



Sermão 5: TRAUMAS PSÍQUICOS

LEITURA BÍBLICA: Gênesis 37:3-4, 23-27, 36.

Olá amigo, Olá amiga, é um prazer estar aqui consigo. Estas mensagens foram preparadas pensando em si e creio que estes temas irão mudar a sua vida para melhor. Tenho a certeza de que o tema de hoje será uma bênção para si, para mim e para a nossa família. Quero que me ouça, não apenas com os seus ouvidos, mas, também, e principalmente, com o seu coração.

José era um jovem hebreu que viveu aproximadamente dois mil anos antes de Cristo. Nasceu numa boa família e rapidamente demonstrou inteligência e visão. Movidos pela inveja irracional, os seus irmãos venderam-no como escravo a habitantes de outro país. No seu novo destino, teve que sofrer em silêncio e adaptar-se a condições totalmente opostas àsquelas a que estava acostumado. José passou por experiências traumáticas, de intenso stress. No entanto, saiu de forma honrosa dessa dura prova e chegou a conquistar objetivos mais elevados.

Como José conseguiu preservar a saúde mental diante de tanta adversidade? Ele exerceu fé autêntica em Deus durante décadas de provações; suplicou ao Criador o poder sobre-humano de que necessitava para sair de tanta opressão; orou diariamente e manteve contato com Deus nos momentos de angústia.

Acima de tudo, José manteve viva a esperança de que algum dia a dor passaria e de que o seu Deus reservava um final feliz para sua vida. José decidiu agir como uma figura de transição – tinha tudo para não perdoar, para cobrar e assumir juros

emocionais impagáveis, mas decidiu retribuir a todos de forma completamente diferente do que recebeu. O relato completo está registrado em Gênesis 45:4-5.

OS TRAUMAS DO PASSADO PODEM PRODUZIR:

Complexo de inferioridade – O próprio **Eu** recebe grande parte do impacto traumatizante, e a pessoa perde a segurança em si mesma, demonstrando complexo de inferioridade e insegurança.

Dificuldade para realizar atividades normais – A pessoa afetada sente-se incapaz de alcançar objetivos simples. Por exemplo: pessoas vítimas de abuso sexual costumam ter dificuldade para se relacionar intimamente. Pessoas que foram atacadas por animais, ou foram assaltadas, ou sofreram algum acidente grave podem desenvolver fobias ou ter ataques de pânico.

Tendências paranoicas – A pessoa traumatizada demonstra desconfiança do ambiente e pode interpretar as atitudes neutras das outras pessoas como uma emboscada contra ela e considerar-se vítima de agressão ou perseguição indevida.

Depressão – O acontecimento traumatizante costuma ser percebido como uma perda (perda da honra, perda de um ser querido), e toda a perda traz consigo o risco dos sintomas depressivos.

Anorexia e bulimia – Há também uma clara correlação entre ser vítima de abuso sexual e distúrbios alimentares, especialmente anorexia e bulimia.

COMO SUPERAR OS TRAUMAS

Assuma o passado e concentre-se no futuro – O passado não pode ser mudado. É inútil culpar os fatos ou as pessoas que o influenciaram negativamente. Se parar no passado, não poderá olhar para o futuro com a confiança necessária. Além disso, é bom lembrar que a nossa mente não possui um recurso perfeito de gravação de dados. As nossas memórias são reconstruções de eventos passados, e essas memórias são afetadas pelos nossos sentimentos e pela compreensão que temos delas no tempo presente.

Fale sobre o acontecimento traumático – Falar ou escrever sobre o acontecimento que causou o trauma, num ambiente seguro e tranquilo, é um passo importantíssimo. Procure uma pessoa de confiança e conte-lhe o que aconteceu. Enquanto você não elaborar os pensamentos que o machucam, eles vão repetir-se. E o que não pode ser dito não será esquecido.

Tente perdoar – A mágoa e o rancor tornam-nos reféns do passado e mantêm na lembrança algo ocorrido há muito tempo. Assim, o maior prejudicado com a mágoa somos nós mesmos. O perdão, porém, nem sempre é espontâneo, pois a nossa capacidade de amar (perdoar é amar) é limitada. Busque a Fonte do perdão – o Deus de amor – que, de acordo com o evangelho, deseja que sejamos Seus amigos e pode facilitar a superação do passado que nos assombra. Lembre-se do que diz a oração ensinada por Jesus: *“Perdoa as nossas dívidas, assim como perdoamos aos nossos devedores”* (Mateus 6:12).

Um ótimo conselho bíblico, neste contexto, é este: *“Uma coisa faço: esquecendo-me das coisas que ficaram para trás e avançando para as que estão adiante, prossigo para o alvo”* (Filipenses 3:13-14).

Neste mundo, é impossível eliminar (pelo menos por enquanto) todas as situações traumáticas. Por mais resiliente que a pessoa seja, o sofrimento algum dia bate à porta dela e traz dor. Por que as coisas têm que ser assim?

O MUNDO É UM CAMPO DE BATALHA

A Bíblia deixa claro que este mundo é o campo de uma batalha que começou bem longe daqui, no Céu. Em Ezequiel 28:13-19 e **Isaías 14:12-14** é descrito o centro desse conflito: o orgulho e a vaidade. Lúcifer era um anjo perfeito criado por Deus. Na verdade, era uma espécie de chefe dos anjos, amado e respeitado por todos. Ocorre que, em algum momento, de forma misteriosa, a inveja começou a brotar no seu coração, e ele desejou a posição que pertencia unicamente ao Criador. Ele tinha tudo, mas queria ir além, até que decidiu não mais prestar reverência ao Eterno e passou a questionar o governo divino e a lei sobre a qual esse governo se assenta.

Em Apocalipse 5:11 é dito que existem milhões de anjos. Muitos desses acabaram por ficar na dúvida, e outros tantos decidiram unir-se ao rebelde. Deus era realmente um tirano, como Lúcifer O acusava? O fato de Ele ter leis que devem ser obedecidas pelas Suas criaturas não era uma prova da Sua arbitrariedade? Para o anjo opositor, era como se os princípios divinos e as Suas leis fundamentadas do amor fossem uma obrigação injusta.

Outros vão além e questionam: Deus não poderia ter criado um universo em que não houvesse o mal? Vamos tentar responder com outra pergunta: Deus pode criar uma roda quadrada? Isto não faz sentido, pois o Criador não viola as Suas leis e não trabalha com possibilidades ilógicas. Deus poderia ter criado um universo sem o potencial para o mal? Sim, mas não este universo. Portanto, diferentemente do que afirmam alguns, o mal não prova que o Criador não existe. Prova justamente o contrário: que Ele existe e nos dotou de liberdade de escolha.

Infelizmente, a terça parte dos anjos celestiais aliou-se a Lúcifer (depois chamado de “Satanás”, em hebraico, “inimigo”) e acabou expulsa do Céu (Apocalipse 12:3, 4, 7, 9), vindo parar ao nosso planeta. Aqui, Satanás utilizou o engano para envolver o primeiro casal humano na sua rebelião (Gênesis 3:1-6). Com muita esperteza e inteligência demoníaca, o inimigo conseguiu inocular em Eva o vírus de sua própria rebelião. Ele sugeriu que, se ela desobedecesse a Deus, seria uma criatura superior, igualando-se ao próprio Criador. Lúcifer queria isso! E conseguiu convencer a mulher a querer também.

Por causa disso, podemos dizer que este planeta é um campo de batalha.

Continuamente, anjos bons e maus disputam a sua influência sobre nós. Devemos lembrar-nos sempre de que *“A nossa luta não é contra seres humanos, mas contra os poderes e autoridades, contra os dominadores deste mundo de trevas, contra as forças espirituais do mal nas regiões celestiais”* (Efésios 6:12).

Sempre existem situações traumáticas numa guerra. Se duvida, pergunte a um ex-combatente. Apesar de tudo, o nosso General está pessoalmente empenhado na nossa

salvação, ainda que tenhamos que carregar um ou outro ferimento de guerra. Além disso, o General já anunciou o fim de todas as batalhas, por ocasião da Sua vinda.

Quando Satanás conseguiu envolver Adão e Eva na rebelião, pensava ter dado um xeque-mate no Criador. Afinal, o casal sabia que *“o salário do pecado é a morte”* (Romanos 6:23). Como tinham pecado por escolha própria, os dois mereciam morrer para sempre. Se Deus os destruísse, o inimigo diria algo assim para todos os seres criados: “Estão a ver? Eu não disse que Ele é tirano e mau?” Porém, conhecedor da misericórdia divina, o anjo caído esperava que Deus passasse por alto a atitude de desobediência do casal transgressor. Nesse caso, Satanás acusaria o Criador de ser incoerente e infiel à Sua própria palavra. Se Ele podia ignorar a culpa dos dois humanos, por que não a dele mesmo?

Contudo, o rebelde não contava com algo surpreendente, que o fez calar. Sim, o salário do pecado é a morte, e alguém, de fato, precisava experimentar a morte eterna por causa disso, mas não seriam Adão e Eva. Deus, na pessoa de Jesus, morreria em lugar do pecador, assumindo a sua culpa e revelando de maneira grandiosa até que ponto o General esteve e está disposto a ir por amor a Seus filhos. É por isso que Ele tem autoridade moral para dizer: *“Venham a Mim, todos os que estão cansados e sobrecarregados, e Eu lhes darei descanso”* (Mateus 11:28).

A pessoa que confia nas promessas divinas sabe que *“todas as coisas cooperam para o bem daqueles que amam a Deus”* (Romanos 8:28, ARA). Então, entenda e aceite que não é Deus quem origina o mal, mas Ele usa tudo o que for possível para que essas experiências do campo de batalha contribuam para o seu crescimento e a sua salvação eterna.

APELO

Deseja confiar mais no Pai? Deseja experimentar a paz que Ele pode conceder a todo aquele que nele crer? Não importa o peso que carrega, saiba que pode libertar-se de tudo isto e começar de novo, leve, curado, feliz! Coloque-se de pé e junto com os seus amigos, vamos orar a Deus pedindo essa bênção sobre a nossa vida!