um pastor busca a aprovação de todos os membros, certamente não poderá abordar situações complicadas que requeiram sua intervenção ou fazer mudanças necessárias, embora sejam impopulares. O curioso é que, no fim, ficará igualmente exposto às críticas que tanto pretendia evitar.

Que antídoto a Bíblia apresenta para superar essa crença irracional? Além de compreender que não podemos controlar o que os demais sentem a nosso respeito (Rm 12:18), o maior exemplo é o de Cristo. Apesar de Sua vida perfeita, impecável, Ele teve muitos críticos ao longo de Seu ministério. Muitos não O aceitaram e, por fim, Ele acabou sendo preso, condenado e morto injustamente.

Descobrir e integrar a vida de Jesus, como o “grande Pastor das ovelhas” (Hb 13:20) e aceitar que, apesar de tudo, houve quem O criticasse nos ajudará a descansar em Suas mãos, entendendo que nem sempre receberemos o aplauso de todos.



**“Um pastor só é bom quando é muito competente.”**

Essa crença irracional tem que ver com expectativas irreais sobre as capacidades do pastor. Tradicionalmente, ser pastor tem sido um dos ofícios mais polivalentes na igreja. Há pastores administradores, professores, diretores, distritais, entre outras funções. Contudo, ainda que alguém possa estar confortável em diferentes funções, ninguém pode ser totalmente competente em todos os aspectos.

Se um pastor busca o êxito em cada uma das áreas do ministério, talvez caia em uma contínua comparação com outros diante dos quais se sente inferior. Isso não significa que não devamos lutar para melhorar em todas as áreas, mas precisamos aceitar nossos dons, nossas limitações e nossas áreas de interesse especial.

A Bíblia ensina que devemos buscar a excelência. Eclesiastes 9:10 afirma: “Tudo quanto te vier à mão para fazer, faze-o conforme as tuas forças, porque não além, para onde tu vais, não há obra, nem projetos, nem conhecimento, nem sabedoria alguma.”

O Senhor concede dons diferentes a cada um de nós, e nosso ministério está ligado a eles. Devemos nos esforçar para desenvolvê-los da melhor forma possível, porém, longe de entrar em uma luta desmedida pelo “sucesso total” mal compreendido.



### **“Alguns membros da igreja são maus e devem ser punidos por isso.”**

Algumas pessoas são realmente complicadas. Parece que, em certas ocasiões, elas querem irritar de propósito. São pessoas tóxicas e muitas vezes criam emoções negativas em torno delas. A primeira reação a essas pessoas pode ser enfrentá-las, cultivar uma atitude negativa ou desejar que a vida “dê a elas o que merecem”.

Embora seja verdade que colhemos o que plantamos (Gl 6:7), como pastores somos chamados a dar um passo além. Devemos evitar nutrir uma primeira emoção negativa em relação a alguém, mas tentar entender o motivo por trás das atitudes da pessoa.

De fato, se tomarmos tempo para analisar a vida dela, descobriremos em muitas ocasiões uma infância dura, pais exigentes, traumas infantis, amizades perigosas ou decepções que ajudam a compreender certas atitudes dessa pessoa “complicada”.

Não se trata de desculpá-la por tudo, mas de aplicar o antídoto apresentado por Jesus: “Não julgueis, para que não sejais julgados” (Mt 7:1). Só Deus conhece o coração, a vida, o passado e as motivações pessoais. Nossa função não é julgar, mas ajudar, compreender e restaurar.



### **“Se algo de ruim vai ocorrer ou pode acontecer, devemos nos inquietar por isso e não deixar de pensar no que pode suceder.”**

Essa crença irracional consiste em acreditar que haja um vínculo entre a preocupação do pastor e a solução dos problemas, como se isso, por si, fosse uma ação positiva ou inibidora. Assim, quanto mais o pastor ficar preocupado, melhor.

Uma coisa é antecipar-se aos problemas e ter planos de contingência diante de situações adversas que podem acontecer. Contudo, a maior parte dos problemas potenciais que tememos não ocorre!

A verdade é que, além de fazer uma previsão correta, em termos objetivos, de nada adianta preocupar-se por possíveis problemas. Ademais, a preocupação excessiva pode contribuir para o surgimento de um problema.

Jesus nos orienta a viver o presente evitando a ansiedade pelos contratempos que talvez ocorram: “Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados; basta ao dia o seu próprio mal” (Mt 6:34). É muito melhor focalizar a resolução dos problemas de hoje e deixar o futuro nas mãos do Senhor.



### **“Se a igreja não seguir meus planos será catastrófico.”**

Às vezes desenvolvemos uma visão clara sobre as igrejas que estamos pastoreando. Sonhamos com projetos, ministérios e atividades e fazemos tudo para que o sonho se torne realidade. No entanto, há uma linha tênue entre uma visão correta e uma crença irracional que devemos cuidar para não ultrapassar.

A verdade é que nossa visão não é mais do que isto: uma perspectiva da realidade

ou de futuro. Se confundirmos nossa opinião com uma “verdade absoluta”, começaremos a cultivar essa perigosa crença irracional. Quando as coisas não saem como esperamos é correto lutar para mudá-las. Entretanto, quando isso não é possível ou a maioria da igreja prefere outro caminho, o mais saudável é aceitar a realidade. Do contrário, o pastor será vítima de uma profunda ira ou frustração.

Nesse caso, uma atitude madura e saudável é aceitar que nem sempre as coisas sairão como queremos. Isso necessariamente não é ruim, às vezes, é algo bom. Lembre-se de que Provérbios 14:12 diz: “Há caminho que ao homem parece direito, mas ao cabo dá em caminhos de morte.” Nossa vontade não é o único caminho, e aceitar isso é um grande passo. O melhor é reconhecer que podemos estar equivocados, ou mesmo estando corretos, compreender que as coisas nem sempre sairão como desejamos.



### **“O pastor tem pouca ou nenhuma capacidade para controlar ou superar os problemas que outros provocam.”**

Essa crença irracional consiste em crer que os problemas sempre são externos. Podemos culpar os membros, a administração da igreja ou as circunstâncias. O pastor que nutre essa crença em vez de buscar formas de resolver a situação assume a postura de vítima. “Eu não posso fazer nada, porque os outros são culpados.”

Assim, quem não se sente parte do problema não pode ser parte de sua solução. Em muitas ocasiões, somos nós mesmos que originamos os problemas e as dificuldades (cf. Tg 1:14). Nem tudo que ocorre é inevitável, nem todo mal é alheio a nós. Adotar uma atitude responsável e proativa fará com que o pastor evite cair em um vitimismo paralisador para a igreja e seu próprio ministério.



### **“O pastor deve se sentir muito preocupado com os problemas dos outros.”**

Essa crença é especialmente delicada em nosso meio. O pastor realmente vocacionado é capaz de dar a vida pelas ovelhas (cf. Jo 10:11). Acompanha os membros, cuida deles e participa das situações difíceis que eles vivenciam.

No entanto, a preocupação genuína com os problemas dos membros pode se transformar em uma atitude prejudicial, em que o pastor se perde na “vida dos outros”. É um erro trazer constantemente os problemas dos outros para seu cotidiano familiar.

Essa crença distorcida sobre a inquietação pastoral não é saudável nem sustentável ao longo do tempo. É necessário evitar

o paternalismo excessivo quando se trata de ajudar os membros da igreja e encorajar as pessoas para que assumam a responsabilidade de resolver seus problemas. Eles e o Senhor devem ser os protagonistas de sua própria história, e não devem nutrir sentimentos de dependência em relação ao pastor, por mais agradáveis que sejam.

Quando o pastor faz tudo o que está ao seu alcance por alguém e ainda assim essa pessoa decide continuar envolvida em comportamentos negativos, é necessário estabelecer uma “distância terapêutica” que nos permita continuar com nosso ministério. Sempre oferecendo ajuda, sempre com a mão estendida, mas ciente de que cada um é responsável diante de Deus pelas decisões que toma em sua vida. Em outras palavras, o pastor não deve viver a vida dos outros.

Um texto que pode servir como um antídoto para essa crença irracional é encontrado em João 21:22, quando Jesus disse a Pedro que não reparasse na vida de João, mas se concentrasse em seu próprio chamado: “Se Eu quero que ele permaneça até que Eu venha, que te importa? Quanto a ti, segue-Me.”

### **“É mais fácil evitar do que confrontar certas responsabilidades e dificuldades na igreja.”**



Nesse caso, a crença irracional consiste em uma atitude irresponsável que confunde evitar os problemas com a felicidade. De fato, há situações difíceis que não gostamos de tratar. Por exemplo, não é agradável resolver conflitos entre os membros da igreja. Por isso, alguns pastores não confrontam a questão, evitando as responsabilidades que lhes correspondem como líderes espirituais.

Contudo, essa atitude, embora possa ganhar a simpatia de alguns membros em

curto prazo, com o tempo aprofunda os problemas, aumenta a tensão na igreja e gera desconfiança em todos. A experiência mostra que um ministério feliz está ligado aos compromissos de longo prazo, objetivos difíceis e à resolução rápida de conflitos que surgem.

O antídoto bíblico para essa crença pode ser a atitude de Davi diante do gigante Goliath (1Sm 17). Essa história nos lembra que, embora os problemas pareçam grandes, não confrontá-los não fará com que sejam resolvidos. A melhor atitude é enfrentá-los com coragem, em nome do Senhor dos Exércitos.





### “O pastor deve depender dos demais, especificamente, de alguém mais forte.”

Essa crença irracional implica uma atitude de excessiva dependência de pessoas ou instituições por parte do pastor. É preciso ter equilíbrio. Todos aprendemos com colegas mais experientes. Ter mentores espirituais e contar com a sabedoria deles para resolver problemas é uma bênção. E uma relação saudável de confiança com a administração da igreja também é importante, pois, geralmente, ela tem uma visão mais ampla de nosso ministério.

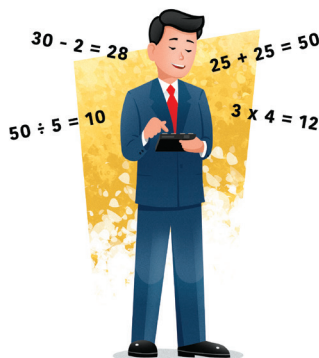
No entanto, quando essa atitude se torna de dependência absoluta, o pastor deixa de tomar decisões e fica à mercê das opiniões de “outros” ou “dos que lideram”. Assim, em vez de agir, ele fica condicionado ao que os outros pensam para avançar; comprometendo dessa maneira sua individualidade.

O pastor deve ter confiança suficiente para tomar decisões e prosseguir confiado na Providência divina. Nesse sentido, o Salmo 37:5 afirma: “Entrega o teu caminho ao Senhor”. Não devemos confiar nos outros a mais ninguém, além de Deus.



### “É inevitável que o meu passado siga me afetando no presente.”

Essa crença consiste em estabelecer um elo inevitável e direto com o passado, para que todo o nosso presente seja condicionado por ele. Mais uma vez, é necessário equilíbrio. Nós podemos aprender com os erros, repetir os sucessos e evitar as falhas que cometemos. Isso é sabedoria.



### “Existe uma solução perfeita para cada um dos problemas da igreja.”

A última crença irracional consiste em uma atitude rígida sobre as soluções para nossa realidade humana ou eclesial. Não há soluções perfeitas! Quando nos deparamos com um problema, temos que pensar nas opções possíveis, pedir ajuda ao Senhor e reconhecer que, às vezes, longe do ideal, temos que escolher a opção “menos ruim” de todas.

É melhor ter uma atitude flexível e saudável. Compreender a natureza parcial e provisória de cada solução humana e continuar avançando pela fé, para resolver todos os problemas, quando Deus fizer um “novo céu e nova terra” (Ap 21:1).

Contudo, acreditar que alguém não seja capaz de mudar seu presente por causa de algo que aconteceu no passado implica privar o ser humano de liberdade e limitar a capacidade divina de operar milagres.

Em certas ocasiões, o passado é usado como desculpa para evitar enfrentar as mudanças que o presente necessita. “Não posso mudar”; “sou assim”; e “isso não vai funcionar, eu já tentei” são frases que impedem a criação de uma nova realidade.

Um dos antídotos bíblicos para confrontar essa crença equivocada se encontra em Filipenses 3:13. “Porém uma coisa eu faço: esqueço aquilo que fica para trás e avanço para o que está na minha frente” (NTLH). A projeção para o futuro soltando o lastro do passado é uma atitude saudável e especialmente importante na vida do pastor.

Neste artigo analisei as crenças irracionais em que todos nós podemos cair. O salmista clamou: “Quem pode discernir os próprios erros? Absolve-me dos que desconheço!” (Sl 19:12, NVI). Que o Senhor nos ajude a nos livrar deles e encontrar cura espiritual na sabedoria da Bíblia!

Acima de tudo, querido colega de ministério, não desanime! Lembre-se da mensagem de Paulo: “Portanto, meus amados irmãos, sede firmes, inabaláveis e sempre abundantes na obra do Senhor, sabendo que, no Senhor, o vosso trabalho não é vão” (1Co 15:58). Que Deus o inspire, liberte-o de crenças irracionais e abençoe seu ministério! **M**

#### Referência

\* Albert Ellis e Windy Dryden, *Prática de la Terapia Racional Emotiva* (Bilbao: Desclée de Brouwer, 1989), p. 17.



Cortesia do autor

**Daniel Bosqued**, doutor em Teologia, é diretor de pós-graduação em Teologia da Universidade Adventista del Plata

# Evite o apagão

Saiba como se prevenir contra as principais causas de esgotamento entre pastores

S. Joseph Kidder  
Jonny Wesley Moor

São frequentes as estatísticas sobre *burnout* e as histórias dos que abandonam o ministério devido ao esgotamento. Quando, porém, falamos a respeito do assunto, tentamos nos isolar. “Isso não vai acontecer comigo. Eu sou diferente.” Essa atitude pode ser perigosa, porque nos cega quanto aos sinais de alerta e permite que o esgotamento sutilmente tome conta de nós. Neste artigo, contamos nossas histórias, apontamos as causas do esgotamento e explicamos o processo que descobrimos para encontrar cura e esperança. A história de Moor, um pastor jovem, fornece o pano de fundo para as primeiras quatro causas, a de Kidder, um ministro veterano, para as últimas quatro.

## Um jovem esgotado

Pouco tempo depois de iniciar meu ministério, deixei o trabalho pastoral para cursar o mestrado. Senti-me esgotado com menos de três anos no pastorado! Passei a fazer parte dos 33% de pastores que sofrem de *burnout* nos primeiros cinco anos de ministério.<sup>1</sup> O que aconteceu?

*Causa 1:* Desgastei-me trabalhando sem me poupar e, bem cedo, o ministério consumiu minhas energias. Para mim, a igreja era como se eu tivesse encontrado um saco de cinco quilos de batata frita e levado para meu escritório. Isso era tudo de que eu precisava! Eu ficava até tarde da noite fazendo ligações, preparando apostilas, elaborando sermões e apresentações

– eu, minhas batatas fritas e meu ministério. Quem precisa de horas de sono regular quando se está realizando a obra do Senhor? Depois de me casar, meus hábitos não mudaram muito. Mesmo às 10 da noite, se um membro da igreja estivesse ligando de novo, eu tinha que atender. Eu não podia dizer “não” para o trabalho. Meu problema era a falta de limites.

Estabelecer limites é um fator-chave na prevenção do *burnout*.<sup>2</sup> Sem limites, as pessoas que exercem profissões de ajuda ao próximo podem ficar expostas a riscos perigosos.

*Causa 2:* As responsabilidades invadiram áreas essenciais da minha vida. Comecei a me empenhar nas demandas da

igreja e da escola, aconselhando pais e alunos, ministrando estudos bíblicos, administrando ministérios e realizando outras atividades. Com todas essas responsabilidades, o tempo diário para a oração, o estudo e a reflexão foi sendo substituído pelas atividades ministeriais, e minha alma começou a sofrer. Eu estava correndo vazio, faltava a espiritualidade vibrante.

Diane Chandler denomina a renovação espiritual como um dos três principais fatores cruciais para evitar o esgotamento.<sup>3</sup> À medida que diminuía minha conexão pessoal com Deus, as atividades desafiadoras que eu costumava realizar com o poder do Alto passaram a ser feitas com minhas próprias forças.

*Causa 3:* As demandas do trabalho também afetaram meu relacionamento com amigos e familiares. Meus pais moravam a menos de 10 minutos de distância, mas passavam-se meses antes que eu fosse visitá-los. Mesmo quando a igreja deles me convidava para officiar alguma cerimônia, eu não podia atender porque “tinha” que estar sempre presente em minhas congregações. Eles não estão com raiva de mim. Eles ainda me amam. No entanto, jamais poderei corrigir minha ausência na vida deles. Eu não estava lá para apoiá-los em momentos importantes.

O relacionamento com minha esposa também sofreu. Muitas vezes, não dei a ela a atenção devida até que surgisse algum tipo de problema relacional. Geralmente, as oportunidades de ficarmos juntos eram nos eventos escolares ou da igreja. Começamos a nos isolar dos amigos, e os que poderiam ter sido nossos amigos estavam restritos aos grupos do ministério. Assumi unicamente a responsabilidade de ser pastor dos amigos e, ao fazê-lo, acabei me sentindo sozinho. Assim, tornei-me carente de relacionamentos.

Pesquisas apontam que “relacionamentos fortes, fora do ambiente do ministério, são importantes para promover a resiliência pastoral”.<sup>4</sup> Precisamos de intimidade relacional.

*Causa 4:* Eu cuidava de duas igrejas que me apoiavam, mas, mesmo assim, surgiram conflitos. Um membro disse que minha pregação bloqueava o Espírito Santo, outro me insultou com palavras por causa de uma decisão que tomei, e alguns outros sentiram que era seu dever ordenar onde e quando minha esposa e eu devíamos estar. Houve atrito entre os membros em relação ao uso da igreja, troca de desafetos, falta de amor fraternal, decisões erradas tomadas na comissão... Meu preparo era insuficiente para administrar todas aquelas questões. Muitas delas eu simplesmente deixei de resolver, e a tensão se apoderou de mim. Faltou-me capacidade para gerenciar os problemas.

Conflitos na igreja se tornam um fator significativo para o esgotamento pastoral.<sup>5</sup> Muitas vezes, eles não são graves, mas essas pequenas feridas e tensões cobram seus tributos ao longo do tempo.<sup>6</sup> E o ressentimento aumenta.

## As lutas de um veterano

Eu atuava como pastor havia vários anos. Quando iniciei meu ministério, encontrei um sistema que parecia estar funcionando. Meu pastorado era positivo, e os administradores ficavam felizes com meu desempenho. Então, durante um feriado, minha esposa e eu fomos visitar os pais dela. Enquanto eu dirigia, meu coração começou a bater muito acelerado, tão rápido que tivemos que parar. Minha esposa me levou ao hospital, mas não havia sinais de um ataque cardíaco nem derrame. Fui diagnosticado com “estresse severo”. Recebi a notícia com tranquilidade, porque isso não parecia um problema grave de saúde. Então, no dia seguinte, aconteceu novamente. O que estava causando esse estresse? Procurei um especialista no assunto e descobri que estava esgotado, e que vários fatores eram os culpados.

*Causa 5:* Em minha concepção de liderança pastoral, eu tinha que estar presente em tudo. Pensava que devia ser onipresente. Trabalhava mais de 60 horas

por semana e, muitas vezes, gastava tempo demais em atividades que não eram compatíveis com minhas habilidades. Eu achava que não precisava de nenhum dia de folga e negligenciava a prática bíblica do descanso.

Trabalhar ininterruptamente durante mais de 50 horas por semana é prejudicial aos pastores, porque tende a levá-los a sofrer “física, relacional e espiritualmente”.<sup>7</sup> Sem descanso, a probabilidade de esgotamento aumenta dramaticamente.<sup>8</sup> Além das longas horas de trabalho, muitos pastores não separam espaço em suas agendas para aproveitar as oportunidades dedicadas ao relaxamento.<sup>9</sup> Pastores também se beneficiam do dia de descanso.<sup>10</sup>

*Causa 6:* Embora no seminário eu tivesse recebido ensino de qualidade, ainda me sentia deficiente em elaborar projetos, plantar igrejas ou resolver conflitos, entre outras coisas. Eu queria muito desenvolver essas habilidades. Certo dia, o pastor responsável pela sede administrativa a que minha igreja pertencia me ligou e disse que gostaria de levar minha esposa e eu para jantar. Imaginei que essa seria a oportunidade de obter ajuda para resolver os problemas que eu estava enfrentando no ministério. Tivemos momentos bem agradáveis, mas não ouvi nada relacionado aos meus anseios. Reunir-se com o líder, muitas vezes resulta em parte do apoio que muitos pastores recebem, mas eu precisava de mais. Como tantos outros pastores, não tive apoio profissional nem intencional.<sup>11</sup>

Pastores não sabem tudo. O apoio de instituições da igreja ou de fontes externas, como um conselheiro ou grupo de apoio, pode fornecer orientação, treinamento e incentivo essenciais. Sem isso, os pastores estagnam. A rotina ministerial pode levá-los a se sentirem vazios e oprimidos.<sup>12</sup>

*Causa 7:* Como pastor, cabia a mim satisfazer as expectativas das iniciativas ou projetos da sede regional e, à igreja, executar. A igreja que eu pastoreava foi líder em batismos durante cinco anos seguidos,

mas, no sexto ano, isso não ocorreu. Uma tarde, recebi um telefonema de um oficial da sede regional. Ele me perguntou se havia mais algum batismo para relatar. Não tinha nenhum. Eu senti como se o tivesse decepcionado. Se os membros não apresentassem mais alguém, como líder eu me sentia na obrigação de correr atrás para que pudéssemos alcançar nossos objetivos. Eu não tinha a habilidade necessária para lidar de maneira saudável com as expectativas.

A dificuldade para encarar as expectativas é um dos fatores mais citados pelos pastores que sofrem de *burnout*.<sup>13</sup> A estrutura e o sistema eclesiástico têm mui-

## O tratamento

Nós dois, Jonny e Joseph, chegamos à conclusão de que estávamos esgotados e precisávamos de ajuda. Independentemente do histórico, idade, experiência ou intenções, o esgotamento bate à porta de todos os pastores.<sup>15</sup> O que fizemos? Lemos livros, procuramos conselheiros e amigos, reconhecemos as causas e começamos a fazer mudanças em nossa vida. A seguir, apresentamos uma estratégia em três passos, que resume nossa experiência e pode ajudar você a evitar ou tratar o *burnout*.

**Cultive a autoestima bíblica.** Quer nosso valor venha dos outros, da capacidade de

tirar esse status divino. O Senhor permitiu que Seu Filho fosse oferecido como resgate pelos nossos pecados, para que pudéssemos ser parte de Sua família.

*Lembre-se de que você foi transformado* (2Co 3:18), e que o Espírito Santo pode renovar nossa mente (Rm 12:2). Estude diariamente as Sagradas Escrituras, ore e escute a voz de Deus.

## Estabeleça as prioridades de acordo com a vontade de Deus.

Quando nos identificamos como filhos e filhas de Deus, nossas prioridades começam a mudar. Essa transformação é fundamental para evitar ou lidar com o *burnout*, porque grande parte dele resulta da definição equivocada de prioridades. Apesar de sermos tentados a colocar uma acima das outras, a presença recorrente delas em toda a Bíblia demonstra que elas devem ser mantidas em equilíbrio. Quais são as prioridades ou os ideais divinos para Seus ministros?

*Espiritualidade.* O Senhor deseja manter conexão íntima conosco. Enoque andou com Deus. A finalidade do santuário terrestre era de que Deus estivesse com Seu povo (Êx 25:8). Jesus manteve comunhão íntima com o Pai (Lc 5:16). Ele também recomendou a busca do reino de Deus em primeiro lugar (Mt 6:33). O Salvador estava sempre ocupado, mas manter Sua conexão com Deus O protegeu do esgotamento.<sup>17</sup>

*Relacionamentos fraternos.* Deus nos criou para viver em comunidade (Gn 1:27; 2:18). Paulo foi um grande incentivador e defensor do propósito divino. "Amai-vos cordialmente uns aos outros com amor fraternal, preferindo-vos em honra uns aos outros" (Rm 12:10). "Pelo que exortai-vos uns aos outros e edificai-vos uns aos outros, como na verdade o estais fazendo" (1Ts 5:11).<sup>18</sup> Relações saudáveis e fraternais protegem contra o *burnout*.

*Descanso.* Precisamos de tempo para nos revigorarmos. O dia de descanso

A falta de limites, espiritualidade, relacionamentos, habilidade para administrar conflitos, descanso e autoestima têm levado muitos servos do Senhor ao esgotamento.

tas expectativas quanto a seus ministros, e os pastores têm sido vítimas dessas expectativas.

*Causa 8:* As altas expectativas afetaram meu desempenho no trabalho. Elas também se tornaram o instrumento de medição para aferir minha autoestima. Se a igreja estava indo bem, eu estava bem. Se a igreja estava indo mal, eu me sentia desqualificado. Se meu sermão era raso, eu era um fracasso. Minha identidade estava ligada ao sucesso da igreja, em vez de estar centrada em Cristo.

O "sentimento de inadequação" foi identificado como um fator significativo para o *burnout*.<sup>14</sup> Não importa quais sejam as causas específicas da questão de autovalorização, os complexos de inadequação acabarão com a saúde.

concluir projetos ou de qualquer outra parte, essas fontes nunca nos satisfarão. Deus quer que nosso senso de valor venha Dele. Fomos criados por Ele, por isso dependemos do Criador para nossa saúde emocional. Até mesmo Jesus precisou dessa autoafirmação que deu a Ele o senso de identidade para cumprir Sua missão: "E eis que uma voz dos céus dizia: 'Este é o Meu Filho amado, em quem Me comprazo'" (Mt 3:17).<sup>16</sup>

*Refleta sobre sua identidade.* Em Deus, ela é mais forte do que qualquer outra identidade. Fontes comuns de identidade, como herança, realizações, posições ou posses, podem ser tiradas de nós. Entretanto, de acordo com a Bíblia, somos príncipes e princesas de Deus. Somos filhos amados do Rei, e ninguém pode nos,

semanal, provido pelo Criador, é uma lembrança dessa realidade (Gn 2:3; Êx 33:14). Jesus chamou Seus discípulos para descansar: “Vinde vós, à parte, para um lugar deserto, e descansai um pouco. Porque eram muitos os que vinham e iam, e não tinham tempo nem para comer” (Mc 6:31). Quando descansamos, renovamos as forças para viver e trabalhar com mais entusiasmo.<sup>19</sup>

**Visão da missão.** Deus tem uma missão para a igreja. Ele deseja que ela seja uma bênção no mundo, convide pecadores para trilhar o caminho da salvação e faça deles discípulos em Sua obra (Mt 28:19,20; 1Pe 2:9). O Senhor deseja que Seus ministros causem impactos significativos na vida dos outros, em vez de simplesmente se ocuparem com as tarefas rotineiras da igreja. Ter uma visão clara e relevante de nossa missão evita o esgotamento porque nos motiva e nos ajuda a identificar quais tarefas são úteis e quais não são.

**Estabeleça limites.** Em Atos 6 vemos como a igreja apostólica lidou com isso. Havia necessidade de dar mais atenção ao cuidado das viúvas, mas os apóstolos estavam sobrecarregados. Se eles tivessem que se encarregar disso também, teriam prejudicado a missão para a qual foram chamados. Por isso, disseram: “Não é razoável que nós deixemos a palavra de Deus e sirvamos às mesas. Escolhei, pois, irmãos, dentre vós, sete homens de boa reputação, cheios do Espírito Santo e de sabedoria, aos quais encarreguemos deste serviço. Mas nós perseveraremos na oração e no ministério da Palavra” (v. 2-4).

Os apóstolos se preocuparam com as necessidades de sua comunidade. Eles reconheceram que algo devia ser feito. No entanto, priorizaram o que Cristo havia estabelecido quando os chamou e enviou, e delegaram à igreja as outras responsabilidades.

Jesus também estabeleceu limites com base nas prioridades de Seu Pai. Sua

missão era buscar e salvar os perdidos (Lc 19:10). Ele estabeleceu limites para Sua vida. Não permitiu que as provações atrapalhassem Sua missão (Lc 4: 28-30). Não Se submeteu aos anseios políticos dos discípulos para Ele (Mt 16:23). Afastou-Se das multidões para descansar e revigorar-Se espiritualmente (Lc 5:16).<sup>20</sup>

Como pastores do rebanho de Cristo sabemos que precisamos seguir Seu modelo de vida. O problema é colocar isso em ação.<sup>21</sup> Reconheça que é necessário estabelecer limites para que o ministério perdure. Eles também são benéficos para a saúde. Não precisamos nos sentir culpados por manter esses limites.<sup>22</sup>

## Ministério brilhante

O *burnout* mina a vitalidade e o ministério. A falta de limites, espiritualidade, relacionamentos, habilidade para administrar conflitos, descanso e autoestima têm levado muitos servos do Senhor ao esgotamento. Contudo, graças a Deus podemos reavaliar nossas prioridades e superar essas causas, reacendendo a chama do ministério. O desejo divino é que tenhamos vida, e vida abundante (Jo 10:10). Você está preparado para viver essa experiência? **W**

### Referências

<sup>1</sup> Dados obtidos em <<https://carenetnc.org/services/counseling-for-ministers/>>, acesso em 07/5/2019.

<sup>2</sup> Elizabeth Ann Jackson-Jordan, “Clergy burnout and resilience: A review of the literature”, *Journal of Pastoral Care & Counseling* 67, n. 1, março de 2013, p. 2, 3.

<sup>3</sup> Diane J. Chandler, “Pastoral burnout and the impact of personal spiritual renewal, rest-taking, and support system practices”, *Pastoral Psychology* 58, n. 3, 2009, p. 275.

<sup>4</sup> Jackson-Jordan, “Clergy burnout and resilience”, p. 4.

<sup>5</sup> Barry J. Fallon, Simon Rice e Joan Wright Howie, “Factors that precipitate and mitigate crises in ministry”, *Pastoral Psychology* 62, n. 1, fevereiro de 2013, p. 27-40. Também reconhecido por Randy Garner, em “Interpersonal criticism and the clergy”, *Journal of Pastoral Care & Counseling* 67, n. 1, e comprovado nos estudos de Edgar Voltmer, Christine Thomas e Claudia Spahn, em “Psychosocial health and spirituality of theology students and

pastors of the German Seventh-Day Adventist Church”, *Review of Religious Research* 52, n. 3.

<sup>6</sup> H. Peter Swanson, “Pastoral stress management to maximize family function”, *Ministry*, março de 2013, p. 17-20.

<sup>7</sup> Franco Vaccarino e Tony Gerritsen, “Exploring clergy self-care: A New Zealand study”, *International Journal of Religion and Spirituality in Society* 3, n. 2, 2013, p. 71.

<sup>8</sup> Fallon, Rice e Howie, p. 28, 33.

<sup>9</sup> Richard A. Swenson, *Margin: Restoring emotional, physical, financial, and time reserves to overloaded lives* (Colorado Springs, CO: NavPress, 2004).

<sup>10</sup> Erik C. Carter, “The practice and experience of the sabbath among Seventh-day Adventist pastors”, *Pastoral Psychology* 62, n. 1, p. 25.

<sup>11</sup> Fallon, Rice e Howie, p. 33.

<sup>12</sup> Benjamin D. Schoun, *Helping Pastors Cope: A psychosocial support system for pastors* (Berrien Springs, MI: Andrews University Press, 1982), p. 191-200.

<sup>13</sup> Fallon, Rice, and Howie, p. 273.

<sup>14</sup> “New study of pastor attrition and pastoral ministry”, <<http://lifewayresearch.com/pastorprotection/>>, acesso em 07/5/2019.

<sup>15</sup> Textos bíblicos são da Almeida Revista e Atualizada, 2ª edição.

<sup>16</sup> John Ortberg, *The Life You've Always Wanted: Spiritual disciplines for ordinary people* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2002), p. 84.

<sup>17</sup> Carl F. George, *Prepare Your Church for the Future* (Tarrytown, NY: F. H. Revell, 1991), p. 129-131.

<sup>18</sup> Vaccarino e Gerritsen, p. 72.

<sup>19</sup> Bill Gaultiere, “Jesus set boundaries”, <<https://www.soulshpherd.org/jesus-set-boundaries/>>, acesso em 07/5/2019.

<sup>20</sup> Henry Cloud e John Sims Townsend, *Boundaries: When to say yes, how to say no to take control of your life* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 1992).

<sup>21</sup> Margarita Tartakovsky, “10 ways to build and preserve better boundaries”, *Psych Central*, <<https://psychcentral.com/lib/10-way-to-build-and-preserve-better-boundaries/>>, acesso em 07/5/2019.



Gentileza do autor

**S. Joseph Kidder**, doutor em Ministério, é professor do Seminário Teológico da Universidade Andrews



Gentileza do autor

**Jonny Wesley Moor**, mestre em Teologia, é pastor no estado de Oregon, Estados Unidos

# Um plano de liberdade

## Lições sobre o chamado e a missão extraídas de Êxodo 3:1 a 12

Teófilo Correa

**A** Bíblia é um registro dos atos divinos. Nela vemos como Deus entrelaça Seus propósitos à experiência humana. Este artigo aborda o texto de Êxodo 3:1 a 12 e, por meio de uma breve análise textual, especialmente no campo semântico de algumas sentenças, descreve como o Senhor deu forma ao grande evento do êxodo israelita do Egito.

Para os propósitos deste estudo, exploro a seção que corresponde aos versículos 1 a 12. Em Êxodo 2, encontra-se a narrativa acerca dos primeiros 40 anos da vida de Moisés, incluindo suas primeiras experiências em Midiã, lugar em que ele viveu por mais 40 anos. O capítulo 3 destaca alguns aspectos finais importantes desse ciclo no deserto. Assim, essa seção é uma espécie de articulação entre a experiência em Midiã e o início do projeto de “saída” das terras egípcias.

### A santidade do projeto

Êxodo 3 poderia ter começado no versículo 7, onde o autor reproduz a percepção divina em relação à aflição israelita (“certamente, vi a aflição do Meu povo”). Aparentemente, isso daria melhor sentido à sequência narrativa, observando o fim do

capítulo 2 (“e viu Deus os filhos de Israel e atentou para a sua condição”, v. 25). Contudo, os detalhes dos primeiros versículos de Êxodo 3 enquadram adequadamente o plano de libertar os israelitas e mostrar como Deus moldou esse projeto.

Existem dois personagens que se destacam no capítulo. O Senhor e Moisés. Este último é apresentado em uma jornada normal de trabalho, apascentando as ovelhas do sogro. Naquele dia, ele estava se movendo com o rebanho de leste para oeste. De repente, algo ocorreu em Horebe, que o narrador chama de “o monte de Deus” (v. 1).

Localizado entre as montanhas do Sinai, Horebe não é uma montanha qualquer. Horebe recebeu um significado especial a partir da experiência de Êxodo 3 que permanecerá para a posteridade. Outro profeta, Elias, teria um encontro com Deus ali (1Rs 19:8).

É importante esclarecer que essa montanha foi chamada de santa somente porque o Deus santo decidiu Se revelar ali. Foi nesse local geográfico específico que o projeto de libertação começou. Foi no Horebe que o Senhor convocou Seu povo; foi no monte santo que foi celebrada a aliança com o povo de Israel (Dt 5:2, 1Rs 8:9).

Israel estava acampado na base dessa montanha quando Deus proclamou Sua lei (Mt 4:4, 2Cr 5:10). Um lugar é considerado sagrado não por causa da grandeza de sua estrutura nem em virtude de sua aparência emblemática; um lugar é considerado sagrado quando Deus Se revela nele, quando Ele pode ser visto agindo naquele local.

O Senhor convidou Moisés a estar ciente disso, não da santidade da montanha, mas de Sua santidade. Depois de alertar Moisés de que aquele lugar era terra santa (Êx 3:5), Ele afirmou: “Eu sou o Deus de teu pai, o Deus de Abraão, o Deus de Isaac e o Deus de Jacó”. Então, a narrativa indica o assombro e a reverência de Moisés: “Moisés escondeu o rosto, porque temeu olhar para Deus” (v. 6).

Essa cena nos leva um pouco mais longe. Move-nos da santidade consciente para a santidade operativa. Moisés, o agente, é advertido nesse encontro em Horebe sobre a santidade do projeto que ele deve começar a partir dali. O líder tem que estar ciente de que o plano será bem-sucedido somente se ele mantiver diante de si a perspectiva da santidade. Embora tivesse que deixar o emblemático monte santo, Moisés teria que viver na



perspectiva onipresente do Deus santo. Então, o projeto também teria a marca sagrada. Caso contrário, a jornada estaria fadada ao fracasso, assim como foi sua tentativa malsucedida de libertar Israel, em Êxodo 2:11 e 12.

## Missão divino-humana

Êxodo 3:7 a 10 contêm um paralelo interessante na perícopes. Os versículos 7 e 8 são comparados com 9 e 10. O verso 7 descreve: “vi a aflição do Meu povo” e “ouvi o seu clamor”. Por sua vez, o versículo 9 afirma: “o clamor dos filhos de Israel chegou até Mim” e “vejo a opressão com que os egípcios os estão oprimindo”.

Em termos de composição literária, parece uma simples repetição. No entanto, os versículos referidos e as sentenças que os compõem servem como elemento causal da ação que será enunciada nos versos 8 e 10.

A estrutura sintática da primeira oração do versículo 8 é bem clara. O verbo hebraico *yarad*, “vir, descer”, está na primeira pessoa do singular. Então a sentença pode ser traduzida como “Eu desci”. É claro que o sujeito é Deus. Logo se seguem dois verbos no infinitivo. Eles indicam propósito, particularmente quando acompanhados pela preposição *le* (“para”). Assim, a tradução da primeira sentença do versículo 8 seria: “E Eu [Deus] desci a fim de livrar [Israel] da mão dos egípcios e para fazer [Israel] subir daquela terra [Egito]”.

Fazendo uma síntese dos componentes sintagmáticos dos versículos 7 e 8 pode-se dizer que o sujeito é Deus, e o objeto é Israel, que é chamado de “Meu povo” (v. 7) e “filhos de Israel” (v. 9). A ação empreendida é enunciada com a sentença “Eu desci”, acompanhada de dois outros verbos, que expressam o propósito de “livrá-lo e [...] fazê-lo subir” (v. 8).

Os versículos 8 e 10 estão em paralelo. O verso 10 apresenta a sentença em hebraico *vertah lejah*, que pode ser traduzida

como “vem, agora” ou “e de agora em diante”.<sup>1</sup> A segunda tradução representa melhor a mudança dos agentes do projeto divino, como mostrado nos versículos em questão. As duas frases seguintes do verso 10 evidenciam melhor a transição dos agentes, mostrando o papel principal de outro agente. Assim, a primeira oração pode ser traduzida como “e Eu te enviarei”. Na última parte do versículo, a oração indica quem seria o agente libertador. O Senhor diz: “para que tires o Meu povo, os filhos de Israel, do Egito”. Observe que, embora Ele seja o sujeito da oração, o sujeito operacional da ação verbal mudou Dele para Moisés.

Como entender isso? No versículo 8, o texto mostra Deus dizendo: “[Eu] desci a fim de livrá-lo da mão dos egípcios”. Por sua vez, o verso 10 parece indicar uma mudança de planos. O Senhor Se dirigiu a Moisés e afirmou: “Eu te enviarei a Faraó, para que tires o Meu povo [...] do Egito”.

O que aconteceu na narrativa? Talvez um estudioso da linha crítico-histórica possa inferir que os versículos mencionados pertençam a diferentes fontes, orais ou escritas. Portanto, uma suposta mudança de agentes na narrativa seria justificada. Contudo, o fato de que os versos 8 e 10 são precedidos por um elemento causal comum (ver v. 7, 9) e pelo conectivo “e de agora em diante” exemplifica com solidez a maravilhosa atuação divina, quando Ele quer levar adiante Seus propósitos. Assim, não há contradição no relato nem mudança de planos. Simplesmente, entre esses versículos está estabelecida a ideia que os teólogos chamam de *missão*, que nada mais é do que seres humanos frágeis assumindo em seus ombros a obra de Deus.

Quando o Senhor deseja executar algo em favor da humanidade, Ele confia Seus projetos a pessoas. É por isso que não se pode falar sobre missão sem ligá-la à comissão divina. Em realidade, não se pode falar de uma missão exclusivamente pessoal, nem mesmo da igreja, porque

a missão não é pessoal nem da igreja, é divina. Nesse caso, a igreja e seus membros são agentes de Deus no cumprimento da missão. Essa é uma lição extraída do texto de Êxodo. Em linguagem simples, seria assim: “Eu [Deus] vou, mas vou mandar você [ser humano]”.

Em todo projeto missionário, “Comissionador” e “enviado” se fundem inseparavelmente. Por isso, nas histórias bíblicas, às vezes, Deus e o agente comissionado se sobrepõem para cumprir a missão. A propósito, no Antigo Testamento não há uma palavra hebraica para missão. O termo para o qual os estudiosos dão essa conotação é *shalak*, uma palavra que na maioria das passagens (450 vezes), particularmente no *qal*, envolve a ideia de “enviar alguém para uma missão específica ou dar uma tarefa”.<sup>2</sup> Esse é o termo encontrado no versículo 10, quando Deus disse: “Eu te enviarei”.

Em resumo, Deus estabelece todo projeto redentivo em favor da humanidade em um ambiente de santidade. Para colocá-lo em ação, Ele escolhe pessoas, que serão Seus agentes visíveis. Assim, nessa atuação divino-humana não há atraso nem fracasso, porque o Senhor está sempre presente. Desse modo, no projeto de Deus, o divino e o humano convergem. No fim, o sucesso do plano não dependerá da capacidade do homem, mas do envolvimento de Deus.<sup>3</sup> **IM**

## Referências

<sup>1</sup> Ludwig Koehler e Walter Baumgartner, *The Hebrew and Aramaic Lexicon of the Old Testament* (Leiden: Brill, 1994-2000), v. 2, p. 902.

<sup>2</sup> M. Delcor e E. Jenni, “šlh, to send”, *Theological Lexicon of the Old Testament* (edição eletrônica, Accordance, versão 12), v. 3, p. 1332.

<sup>3</sup> Cornelis Houtman, *Exodus: Historical commentary on the Old Testament* (Leuven: Peeters), p. 362.



**Teófilo Correa**, doutor em Teologia, é diretor do programa de doutorado em Religião do Instituto Internacional Adventista de Estudos Avançados

# Discipulador

## bem-sucedido

### Lições da vida de João Batista

Adolfo S. Suárez

Em meus momentos devocionais, além de estudar a Bíblia, a meditação diária e a *Lição da Escola Sabatina*, costumo ler algum livro de Ellen White. Atualmente, estou estudando *O Desejado de Todas as Nações*. Há algum tempo, enquanto fazia minha leitura, fiquei impressionado com o capítulo 10, intitulado “A voz do deserto”, que narra aspectos do ministério de João Batista. Quando estava para concluí-lo, li uma frase que chamou minha atenção: “*Multidões seguiam esse novo mestre de um lugar para outro, e não poucos nutriam a esperança de que ele fosse o Messias. Mas, vendo João o povo voltar-se para ele, buscava todas as oportunidades de encaminhar-lhes a fé para Aquele que haveria de vir.*”<sup>1</sup> Se ele tinha muitos discípulos, isso significa que ele era um grande discipulador. Neste artigo, destaco algumas características de João Batista necessárias para que sejamos bem-sucedidos na tarefa de discipular pessoas para o Reino de Deus.

#### Santidade

João Batista foi chamado para ser o mensageiro de Deus. Ele devia “imprimir” nas pessoas uma “nova direção aos pensamentos” e “impressioná-las com a santidade dos reclamos divinos”.<sup>2</sup> Se havia sido chamado para exercer uma obra de santidade, então ele mesmo deveria ser santo.

De idêntica maneira, o discipulador deve ser santo, pois “precisa ser um templo para a presença de Deus”.<sup>3</sup> Ser santo significa ser consagrado ao Senhor, dedicado a Ele, e ter uma conduta coerente com Seus princípios. Nesse sentido, ser santo não é uma consecução, mas um estado. Quando me chama para uma obra, Deus me santifica, escolhe, separa e dedica a Ele.

#### Disciplina

“Ao tempo de João Batista, a cobiça das riquezas e o amor do luxo e da ostentação se haviam alastrado. Os prazeres sensuais, banquetes e bebidas, estavam causando moléstias e degeneração física, amortecendo as percepções espirituais, e insensibilizando ao pecado.”<sup>4</sup> As pessoas viviam como queriam, e quem quisesse ser diferente e viver de acordo com a vontade de Deus precisava desenvolver domínio próprio. Essa foi a experiência de João Batista. Por isso ele foi capaz de se manter inabalável diante das pressões da sociedade.

João tinha um caráter firme, decidido, centrado. Nada era capaz de distraí-lo da missão que tinha. Da mesma forma, discipuladores precisam ser disciplinados, firmes, decididos e centrados. Além disso, devem ser organizados, metódicos e sistemáticos.

#### Reforma

Cercado por um ambiente repleto de licenciosidade e permissividade, “João devia assumir a posição de reformador. Por sua vida abstinentemente e simplicidade de vestuário, devia constituir uma repressão para sua época.”<sup>5</sup> Assim, antes de pregar como as pessoas deveriam viver, ele já demonstrava em sua conduta o modo correto de viver.

Um detalhe importante é que sua vida de reformador começou a ser moldada antes de seu nascimento. Um anjo apareceu a seus pais e deu as orientações para que João fosse alguém diferenciado (Lc 1:15, 16). Isso aponta para o fato de que o preparo para ser um reformador tem suas raízes na infância. Ellen White afirma que “acima de quaisquer dotes naturais, os hábitos estabelecidos nos primeiros anos decidem se a pessoa será vitoriosa ou vencida na batalha da vida. A juventude é o tempo da sementeira.”<sup>6</sup>

Por isso, discipuladores investem no processo de discipulado familiar. Precisamos investir no que garante o melhor retorno, e isso ocorre quando investimos nas crianças, nos juvenis e adolescentes. João Batista era um reformador, e isso começou na sua infância. Ser reformador significa mostrar na vida as mudanças que queremos que ocorram na igreja e na sociedade; ser reformador significa repreender os maus comportamentos com o poderoso sermão de uma vida pautada pela vontade de Deus.



## Simplicidade e abnegação

Ao passar parte do seu tempo no deserto, João Batista renunciou ao luxo e às diversões e se acostumou a dois elementos importantes: simplicidade e abnegação. Simplicidade se refere ao que é natural, simples, puro. Abnegação, por sua vez, está relacionada à renúncia, a uma vida que abre mão de seus próprios interesses.

Abnegação e simplicidade são características que andam juntas. Discipuladores devem ser simples e abnegados porque, como pregadores do evangelho, precisam mostrar às pessoas que seguir Cristo exige sacrifício. Quem conhecia João Batista percebia que ele era poderosamente simples e contagiantemente abnegado. Não era por acaso que as pessoas ficavam sensibilizadas com sua vida e pregação.

## Estudo

João Batista tinha um discurso poderoso, com um sólido conteúdo. Como ele desenvolveu isso? Ellen White esclarece que “João encontrou no deserto sua escola e santuário. A exemplo de Moisés entre as montanhas de Midiã, era circundado da presença de Deus, e das demonstrações de Seu poder.”<sup>17</sup> No deserto, “sozinho, no silêncio da noite, lia a promessa feita por Deus a Abraão, de uma semente tão inumerável como as estrelas. A luz da aurora, dourando as montanhas de Moabe, falava-lhe Daquele que havia de ser ‘como a luz da manhã quando sai o Sol, da manhã sem nuvens’ (2Sm 23:4). E no brilho do meio-dia via o esplendor de Sua revelação, quando ‘a glória do Senhor’ se manifestar, ‘e toda carne juntamente’ a vir (Is 40:5).”<sup>18</sup>

O profeta vivia num deserto literal e, nele, experimentava intenso aprendizado. Assim como João, precisamos ter nosso “deserto”, que seja nossa escola e nosso santuário. Nossa escola para fortalecer nosso intelecto; nosso santuário para fortalecer nossa fé. Pode ser um escritório em casa, no trabalho ou algum outro lugar. Discipuladores precisam de um local em que diariamente possam escavar a verdade, estudar a Bíblia, pois, nela, Deus Se revela.

## Espiritualidade

“Pesava sobre [João Batista] a responsabilidade de sua missão.”<sup>11</sup> E como ele enfrentava esse peso? Ellen White responde: “Meditando e orando, na solidão, buscava cingir a alma para a obra de sua vida. Se bem que habitando no deserto, não estava livre de tentações. [...] Sua percepção espiritual, porém, era clara; tinha desenvolvido resistência de caráter e decisão e, mediante o auxílio do Espírito Santo, era habilitado a pressentir a aproximação de Satanás, e resistir-lhe ao poder.”<sup>12</sup>

O discipulador vive a missão com espírito de meditação e oração. Tais disciplinas são essenciais para quem espera impactar o coração dos discípulos, como fez João Batista.

## Sociabilidade

Talvez alguém pense que João Batista era um alienado. Nada disso! “A vida de João não era, entretanto, passada em ociosidade, em ascética tristeza, em isolamento egoísta. Ia de tempos a tempos misturar-se com os homens; e era sempre observador interessado do que se passava no mundo. De seu quieto retiro, vigiava o desdobrar dos acontecimentos. Com a iluminada visão facultada pelo Espírito divino, ele estudava o caráter dos homens, a fim de saber como lhes chegar ao coração com a mensagem do Céu.”<sup>19</sup>

João Batista tinha uma personalidade interessante. Ele conseguia passar muito tempo sozinho no deserto; contudo, tinha disposição de se misturar com as pessoas. Ellen White lembra que “os que buscam esconder sua religião [...] ocultando-a dentro de muros de pedra, perdem valiosas oportunidades de fazer bem. Por meio das relações sociais, o cristianismo se põe em contato com o mundo”<sup>10</sup> Desse modo, a vida de João Batista, entre o deserto e as multidões, é uma grande inspiração aos discipuladores modernos.

## Reverência

João Batista examinava o que os escritos proféticos diziam sobre o Messias com profundo respeito, e se aproximava de Deus com profunda reverência. Para ele, as palavras do Senhor a Moisés, também ditas no deserto, tinham significado especial. Ellen White afirma que “a humildade e a reverência devem caracterizar o comportamento de todos os que vão à presença de Deus. Em nome de Jesus podemos ir perante Ele com confiança; não devemos, porém, aproximar-nos Dele com uma ousadia presunçosa, como se Ele estivesse no mesmo nível que nós outros.”<sup>13</sup>

O Senhor Se dirige a nós, pessoas comuns, em dias comuns, mas Ele não é um ser comum. Ele é Deus, e jamais devemos perder o senso de Seu poder, Sua grandeza, glória, majestade, soberania e santidade. Como discipuladores, estamos a serviço de um Deus santo, servindo à Sua igreja. Portanto, devemos ser simpáticos, mas não debochados; sorridentes, mas sem sarcasmo; e alegres, mas sem algazarra.

## Humildade

João Batista adquiriu reconhecimento e boa reputação. Mas ele sempre se manteve humilde. Isso é bem ilustrado por estas palavras de Mateus 3:11: “Eu vos batizo com água, para arrependimento; mas Aquele que vem depois de mim é mais poderoso do que eu, cujas sandálias não sou digno de levar. Ele vos batizará com o Espírito Santo e com fogo.”

O profeta sabia quem era, mas também sabia quem não era. João Batista era humilde. Humildade é a virtude que nos dá o sentimento de nossa fraqueza e limitação. Ser humilde é permitir que a vontade de Deus floresça em nossa vida. João Batista viveu assim, e inspira os discipuladores modernos a fazer o mesmo.

## Admoestação

João Batista tinha um discurso duro (Mt 3:7-10), pois seu propósito era “acordar [seus ouvintes] da letargia e fazê-los tremer por sua grande iniquidade.”<sup>14</sup> Assim, as admoestações são uma espécie de trombeta divina para despertar a consciência adormecida. Por isso, “Deus não manda mensageiros para lisonjear o pecador. Não transmite mensagem de paz para embalar os não santificados numa segurança fatal. Depõe pesados fardos sobre a consciência do malfeitor e penetra a alma com as setas da convicção. Os anjos ministradores apresentam-lhe os terríveis juízos de Deus para aprofundar o sentimento da necessidade e instigar ao brado: ‘Que devo fazer para ser salvo?’”<sup>15</sup>

O discipulador precisa clamar desde o púlpito, ao pregar; bradar nos lares, ao dar um estudo bíblico. O discipulador deve admoestar, chamar a atenção. Esse não é seu único papel nem o principal, mas deve fazê-lo. O discipulador não pode fugir da tarefa de apontar o erro, nunca para aprofundar a crise, mas para resgatar o pecador.

## Conciliação

Ao mesmo tempo que João foi um reformador, também foi um apaziguador, conforme aponta a profecia de Malaquias 4:6: “Ele converterá o coração dos pais aos filhos e o coração dos filhos a seus pais, para que Eu não venha e fira a terra com maldição.”

Isso quer dizer que João Batista exerceu papel conciliador, convencendo os israelitas a retornar aos caminhos de seus pais, que haviam vivido grandes experiências com Deus. Antes da segunda vinda de Cristo, uma obra semelhante será feita por aqueles que pregam ao mundo as três mensagens angélicas.

Ser conciliador significa convidar as pessoas a se aproximarem de Deus, a se voltarem e se entregarem a Ele, experimentando uma conversão genuína.

## Conclusão

Neste artigo, procurei mostrar que João Batista foi um discipulador de primeira grandeza; portanto um exemplo para discipuladores modernos. Ele era santo, disciplinado, reformador, conciliador, estudioso, simples e abnegado, sociável, espiritual, reverente, admoestador, entusiasta e humilde. Você consegue imaginar o efeito de uma pessoa com essas características, convivendo com outras pessoas?

Tudo que eu disse pode ser resumido nesta frase: “Mais do que apenas impacto ou admiração, a vida do discipulador causa efeito transformador na vida do discípulo.” Esse é o desafio que está em nossas mãos! **TM**

## Pregação entusiasta

João Batista era um pregador entusiasta. A palavra “entusiasmo”, no grego, significa “em Deus”, “inspiração divina”, “Deus em si”, e os antigos a compreendiam como se referindo a alguém inspirado ou dotado da presença de Deus. O termo se aplica apropriadamente a João Batista. Ellen White afirma que, ao pregar, as palavras do profeta tocavam fundo no coração das pessoas, e ao ouvi-lo, as multidões reagiam com convicção, a ponto de perguntarem: E agora, que faremos? E João respondia: “Quem tiver duas túnicas, reparta com quem não tem; e quem tiver comida, faça o mesmo” (Lc 3:11). O discipulador autêntico deve pregar com tal poder e entusiasmo, que as pessoas sintam o desejo de se entregarem a Deus e mudar de vida.

## Referências

<sup>1</sup> Ellen G. White, *O Desejado de Todas as Nações* (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2014), p. 108.

<sup>2</sup> *Ibid.*, p. 100.

<sup>3</sup> *Ibid.*

<sup>4</sup> *Ibid.*

<sup>5</sup> *Ibid.*, p. 100, 101.

<sup>6</sup> *Ibid.*, p. 101.

<sup>7</sup> *Ibid.*, p. 102.

<sup>8</sup> *Ibid.*, p. 102, 103.

<sup>9</sup> *Ibid.*, p. 102.

<sup>10</sup> *Ibid.*, p. 153.

<sup>11</sup> *Ibid.*, p. 102.

<sup>12</sup> *Ibid.*

<sup>13</sup> Ellen G. White, *Patriarcas e Profetas* (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2014), p. 252.

<sup>14</sup> White, *O Desejado de Todas as Nações*, p. 103, 104.

<sup>15</sup> *Ibid.*, p. 104.



Gentileza do autor

**Adolfo S. Suárez**, doutor em Ciências da Religião, é reitor do Seminário Adventista Latino-americano de Teologia

# Entre montes e reis

## A centralidade de Cristo e a interpretação de Apocalipse 17

Clacir Virmes Júnior  
João Renato Alves da Silva

Um dos maiores desafios na interpretação das profecias bíblicas está relacionado a Apocalipse 17:9 a 11: “Aqui está o sentido, que tem sabedoria: as sete cabeças são sete montes, nos quais a mulher está sentada. São também sete reis, dos quais caíram cinco, um existe, e o outro ainda não chegou; e, quando chegar, tem de durar pouco. E a besta, que era e não é, também é ele, o oitavo rei, e procede dos sete, e caminha para a destruição”. Devido à complexidade dos símbolos aqui descritos, têm surgido interpretações polêmicas sobre essa passagem. Algumas controvérsias têm confundido os interessados em encontrar uma explicação do texto fundamentada nas Escrituras.

Atualmente, não há uma interpretação definitiva sobre o texto. Contudo, por meio de um exame cuidadoso da Bíblia, sabemos o que os símbolos dessa profecia *não podem* significar e, assim, temos condições de descartar as interpretações alarmistas e equivocadas aplicando uma hermenêutica correta à profecia.

Neste artigo temos três objetivos. Em primeiro lugar, mostrar a inconsistência e descartar uma interpretação de Apocalipse 17 que insiste em se perpetuar em alguns setores do adventismo. Depois, mostrar as opções interpretativas para o capítulo na compreensão de teólogos adventistas estudiosos do tema. Por fim, apresentar qual deve ser o foco principal no estudo dessa profecia, em particular, e do livro do Apocalipse, independentemente das discussões relacionadas à interpretação de suas partes mais enigmáticas.

### A teoria dos sete papas

Tem circulado no meio adventista uma interpretação de Apocalipse 17 conhecida como “teoria dos sete papas”.<sup>1</sup> Ela propõe que as sete cabeças da besta escarlate sejam as sete colinas de Roma, pelas quais a cidade é famosa. Essa suposição também propõe que, a partir do estabelecimento do Estado do Vaticano, mediante o Tratado de Latrão, assegurou-se à Igreja Católica independência, autoridade civil e política, dando início, assim, ao tempo do fim, à cura da ferida mortal e ao retorno do papado como poder político. A teoria

sugere que, a partir de 1929, surgiriam sete pontífices que governariam sucessivamente até a segunda vinda de Cristo. Logo, Bento XVI seria o sétimo papa eleito, que deveria durar pouco tempo, e seu sucessor, Francisco, o oitavo, que governaria até o fim.

Avaliando essa explicação à luz do historicismo<sup>2</sup> verifica-se que a teoria faz uma espécie de fusão entre os métodos de interpretação historicista e futurista, inclinando-se mais em direção a uma exposição sensacionalista e dispensacionista do que propriamente bíblica. O que encontramos na “teoria dos sete papas” é um problema hermenêutico sério. As Escrituras apontam para o historicismo como o método bíblico para a interpretação das profecias.<sup>3</sup> Esse método foi utilizado pelo próprio Cristo e pelos profetas bíblicos, que viam o cumprimento das profecias ao longo da história e não somente com foco em um tempo futuro (Dn 2:31-45; 9:2; Mt 17:12, 13; 24:15; Mc 1:2-4; 13:14; Lc 21:20; 24:27).

A profecia de Apocalipse 17 descreve uma meretriz montada em uma besta escarlate com sete cabeças e dez chifres

(Ap 17:7), sendo essas sete cabeças também sete montes e sete reis (Ap 17:9). Os setes montes, onde a mulher está assentada, não podem ser vistos como as sete colinas de Roma, pois a palavra grega para “monte” é *óros* que significa “monte ou montanha”, e não colina.<sup>4</sup> Biblicamente, “monte” é símbolo de reinos e impérios (Sl 48:2; Is 2:2, 3; Jr 17:3, 31:23; Ez 17:22, 23; 36:1-5; Dn 2:34, 35; Zc 4:7). Kenneth Strand explica que, quando “procuramos pelo uso escriturístico do vocábulo ‘montanha’ nos casos em que a palavra é empregada como um símbolo [...] *nunca encontramos ‘montanha’ usada para simbolizar um monarca ou governante individual.* Em vez disso, a encontramos sendo usada como símbolo para uma nação ou império.”<sup>5</sup>

Portanto, “sete cabeças”, “sete montes” e “sete reis” são termos intercambiáveis que simbolizam as mesmas entidades, isto é, impérios/reinos. Tomando como base o método historicista e a perspectiva temporal do profeta João, no primeiro século d.C.,<sup>6</sup> cinco desses impérios/reinos já haviam caído, um existia, e o outro ainda estava por vir (Ap 17:10).

A “teoria dos sete papas” aponta para Bento XVI como o sétimo pelo fato de ele ter renunciado e seu pontificado ter durado pouco (quase 8 anos).<sup>7</sup> Contudo, essa interpretação ignora o tempo de pontificado ainda menor de João Paulo I, que durou apenas 34 dias, em 1978. A ideia de que o sétimo rei (Roma papal) deveria durar “pouco tempo” (Ap 17:10) vem do termo grego *oligon* que, segundo Vanderlei Dorneles, “pode ser entendido da perspectiva da garantia da vitória dos fiéis de Deus alcançada na cruz e não do ponto de vista do tempo cronológico”.<sup>8</sup> Assim, a expressão “pouco tempo” teria uma conotação mais qualitativa do que quantitativa. Por exemplo, ela é usada em Apocalipse 12:12, texto onde é declarado que, após a cruz, o diabo sabia que “pouco tempo” (*oligon kairón*) lhe restava. Entretanto, para se referir ao período após os mil anos, quando Satanás será solto por “pouco tempo”, o

| Cabeças/<br>Montes/Reis | U. Smith <sup>10</sup>  | M. Maxwell <sup>11</sup>  | H. LaRondelle <sup>12</sup>  |
|-------------------------|---|---|--|
| Primeiro                | Formas do Governo Romano: Realeza   | Babilônia   | Babilônia  |
| Segundo                 | Consulado   | (Medo-)Pérsia   | Medo-Pérsia  |
| Terceiro                | Decenvirato   | Grécia  | Grécia   |
| Quarto                  | Ditadura  | Roma imperial   | Roma pagã  |
| Quinto                  | Triunvirato   | Roma papal  | Roma papal   |
| Sexto                   | Império   | Roma papal ferida   | Roma papal ferida  |
| Sétimo                  | Exarca de Ravena  | Roma papal curada   | Roma papal curada  |
| Oitavo                  | A besta simboliza o poder civil. O oitavo rei representa Roma papal e sua mistura de doutrinas chamadas cristãs com superstições e ritos do paganismo. Esse poder continua até o fim. | A besta como um todo é “o oitavo rei” e o resumo demoníaco de todos os poderes perseguidores, segundo o estilo romano que efetuará sua atualização suprema. A meretriz (Igreja) e a besta (Estado) são entidades distintas. | A própria besta é o oitavo rei. A besta faz uma paródia da ressurreição de Cristo, vindo do abismo. Esse poder é uma contrafação do próprio Jesus. Pode estar ligado à aparição de um falso Messias. |

profeta usou a expressão *mikrón krónon* (Ap 20:3), indicando um período de tempo quantitativamente curto.

## Interpretações historicistas

Uma vez que a “teoria dos sete papas” é exegética e historicamente incompatível com o texto bíblico, quais outras alternativas temos para explicar Apocalipse 17? O quadro acima apresenta as principais interpretações adventistas.<sup>9</sup> Podemos verificar algumas diferenças de opinião entre os autores com respeito à identificação dos oito reis/montes/cabeças. Contudo, todos eles estão de acordo com o método historicista de interpretação profética.

É possível visualizar três grandes divisões no quadro. Temos uma interpretação pioneira postulada por Uriah Smith e,

depois, o surgimento de uma interpretação fortemente ligada à compreensão de que a visão de Apocalipse 17 tem como foco o tempo do fim e, portanto, descreve a cura da ferida mortal da besta do mar de Apocalipse 13. Assim, C. Mervyn Maxwell, Hans K. LaRondelle e Jacques Doukhan iniciam a identificação das cabeças/montes/reis com o Império Babilônico e, conseqüentemente, excluem Egito e Assíria de sua interpretação. A última divisão são os intérpretes contemporâneos que entendem que a explicação deve ter como referência o tempo do profeta João. No entanto, o que une todos esses intérpretes é que as cabeças/montes/reis são reinos consecutivos, seja iniciando por Babilônia ou pelo Egito.

É visível que a interpretação de Uriah Smith destoa das demais, uma vez que ele

| J. Doukhan <sup>13</sup>  | E. Mueller <sup>14</sup>  | J. Paulien <sup>15</sup>   | R. Stefanovic <sup>16</sup>  | V. Dorneles <sup>17</sup>  |
|---|---|--|--|--|
| Babilônia   | Egito   | Egito  | Egito  | Egito  |
| Medo-Pérsia   | Assíria   | Assíria  | Assíria  | Assíria  |
| Grécia  | Babilônia   | Babilônia  | Babilônia  | Babilônia  |
| Roma imperial   | Medo-Pérsia   | (Medo-)Pérsia  | Medo-Pérsia  | (Medo-)Pérsia  |
| Roma papal  | Grécia  | Grécia   | Grécia   | Grécia   |
| Roma papal ferida   | Roma imperial   | Roma imperial  | Roma imperial  | Roma imperial  |
| Roma papal curada   | Roma papal  | Roma papal   | Roma papal   | Roma papal   |
| A sétima cabeça deve durar até o fim, como o oitavo rei, que representa a igreja (papado) do tempo do fim, que deve ir para a destruição. | Satanás é a besta e o oitavo rei que estava por trás dos sete. A fase “era” da besta refere-se ao tempo histórico em que o diabo foi ativo através dos impérios, e que deve encerrar-se com a segunda vinda de Jesus. Iniciando-se a fase “não é”, o diabo é preso e confinado ao abismo. No fim do milênio, ele é solto para ser destruído por Deus. | A própria besta é o oitavo rei. Ela se configura numa união política e militar global que surge no tempo do fim. | A besta faz parte da fase do oitavo reino, que deve surgir no tempo do fim. O oitavo rei provavelmente seja a restauração da sétima cabeça (papado), que exercerá a mesma autoridade exercida durante a Idade Média. | A besta é o oitavo rei. Em paralelo com Ap 13:11, a besta de dois chifres aponta para os Estados Unidos. O oitavo rei poderia ser o último império a exercer poder global. |

identificou os símbolos como as formas de governo romano ao longo da história. Essa sugestão parece ser compatível com o método historicista, uma vez que ela é caracterizada pelo cumprimento dos símbolos proféticos ao longo do tempo. Entretanto, ela não é a melhor maneira de interpretar essa profecia. A interpretação historicista que identifica as cabeças da besta como “reinos” é mais bíblicamente consistente do que a interpretação que apela para as formas de governo romano. Isso porque a Bíblia sistematicamente identifica reinos específicos, e não formas de governo, em suas profecias.

Na época de João, os cinco primeiros reinos/poderes já haviam passado. O profeta viveu no tempo do sexto rei (Roma imperial). Portanto, o sétimo e o oitavo se

encontravam ainda no futuro, a partir de sua perspectiva histórica. Praticamente todos os estudiosos citados no quadro compreendem o sétimo rei como sendo Roma papal, exceto Uriah Smith. Para ele, o sétimo rei não deveria ser Roma papal, pois esse continuou por muito mais tempo que os anteriores juntos. Depois de Roma imperial, para Smith, houve um governo que durou 60 anos em Roma, sob o título de “Exarca de Ravena”.

Analisando o quadro, parece claro que os autores divergem entre si mais acentuadamente quanto à interpretação do oitavo rei. Essas diferenças na interpretação profética podem ser explicadas considerando que o aparecimento do oitavo rei é um evento escatológico que ainda não se cumpriu. No momento em que as profecias descritas em

Apocalipse 15:1 a 18:24 começarem a se cumprir, compreenderemos de maneira plena o significado de Apocalipse 17.

## O centro da profecia

Embora muito estudo tenha sido dedicado à identificação da besta escarlate de Apocalipse 17, corremos perigo de perder o foco se a análise desse capítulo se encerrar simplesmente com a informação de quem são os poderes representados pela profecia.

O Apocalipse começa com a declaração: “Revelação de Jesus Cristo” (Ap 1:1). Ele é tanto o conteúdo quanto a fonte das revelações de todo o livro. Assim, apesar de seu conteúdo relevante quanto aos eventos futuros, Apocalipse 17 foi dado para que tivéssemos segurança em Jesus em meio aos acontecimentos finais.

Apocalipse 17:12 a 14 descreve de maneira concisa o desfecho da batalha do Armagedom (Ap 16:12-16), tema ampliado na descrição da vinda de Jesus em Apocalipse 19:11 a 21. Conforme proposto por Ranko Stefanovic,<sup>18</sup> Apocalipse 16:19 é uma passagem-trapalim que encerra a série das sete pragas e introduz o juízo sobre a Babilônia mística dos últimos dias. Portanto, Apocalipse 17 e 18 apresentam uma explicação de como acontecerá a punição de Babilônia.

As descrições da meretriz e da besta de Apocalipse 17 não foram dadas para deslumbrar o estudante da profecia, mas para mostrar o verdadeiro caráter e a impotência dessas entidades diante do Salvador. Primeiro, o anjo informou a João que a meretriz será julgada (Ap 17:1). Ela é retratada como um poder perseguidor (Ap 17:6). Além disso, a besta é um poder que se opõe a Deus. João a descreveu como uma paródia/contrafação (comparar Ap 1:4, 8 com 17:8). Mas essa descrição é irônica: a besta parece ser, mas não é. Por fim, os reis da Terra se unem à besta e à meretriz para guerrear contra o Cordeiro, mas Ele as vence, porque é verdadeiramente “o Senhor dos senhores e Rei dos reis” (Ap 17:14).

Assim, o foco central de Apocalipse 15 a 18:24 não está no dragão, na besta de sete cabeças e dez chifres, na meretriz embriagada, no falso profeta nem nos três espíritos imundos semelhantes a rãs (Ap 16:13; 17:6, 7), mas em Jesus Cristo.

Ele é o grande Vencedor. Por causa de Seu sacrifício, Ele vencerá os poderes contra os quais Seus súditos não têm a mínima chance de vitória. Apocalipse 17:14 deixa claro que é do Cordeiro a vitória sobre o sistema político-religioso opressor e rebelde dos últimos dias. Os “chamados, escolhidos e fiéis” vencem unicamente porque estão “com Ele” (em grego, *met’ autou*). A chave para a vitória do povo de Deus nos dias em que uma coalizão político-religiosa tentará enganar o mundo é estar

com o Cordeiro. Nas palavras de Hans K. LaRondelle, “Apocalipse 17 deve ser considerado uma das mais importantes visões de encorajamento para o povo de Deus no tempo do fim”.<sup>19</sup>

## Conclusão

Conforme a instrução do anjo, a interpretação dos símbolos de Apocalipse 17 requer “mente sábia” (Ap 17:1, NVI). A “teoria dos sete papas” tira o foco de Cristo e o coloca sobre os poderes terrenos, criando agitação e alarmismo incompatíveis com a fé bíblica. Apesar de haver divergências entre os intérpretes adventistas sobre a identificação do sétimo e oitavo rei/monte/cabeça da profecia, permanece o fato de que eles se valem do método historicista de interpretação profética para compreender a mensagem de Deus.

Qualquer interpretação de Apocalipse 17 que não se centralize em Jesus nem em Sua Palavra erra o alvo. Uma compreensão equivocada da profecia pode levar as pessoas a se concentrarem nos tempos difíceis que se aproximam e não no Cordeiro que já nos assegurou a vitória final. Precisamos colocar Cristo de volta ao centro da interpretação profética, para que a profecia cumpra seu papel de consolar e animar os santos nos últimos momentos da história terrestre. **■**

## Referências

- José Carlos Ramos, *A Mensagem de Deus: Como entender as profecias bíblicas* (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2012), p. 18-36.
- Jon Paulien, *Parousia 4* (Engenheiro Coelho, SP: Unaspress, 2016), p. 11-79; Reimar Vetne, *ibid.*, p. 81-120.
- Johannes P. Louw e Eugene A. Nida, *Greek-English Lexicon of the New Testament: Based on semantic domains* (Nova York: United Bible Societies, 1996).
- Kenneth A. Strand, “The seven heads: Do they represent Roman emperors?”, *Symposium on Revelation: Exegetical and general studies*, DARCOM, (Silver Spring, MD: Biblical Research Institute, 1992), v. 7, p. 186.
- Francis Nichol (ed.), *Comentário Bíblico Adventista do Sétimo Dia* (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2011-2014), v. 7, p. 796.

<sup>6</sup> Vanderlei Dorneles, “O oitavo império”, *Ministério*, mai/jun 2013, p. 29; Ranko Stefanovic, “A besta de sete cabeças”, *Ministério*, mar/abr 2014, p. 24.

<sup>7</sup> John-Peter Pham, *Heirs of the Fisherman: Behind the scenes of papal death and succession* (Nova York, Oxford University Press, 2004), p. 188.

<sup>8</sup> Dorneles, “O oitavo império”, p. 29.

<sup>9</sup> Usamos aqui o mesmo método comparativo utilizado por Ángel Manuel Rodríguez, “As sete trombetas do Apocalipse”, *Ministério*, mai/jun 2012, p. 17-20.

<sup>10</sup> Uriah Smith, *Thoughts, Critical and Practical, on the Book of Daniel and the Revelation: Being and exposition, text by text, of these important portions of the Holy Scriptures* (Battle Creek, MI: Review and Herald, 1882), p. 747-753.

<sup>11</sup> C. Mervyn Maxwell, *Uma Nova Era Segundo as Profecias do Apocalipse*, 3ª ed. (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2002), p. 490-498.

<sup>12</sup> Hans K. LaRondelle, *How to Understand the End-Time Prophecies of the Bible: A Biblical-contextual approach* (Bradenton: First Impressions, 2007), p. 274-288.

<sup>13</sup> Jacques B. Doukhan, *Secrets of Revelation: The Apocalypse through Hebrew eyes* (Hagerstown, MD: Review and Herald, 2002), p. 160-165.

<sup>14</sup> Ekkehardt Mueller, “A besta de Apocalipse 17: Uma sugestão”, *Parousia 4* (2005), p. 31-41.

<sup>15</sup> Jon Paulien, *Armageddon at the Door: An insider's guide to the book of Revelation* (Hagerstown, MD: Review and Herald, 2008), p. 204-223.

<sup>16</sup> Ranko Stefanovic, *Revelation of Jesus Christ: A commentary on the book of Revelation*, 2ª ed. (Berrien Springs, MI: Andrews University Press, 2009), p. 511-531; *O Apocalipse de João: Desvendando o último livro da Bíblia* (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2018), p. 97-104.

<sup>17</sup> Dorneles, “O oitavo império”, p. 27-30; “O oitavo império: Novas hipóteses para os símbolos de Apocalipse 17”, *Kerygma 9* (2) (2013), p. 27-44.

<sup>18</sup> Stefanovic, *Revelation of Jesus Christ*, p. 511.

<sup>19</sup> LaRondelle, *How to Understand the End-Time Prophecies of the Bible*, p. 285.



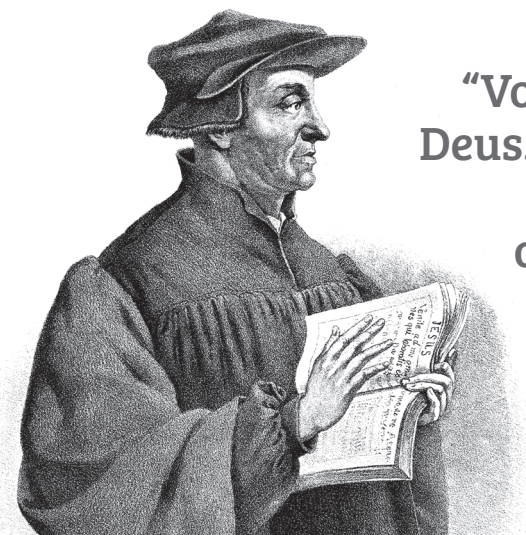
Gentileza do autor

**Clacir Virmes Júnior**, doutorando em Teologia, é professor da Faculdade Adventista da Bahia



Gentileza do autor

**João Renato Alves da Silva**, pós-graduando em Teologia Bíblica, é pastor em Cuiabá, MT



**“Você é a ferramenta de Deus. Ele quer desgastá-lo pelo uso, não pela ociosidade. Oh, feliz o homem a quem Ele chama para Seu trabalho!”**  
**Ulrico Zwinglio**

**“Um líder solitário vai cair ou já caiu... é só uma questão de tempo.”**

**David Kornfield**



**“A igreja e a sociedade cobram do pastor que ele tenha mente erudita, coração de criança e pele de rinoceronte.”** **Donald E. Price**



**“Se Moisés escolhesse o tipo errado de cooperador, seu estresse não diminuiria. Ao contrário, aumentaria.”**  
**Charles R. Swindoll**

Casey Homer | Unsplash, Jullis | Adobe Stock | Divulgação

**“Para pregar bem, não basta inspiração momentânea. Alguns temem que a letra mate o espírito, mas o espírito também pode matar a letra. Sem o conteúdo, o pregador se torna um mensageiro sem mensagem. E não ter nada para dizer no púlpito, mais do que escândalo, é uma traição ao legado do evangelho.”**

**Marcos De Benedicto**

# Minha escola, minha igreja

**E**ste ano estou completando 15 anos de ministério pastoral, sempre atuando na Educação Adventista. Considerando a urgência que temos em trabalhar com as novas gerações, não vejo outro lugar melhor para estar e contribuir para essa missão. Creio que cada um tem um chamado e um estilo de exercer o pastorado, mas é plano de Deus que “os que tiverem mais vocação para o ministério devem ser empregados para dar aulas de Bíblia em nossas escolas” (Ellen White, *Conselhos aos Professores, Pais e Estudantes*, p. 431). Creio que minha igreja é a sala de aula e meu campo missionário, a comunidade escolar.

Minha história como pastor escolar já me proporcionou uma série de experiências impactantes. A forma de mostrar o evangelho para crianças e adolescentes é muito diferente e requer habilidades criativas e inovação de métodos. Contudo, o que torna eficaz esse trabalho é uma vida de oração e o amor incondicional por meus alunos, tornando-os protagonistas em meu ministério. Posso dizer que sinto muito mais alegria em ver um aluno de 8º ano do ensino fundamental levando a Palavra em uma aula na capela do que eu mesmo pregando. O discipulado dos meus alunos sempre foi meu foco e, de fato, como conceituou Ellen White, vejo a escola como um centro de formação de missionários. Por isso, Deus me guiou desde o início de meu ministério a focalizar os alunos adventistas para que influenciem seus colegas de sala de aula a um compromisso com Cristo.

Por exemplo, em meu primeiro ano no Colégio Adventista do Partenon, em Porto Alegre, RS, tínhamos a SSAA, Sociedade Secreta dos Alunos Adventistas. De uma forma lúdica, capacitávamos os alunos adventistas do ensino fundamental para que

fossem uma influência positiva aos colegas, a fim de que estes entregassem a vida a Jesus.

Em 2011, no Colégio Adventista de Porto Alegre, ousamos como escola ir um pouco além e levamos os alunos no sábado pela manhã para um culto feito totalmente por eles. Nós nos reuníamos uma vez por mês e chamávamos o momento de “Clube da Luta”, nome alusivo ao propósito de lutar contra nosso maior inimigo: o próprio eu. Cerca de 200 pessoas participavam do culto, e apenas dez participantes eram adventistas.

No entanto, a experiência mais marcante em minha jornada ocorreu em 2014, no Unasp, campus São Paulo. Tendo como colega o pastor Daniel Lüdtke, iniciamos a Comunidade IES (Integração, Evangelismo e Serviço), a primeira igreja adventista formada totalmente por adolescentes no Brasil. Com o apoio da administração do campus e da igreja do Unasp, reuníamos em média 150 alunos da escola básica todos os sábados, e 50 não eram adventistas. Com um número maior de adventistas, conseguíamos ser a maior influência e, assim, guiar nossos filhos da igreja a convidar seus colegas para que participassem de ministérios da Comunidade IES. Percebi que um aluno, ao envolver-se em um ministério como parte de seu discipulado, fortalecia sua decisão pelo batismo. Assim, todos que eram batizados já estavam inseridos em um ministério da igreja.

Outro projeto que exerceu poderosa influência no discipulado dos alunos foi a classe dos “Escolhidos”. Cada aluno adventista escolhia um colega para estudar a Bíblia e formávamos grupos de estudo divididos por série numa classe especial,



gentileza do autor

onde o pastor apenas coordenava e auxiliava, e os próprios adolescentes ministravam o estudo bíblico.

Hoje continuo meu ministério pastoral escolar em Goiânia, GO. Além de pastorear um colégio, também ocupo a função de coordenar e discipular pastores escolares que estão iniciando o ministério, visando incentivá-los a seguir carreira na Educação Adventista.

Não sei qual é o futuro que o Senhor tem me reservado, mas pretendo exercer esse ministério até o dia em que possa apresentar pessoalmente meus alunos diante de Cristo, sabendo que cumpri a missão e exerci com propriedade minha vocação como pastor escolar da Igreja Adventista do Sétimo Dia. **M**

**Jackson Roberto de Andrade** é pastor em Goiânia, GO



# Vencendo a pornografia

Recentemente, um líder de igreja me procurou. Durante duas horas, ele narrou sua história sórdida de seis décadas de dependência da pornografia. Sua batalha começou aos sete anos de idade, quando meninos mais velhos lhe apresentaram uma revista pornográfica. Desde aquele dia, ele foi afetado em todos os aspectos da sua vida, incluindo os relacionamentos.

Em 2016, uma pesquisa do Instituto Barna revelou que 64% dos jovens de 13 a 24 anos procuram pornografia semanalmente ou com frequência maior. De que maneira podemos ajudar os que lutam contra esse mal? O vício da pornografia é mais grave do que o da luxúria e da dependência à dopamina. Eu sugiro quatro táticas: ambiente saudável, vontade subjugada, coração puro e comunidade auxiliadora.

## Ambiente

Para ajudar alguém que está lutando contra a pornografia, precisamos analisar “quando” e “em que” sua luta enfrenta os piores ataques. Esses momentos requerem gerenciamento. Por exemplo, quem tem esse tipo de tentação deve bloquear os canais pornográficos da TV a cabo, instalar filtros nos computadores e usar aplicativos de defesa em todos os seus dispositivos. Além disso, é preciso evitar locais ou coisas que estimulem a tentação.

A abordagem típica para os que lutam contra a pornografia é sempre usar o computador ou outro dispositivo à vista das pessoas. Mas se isso é tudo o que orientamos, não iremos conseguir muito. Somente mudar o comportamento negativo não é o objetivo principal.

## Vontade

Mesmo que consigamos impedir que a pessoa viciada consiga acessar imagens

pornográficas, ela pode acessar, até involuntariamente, imagens arquivadas em seu cérebro. É importante compreender o papel da vontade nas batalhas que ocorrem na mente humana.

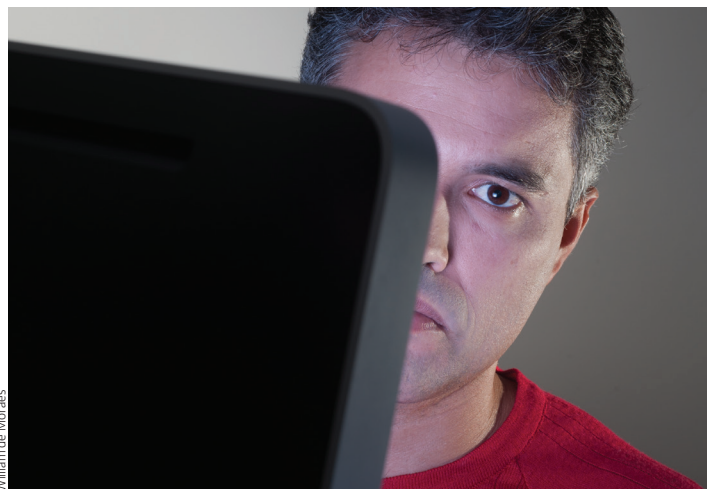
Será que essa pessoa realmente deseja se libertar do pecado da pornografia ou simplesmente se sente mal com o que faz? Sente verdadeira culpa ou apenas teme ser exposta? A pornografia é uma fuga para seu estresse? Tem noção dos riscos e consequências? Somente então podemos orientá-la para substituir as motivações carnis por motivações espirituais.

## Coração

Ao orientar alguém que esteja lutando contra a pornografia, é preciso ter em mente que a batalha é principalmente espiritual. Nosso objetivo deve ser levar essa pessoa, por meio do poder do Espírito Santo, a passar por uma transformação a fim de permanecer em Cristo. Para tanto, é fundamental reconhecer as motivações, os desejos e os ídolos do seu coração.

Jeremias declarou: “Enganoso é o coração, mais do que todas as coisas, e perverso; quem o poderá conhecer?” (Jr 17:9). Davi clamou: “Cria em mim, ó Deus, um coração puro e renova em mim um espírito reto” (Sl 51:10, ARC). Para entender as intenções do coração de alguém que é assediado por esse vício, é necessário se inteirar de sua visão sobre Deus, sua fé e de como ele está lutando para vencer esse pecado.

Ele realmente conhece o Senhor e confia Nele? Ele O vê como gentil e amoroso



William de Moraes

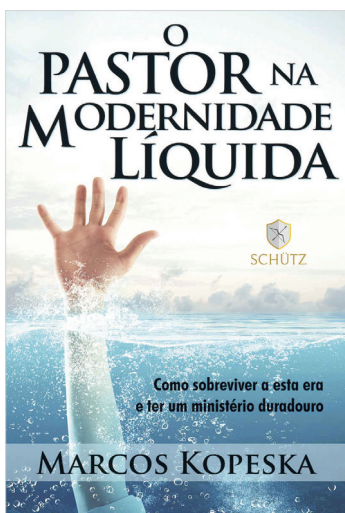
ou como arbitrário? Ama Jesus e compreende que, como cristão, sua identidade reside Nele?

## Comunidade

O que o inimigo mais deseja é causar separação entre os seguidores de Cristo, enfraquecendo assim sua fé. A pornografia é um agente traiçoeiro, que visa minar os relacionamentos, não apenas quando um cônjuge descobre o vício de seu parceiro, mas pelas mudanças que ocorrem na mente do viciado, criando um ciclo escravizador: pecado, culpa, vergonha e retorno ao ato. Pela sua natureza, a pornografia passa uma noção falsa de intimidade. Contudo, a pessoa que luta contra ela precisa de apoio sincero e verdadeiro.

A igreja deve ser o lugar para prover esse auxílio. É preciso tornar real o evangelho da graça. Deus não somente perdoa os pecados, mas, por meio do Seu Espírito, também transforma o coração. O evangelho de Cristo é a única esperança na luta contra a pornografia. **M**

*Eric Bates e Ann Marie Bates são líderes do Ministério da Família para o estado da Carolina do Norte, Estados Unidos*



## O Pastor na Modernidade Líquida

Marcos Kopeska, *Schütz*, 2018, 104 p.

O sociólogo Zygmunt Bauman se referiu à época atual como “modernidade líquida”. Ele apresentou como razão a dificuldade dos projetos de vida se tornarem sólidos e duráveis. Nesse contexto, as tentações que podem sobrevir aos pastores são sutis e envolventes, podendo levá-los à ruína física e emocional.

O mundo está cada vez mais complexo. As mudanças têm acontecido tão rapidamente que é difícil assimilá-las. Nosso rebanho vive on-line. Como podemos sobreviver a esta era e ter um ministério duradouro? É exatamente isso que Marcos Kopeska, com sua experiência ministerial, apresenta neste livro. De modo magistral, ele nos ajuda a lidar com as ameaças do tempo presente à vitalidade do ministério.

Tomando como base o conselho de Jetro a Moisés, o autor alerta os pastores em relação a quatro tentações: o perigo da sobrecarga, a tentação da automação ou centralização, o problema do isolamento e o mito de se achar indispensável. Kopeska também apresenta como não nos deixarmos vencer pelo “curso deste mundo”.

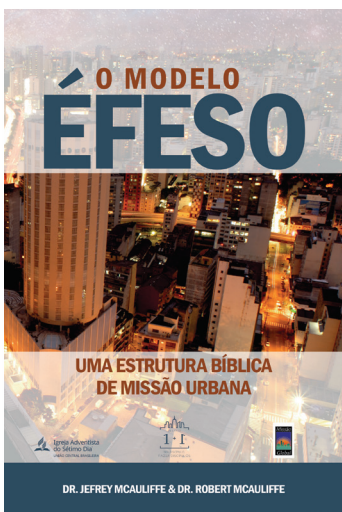


## Como Sair da Depressão

Neil Nedley, *Casa Publicadora Brasileira*, 2009, 272 p.

O tratamento da depressão é geralmente feito com medicamentos, mas o doutor Neil Nedley usa uma nova abordagem. Suas orientações certamente trarão esperança aos que sofrem com esse mal tão comum. A finalidade do autor é ensinar as pessoas a identificar o quadro depressivo e procurar ajuda, a reconhecer que a depressão é uma doença, e não uma fraqueza da mente e do caráter. A leitura do livro, sem conclusões precipitadas de trechos isolados, pode ajudar no alívio desse grande sofrimento e trazer nova centelha de esperança.

Você vai vibrar com a proposta de “cura em 20 semanas” que já trouxe alívio a tantas pessoas. Sem dúvida alguma, você desejará compartilhar este livro com seus familiares e amigos que estão querendo descobrir *Como Sair da Depressão*.



## O Modelo Éfeso

Jeffrey McAuliffe e Robert McAuliffe, *União Central Brasileira*, 2019, 157 p.

As cidades estão crescendo exponencialmente. De acordo com a Organização das Nações Unidas, cerca de 54% da população mundial está vivendo nas cidades, e a tendência é que esse número aumente. Como impactar com o evangelho os lugares densamente povoados?

Os autores pesquisaram e analisaram os ministérios de Cristo e do apóstolo Paulo a fim de encontrar padrões e métodos para alcançar efetivamente as cidades. *O Modelo Éfeso* fornece um plano para impactar áreas densamente povoadas. Ele foi extraído do método utilizado por Paulo durante a evangelização da grande cidade de Éfeso.

O livro apresenta experiências do projeto evangelístico *Simplicity*, desenvolvido em um centro de influência implementado na cidade de Allentown, Pensilvânia, Estados Unidos. Ele reúne os componentes fundamentais que fornecem um modelo eficaz para alcançar as cidades com o evangelho de Cristo. Os irmãos McAuliffe expõem uma visão bíblica que, com o poder do Espírito, espalhará a mensagem do tempo do fim até onde nos atrevermos a sonhar.

# Sorria

Certamente você conhece o ditado: “Sorrir é o melhor remédio”. No entanto, já parou para pensar quais benefícios reais isso traz para a saúde? Sorrir tem grande impacto na saúde física e mental. Talvez seja o medicamento mais barato disponível, além do ar fresco, da luz solar e do exercício físico. O sábio Salomão escreveu: “A alegria faz bem à saúde; estar sempre triste é morrer aos poucos” (Pv 17:22, NTLH).

Lee S. Berk, reitor associado de Pesquisa da Escola de Saúde da Universidade de Loma Linda, leva a sério o riso. O doutor Berk estuda o efeito do riso no corpo desde 1988. Ele tem sido convidado pelos principais meios de comunicação como as revistas *Time*, *USA Today*, *Forbes*, e também pelo canal NBC, para falar a respeito de suas pesquisas. Ele motiva as pessoas a sorrir. O riso pode fazer você se sentir bem no presente, promover melhor saúde no futuro e combater os malefícios do passado.

Recentemente, em uma entrevista ao *Loma Linda University Health News*, o doutor Berk detalhou os benefícios que o riso traz para a saúde mental: “O riso promove a produção de importantes agentes neuroquímicos como a dopamina, que produzem benefícios calmantes e controlam a ansiedade, além de proporcionar prazer e satisfação. Ele também aumenta a frequência das ondas gama de EEG no cérebro, que sincroniza os neurônios para melhorar a memória e o processamento cognitivo. O riso tem benefícios semelhantes ao exercício moderado.

“A frequência gama é a frequência mais alta e é responsável pelo processamento de informações, melhorando a memória e reduzindo o estresse.

“Além de atuar como uma classe de antidepressivos no cérebro, o riso pode provocar uma onda de hormônios que nos fazem sentir efeitos positivos semelhantes aos de um narcótico, mas ao contrário dos medicamentos opioides, as endorfinas do riso não são viciantes nem prejudiciais à saúde.”

Como pastores, também precisamos sorrir. Nesse contexto, não devemos cair no estereótipo do pastor

sempre sério e severo, que tenta transmitir sua espiritualidade através de um rosto circunspecto e seco, desprovido de simpatia e de alegria. Por outro lado, não devemos manifestar uma personalidade frívola, em que o sorriso é somente de fachada, nem promover o riso alheio por meio de piadas indecentes. Embora o humor tenha seu lugar no púlpito, devemos evitar exagerar na tentativa de agradar a congregação. Entre esses dois extremos, encontra-se a verdadeira alegria bíblica, que também se manifesta por meio de um sorriso sincero que alegra o próprio coração e o dos outros.

Em sua primeira epístola aos tessalonicenses, o apóstolo Paulo recomendou: “Alegrem-se sempre” (1Ts 5:16, NVI). Também poderíamos traduzi-lo como “sorria sempre”. Mas ele liga essa atitude de alegria com outra atitude: “Deem graças em todas as circunstâncias” (v. 18). De fato, uma atitude de gratidão (primeiramente a Deus, mas também em relação à vida, à igreja, à obra e a todos os que nos rodeiam) é a chave para a verdadeira alegria que se manifesta através do sorriso sincero.

No livro *The Benefits of Belief* (Pacific Press, 2013), o doutor Julián Melgosa destaca as inúmeras vantagens da alegria para a saúde mental. Ele dedica um capítulo inteiro a esse assunto. Mas é em sua “epístola da alegria” que o apóstolo Paulo nos dá a chave para essa atitude e sentimento: “Agradeço a meu Deus toda vez que me lembro de vocês. Em todas as minhas orações em favor de vocês, sempre oro com alegria por causa da cooperação que vocês têm dado ao evangelho, desde o primeiro dia até agora” (Fp 1:3-5, NVI). Cultivemos um espírito de gratidão e manifestemos nossa alegria por meio do sorriso. Talvez esse seja o remédio que está nos faltando. **M**



**A verdadeira alegria bíblica também se manifesta por meio de um sorriso sincero que alegra o próprio coração e o dos outros.”**



**Marcos Blanco**, doutor em Teologia, é editor da revista *Ministério*, edição em espanhol



# CPB

## livraria

Livros | Bíblias | Hinários | Guias de estudo | CDs  
DVDs | Revistas | Folhetos | Jogos | Brinquedos

### CONHEÇA AS LIVRARIAS DA CPB ESPALHADAS POR TODO O BRASIL

**AMAZONAS  
MANAUS  
SÃO GERALDO**

Av. Constantino Nery, 1212  
(92) 3304-8288 / (92) 98113-0576

**GOIÁS  
GOIÂNIA  
SETOR CENTRAL**

Av. Goiás, 766  
(62) 3229-3830

**PERNAMBUCO  
RECIFE  
SANTO AMARO**

R. Gervásio Pires, 631  
(81) 3031-9941 / (81) 99623-0043

**SÃO PAULO  
SANTO ANDRÉ  
CENTRO**

Tv. Lourenço Rondinelli, 111  
(11) 4438-1818

**BAHIA  
CACHOEIRA  
FADBA**

Rod. BR 101, km 197  
(75) 3425-8300 / (75) 99239-8765

**MATO GROSSO DO SUL  
CAMPO GRANDE  
CENTRO**

R. Quinze de Novembro, 589  
(67) 3321-9463

**RIO DE JANEIRO  
RIO DE JANEIRO  
TIJUCA**

R. Conde de Bonfim, 80 | Loja A  
(21) 3872-7375

**SÃO PAULO  
SÃO PAULO  
MOEMA**

Av. Juriti, 563  
(11) 5051-1544

**BAHIA  
SALVADOR  
NAZARÉ**

Av. Joana Angélica, 1039  
(71) 3322-0543 / (71) 99407-0017

**MINAS GERAIS  
BELO HORIZONTE  
CENTRO**

Rua dos Guajajaras, 860  
(31) 3309-0044 / (31) 99127-1392

**RIO GRANDE DO SUL  
PORTO ALEGRE  
CENTRO**

R. Coronel Vicente, 561  
(51) 3026-3538

**SÃO PAULO  
SÃO PAULO  
PRAÇA DA SÉ**

Praça da Sé, 28 | 5º Andar  
(11) 3106-2659 / (11) 95975-0223

**CEARÁ  
FORTALEZA  
CENTRO**

R. Barão do Rio Branco, 1564  
(85) 3252-5779 / (85) 99911-0304

**PARÁ  
BELÉM  
MARCO**

Tv. Barão do Triunfo, 3588  
(91) 3353-6130

**SÃO PAULO  
ENGENHEIRO COELHO  
UNASP/EC**

Rod. SP 332, km 160 | Faz. Lagoa Bonita  
(19) 3858-1398 / (19) 98165-0008

**SÃO PAULO  
SÃO PAULO  
VILA MATILDE**

R. Gil de Oliveira, 153  
(11) 2289-2021

**DISTRITO FEDERAL  
BRASÍLIA  
ASA NORTE**

SCN | Bl. A | Qd. 1 | Lj. 17/23 - Ed. Number One  
(61) 3321-2021 / (61) 98235-0008

**PARANÁ  
CURITIBA  
CENTRO**

R. Visc. do Rio Branco, 1335 | Loja 1  
(41) 3323-9023 / (41) 99706-0009

**SÃO PAULO  
HORTOLÂNDIA  
PARQUE ORTOLÂNDIA**

R. Pastor Hugo Gegembauer, 656  
(19) 3503-1070

**SÃO PAULO  
TATUÍ**

**LOJA DA FÁBRICA**  
Rod. SP 127, km 106  
(15) 3205-8905