

LÍDERES E SUPERVISORES DE CÉLULAS

RECAL

RECICLAGEM CAPACITADORA DE LÍDERES

*A pergunta que devo fazer a mim mesmo:
Será que magoo as pessoas ou sou facilmente magoado por elas?*

PESSOAS MÁS MAGOAM AS OUTRAS

E SÃO FACILMENTE SUSCETÍVEIS A SAIR MAGOADAS

Seja você mesmo!
Às vezes esse pode ser o pior conselho!

ESTUDO 03 – PRINCÍPIO DA DOR

TEXTO: Mateus 7:12

“Assim, em tudo, façam aos outros o que vocês querem que eles lhes façam”

INTRODUÇÃO:

- Certo dia, almocei com um pastor amigo. Falei com ele a respeito de muitas críticas que eu estava recebendo que me magoavam muito. Meu amigo olhou para mim e disse:
 - Sabe, quem magoa as pessoas, sai magoado. Aquela declaração mexeu comigo.
 - Toda vez que alguém diz ou faz alguma coisa que magoa outra pessoa — continuou ele —, é preciso examinar a fundo o problema e trazê-lo à tona.
- A partir daquele momento, passei a olhar para aquelas críticas de uma maneira diferente. Comecei a investigar a causa da mágoa de quem me criticava, e tentei mais uma vez me aproximar dessas pessoas.

NINGUÉM GANHA COM A MÁGOA

Para entender de fato o Princípio da Dor e aprender como aplica-lo no trato com as pessoas, é preciso ter em mente quatro verdades:

1. HÁ MUITA GENTE SUSCETÍVEL À MÁGOA

- Nem é preciso consultar um psiquiatra para saber que existe muita gente suscetível à mágoa por aí.
- A jornalista Ann Landers afirmou que uma em cada quatro pessoas é desequilibrada (ela sugeriu que olhássemos nossos três amigos mais chegados, e se eles parecessem normais, isso significaria que o desequilibrado seríamos nós!).
- É claro que o fato de muitas pessoas magoarem as outras não chega a ser um fenômeno inédito.
- No século XIX, o filósofo Arthur Schopenhauer comparou a raça humana a porcos-espinhos se espremendo na toca numa noite fria de inverno:

Quanto mais frio faz do lado de fora, mais nos esprememos para nos aquecer; mas conforme nos imprensamos, mais ferimos uns aos outros com nossos espinhos afiados. E na noite solitária do inverno do mundo, de vez em quando um de nós se separa e sai da toca por conta própria até morrer congelado em nossa solidão.

2. AS PESSOAS SUSCETÍVEIS A MÁGOA MAGOAM OUTRAS COM FREQUÊNCIA

- O poeta alemão Herman Hesse escreveu: "Se você odeia uma pessoa, odeia alguma coisa nela que também é parte de você. O que não faz parte de nós não incomoda".
- Concordo com esse ponto de vista. Quando pessoas suscetíveis à mágoa magoam outras, é uma reação que tem muito mais a ver com o que está acontecendo dentro delas do que com o que se passa à sua volta.
- Elas sentem ou creem em alguma coisa negativa em seu interior. O problema é que pessoas assim, que não acreditam em si mesmas, nunca progridem, e ainda impedem que os outros à sua volta progridam também.
- Desde o início de meu ministério pastoral, já aconselhei muita gente. Ao longo dos anos consegui identificar um padrão nas formas de relacionamento que as pessoas tinham.
- Num relacionamento, um fazia as besteiras e o outro as consertava. Vi isso acontecer repetidas vezes, e sempre a pessoa mais magoada era quem produzia maior estrago na vida da outra.

3. AS PESSOAS SUSCETÍVEIS A MÁGOA SÃO MAGOADAS POR OUTRAS COM FREQUÊNCIA

- Não apenas as pessoas feridas magoam outras, como também são facilmente magoadas por elas.
- Isso pode ser ilustrado da seguinte maneira: se alguém tem um espinho preso no dedo e permite que permaneça ali, o dedo começa a inchar e infeccionar. Aí, basta outra pessoa esbarrar de leve na área inflamada para que aquela com o dedo machucado grite de dor e diga: "Você me machucou!" Mas, na realidade, o problema não está com aquele que esbarrou no dedo inocentemente, e sim com o que tem o espinho no dedo, mas não cuidou da infecção.
- A dor emocional funciona de um modo parecido. Gente suscetível à mágoa exagera, passa da conta e vive na defensiva.
- É sempre assim: os relacionamentos são prejudicados pela pessoa menos saudável.
- Ao interagir com outros, lembre-se disto: toda vez que a reação de alguém é maior do que o problema em si, quase sempre tem a ver com alguma outra coisa.

4. AS PESSOAS SUSCETÍVEIS A MÁGOA COSTUMAM MAGOAR A SI MESMAS COM FREQUÊNCIA

- Numa peça de comédia, um sujeito bem metido adora falar com ar professoral a um amigo na estação onde esperam para pegar o trem toda manhã. E toda vez que o sabe-tudo fala, ele cutuca o amigo no peito com o dedo. Isso, é claro, não agrada o outro sujeito, que resolve dar um jeito na situação. No dia seguinte, no caminho para a estação, ele encontra um terceiro amigo e diz:
 - Estou cansado daquele metido querendo me ensinar tudo e me cutucando no peito. Hoje vou dar um jeito nele.
 - E como vai fazer isso? — pergunta o outro.
 - Hoje, quando ele me cutucar — diz o primeiro, rindo e abrindo o casaco para revelar três bananas de dinamite presas ao peito —, a mão dele vai explodir.
- Gente que magoa geralmente é assim: pode causar dor aos outros, mas é ela quem se machuca mais e com maior frequência.
- O poeta George Herbert disse: "Aquele que não é capaz de perdoar os outros destrói a ponte sobre a qual deveria passar".

COMO LIDAR COM PESSOAS SUSCETÍVEIS A MÁGOA

- O escritor Glenn Clark deu este conselho: "Se você quer viajar mais longe e mais rápido, leve pouca bagagem. Jogue fora suas invejas, seus ciúmes, suas mágoas, seus egoísmos e suas lágrimas".
- Quem não supera suas feridas emocionais passa por maus bocados. O resultado disso é que reage de maneira diferente, em comparação com pessoas saudáveis.

GENTE SAUDÁVEL É...	GENTE SUSCETÍVEL A MÁGOA É...
Mais propensa a mudanças	Menos propensa a mudanças
Mais disposta a admitir fracassos	Menos disposta a admitir fracassos
Mais apta a discutir problemas	Menos apta a discutir problemas
Mais aberta a aprender com os outros	Menos aberta a aprender com os outros
Mais inclinada a fazer alguma coisa envolvida no problema	Menos inclinada a fazer alguma coisa envolvida no problema
Capaz de viajar com pouca bagagem	Incapaz de viajar com pouca bagagem

**SE VOCÊ PERCEBE QUE ESTÁ LIDANDO COM UMA PESSOA SUSCETÍVEL À MÁGOA,
ALGO QUE TODOS NÓS FAZEMOS DE VEZ EM QUANDO,
ACONSELHO A FAZER O SEGUINTE:**

1. NÃO LEVE A COISA PARA O LADO PESSOAL

- Pessoas suscetíveis à mágoa tendem a encontrar ofensas onde elas não existem.
- Quando você sabe que não fez nada errado, lembre -se de que o que vale não é aquilo que os outros dizem, e sim o que você pensa a seu respeito.
- Você pode lamentar pela dor e sentir compaixão pela situação dos outros, mas deve evitar tomar como coisa pessoal.

2. OLHE ALÉM DA PESSOA AO OLHAR PARA O PROBLEMA

- Você se sairá bem se tentar dar menos importância às pessoas e suas ações perniciosas e ver o que causou tanta mágoa.
- Mesmo que não consiga descobrir a origem do problema, esta atitude ajudará a se aproximar da pessoa com mais compaixão.

3. OLHE ALÉM DA SITUAÇÃO

- Já aconteceu de você ter que ligar para alguém dando más notícias, mas recear por isso, não tanto por causa das notícias em si, mas porque temia a reação da pessoa do outro lado da linha?
- Nesses casos, tente não focar na situação. Apenas lembre-se que o que importa não é o que acontece com você, e sim o que acontece em você.
- Procure passar por cima do tumulto emocional que a outra pessoa possa criar.

4. NÃO ALIMENTE A MÁGOA DA PESSOA

- A inclinação natural de muita gente é retribuir fogo com fogo, dor com dor. Mas revidar nos mesmos termos de uma pessoa suscetível à mágoa é como chutar uma pessoa no chão. O estadista Sir Francis Bacon declarou: "Uma coisa é certa: o homem que planeja a vingança procura manter suas chagas abertas, caso contrário elas podem sarar e ele, desistir". Se alguém ofende você, o melhor a fazer é perdoar e deixar para lá.

5. AJUDE A PESSOA A SE AJUDAR

- A coisa mais gentil a se fazer por pessoas suscetíveis à mágoa é tentar ajudá-las a se ajudar.
- Algumas delas não querem lidar com suas questões, e você certamente deve evitar forçá-las a aceitar ajuda. No entanto, sempre é possível optar por estender a mão.
- Pode levar muito tempo, mas até pessoas extremamente amargas já foram convencidas a mudar.

O QUE ACONTECERIA SE A PESSOA SUSCETÍVEL À MÁGOA FOSSE VOCÊ?

- No início deste estudo, propus estas perguntas: "Será que magoo as pessoas? Sou facilmente magoado por elas?".
- Se você disse "sim", então precisa responder a outra questão: "Estou preparado para confrontar minhas questões e superar minha dor?".
- Aqui está o segredo. A maioria das pessoas só quer um remendo, algo que proporcione algum alívio momentâneo. É por isso que alguns optam por magoar: isso os faz sentir-se melhor por algum tempo. Outros usam o álcool, a comida, o sexo ou qualquer outra coisa que faça a dor diminuir.
- **Mas, se você quer melhorar, precisa de mais do que um remendo, precisa de conserto.**
- Gente que busca saúde emocional não procura alívio momentâneo. Quer aquilo que é certo.
- Como você pode definir o tipo de pessoa que é?
- Entenda:
- Pessoas que se satisfazem com um remendo param de trabalhar na solução de um problema assim que a dor ou a pressão é aliviada.
- Já quem quer conserto continua fazendo a coisa certa e se desenvolvendo, mesmo quando a sensação de desconforto se vai.
- Sondar seu coração, sua dor e as questões emocionais geralmente exige a ajuda de alguém de confiança, e pode ser uma decisão difícil, mas vale a pena.
- Há pouco tempo, li uma história que dá uma boa ilustração:

- Havia uma empresa que tinha contratado alguns homens para limparem o esgoto. Os trabalhadores encontraram muitas coisas que costumam entupir os canos. No entanto, também encontraram muitas outras coisas: anéis, moedas antigas e objetos de valor. A má notícia é que os trabalhadores tiveram que fazer um trabalho desagradável, mas a boa é que receberam permissão para ficar com as coisas valiosas que encontraram no processo.
- Se sua capacidade de relacionamento está entupida, você pode fazer alguma coisa para desbloqueá-la e colocar as coisas nos eixos. É possível que se depare com muito lixo, mas também pode descobrir tesouros que nem imaginava existirem. E quando o trabalho duro chegar ao fim, pode ter desenvolvido uma incrível capacidade de se relacionar com as pessoas.

PRINCÍPIO DA DOR

ALGUMAS QUESTÕES

1. Qual é a sua reação na ilustração dos porcos-espinhos?
2. Você concorda que estamos mais propensos a reagir negativamente quando vemos em outra pessoa algo de que não gostamos em nós mesmos? Porquê?
3. Você acha difícil separar a pessoa ou a situação da dor que ela causa? Porquê?
4. Em geral, você se considera mais inclinado a ser alguém que magoa os outros involuntariamente, ou que é magoado pelas pessoas? Porquê?
5. Como é possível manter a compaixão pelas pessoas suscetíveis à mágoa sem encorajá-las a se aprofundar mais em sua dor ou a descontá-la em você?