

SAÚDE DO CONSELHEIRO  
O CUIDADO DO CONSELHEIRO CONSIGO MESMO

**REDE DE ENSINO**  
**Instituto Jáfia**

**CURSO LIVRE DE PSICOTEOLOGIA**  
**“Aconselhamento Cristão”**

**SAÚDE DO CONSELHEIRO**  
**“O cuidado do conselheiro consigo mesmo”**



Rede de Ensino  
**Instituto Jáfia**  
Ensinando vidas para transformar esta geração

# Introdução

Uma pessoa ferida fere, um machucado machuca, mas também uma pessoa curada cura!  
Quando falamos em “Aconselhamento Cristão”, temos que ter ciência da responsabilidade que devemos ter em atender uma vida.

Muitas pessoas vêm como “A ÚLTIMA ESPERANÇA”, estão morrendo espiritualmente e muitos até se “suicidando psicologicamente”.

Há uma agonia da alma, um grito de desespero: um pecado condenando, uma voz de acusação contínua que leva a pessoa a angústia, depressão, falta de esperança e muitas vezes, quando não vê mais saída pensa no suicídio, não porque quer morrer, mas porque quer aliviar a dor, e como conselheiros não podemos desprezar o desespero de uma vida por não estarmos bem, pois pode ser um trabalho duro e emocionalmente desgastante.

O diferencial do Aconselhamento Cristão é a presença do Espírito Santo e a vida de oração. O auxílio de Deus ao conselheiro para socorrer e instruir alguém que está com uma necessidade faz toda a diferença, mas para isso, o conselheiro precisa estar numa vida de oração, jejum, devocional além do que, precisa estar bem com Deus, consigo mesmo, e com o próximo.

O aconselhamento cristão é mais do que um discipulado é uma “terapia” que muitas vezes vai ser uma cura, uma libertação, ou muitas vezes levar o aconselhado a enxergar uma situação em prismas diferentes e para isso dependemos da direção do Espírito.

Aparentemente, muitas pessoas veem o aconselhamento como uma atividade fascinante que envolve dar conselhos, reatar relacionamentos rompidos e ajudar as pessoas a resolver problemas.

O aconselhamento exige muita concentração e, às vezes, nos faz sofrer, quando vemos tantas pessoas infelizes. Se essas pessoas não apresentam melhora, o que é bem mais comum do que se imagina, é fácil acabar nos culpando a nós mesmos; nos esforçamos ainda mais e ficamos pensando onde foi que erramos. À medida que mais e mais pessoas chegam pedindo ajuda, a tendência é continuar aumentando a nossa carga de trabalho – aproximando-nos do limite da nossa resistência por isso temos que estabelecer “LIMITES”.

Muitos chamam isso de “conspiração”, porém, é comum, o conselheiro atrair pessoas ou casos muito similares aos que ele passou na vida, na verdade, não digo conspiração, mas o próprio Deus que treinou e capacitou para aquilo que iríamos encarar lá na frente, sendo que, como o próprio apóstolo Paulo nos instrui – “Tudo coopera para o bem dos que amam e servem a Deus”. (**Romanos 8:28**)

Que o “MARAVILHOSO CONSELHEIRO” vos revista e vos capacite para fazer a diferença em cada caso, e que o ESPÍRITO SANTO CONSOLADOR vos use com sabedoria usando a poderosa ferramenta da PALAVRA DE DEUS para libertar os cativos.

**Boa Aula!**

*Claayton Nantes*

# Aconselhamento

Na primeira matéria estávamos falando sobre “ética no aconselhamento” – **não haverá aconselhamento sem ética**. Se o fizermos, nos tornaremos meros aliviadores de consciência. Porém, existem coisas que temos que conduzir o consulente a falar a verdade, a se entregar à polícia, ou a confessar o erro.

O ‘**conselheiro cristão**’, recebe um dos maiores bens que um ser humano pode confiar-lhe: “**OS SEGREDOS DE SEU SEGREDO**”.

Fernando de Rojas chegou a equipará-lo à própria liberdade: “*A quem revelas o teu segredo das a tua liberdade*”. Portanto, se não soubermos trabalhar tão valioso bem, viremos a arruinar reputações, desagregar lares e desconstruir carreiras. Isto não significa, porém, que sejamos obrigados ser conivente com o erro, ou acobertarmos um pecado – NÃO!

Às vezes a revelação de um segredo salva um inocente. O que você faria, por exemplo, se alguém lhe segredasse: “Não foi fulano quem cometeu aquele desfalque; fui eu. Mas por favor, não conte a ninguém”.

Manteria tal fato em segredo? Ou advertiria seu consulente não poder preservar-lhe o sigilo, pois, se o fizesse, estaria a penalizar injustamente outra pessoa? Ou, obrigaria ele a confessar tal roubo!?

NÃO ESTOU SUGERINDO QUE O CONSELHEIRO DEVE REVELAR TODAS AS CONFISSÕES DO SEUS CONSULENTES, NÃO – o conselheiro tem que ser ético, sigiloso, no entanto cabe-nos diferenciar entre segredo e cumplicidade.

**O segredo compreende os pecados cometidos pelo homem contra si próprio.**

A **cumplicidade** dá-se quando o conselheiro, mesmo sabendo que um segredo não é propriamente segredo, mas **o compartilhamento de um crime ou pecado que, para ser reparado, exige uma satisfação pública, teima mantê-lo em oculto.**

Há problemas que podem ser resolvidos no aconselhamento, entretanto, outros vamos precisar instruir o consulente a contar aos pais, ou pedirmos autorização para falar com o responsável. Uma adolescente que confessa estar grávida e quer a cumplicidade para abortar e pede segredo que não conte aos pais, não pode ficar em segredo! Como prometer a essa adolescente que esta confissão ficará em sigilo sabendo que a Palavra de Deus reprova tal comportamento?

Um roubo, um assalto, ou até um assassinato, homicídio, você não pode manter sob anonimato se tornando refém de uma confissão – instrui a confessar, e se entregar; ou peça autorização para abrir o problema para outras autoridades que vão lhe instruir como solucionar esse tipo de confissão.

Como garantir a um jovem que se envolveu com drogas que a sua dependência jamais virá a público?

Se quisermos ajudar e lutar por uma recuperação, temos que envolver os pais ou responsáveis.

Sempre que não puder manter um caso no âmbito sigiloso, você deve conscientizar e pedir autorização ao consulente que precisará conversar com alguém. Você não é um mero confessor; é um conselheiro cristão. A ética deve prevalecer seja no segredo, seja na revelação de um fato que exige reparação pública.

Que ética tem um conselheiro que aconselha seus pacientes a assumirem de vez, aquilo que chamam de opção sexual? Ou a cristalizar velhos ódios? Ou ainda a abandonar um casamento estável por uma paixão inconsequente? Se a Cristo confessássemos nossos pecados e realmente nos arrependêssemos, grande parte de nossos 'distúrbios emocionais' prontamente seriam curados. O pecado distorceu, deturpou, arruinou o pensamento humano.

O conselheiro cristão tem de agir com redobrado cuidado ao manejar as ferramentas para o atendimento terapêutico. Ele é um médico de almas do rebanho de Cristo, e como revela o profeta Isaías no chamado de Jesus em **Isaías 61** – “libertar os cativos”.

**A PALAVRA DE DEUS É INSUBSTITUÍVEL PARA RESTAURAR AQUELES QUE SUBJAZEM EM TRISTEZAS E DORES.** A Bíblia Sagrada penetra até a divisão da alma e do espírito, de juntas e medulas, de pensamentos e intenções. **Hebreus 4:12**

### **Lamentações de Jeremias 3:20-24**

São tantos temas que este assunto se torna infundável, sempre tem que se reciclar, rever, estudar, aperfeiçoar, pois aconselhamento aborda os problemas do ser humano. Situações que o pecado distorceu, deturpou, destruiu, tais como: criação de filhos, relacionamentos, ajustamento conjugal, infidelidade, adultério, 'descobri adultério do meu cônjuge', divórcio, abuso sexual, terceira idade, áreas da sexualidade, pedofilia, incesto, aborto, problemas financeiros, traumas, acidentes, lutos, doenças, compulsões, drogas, vícios, codependência, etc...

Há muitos anos, um ex-presidente da Associação Psicológica Americana fez uma estimativa de que, apesar de todo o conhecimento que temos hoje, três em cada quatro conselheiros desempenham mal a sua função. Pesquisas recentes demonstraram que a maioria dos pastores e conselheiros se sentem despreparados para assumir as responsabilidades do aconselhamento e grande parte deles não sabe aconselhar corretamente. Há evidências de que os conselheiros incompetentes, e até nocivos são a maioria. Entretanto, há alguns que têm sucesso e aconselham com muita eficiência. Essas pessoas têm uma personalidade que irradia sinceridade, compreensão e compaixão, e têm um jeito todo especial de confrontar de forma honesta e construtiva. Outra característica desses conselheiros é sua habilidade na aplicação de técnicas que ajudam o aconselhando a atingir objetivos específicos.

O ministério de conselheiro é muito importante, principalmente nestes últimos dias que o mundo vive pressões psicológicas, conflitos, crises, atentados, pânico. Há uma necessidade de conselheiros, e a cada dia mais teremos uma necessidade maior de conselheiros, por isso incluímos essas matérias em nossa grade de cursos.

Todos querem ser aconselhados, mas poucos querem ser conselheiros, mas à despeito de: “se você foi atendido, aconselhado ou não, o Senhor quer fazer de você um conselheiro”, por isso você precisa ser tratado para ser aprovado!

Na visão de 'psicoteologia' precisamos entender que vamos ter que ter conhecimento bíblico para poder cuidar das pessoas através da Palavra de Deus.

A palavra de Deus nos fala de duas coisas: da **MENSAGEM** e da **PESSOA**.

Vamos observar a perspectiva da aula de hoje sobre **Isaías 40:1-11**

“Lendo com o ouvido”, procure ouvir e deixe que o texto atinja a sua alma.

**Isaias 40 – é uma insistência; UM CLAMOR DE DEUS!**

Aplainar caminhos e elevar vales é o nosso trabalho. O ministério é um braço que abraça e não é um pé que chuta para derrubar; mas para recriar o que estava quebrado despencando o seu caminho.

Como conselheiro vamos desenvolver o pastoreio, o discipulado, a compaixão pelo próximo.

Nós devemos seguir os seus passos e sermos imitadores de Deus. **Efésios 5:1-2.**

Deus Pai, e o Senhor Jesus Cristo é o Bom Pastor; devemos captar este traço mestre do caráter de Jesus.

A voz do Pastor Deus é que nos dá luz para o nosso caminho. **Salmos 119:105**

Como Deus pastoreia?

Como é que o Filho de Deus pastoreia?

Como é que o Espírito Santo de Deus pastoreia?

Na conversa de Jesus com Pedro após a ressurreição: “QUEM AMA PASTOREIA”, QUEM AMA SOCORRE, ATENDE, CUIDA DE ALGUÉM. (**João 21:15-19**)

**Salmos 23.**

Estamos em uma geração em que estamos tendo muitas ‘perdas pastorais’; ‘perdas de conselheiros’, o estresse pastoral ou do conselheiro.

Os sacerdotes do Deus Altíssimo estão se perdendo no meio do caminho por não respeitar os limites físicos e psicológicos, por não entender que são humanos!

O pastor também é ovelha e isto muitas vezes ele esquece, e muitas vezes ele é uma “ovelha sem pastor”.

Na **psicologia pastoral ou aconselhamento cristão**, isso deve funcionar coordenadamente:  
**psicólogo e pastoreio.**

Temos que quebrar o tabu do crente não poder ir ao psicólogo ou ao psiquiatra, não pode fazer terapia.

Existe tanto bate boca, brigas teológicas desnecessárias, e mais da metade destas discussões poderiam ser evitadas, por preconceitos ou tradições infundadas. Somos um espírito que possuímos uma alma e moramos em um corpo. Antes de sermos pastores, conselheiros, somos humanos, temos uma PSIQUE – e essa alma pode ter problemas psicossomáticos.

Como **conselheiro** aprenda a desarmar o inimigo.

Exalte os benefícios e não enfatize o erro.

Não quebre, não desperdice a oportunidade,

crie uma base situacional,

chegue para conquistar e atrair,

galvanizar a mente da pessoa.

**Não compete ao psicólogo dizer contra a teologia e nem ao teólogo dizer contra a psicologia.**

Você como conselheiro não tem que responder todas as perguntas do mundo e nem tem que ter todas as perguntas dos questionamentos da sua cabeça também, para ser um conselheiro.

Quanto mais a pessoa grita, ou enfatiza batendo na mesa, ou no púlpito, a grande verdade é que ela ainda não está segura e totalmente crendo no que está falando, então, ela precisa gritar algo, para que ela mesmo possa ouvir e se convencer que é verdade.

### **Não crie dilemas no aconselhamento.**

Apascentar não é espancar as ovelhas, é sentar com as ovelhas e conversar; o Filho do Homem, veio para dizer: “e Eu vim para dizer que você não está sozinho”.

“Apascentar” vem do Latim PASCERE, “levar ao pasto, levar para pastar”, de PASTUS, “alimentação vegetal para animais”. Apascentar as ovelhas pode significar **fortalecer e nutrir as irmãs recém-conversas, as menos ativas e até as plenamente ativas.**

Não existe um método, uma cartilha para você em aconselhamento: é assim e acabou!

Aconselhamento não está na área das ‘exatas’, mas sim das ‘humanas’.

Nós precisamos ser flexíveis, nem sempre o pecado será tratado como pecado, nem sempre o erro será tratado como erro, precisa se ver o que está por de traz, Jesus falava com bom senso. No caso da “mulher pega no ato do adultério – Jesus não prioriza a situação do pecado, ele primeiro desfaz o dilema, para depois ressignificar a vida da mulher: “Eu também não te condeno, agora vai e não peques mais””.

Quando evitamos a **flexibilidade** caímos no **autoritarismo**;  
Os **fariseus estão em dilemas, Jesus está em flexibilidade.**

O pecado trouxe consequências absurdas, incalculáveis, vamos voltar para Gênesis e ver o que o pecado acarretou! **Gênesis 3**: insegurança, medo, os tirou da inocência, vergonha, não assumiram seus atos, se escondem.

Pastoreio, ou aconselhamento é a arte de segurar o membro, a família dentro do Corpo de Cristo, é a “arte de segurar dentro”.

**Pastorear é a arte de resolver conflitos sem perder as pessoas, mas tratar e solucionar as crises.**

A **Igreja Primitiva** sempre foi apresentada como uma comunidade terapêutica.

**Igreja terapêutica**, prioriza a graça de Deus e não a lei. Estende a graça do Senhor. A Igreja tem que ser uma comunidade de estímulo, incentivo, que fortalece o ânimo e tira o jugo, a opressão e alivia o fardo. Neste sentido, ela se posta como um hospital de almas, cujos médicos acham-se de plantão para socorrer o rebanho do Mestre.

**Pastoreio priorizado** – nós somos ministradores de alma, cura na origem latina quer dizer cuidar, não significa sarar apenas e nem prioritariamente; **sarar é uma consequência de cuidar**, é aquele que sara todas as nossas enfermidades (JEOVÁ RAPHÁH), o que Ele faz é cuidar que salva.

O pastor, o conselheiro, é um curador de almas.

Docência Valorizada – Ensino – procura apresentar-te a Deus aprovado, capazes de ensinar.

Preeminência da fé: O crer é o mais importante.

Todo aquele que recebe uma revelação de Deus não pode guardar só para si, isso fará mal para ele, 'dá congestão espiritual'.

Revalorização da Bíblia – A Bíblia é um livro missio-pastoral, **não há missão sem pastoreio e nem pastoreio sem missão**. Devemos valorizar a Bíblia como um todo.

Amar não é ter dó, dó não leva a nada!

Jesus não é o homem apenas da coisa certa, Ele é o homem certo.

Deus envia um pastor: e um **Bom Pastor** à terra, para salvar o que se havia perdido.

No caso do bom samaritano, você vê o sacerdote, o levita, e o samaritano.

Deus envia um Pastor e um bom-pastor.

No meio evangélico, existem patologias específicas. O exemplo da jovem que achava que tinha blasfemado contra o Espírito, e tinha cometido um pecado imperdoável, por estar exausta, cansada, e ao ler a Bíblia para ir deitar, deixou a Bíblia cair no chão e pegou no sono.

A profissão do "pastor" era consolidada, entre os povos antigos já era uma metáfora do relacionamento de Deus e o ser humano.

O Deus de Abraão, Isaque e Jacó é o Meu Pastor e nada me faltará.

Como conselheiros e/ou pastores nós devemos imitar à Deus.

É triste e alarmante o número de pastores se suicidando, pastores batendo o carro propositalmente, se enforcando; esposa de pastores se matando, se jogando na serra para dizer que foi acidente: estava precisando de atendimento, de cuidados, como é o nosso pessoal carente de cuidados.

Muitas pessoas sentem da igreja mais um tribunal do que um hospital, e não um refúgio.

Muitos estão fugindo da igreja porque são verdadeiros tribunais, e seus líderes tem se colocado na posição de juízes, os condenando e colocando um jugo que não conseguem carregar.

Deus ama a humanidade, mas odeia o pecado que estes cometem. Deus ama e acolhe.

A função da igreja é para os pecadores que Jesus veio, Ele disse: "os não precisam de médicos" (Lucas 5:31-32), nós muitas vezes rejeitamos, colocamos para fora; quando na verdade o tratamento tem que ser 'dentro do Corpo'.

Ajude a carregar a carga ao invés de carregar o seu revólver.

O conselheiro é um chamado que foi feito para ouvir os seus irmãos e tratá-los.

Ouçã com atenção, e após ouvir, fique quieto e leve a carga junto com seus irmãos, e após contar, confessar uma fraqueza, um segredo, não se pode suspender o membro, e nem espalhar para todas as pessoas: ético – SIGILO ABSOLUTO.

Pai e mãe têm que conversar com os filhos, ouvir, discipular e disciplinar; doutrinas e instruir - existem para isto - EDUCAR, mas muitos não cumprem a sua missão.

Igreja existe para isto, mas não está cumprindo a sua missão.

E a cada dia a necessidade de conselheiros é maior por causa da pós-modernidade, antigamente não se tinha televisão, os pais conversavam mais com os filhos, a própria 'vizinha era a terapeuta da família, conversava, sentava-se na calçada e comentava os problemas, colocava para fora suas crises”.

A igreja deve focar mais a saúde psicológica do que a patologia que tem focado. “Ambroise Pare” disse: **Eu cuidei mas Deus curou**. É possível passar Jesus sem falar nEle.

Antes de seu real encontro com o Senhor Jesus, experimentou Martinho Lutero uma profunda crise espiritual. Assaltado por dúvidas, acometido por uma forte convicção de pecado e já antevendo as penalidades eternas, fechou-se ele em sua cela. E, ali, passou a penitenciar-se. Açoitava-se e oprimia-se. Sentindo a miséria de uma crença baseada em tradições e viciada pela Escolástica, restava-lhe apenas uma expectativa terrível de juízo. Foi nesse momento que Lutero buscou os conselhos de um piedoso monge.

Diante da visão daquele jovem trancado em si mesmo e fustigado pelo terror do inferno, Staupitz pôs-se a aconselhá-lo a procurar a justificação pela fé nos méritos de nosso Senhor Jesus Cristo.

Já encerrado com a Epístola de Paulo aos Romanos, conscientiza-se Martinho Lutero: o homem somente haverá de justificar-se, diante de Deus, pela fé. Fortalecido por tão imprescindível verdade, saiu o monge a reformar a Igreja. E, assim, no dia 31 de outubro de 1517, fixa as 95 teses nas portas da Catedral de Wittenberg, deflagrando uma reforma que, em breve, haveria de mudar a configuração espiritual, política e cultural da Europa.

Jamais poderemos esquecer-nos da influência de Staupitz no ministério de Lutero. Se este foi um gigante na vida espiritual, aquele fora um titã na carreira cristã, pois soube como encaminhar um jovem confuso até que este, alcançando a maturidade, viesse a destacar-se como o maior homem de seu tempo.

De que maneira poderá o conselheiro maturar a vida espiritual?

A resposta é simples: comece a ler devocional, sistemática e ordenadamente a Bíblia Sagrada.

## A motivação do Conselheiro

A diferença do “gabinete do conselheiro” para o púlpito é que no particular o conselheiro pode tratar especificamente cada pessoa. No aconselhamento se dispensa atenção a uma pessoa, um casal, uma família, onde se abre espaço para indagações muitas vezes desconcertantes dos quais no público e coletivo de uma ministração não se pode, porém, no particular tem a oportunidade de discipular, tratar, restaurar, direcionar e resolver o problema de uma pessoa que pode trazer cura para uma linhagem. O aconselhamento dispensa um tratamento individual, diferenciado e específico e por isso que é eficaz; porém isso não substitui o coletivo; a mensagem, que ministra ao coletivo e aí é o próprio Espírito Santo que trata tanto o coletivo como o particular.

Jamais o conselheiro pode se considerar superior, ou mais santo do que qualquer pessoa.

Por pior que seja a confissão que ouvimos, temos que enxergar a que ponto chega o aprisionamento maligno de uma pessoa, e sermos sensíveis para sentir a dor e o sofrimento da pessoa.

O apóstolo Paulo ao escrever para os irmãos de Colosso mostra que todo cristão deve ser um conselheiro. **Colossenses 3:16**, porém alguns vão ter um chamado específico que vão se dedicar

integralmente, socorrer os momentos de crise, tratar e acompanhar alguém que necessita de uma intervenção mais pessoal.

**CONSELHEIRO** vem do vocábulo latino *'consiliariu'*, E SIGNIFICA “aquele que se assenta no concílio ou assembleia”. Semelhante definição remete-nos às praças e aos palácios da antiguidade, nos quais congregavam-se os sábios para orientar os concidadãos a decidirem entre o certo e o errado.

Genericamente “conselheiro” é aquele que ministra conselhos seja na discipulação de um atendimento, seja na efervescência da assembleia do povo.

**“CONSELHEIRO CRISTÃO”** é alguém capacitado pelo Espírito Santo para ajudar o próximo num momento de crise, mostrando-lhes através da Bíblia, a vontade de Deus e as soluções propostas por Sua Palavra. Mesmo sendo cristão, as pessoas enfrentam graves moléstias espirituais (**1 Coríntios 11:30**). A ministração da Palavra de Deus através do aconselhamento cristão é realmente eficaz. Algumas doenças da alma não têm como ser tratada coletivamente ou através de uma ministração em um culto.

Por que você quer ser conselheiro?

Temos que encarar acima de tudo como uma missão da Igreja. A Igreja Primitiva era terapêutica.

A Bíblia nos ensina que devemos cuidar uns dos outros e isso certamente inclui o aconselhamento.

O desejo sincero de ajudar ao próximo é um motivo válido, porém não podemos confundir com a motivação de “atender às nossas próprias necessidades”. Vamos observar alguns fatores:

1. **A necessidade de manter relacionamentos** – O ser humano é um ser relacional e necessita de contato com pelo menos duas a três pessoas. Alguns consulentes consideram o conselheiro como seu melhor amigo, pelo menos temporariamente. Gary Collins fala em seu livro que suponhamos que o conselheiro não tenha nenhum outro amigo chegado, além dos aconselhados. Quando isso acontece, a necessidade que o conselheiro tem de se relacionar com outro ser humano pode atrapalhar o seu trabalho. O conselheiro pode não querer que seus consulentes realmente melhorem e encerrem as sessões, já que isso interromperia relacionamentos de amizade.
2. **A necessidade de exercer controle** – O conselheiro autoritário gosta de “endireitar os outros”, dar conselhos (mesmo sem ser solicitado) e fazer o papel da pessoa que resolve todos os problemas. Alguns consulentes dependentes podem querer isso, mas, no fim das contas, a maioria das pessoas resiste ao tipo controlador porque ele realmente não ajuda.
3. **A necessidade de socorrer** – Este tipo de conselheiro geralmente tem um desejo sincero de ajudar, mas tira a responsabilidade de cima do aconselhando, porque adota uma atitude que diz “você não tem condição de resolver isso; deixe comigo”. Isso pode satisfazer o aconselhando por um tempo, mas não vai resolver o seu problema, salvo raras exceções. Quando a técnica de salvamento falha (o que ocorre com frequência), o conselheiro se sente culpado, inadequado e profundamente frustrado.
4. **A necessidade de informação** – Ao descreverem seus problemas, os consulentes dão detalhes interessantes que poderiam não ser ditos em outras circunstâncias. Quando um conselheiro é curioso, ele às vezes esquece o aconselhando, tenta arrancar mais informações e, frequentemente, não consegue guardar confidências. Conselheiros curiosos raramente ajudam e as pessoas acabam deixando de procurá-los.

5. **A necessidade de cura pessoal** – A maioria de nós tem necessidades e inseguranças ocultas que podem interferir na nossa tarefa de auxiliar as pessoas. Esta é uma das razões pelas quais as faculdades de psicologia exigem que os alunos passem por aconselhamento antes de começarem a atuar profissionalmente. É pouco provável que as sessões de aconselhamento sejam eficazes se o conselheiro sente necessidade de manipular os outros, expiar sua culpa, agradar alguma figura de autoridade, expressar hostilidade, resolver conflitos sexuais, ou provar que é intelectualmente capaz, espiritualmente maduro e psicologicamente estável.

É provável que todo futuro conselheiro passe por períodos em que experimenta essas tendências, mas é necessário lidar com isso fora de seu trabalho com os consulentes. Quando as pessoas buscam aconselhamento, assumem o risco de revelarem detalhes de sua vida pessoal e se submeterem ao tratamento determinado pelo profissional que as atende. O conselheiro viola esta confiança e prejudica a eficiência do processo se o relacionamento assistencial é usado, primordialmente, para satisfazer suas próprias necessidades.

Qualquer conselheiro inicialmente vai descobrir que há um hiato entre o conhecimento, formação acadêmica e a experiência real de ajudar uma pessoa a resolver um problema real. Até mesmo conselheiros experientes às vezes se veem lutando com dúvidas e sentimentos de inadequação sobre a eficácia de seu aconselhamento.

Em **Romanos 12:1-9** quando Paulo vai listar os “dons motivacionais”, ele nos instrui que todo dom tem que ser exercido com muito amor, compaixão, mas quando ele refere o ministério de “exortar” no original grego paraklesis (uma das funções e atributos do Espírito Santo de Deus nosso PARÁKLETO), ajudador, conselheiro, consolador – assim entendemos que nem todo cristão vai ter a habilidade de aconselhar, pois a função do conselheiro com base nessa palavra do original grego – “andar ao lado para ajudar”, isso abrange atividades tais como admoestar, apoiar e encorajar os outros. Não somente este dom, como qualquer habilidade que Deus coloca em nós, precisa ser aperfeiçoado, tem que haver um investimento, estudo, livros, cursos, seminários, palestras que possa desenvolver na pessoa a capacidade de exercer seu dom com excelência.

Não são poucas as aflições que assolam a alma do ser humano, ainda mais numa cultura corrompida pelo pecado que luta para estabelecer a iniquidade e transgressão como normal, não se importando com as consequências psicossomáticas que produz no ser humano; o conselheiro tem o papel de aliviar a alma e tendo a Bíblia como ferramenta, assim como o Salmista declara no **Salmo 19:7-8** – **“A lei do Senhor é perfeita e restaura a alma; o testemunho do Senhor é fiel e dá sabedoria aos simplices. Os preceitos do Senhor são retos e alegram o coração; o mandamento do Senhor é puro e ilumina os olhos”**.

Num mundo que “jaz no maligno” só o Espírito Santo e a Palavra de Deus para ser o esteio do conselheiro, mas lhe pesa o desafio de fazer ao aconselhado que tenha estes ‘esteios’ também.

O aconselhamento cristão autêntico é simplesmente a sabedoria bíblica aplicada de forma apropriada por conselheiros espiritualmente maduros. Quando pessoas piedosas e cheias de confiança de que a Palavra de Deus é plenamente suficiente, com oração e habilidade, gentilmente, mas firme aproximam-se daqueles que estão confusos, perdidos, sofrendo ou lutando com algum dilema pessoal ou espiritual, o Senhor soberanamente se dispõe a usar Sua Palavra através de tal conselho de maneira que lhe agrada. A Palavra do Senhor é a única coisa que nunca volta vazia. **Isaías 55:11**

Como conselheiro cristão procure sempre ler bons livros de aconselhamento, os quais apresentam exemplos de conselhos cuidadosos, sábios e bíblicamente sensatos que foram aplicados àqueles que estão lutando com as perplexidades de viver em um mundo caído, e pela direção do Espírito, conselheiros que acreditam na total propriedade da Palavra de Deus para lidar com toda e qualquer coisa que o mundo, a carne e o diabo possam atirar contra o crente.

Muitos estão oprimidos pelo sofrimento e buscam uma palavra específica e um tratamento espiritual diferenciado. A ajuda de um admirável conselheiro faz a pessoa sentir o cuidado e o carinho do Pai; aliás essa característica foi profetizada pelo profeta Messiânico mais de 700 anos antes de Jesus vir a essa terra: “Porque um menino nos nasceu, um filho se nos deu; e o principado está sobre os seus ombros; e o seu nome será **MARAVILHOSO CONSELHEIRO**, DEUS FORTE, PAI DA ETERNIDADE, PRÍNCIPE DA PAZ” **Isaías 9:6**. Este termo no original hebraico é “*peleh yohets*” descrevendo alguém que, por seus atributos, é a fonte de todos os tesouros do conhecimento. Somente um conselheiro como este é que haveria de apresentar-se como o BOM PASTOR. Ele é o Conselheiro, porque conhece os conselhos de Deus desde a eternidade. Além disso, ministra conselhos que nos promovem o completo bem-estar. Sim, Ele é o Maravilhoso Conselheiro; ninguém ensina como Ele. O apóstolo Paulo compreendeu plenamente o significado deste atributo e ao escrever para os irmãos de Colosso disse: **Colossenses 2:2-3**.

Não existe conselheiro mais perfeito que o Nazareno. Ajudando as pessoas a resolver os mais dolorosos problemas, apontando-lhes as mais surpreendentes saídas e conduzindo-as a uma vida plena no Pai Celeste, é aclamado pelas multidões como o Conselheiro dos conselheiros. Jesus é especialista em desatar os nós dos que dEle se aproximam. Jesus aconselhava pelas suas parábolas, sermões, pronunciamentos, ensinamentos, profecias, orações e muitas vezes por suas visitas atendimentos nos lares.

Nas Sagradas Escrituras, tiveram muitos conselheiros, porém todos eles, tinham uma vida de oração, intercessão e devocional com Deus.

Quando olhamos para o Antigo Testamento, através das biografias, encontramos muitos conselheiros modelo: O pai da fé Abraão, o experiente Jetro, o paciente Moisés, Samuel, além do sábio Salomão; já no Novo Testamento, o doutor Lucas, o erudito Paulo, mas também contamos com o principal modelo de conselheiro, o “Pastor e Bispo de nossas almas – Cristo Jesus”.

Estes personagens nem sempre idosos, mas necessariamente idôneos, eram consignados como a voz de um ‘anjo do Senhor’ (**2 Samuel 16:23; Eclesiastes 4:13**).

**ABRAÃO** – intercedeu o patriarca por duas das mais pecadoras e impenitentes cidades de todos os tempos. Oraria você por Sodoma? Rogaria você por Gomorra? Ele bem sabia que ambas mereciam apenas uma coisa: a pena máxima. Porém, naquele momento, teve a máxima pena daqueles homens e mulheres que, estragados pelo pecado, eram incapazes de diferenciar sua destra da sinistra. **Gênesis 18**. Portanto, mesmo que não haja mais esperança, intercedamos pelos que caminham em direção ao inferno. Ainda que aparentemente fracássemos, estaremos obtendo o maior êxito diante de Deus como intercessores. Se formos chamados para aconselhar, também fomos convocados para interceder, inclusive por aqueles que nos ignoram as advertências.

**MOISÉS** – O legislador dos hebreus aconselhou o povo até consumir-se no Sinai. Do nascer ao pôr do sol, punha-se ele à disposição do povo para aconselhá-lo, estressando tanto a si próprio quanto à congregação. Continuasse naquela maratona, acabaria por comprometer a qualidade de seus conselhos. Não é o que estamos a constatar em nosso ministério? Se até aquele momento, aconselhava, teria agora de ser aconselhado. Sugere-lhe, então Jetro, seu paciente e observador sogro, a escolher varões de comprovada reputação e sabedoria para ajudá-lo naquele mister.

Em Israel, muitos podiam aconselhar como Moisés aconselhava; mas ninguém seria capaz de interceder como intercedia Moisés.

Pecando os israelitas, o conselheiro dá lugar ao intercessor. E, pondo-se já entre Deus e o povo, roga e arrisca-se por este. Num dado momento, ante a expectativa de o Senhor destruir a semente de Abraão, insta-lhe: “Agora, pois, perdoa o seu pecado; se não, risca-me, peço-te, do teu livro, que tens escrito”.

**Êxodo 32:32.** Foi a mais ousada intercessão da História Sagrada. E como era ele um homem que conversava face a face com o Senhor, sua intercessão ultrapassou os limites da coragem e do amor.

Como intercede você em favor daqueles que lhe procuram os conselhos de Deus? Limita-se a dar-lhos? Ou coloca-se no ilimitado terreno da intercessão onde nenhuma lágrima é demasiada e onde nenhum soluço é o bastante. Seja amoroso nos conselhos; na intercessão, ousado!

**SAMUEL** – Num momento em que Jeremias clamava em favor dos filhos de Judá que, já adiantados em rebeliões e apostasias, não mais reconheciam a voz profética, responde o Senhor ao seu mensageiro: “Ainda que Moisés e Samuel se pusessem diante de mim, não seria a minha alma com este povo; lança-os de diante da minha face, e saiam”. (**Jeremias 15:1**). Moisés e Samuel! Eis os dois maiores intercessores do Antigo Testamento. Colocou-os Deus na História Sagrada, a fim de que mostrassem, aos santos de todas as épocas, o valor de uma intercessão realmente amorosa.

Era Samuel um intercessor tão cômico de suas obrigações que supunha estar pecando caso não rogasse a Deus por seu povo: “E, quanto a mim, longe de mim que eu peque contra o Senhor, deixando de orar por vós; antes, vos ensinarei o caminho bom e direito”. (**1 Samuel 12:23**). Apresenta-se, pois, o profeta não apenas como intercessor, mas também como conselheiro do povo hebreu. O que nos mostra esta passagem? Como conselheiros, não nos restringimos ao gabinete; vamos além: avancemos sobre o altar da oração, onde, diuturnamente, estaremos a rogar pelos que nos procuram uma palavra de orientação. Conselho sem oração pouco efeito tem; acompanhado de intercessões e súplicas, operam maravilhas, mesmo restringindo-se a uma única palavra.

**NATÃ** – o profeta Natã usa uma técnica chamada de “aconselhamento não-diretivo”, de uma maneira descontraída e espontânea vai ao rei Davi contar uma parábola para expor o que o rei tinha feito, e envolve a atenção do rei até o momento em que o rei se ira e sentencia: “Este homem deve morrer...”, e com coragem e ousadia o profeta diz: “este homem és tu”.

Uma das mais difíceis missões de Natã, como profeta, foi quando Deus o enviou a repreender o rei Davi. Esquecendo-se de seu compromisso como ‘pastor de Israel’, Davi tinha adulterado com Bate-Seba e arquitetado a morte de seu marido Urias. (**2 Samuel 11:1-26**).

Com a serenidade própria de um Isaque, a habilidade de um Gideão e a paciência de um Jó, começa o profeta a narrar ao rei uma parábola que, tocando-lhe as cordas da alma, levá-lo-á a um profundo

arrependimento. Diante daquele quadro, tão habilmente gizado por Natã, nenhum pecador, por mais insensível, haveria de resistir (**2 Samuel 12:1-16**).

Já irado com o protagonista da parábola, sentencia o rei Davi: “Vive o Senhor, que digno de morte é o homem que fez isso. E pela cordeira tornará a dar o quadruplicado, porque fez tal coisa e porque não se compadeceu”. **2 Samuel 12:5-6**

Se até este momento fora Natã não-diretivo em seu conselho, a partir de agora, será diretivo em sua repreensão: “Tu és este homem”. **2 Samuel 12:7**

O profeta sabia muito bem que o Davi que conhecera nos momentos de agrura já não existia mais; fora transformado num homem prepotente, orgulhoso e que, esquecendo-se das leis de Deus, havia se colocado acima de todos os preceitos que Israel recebera no Sinai. De igual modo, sabia Natã que, se usasse o método certo, haveria de ressuscitar o rei, trazendo-o novamente ao temor do Senhor. E foi o que aconteceu. Já reconhecendo o seu pecado e já cômico de sua iniquidade, volta-se Davi ao Deus de sua mocidade. E agora, já com a sua harpa, salmodia o Senhor, rogando-lhe o perdão de tamanha iniquidade. **Salmo 51**

Usasse Natã outro método de aconselhamento levaria o rei a endurecer o coração até à necrose de todas as suas fibras, fazendo-se semelhante ao Faraó. Se fosse, porém, habilidoso, haveria de acalmá-lo, induzindo-o a chorar suas misérias aos pés do Senhor. Arrependido e ciente de haver entristecido profundamente a Deus, põe-se Davi a buscar-lhe o perdão, sabendo ele que, mesmo alcançando-o, haveria de arcar com pesadas consequências por ter racionalizado suas paixões e concupiscências.

A principal vantagem desse método é evitar um confronto desnecessário com um consulente que, tendo em vista a natureza do seu pecado, não está disposto a aceitar conselhos. Nessas ocasiões, aliás, ele tudo fará para evitar-nos a presença. Entretanto, quem disse que devemos agir somente quando requisitados? Insta-nos o Senhor Jesus a agirmos como médico de almas. Este método não-diretivo sempre fará uso da palavra branda, quebrantando o mais duro coração e trazendo à luz a mais enevoadas das almas. Fazendo uso de um discurso indireto e tonificado por uma lógica simples, posto que eficaz, o conselheiro convencerá o consulente de seu erro. E, assim, estaremos resgatando uma alma da perdição, guindando-a ao verdadeiro conhecimento de Deus.

**SALOMÃO** – Você já tentou segurar um leão pelas orelhas? Isto equivale, segundo escreveu Salomão, a meter-se em problemas alheios (**Provérbios 26:17**). Todavia, como poderá o conselheiro manter-se neutro diante das dificuldades e dramas da vida? Com bastante acuidade, ponderou Brentano: “Uns pendem para o ódio, outros, para o amor: não há escolha. Só o diabo é que é neutro”.

Se não podemos ser neutros, sejamos imparciais. Salomão provou ser isso possível.

Logo no início de seu reinado, recebeu ele em audiência duas meretrizes que disputavam a posse de um recém-nascido. A história é bastante conhecida. Uma delas, durante a noite, sufocara o filho, causando-lhe a morte. E sem que a companheira o percebesse, trocou as crianças. Mas no dia seguinte, notou a outra mãe ter sido lograda; o recém-nascido morto não era o seu filho (**1 Reis 3:16-28**). (Se pedir sabedoria virão problemas para manifestar a sabedoria).

Aumentando a contenda, resolveram ambas buscar o arbítrio do rei. Diante daquela história que já começava a levar a corte à comoção, determina o rei: “Esta diz: Este que vive é meu filho, e teu filho, o morto; e esta outra diz: Não, por certo; o morto é teu filho, e meu filho, o vivo. Disse mais o rei: Trazei-me

uma espada. E trouxeram uma espada diante do rei. E disse o rei: Dividi em duas partes o menino vivo; e dai metade a uma e metade a outra”. **1 Reis 3:23-25**.

Neste momento, o instinto materno de tal maneira aflora, que leva a mãe verdadeira ao altruísmo dos altruísmos: “Ah! Senhor meu, dai-lhe o menino vivo e por modo nenhum o mateis”. (**1 Reis 3:26**). E, assim, foi solucionado aquele difícil e intrincado litígio.

Certamente Salomão não poderia manter-se neutro diante daquele quadro. Se a neutralidade era-lhe impossível, a imparcialidade era-lhe uma imposição; levantou-se Deus à suprema magistratura da nação hebréia. Por isso resolve explorar a psicologia materna; e ao fazê-lo, o coração da verdadeira mãe “se lhe enterneceu por seu filho”. (**1 Reis 3:26**).

Não nos prendamos à aparência de nossos semelhantes. A verdade nem sempre está, por exemplo, com o mais pobre; carência não é sinônimo de doçura. Também a verdade não está, necessariamente, ao lado do mais idoso; os vícios e crimes de igual modo envelhecem. A inocência não é inerente ao sexo frágil; o forte, de igual forma, emudece ante a opressão. Justificar de maneira irresponsável a criança e, arbitrariamente, condenar o adulto, é ferir a justiça e ignorar o direito; a maldade em muitas crianças depressa adoesce, ao passo que, em muitos adultos, a bondade é ainda tão pura quanto o infante.

Que jamais nos esqueçamos desta recomendação do Senhor Jesus: “Não julgueis segundo a aparência, mas julgai segundo a reta justiça”. **João 7:24**

**ISAÍAS** – na situação de um moribundo rei que estava vivenciando uma doença que era para morte, o profeta opta pelo método diretivo de aconselhamento. Ezequias precisava receber conforto, a fim de que se preparasse para entrar na eternidade. Ele estava quebrantado não somente pelo seu temperamento, mas pela doença em fase terminal.

O Senhor envia o profeta Isaías que, sem quaisquer rodeios, ou discursos circulares, anuncia-lhe: “Assim diz o Senhor: Põe tua casa em ordem, porque certamente morrerás e não viverás”. **Isaías 38:1**

Como receber semelhante conselho sem entrar em profunda depressão? Às vezes, porém, a pessoa precisa de um confronto com a realidade, a fim de nos conscientizarmos da gravidade que nos cerca. E se o profeta aliviasse-lhe o anúncio como o fez Aimaás a Davi? Num momento que exigia uma palavra diretiva, vem Aimaás e busca atenuar a gravidade da notícia com um anúncio não-diretivo; nem por isto logra mudar a situação daquela hora de luto (**2 Samuel 18:19-33**).

Por conseguinte, quando a situação exige uma palavra diretiva, não adianta optarmos por uma não-diretiva. Conforme aconselha Salomão, para todas as coisas há um tempo determinado: há tempo de ser diretivo e há tempo para ser não-diretivo. E há tempo também para nos calarmos, esperando a orientação divina, a fim de nos certificarmos do método a ser utilizado.

Voltemos a Ezequias. Recebendo ele o anúncio do profeta Isaías, voltou-se para o a parede, clamou ao Senhor e chorou com tal profusão, que Deus em Sua misericórdia, na mesma hora, chama o profeta e ordena que retorne ao quarto do rei e lhe diga que o Senhor ouviu seu clamor e estaria o curando lhe acrescentando mais quinze anos de vida. Se o profeta não tivesse usado o método diretivo? Se sua palavra não fosse carregada com toda aquela carga emocional? Teria o rei a mesma disposição de espírito para implorar o imerecido favor de Deus para lhe aumentar os anos de vida? Nada mais eficaz do que o método correto em cada caso, que dependerá totalmente do direcionamento do Espírito Santo.

**JEREMIAS** – Nenhum outro profeta sofreu tanto quanto Jeremias. Bem jovem ainda foi chamado a profetizar aos filhos de Judá que, à semelhança dos israelitas do Reino do Norte, haviam apostatado de sua fé e agora achavam-se prestes a ter um destino semelhante ao de seus irmãos setentrionais, Deus haveria de desarraigá-los daquela boa e pródiga terra, e metê-los-ia num país dominado pela maldade e pelas mais abjetas abominações.

O profeta, no entanto, embora soubesse ser o castigo divino inevitável, pôe-se a interceder pelos filhos de Judá. Ele de tal forma perturba os céus, que leva o Senhor Deus a repreendê-lo por aquele impertinente rogo: “Não rogues por este povo para bem. Quando jejuarem, não ouvirei o seu clamor e quando oferecerem holocaustos e ofertas de manjares, não me agradarei deles; antes, eu os consumirei pela espada, e pela fome, e pela peste” **Jeremias 14:11-12**.

Intercederia você por alguém que já estivesse prestes a ser rejeitado por Deus?

Que o Senhor julgaria o Reino de Judá, não havia qualquer dúvida, Jeremias, porém, insta-lhe em favor dos judeus e por eles derrama a sua alma. Interpõe-se ele, aliás, entre um Deus irado e um povo impenitente. Falhou o intercessor? Ignorou-o Deus? Passados setenta anos, eis que volve o Senhor a sua misericórdia a Judá, trazendo-o de volta à terra que mana leite e mel. (**Jeremias 25:11**). Nenhuma intercessão é inútil.

**JESUS** – Mostrou-se o Senhor, durante o Seu ministério terreno, como o intercessor dos intercessores. Como conselheiro dos conselheiros. Como não ler o **capítulo 17 de João** sem derramar lágrimas? Ali, o Filho de Deus, já vivendo a agonia e a dor de Sua paixão, pôe-se a interceder pelos Seus discípulos, pela Igreja e por aqueles que a esta viriam juntar-se. E a intercessão que fez em favor de Pedro: “Simão, eis que satanás vos pediu para vos cirandar como trigo. Mas eu roguei por ti, para que a tua fé não desfaleça; e tu, quando te converteres, confirma teus irmãos”. (**Lucas 22:31-32**).

Se Jesus, por um lado, foi o Maravilhoso Conselheiro, por outro, mostrou-se como o inimitável intercessor.

Tem você intercedido por aqueles a quem aconselha? Ou a sua obrigação termina justamente no final da sessão do aconselhamento? Você não é um mero profissional do conselho. À semelhança daqueles médicos de família, acompanhe a evolução espiritual e emocional de seus consulentes, não se descuide deles – quem ama – PASTOREIA; DISCIPULA; CUIDA!

Se você foi chamado para o serviço de aconselhamento, exerça humildemente o seu ministério e jamais de si mesmo, ser alguma coisa. Tem você experiência? Demonstre-a através de uma vida fiel e dedicada ao seu ministério. Jamais deixe de ser leal e fiel ao ministério no qual você serve.

Porém quando o conselheiro desconsidera a sabedoria de Deus, também pode ser um tremendo fracasso causando uma grande ruína. Como foi o caso dos conselheiros de Roboão (**1 Reis 12:1-15**); o conselho de Balaão – filho de Peor. Instruído por sua cobiça, Balaque prontamente colocou tropeços diante dos filhos de Israel, incitando-os a se prostituírem e a comerem dos alimentos oferecidos aos ídolos (**Apocalipse 2:14**).

Não só no Antigo e Novo Testamento que conselheiros se destacam. Quando estudamos a História da Igreja, descobrimos que os avivamentos e despertamentos que trouxeram crescimento na Igreja, sempre tiveram o interesse pelos que estavam em crises e conflitos de alma.

Os primeiros teólogos do cristianismo foram chamados e reconhecidos como “pais da Igreja”. É bem verdade que todos eles eram consumados doutores na Palavra de Deus, mas se destacavam pela forma amorosa, atenciosa que atendiam os sedentos, investindo inúmeras horas de gabinete em conselhos intermináveis às ovelhas do Senhor.

Além de seu labor teológico, punha-se Orígenes a instruir as ovelhas de Cristo; compreendia que aconselhar era também fazer teologia.

Ambrósio, além dos hinos e instruções doutrinárias, entregava-se à edificação dos conversos; e, assim, edificou o caráter de Agostinho. E este não se limitava a escrever obras como a admirável Cidade de Deus; santificava-se a ensinar os que para lá se dirigiam.

E João Crisóstomo? Por que era ele tido como a boca de ouro do cristianismo? Se por um lado sobressaía-se, no púlpito, a defender as grandes verdades das Sagradas Escrituras; por outro, no recôndito de seu ministério, onde somente Deus podia contemplá-lo, elaborava solidários conselhos a ouvidos relegados ao abandono.

Por que a Reforma Protestante é considerada uma das maiores revoluções espirituais de todos os tempos? Martinho Lutero não era um herói apenas diante das presunções daqueles que cismavam em oprimir a Igreja de Cristo. No silêncio de seu ofício, era um titã na obra do discipulado.

O que diremos de Calvino? O autor das Institutas da Religião Cristã, mostrou desde o início de sua obra, um redobrado zelo com o aconselhamento pastoral. E foi assim, dispensando um zelo incomum pelas almas que sequer podiam discernir a mão direita da esquerda, que ele transformou a cidade suíça de Genebra numa metrópole exemplar; depois de 500 anos de reforma, esta ainda exuberava civilização e cultura.

No século XVIII, quando a Reforma Protestante perdia terreno na Inglaterra, levanta Deus um homem que, além das lides acadêmicas, muito se dedicou ao aconselhamento pastoral. Contam seus biógrafos que John Wesley montava em seu cavalo e, com a determinação de um cruzado, saía a confirmar as ovelhas do Senhor. Era um trabalho difícil, penoso e mui sacrificial. Seus conselhos, entretanto, frutificaram toda uma geração.

Os grandes teólogos americanos jamais deixaram de lado o ministério do aconselhamento. Jonathan Edwards e Charles Finney, além de erigirem notáveis monumentos à doutrina cristã, legaram-nos um grande e singular exemplo de como devem proceder os pastores. Ao contrário daqueles acadêmicos que, encerrando-se em suas clausuras, se esquecem da teologia prática, colocavam eles na prática o que a verdadeira teologia recomenda: o amor às ovelhas de nosso Senhor Jesus Cristo.

A grande verdade é que ovelha bem alimentada, e ovelha bem tratada reproduz; multiplica e o rebanho cresce.

### **O verdadeiro aconselhamento bíblico, tem como alicerce:**

1. A Soberania da Bíblia Sagrada
2. A regeneração em Cristo
3. O amor de Deus e ao próximo
4. O andar segundo a vontade de Deus
5. A responsabilidade pessoal
6. O pecado como a causa de todos os males que atormentam o ser humano
7. O perdão ao próximo como a chave que abre todo e qualquer cativeiro emocional
8. A existência das penalidades eterna

# QUALIFICAÇÕES DO CONSELHEIRO

O conselheiro tem que estar sensível ao Espírito Santo de Deus, muitas vezes um consolo; outras, exortação; admoestação paterna, palavras edificantes e amorosas para que cada pessoa receba o bálsamo que a Palavra de Deus proporciona.

Como saber que esse é o meu ministério? O meu chamado?

Em primeiro lugar um sentimento de compaixão no íntimo pelo próximo; se identifica com a dor daquele que está sofrendo; mas também – as evidências de pessoas e mais pessoas que naturalmente se abrem pedindo socorro, querendo conversar, e vendo um fluir natural do Espírito Santo conduzindo a conversa, e observando os resultados de alívio e restauração das pessoas que lhe procuraram.

Jesus ministrava tanto no coletivo, como no individual; tanto para multidões como para os seus doze discípulos, mas Ele sempre encontrava um momento e lugar para atender os que necessitavam de um atendimento pessoal e particular.

Apesar de suas muitas e inadiáveis ocupações, reservava um tempo para um chefe da sinagoga, príncipe dos judeus que foi procurá-lo à noite querendo evitar exposição: NICODEMOS; João registra que foi-lhe necessário passar por Samaria, como que um ‘encontro marcado’, com uma samaritana sedenta no poço de Jacó, da qual em poucas Palavras Ele ressignifica sua vida, sua história e ela já sai a anunciar que encontrou o Cristo no poço de Jacó. Foi fazer uma visita singular na casa de um cobrador de impostos rejeitado pela sociedade, que pelo anseio de ao menos vê-lo subiu numa figueira brava contentando apenas em vê-lo de longe, quando Ele lhe chama pelo nome: “Zaqueu, desce depressa, porque hoje me convém pousar na tua casa”; e tantos outros encontros pessoais lhes proporcionando alívio e restauração.

- **O conselheiro precisa ter predisposição para amar sacrificialmente** – pessoas que vamos ter que saber como conduzir e aconselhar num momento de crise, dilemas ou tormentas. Se você almeja aperfeiçoar-se no ministério do aconselhamento, ame como o Senhor amou.
- **O conselheiro nunca pode alimentar falsas expectativas** – com amor e ternura, sempre tem que ser verdadeiro e transparente; muitas vezes se emociona com as vicissitudes da vida, mas instrui com prudência e encorajamentos.
- **Um conselheiro cristão tem que ter conhecimento bíblico** – sua vida devocional vai além de ‘uma palavra para si’, mas está sempre atento o que essa devocional pode abençoar aos outros. No desempenho do ministério cristão, somos tentados a ler a Bíblia com os olhos do erudito e com a mente de exegeta. Todavia, temos de encaminhar-nos às Sagradas Escrituras com a alma do peregrino que, orando e chorando, vai ao enalço do Grande Rei. A qualificação mais importante exigida do conselheiro ao ler a Palavra de Deus, não é a erudição, mas, sim, a rendição; não é a perícia, mas a disposição de ser guiado pelo Espírito Santo.

- **O conselheiro deve ouvir com muita atenção e sem pressa** – mostrando interesse real pelo motivo que está sufocando a pessoa, e em primeiro lugar, apresentar essa causa em oração, e depois buscar na Palavra de Deus uma estratégia para conduzir o aconselhamento.
- **O conselheiro precisa de conhecimentos práticos e relevantes, experiências com Deus e com a vida** – só as teorias e técnicas são insuficientes.
- **O conselheiro precisa ser humilde e conhecer suas limitações** – muitas vezes no ministério do aconselhamento, vamos nos deparar com situações muito difíceis e enigmáticas, das quais, vão nos faltar palavras. À semelhança do profeta Eliseu, vemo-nos constrangidos a confessar: “Que te hei de fazer?” **2 Reis 4:2**. Naquele momento, não sabia o profeta como resolver o problema da pobre e endividada viúva que estava prestes a perder ambos os filhos a um credor incompassivo. Todavia, Deus lhe ilumina a mente e com a iluminação nasce o milagre.

**O conselheiro precisa distinguir exatamente o seu papel e suas responsabilidades** – por mais que você se compadeça da pessoa, você tem que saber separar as coisas – “levar as cargas e não o fardo”.

De maneira geral, não se aconselha sozinho em sua casa, e muito menos na casa da pessoa, você não sabe as intenções da pessoa e a crise em que ela se encontra. A nível ministerial, muitos pastores têm uma disciplina de visitação, porém, temos que distinguir entre uma “visita pastoral”, e um “aconselhamento”; ao visitar uma família, ora na casa, lê um texto bíblico, faz uma explanação junto à família (TODA PRUDÊNCIA É POUCO, HOMEM NÃO VISITA MULHER SOZINHA, E VICE-VERSA), a não ser que esteja com o cônjuge ou mesmo, a pessoa que vai receber, esteja toda a família.

Visitar é uma atividade que ocorre numa relação de amizade. Já no aconselhamento, a conversa tem um determinado objetivo e gira em torno de um problema específico, visando primordialmente direções para devida solução.

Nenhum conselheiro deve ficar “perdendo tempo”, porém, há muitos casos que o processo de cura não pode ser apressado, não é instantâneo.

**GRANDE PARTE DO SUCESSO DE UM CONSELHEIRO RESIDE EM PRESTAR ATENÇÃO EM SILÊNCIO E REFLETIR NAQUILO QUE O ACONSELHANDO ESTÁ DIZENDO.**

Quando o conselheiro tenta avançar muito numa única sessão, o aconselhando se sente esmagado, e muitas vezes, fica confuso ou faz uma leitura que o conselheiro não está muito interessado em ajudá-lo.

Cada aconselhando só consegue absorver uma ou duas ‘noções’ principais por sessão de aconselhamento, por isso, o aconselhamento deve ser ritmado e sem atropelos, mesmo que isso implique em diminuir a duração de cada sessão e aumentar a frequência.

O conselheiro tem que ser compreensível, paciente e atencioso, porém há momentos em que o aconselhando precisa ser confrontado por causa de um pecado ou um comportamento inadequado, porém isso não é o mesmo que condenar ou pregar para a pessoa durante a sessão de aconselhamento. Jesus nunca fez ‘vista grossa’ para o pecado, mas entendia os pecadores e sempre demonstrava bondade e respeito por aqueles que desejavam aprender, arrepender-se e mudar seu estilo de vida, então Ele ressignificava: “agora, vai e não peques mais, para que não te aconteça coisa pior”!

Muitos conselheiros ficam desanimados e até ansiosos quando não veem progresso imediato em seus consulentes. Os problemas geralmente levam muito tempo para se desenvolverem e presumir que eles desaparecerão rapidamente por causa das intervenções do conselheiro não é uma postura muito realista. Mudanças instantâneas acontecem, mas são raras. O mais comum é levar um tempo até que o aconselhando abandone sua maneira de pensar e seu comportamento anteriores, substituindo-os por algo novo e melhor.

O conselheiro não pode entrar na 'síndrome de onipotência', ou 'síndrome da perfeição'. Somos humanos, passivos de falhas e não podemos querer demonstrar ao aconselhado um nível inatingível de perfeição. É difícil, talvez até impossível, para um aconselhando relaxar e falar de seus problemas honestamente com um conselheiro que dá a impressão de ser perfeito, alguém que "faz tudo certinho".

Temos que admitir que todos nós somos passíveis de errar, parar de nos esconder detrás da máscara do profissionalismo ou espiritualismo, e confiar que Jesus nos dará as palavras e a sabedoria para aconselhar da melhor maneira.

O conselheiro sempre tem que manter uma atitude de vigilância se quiser evitar riscos de intimidação e ameaças, porém, tem que proporcionar uma empatia para que a pessoa se sinta confortável de abrir o coração acerca do que está sufocando-a.

Não são poucos os conselheiros que vivem um ministério hipócrita e desprovido de resultados concretos. Ensinam o amor entre os cônjuges, mas tratam o cônjuge com rispidez e tirania. Prescrevem a fidelidade, porém são infiéis. Exortam os pais a que façam o culto doméstico, contudo raramente estão em casa para cultivar a Deus em família. Afinal, sua agenda requer que estejam sempre ausentes da família.

Que condições reúne tal conselheiro para socorrer as famílias alheias? Se alguém não cuida de sua própria casa terá cuidado da Casa de Deus?

Conta-se a história de um conselheiro americano que, para os de fora, vendia a imagem de um marido honrado, de um pai extremo e de um sacerdote que jamais se descuidara do bem-estar moral e espiritual de sua família. Sua esposa, porém, confidenciou a uma amiga estar cansada de tanta brutalidade. Embora parecesse ele às outras mulheres o maior e mais bem-sucedido dos amantes, não a procurava havia seis meses. No púlpito, um santo; no gabinete pastoral, principalmente quando atendia as irmãs, gentil e cavalheiro. Não passava ele, contudo, de um engodo. Ao invés de aconselhar, carecia de conselhos.

A vida familiar do conselheiro tem que ser seu cartão de visitas, o seu melhor marketing. Seu cônjuge e filhos tem que dar testemunho, onde todos poderão depositar nele irrestrita confiança, como diz: "SUAS AÇÕES FALAM TÃO ALTO QUE NÃO CONSIGO OUVIR SUA VOZ!".

Por isso, se você deseja, de fato, dedicar-se ao aconselhamento psicoteológico, busque aprimorar-se espiritualmente; orar, ler a Bíblia, ter a disciplina de devocionais, adorar a Deus com seu trabalho e não somente com a sua voz. Agindo assim, você será um bom ministro de Cristo Jesus.

# O RELACIONAMENTO ENTRE CONSELHEIRO E ACONSELHANDO

Não é fácil para ninguém admitir que precisa de ajuda, por isso muitos relutam em procurar um aconselhamento. Alguns indivíduos têm um verdadeiro terror dos conselheiros e morrem de medo das perguntas que eles podem fazer. Já outros, têm problemas tão embaraçosos, ou tão íntimos, que não se sentem à vontade para discuti-los. Os crentes, muitas vezes, acham que deveriam ser capazes de resolver sozinhos todos os seus problemas, de modo que o aconselhamento é considerado por muitos como uma demonstração de fracasso espiritual.

O bom conselheiro conhece essas inseguranças e procura ajudar o aconselhando relaxar. Uma coisa que ajuda é procurar criar uma “atmosfera terapêutica”, onde o aconselhando se sinta confortável e não haja muitas distrações, nem interrupções. Isso pode acontecer num gabinete ou num centro terapêutico, mas é possível prestar ajuda eficaz em quase qualquer lugar. Para algumas pessoas, um cantinho discreto num restaurante pode ser menos ameaçador do que o ambiente mais formal do consultório.

Contudo, mais importante que o local é o relacionamento entre o terapeuta e o paciente.

Há muitos anos, num estudo realizado com pacientes hospitalizados e vários conselheiros, descobriu-se que os relacionamentos evoluíam e os pacientes melhoravam quando os terapeutas demonstravam alto grau de calor humano, sinceridade e empatia. Quando essas qualidades estavam ausentes, os pacientes pioravam. É claro que é importante ser sensível e usar todas as técnicas disponíveis para fazer com que o aconselhando se sinta à vontade, mas, ao que parece, são as características pessoais do conselheiro que propiciam o estabelecimento de uma relação terapêutica eficaz.

1. **CALOR HUMANO** – Esta expressão implica em atenção, respeito e numa preocupação sincera, porém não sufocante, com o bem estar do aconselhando, independentemente de suas ações ou modo de pensar. Jesus demonstrou essa qualidade ao encontrar a samaritana no poço. Embora os padrões morais daquela mulher fossem baixos, e Jesus jamais tivesse feito vista grossa ao pecado, Ele a respeitou e tratou-a como um ser humano que tinha valor. A ternura e o cuidado de Jesus deviam ser traços bem marcantes de sua personalidade.
2. **SINCERIDADE** – O conselheiro sincero é autêntico – aberto, honesto, alguém que não recorre à falsidade, nem se coloca em posição superior. Ser sincero significa ser espontâneo, mas não impulsivo; ser franco, mas não insensível. O conselheiro autêntico demonstra o que é realmente, sem a hipocrisia de pensar uma coisa e dizer outra.
3. **EMPATIA** – O que o aconselhando pensa? Como ele se sente, realmente? Quais são seus valores, crenças, conflitos íntimos e feridas da alma? O bom conselheiro está sempre sensível a essas questões, é capaz de compreendê-las e usa suas palavras e gestos de forma a fazer com que o aconselhando perceba isso. Empatia é exatamente essa capacidade de “sentir o mesmo” que o aconselhando. É possível ajudar as pessoas mesmo sem compreendê-las inteiramente, mas o conselheiro que consegue transmitir empatia (principalmente no início do processo terapêutico) tem maiores chances de sucesso.

O calor humano, a sinceridade e a empatia encontram-se entre os atributos mais citados nas definições de um bom conselheiro. Entretanto, há outras características que também são importantes. Por exemplo, conselheiros eficientes costumam ser capazes de lidar sozinhos com seus problemas. Eles praticamente

não apresentam conflitos incapacitantes, inseguranças e complexos. Além disso, são compassivos, interessam-se pelas pessoas, estão conscientes de suas próprias motivações e sentimentos, tendem a ser mais abertos do que reservados, são confiáveis, atraem o afeto das pessoas e têm conhecimentos profundos sobre aconselhamento. Sob o ponto de vista cristão, podemos resumir tudo isso afirmando que a vida do conselheiro deve demonstrar evidência do fruto do Espírito Santo: alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio e talvez mais importante de todos – amor.

Esse aspecto foi ressaltado por um dos ex-presidentes da Associação Psicológica Americana, ao afirmar que o amor é “de longe, o maior agente terapêutico... algo que a psiquiatria profissional não é capaz de criar, focalizar, nem liberar”. Será que o cristianismo pode ter sucesso onde os métodos seculares de aconselhamento falham, já que sua forma de abordar os desafios da vida se baseia inteiramente no amor?

Isso levanta uma questão instigante para todo conselheiro cristão: uma forma fundamental de ajudar as pessoas é amá-las – pedir a Deus que derrame Seu amor pelos necessitados através de nós e orar para que Ele nos faça cada vez mais amorosos.

## O PROCESSO DE ACONSELHAMENTO

O aconselhamento não é um processo passo a passo, como assar um bolo ou trocar um pneu. Cada aconselhando é um ser humano singular, com problemas, inclinações, valores, expectativas e experiências de vida diferentes de qualquer outra pessoa. O conselheiro (cujos problemas, inclinações, valores, expectativas e experiências de vida também fazem parte da situação de aconselhamento) precisa levar em conta as diferenças individuais em cada terapia.

Assim, o modo como o processo de aconselhamento será conduzido varia de uma pessoa para outra.

Entretanto, parece haver em toda relação de aconselhamento várias etapas, ou fases sendo que algumas delas podem se repetir várias vezes, à medida que os problemas vão sendo tratados.

1. **Conexão** – Essa é a etapa em que a relação entre aconselhando e conselheiro se inicia e é consolidada. Nesta fase, o aconselhando começa a relatar, às vezes timidamente, seus sentimentos, problemas e preocupações, e é necessário que o conselheiro escute atentamente e demonstre sincero interesse no caso que a pessoa está trazendo.
2. **Exploração** – o aconselhando tem necessidade de “contar sua história” – revelar detalhes de situações problemáticas, falar das chances que perdeu e de suas experiências negativas. Essa é uma fase em que o aconselhando é estimulado a expressar seus sentimentos, falar sobre os pensamentos que lhe ocorrem e descrever suas ações. O conselheiro ouve com atenção, faz perguntas exploratórias de vez em quando adota uma atitude de respeito empatia e sensibilidade. Essa exploração dos problemas propicia um entendimento claro do que está ocorrendo e permite que terapeuta e paciente construam um bom relacionamento.
3. **Planejamento** – com o tempo, o aconselhando começa a ter uma outra visão da situação em que se encontra e a discussão passa a girar em torno do estabelecimento de metas e cursos de ação que possam levar à solução do problema. O que o aconselhando pode fazer para mudar? Será que pode ser feita alguma coisa para melhorar a situação? Há alguma circunstância que não pode ser mudada e, portanto, é preciso aprender a conviver com ela? Será que há pecados que precisam ser confessados, atitudes que devem ser tomadas, maneiras de pensar que precisam

ser mudadas, metas a alcançar, técnicas a aprender? Juntos, conselheiro e aconselhando elaboram um plano de ação.

Alguns conselheiros tentam pular esta etapa e as duas anteriores, passando diretamente à fase de dar conselhos e motivar as pessoas a tomarem suas decisões. Em alguns casos isso até funciona, porém o mais comum é acabar em fracasso, como uma cirurgia feita por um médico com os olhos vendados e que não quis perder tempo fazendo um diagnóstico.

4. **Desenvolvimento** – planejar não tem muita utilidade se não for seguido de uma ação. Depois que as pessoas decidem o que precisa ser feito, é necessário estimulá-las a pôr em prática o plano de ação para atingir suas metas. O conselheiro deve dar apoio, orientação, encorajamento e, algumas vezes, um empurrãozinho. Em alguns casos, apesar do aconselhamento agir, o resultado não é bom. Quando isso acontece, conselheiro e paciente devem trabalhar em conjunto para descobrir o que saiu errado e reformular o plano.
5. **Encerramento** – o processo de aconselhamento não dura para sempre. Com o tempo, conselheiro e aconselhando observam que a relação construída para resolver problemas já não é tão intensa quanto antes. Muitas vezes, é feito um resumo de tudo o que foi aprendido ou alcançado. Pode haver uma discussão sobre o que o aconselhando pode fazer para enfrentar melhor novas situações adversas. Depois disso, deve ficar claro que, se houver necessidade de outros aconselhamentos no futuro, a porta estará sempre aberta.

Tudo isso parece muito simples e fácil no papel, mas o processo de aconselhamento pode ser muito complicado e desgastante.

Por exemplo, o primeiro estágio, de estabelecer contato com o aconselhando e construir um relacionamento é particularmente importante no início, quando as pessoas podem estar ansiosas e apreensivas. Porém, depois que o relacionamento se inicia, ele precisa ser mantido e, por isso, o conselheiro nunca deve perder de vista o primeiro estágio. À medida que o processo avança, os problemas se tornam mais claros, soluções são experimentadas e o aconselhamento se encaminha para o fim, mas o processo não é linear e é comum ocorrerem avanços e retrocessos entre as várias fases.

## **A VULNERABILIDADE DO CONSELHEIRO**

Infelizmente nem todos que buscam ajuda querem ajuda, muitas vezes se auto boicotam, e outras vezes até, querem mostrar para alguém que estão procurando ajuda, mas não estão dispostos a fazer nada que o conselheiro instruir, fazem como que “birra” para querer dizer para alguém que o “aconselhamento não adiantou”. Alguns tem o desejo consciente e outros inconscientes de manipular, frustrar ou não cooperar. É difícil trabalhar com pessoas que não cooperam e oferecem resistência.

Os três mecanismos que as pessoas mais usam para frustrar um conselheiro e aumentar a sua vulnerabilidade são:

1. **MANIPULAÇÃO** – alguns são mestres na arte de conseguirem o que querem exercendo controle sobre os outros. O conselheiro não pode se deixar levar pelo aconselhando. Muitos para agradar começam a fazer tudo o que a pessoa pede, entregam recado para um ou outro; pedem dinheiro emprestado, quando não faz o conselheiro ir comprar algumas coisas para ele porque os filhos estão passando fome, necessitados, etc. Para muitas pessoas a manipulação se tornou um estilo de vida. O conselheiro precisa confrontar essas táticas, recusar-se a ceder a elas, e ensinar ao

aconselhando maneiras mais satisfatórias de se relacionar com os outros. Às vezes, as pessoas pedem ajuda para resolver um problema, mas o que elas realmente querem é o seu tempo e atenção, sua sanção a um comportamento pecaminoso ou danoso, ou o seu apoio como aliado num conflito familiar. É correto afirmar que “pessoas que têm um desejo sincero de ser ajudadas raramente se mostram exigentes”, desonestas ou manipuladoras.

2. **CONTRATRANSFERÊNCIA** – de acordo com Freud, que foi quem cunhou este termo, a contratransferência ocorre quando as carências do conselheiro interferem no relacionamento terapêutico. Quando a sessão de aconselhamento se transforma num local onde procuramos resolver nossos próprios problemas, é pouco provável que os consulentes consigam alcançar uma melhora, e podemos nos sentir tentados a dizer e fazer coisas que iremos lamentar mais tarde. Conselheiros ou consulentes que se apaixonam um pelo outro, e a pessoa começa a boicotar os demais consulentes para passar mais tempo com aquele aconselhando com sessões mais longas; começa uma confusão de sentimentos, estes indícios de que suas próprias carências podem estar interferindo em seu trabalho. Talvez você tenha ficado tão envolvido emocionalmente com seus consulentes que sua objetividade e, portanto, sua eficiência como conselheiro, acabam se perdendo. Todos os conselheiros passam por períodos em que sentem essas tendências. Reconhecer o perigo é o primeiro passo para não ficar enrolado e vulnerável. Também pode ser útil discutir o assunto com um amigo perspicaz ou um outro conselheiro, pois eles podem ajudá-lo a manter as coisas na perspectiva certa e ajudá-lo a identificar problemas em sua vida que podem estar interferindo com sua atividade de assistência.
3. **RESISTÊNCIA** – muitas vezes, as pessoas vêm pedir ajuda porque querem alívio imediato do sofrimento, mas, quando descobrem que o alívio permanente requer tempo, esforço e mais sofrimentos, elas resistem ao processo terapêutico. Às vezes, os problemas trazem certos benefícios de que o aconselhando não quer abrir mão (por exemplo, atenção dos outros, compensação de uma deficiência, diminuição da responsabilidade; ou gratificações ainda mais sutis, tais como autopunição por suas atitudes erradas, ou a oportunidade de dificultar a vida dos outros). Como o sucesso do processo terapêutico acarretará a eliminação desses benefícios, o aconselhando não coopera. Há ainda as pessoas que se realizam e se sentem poderosas frustrando os esforços dos outros, inclusive dos conselheiros profissionais. Faça o aconselhando perceber que, em última análise, o responsável pelo sucesso ou fracasso do processo é ele mesmo, e não o conselheiro.

## **A SEXUALIDADE DO CONSELHEIRO**

Nenhuma pessoa está isenta da tentação sexual. Assim como um médico pode contrair um câncer, assim também um conselheiro corre o risco de envolver-se emocional e sexualmente com o aconselhando. Haja vista o ocorrido com o mais afamado rei de Israel. Bateseba tinha sido criada dentro do palácio, era neta de um conselheiro de confiança do rei Davi – Aitofel, porém num momento de fraqueza ele se deixou levar pelo sentimento impulsivo da paixão sem pesar as terríveis consequências que aquele adultério iria causar.

Nos Salmos, deleita-se Davi em preceituar a justiça e a pureza tanto aos israelitas quanto aos gentios. Se nos detivermos no Salmo 51, porém, deparar-nos-emos com um cântico penitencial. O que muito aconselhara, agora busca do Senhor não somente o perdão de seus pecados, como palavras de sabedoria.

Deveria o rei ter agido como conselheiro à mulher de seu general; poderia havê-la exortado a portar-se com mais recato. Afinal, o marido estava no campo de batalha, lutando por Israel, pelo Senhor dos Exércitos e pelo próprio rei. Em vez disso, aproveita-se da fraqueza daquela mulher; de repente estava o 'homem segundo o coração de Deus' urdindo a morte de seu melhor general como se Israel orbitasse em torno de si e não do Poderoso de Jacó.

O que teria levado o assinalado guerreiro a sucumbir de forma tão vergonhosa no terreno da tentação? Não era ele o rei de Israel? Não dizimara os seus dez milhares? Não se desviara duas vezes da lança de Saul? Por que não foi capaz de desvencilhar-se daquela única seta que satanás lhe desferira? Deveria estar em guerra pelo povo de Deus, mas capitula, sem combate, no campo da luxúria.

O diabo não respeita patente e nem posição de autoridade, por isso não brinca com a natureza humana. Se um homem como Davi caiu, ajamos com redobrada vigilância. E que jamais presumamos de nós mesmos, imaginando sermos suficientemente fortes para derrotar o pecado. Sem a graça de Cristo, não poderemos vencer esta guerra.

Paulo aconselha ao jovem pastor Timóteo como conselheiro: “admoesta às mulheres idosas, como a mães, às moças, como a irmãs, em toda a pureza”. **1 Timóteo 5:2**. Se assim agirmos, haveremos de nos precaver de uma queda irreparável.

Sempre que duas pessoas trabalham em estreita cooperação para atingir um mesmo objetivo, surgem entre elas sentimentos de companheirismo e afeto. Quando suas origens e nível educacional são semelhantes e, (antigamente só quando eram sexo oposto, hoje não). Esta atração sexual entre conselheiro e aconselhando tem sido chamada de “o problema de que os clérigos não falam”.

O aconselhamento geralmente envolve a discussão de detalhes íntimos que jamais seriam abordados em outro contexto, e cada um corre o perigo de aumentar a imoralidade.

Há muitos anos, Freud escreveu que influências sutis como essas “são perigosas, pois podem levar uma pessoa a esquecer sua técnica e seus objetivos terapêuticos para ter uma experiência ‘agradável’”. Não são poucos pastores, líderes, ministérios que macularam sua reputação e eficiência no aconselhamento e muitos lares foram destruídos. Um conselheiro sensato deve fazer de tudo para manter o autocontrole, quando não, é melhor romper radicalmente e não atender mais do que destruir uma ou mais famílias.

1. **PROTEÇÃO ESPIRITUAL** – meditar na Palavra de Deus, orar, mas ter um intercessor que se coloque na brecha e abrir seu coração a esse intercessor confidente (alguém que você preste contas de suas ações regularmente), porém você tem que tomar o cuidado ético de não expor a pessoa que você está aconselhando e contar o problema dela para outras pessoas, “em nome de sua fraqueza”. O conselheiro deve sempre vigiar por onde anda o seu pensamento. A fantasia geralmente precede a ação e um conselheiro vigilante não dar lugar a pensamentos lascivos. (assim também quando você estiver atendendo esquizofrenia, psicopatia, e distúrbios mentais, você precisa ter um profissional te acompanhando; um psiquiatra ou psicólogo experiente). Se polície para não entrar na vulnerabilidade: “isso só acontece com os outros comigo não”; isso é um

tipo de orgulho que deixa qualquer pessoa vulnerável à tentação. (**1 Coríntios 10:12-13; Gálatas 6:1-3**).

2. **RECONHECIMENTO DOS SINAIS DE ALERTA** – O psiquiatra cristão Louis McBurney afirma que “em qualquer ponto da estrada florida que leva à destruição é possível voltar atrás e escapar, se conseguirmos identificar o perigo e antever as consequências desastrosas de ceder às tentações sexuais durante o aconselhamento. Os sinais de alerta podem ser externos (de outras pessoas) ou internos (dentro de nós).
  - a. **Aumento de dependência** – o aconselhando requer porções cada vez maiores de seu tempo e atenção.
  - b. **Demonstrações de apreço e elogios** – o aconselhando vive enaltecendo o conselheiro e seus elogios tornam-se cada vez mais frequentes.
  - c. **Queixas de solidão** – às vezes acompanhadas de declarações sobre a compaixão do conselheiro e seu desejo de ajudar e aliviar o sofrimento.
  - d. **Presentes** – geralmente indicam um crescente envolvimento emocional e podem gerar, sutilmente, um senso de obrigação.
  - e. **Contato físico** – geralmente começa com leves toques que vão se intensificando e levando a um envolvimento físico cada vez maior.
  - f. **Outros comportamentos sedutores** – observe, por exemplo, “como a pessoa se veste; usa perfume, se insinua, a sério ou em tom de brincadeira, que o conselheiro é irresistível; se manda recados dizendo que seu marido está fora; ou se fala cada vez mais a respeito de sexo durante as sessões”. McBurney afirma que o conselheiro precisa ver essas bandeiras vermelhas e corta o mal pela raiz.

### **O conselheiro também pode apresentar sinais semelhantes:**

- a. Pensar no aconselhando entre uma sessão e outra e admirar sua personalidade.
- b. Fazer comparações entre seu cônjuge e o aconselhando, esquecendo-se de que este último é uma pessoa que entrou recentemente em sua vida, é novidade, não exige nada e, provavelmente, está encantada com seu conselheiro.
- c. Procurar oportunidades para encontrar-se com o aconselhando em reuniões sociais ou aumentar a duração das sessões.
- d. Ter fantasias sexuais com o aconselhando.
- e. Sentir vontade de discutir seus problemas pessoais com o aconselhado, porque o considera uma pessoa sensível e carinhosa.

### **O perigo disso tudo aumenta bastante se o casamento do conselheiro estiver em crise.**

3. **Imposição de limites** – estabelecer e manter limites explícitos ajuda a evitar alguns dos perigos que rondam os gabinetes de aconselhamento. Determine claramente a frequência e duração das sessões e não as altere; não fique pendurado ao celular com alguém que você está aconselhando; cuidado com os contatos físicos; conduza as sessões num local apropriado e sente-se de maneira a evitar olhares indiscretos ou intimidades; não deixe o aconselhando se estender em discussões detalhadas sobre questões sexuais. Evite toda aparência do mal nunca se esqueça de que todos nós temos que tomar cuidado para não cair em tentação – NÃO TENTE

O TENTADOR. **1 Tessalonicenses 5:22; 2 Timóteo 2:22-26; 1 Coríntios 6:18; 1 Coríntios 10:14**

4. **Disposição mental** – não adianta nada negar nossos impulsos sexuais. Eles são comuns, muitas vezes embaraçosos, frequentemente excitantes, mas podem ser controlados. Ninguém pode impedir o passarinho de voar sobre sua cabeça, mas todos podem impedir de fazer ninhos. Podemos usar a desculpa de que “foi o diabo quem nos obrigou a fazer isso ou aquilo”, mas a verdade é que o diabo só tenta; ele não nos força a nada. Nós tomamos a decisão de pecar, ignorando os alertas do Espírito Santo, que habita no interior de todos os crentes e é maior que satanás. (**1 João 4:4**). Cada um de nós responde pelo seu próprio comportamento.
5. **Proteção de um grupo de apoio** – para podermos resistir à atração sexual, é preciso admitir honestamente que o problema existe. Nesse sentido, ter um ou dois confidentes com quem discutir o assunto pode ser de grande utilidade. O primeiro da lista é o cônjuge. Um bom casamento não nos impede de sentir atração sexual por um aconselhando, mas influi decisivamente na nossa capacidade de resistir a ela. Se um aconselhando ameaça seriamente o casamento de um conselheiro, é provável que a relação conjugal já estivesse em crise antes que ele entrasse em cena.

**Evite toda e qualquer forma de flerte e considere a possibilidade de encaminhar a pessoa para outro conselheiro, se perceber algum desses sinais:** ansiedade durante as sessões, falta de

concentração, fantasias sexuais, medo de desagradar o aconselhando, preocupação com pensamentos e fantasias entre uma sessão e outra, desejo de que a próxima sessão chegue logo para poder rever o aconselhando, acompanhado de temor de que seja cancelada, ou de que o aconselhamento termine.

Há conselheiros que, diante do choro de um aconselhando (a), perde o autocontrole. E já instigado por um imprudente cavalheirismo ou afeto, abraçam-na e até a beijam como se tais gestos fossem resolver o problema da pobre e frágil ovelha.

O conselheiro cristão respeita cada indivíduo e reconhece seu valor como pessoa criada por Deus à sua imagem, desfigurada pelo pecado, mas amada por Deus e objeto da divina redenção. Toda pessoa tem sentimentos, pensamentos, vontade própria e livre arbítrio.

Como terapeuta, o conselheiro deseja o bem-estar do aconselhando e procura não manipular nem se intrometer em sua vida. Como servo de Deus, ele tem a responsabilidade de viver, agir e aconselhar de acordo com os princípios bíblicos. Como empregado, deve cumprir seus deveres e desempenhar suas tarefas com honestidade e competência. Como cidadão e membro da sociedade, deve obedecer às autoridades governamentais e contribuir para o bem da sociedade.

Não só em questões sexuais, como em qualquer aconselhamento, é importante o conselheiro ter um conselheiro de confiança a fim de que ele preste contas, interceda e instrua em casos complicados, pois este conselheiro vai te ajudar a ver o problema sob uma ótica realista.

Gary R Collins coloca algumas questões éticas no seu livro ACONSELHAMENTO CRISTÃO:

- Um aconselhando revela que infringiu a lei ou pretende prejudicar outra pessoa, e lhe pede sigilo. Você deve contar à polícia ou à futura vítima?
- A filha solteira do pastor presidente de sua igreja conta que está grávida e que pretende abortar. O que você faz com essa informação?

- Suponha que você exerça o cargo numa igreja. Um jovem chega e pede sua ajuda porque quer se sentir mais autoconfiante na hora de convencer as namoradas a manterem relações sexuais com ele. Qual deve ser sua atitude como conselheiro cristão que considera pecado fazer sexo antes do casamento? Sua resposta seria diferente se você trabalhasse numa instituição secular?
- Uma pessoa que terminou o seminário e está procurando colocação como pastor confessa no aconselhamento que é homossexual praticante. Se lhe pedirem para preencher um formulário de recomendação para esta pessoa, você menciona a questão, ou não diz nada?

Não é fácil responder a essas perguntas, pois o conselheiro tem o compromisso de manter sigilo das informações reveladas em confiança. Mas será que deve se manter fiel a este compromisso quando o bem estar do próprio aconselhando, ou de uma outra pessoa, está em risco? Nessas situações, devemos orientar o aconselhando a revelar essas informações diretamente às pessoas envolvidas (polícia, patrões, igreja, pais ou outros) e, via de regra, o conselheiro não deve divulgar nada sem o conhecimento do aconselhando.

Além disso, manda a ética que um conselheiro não dê orientação médica ou legal, nem ofereça quaisquer serviços a seus pacientes, sem que esteja habilitado para isso.

Em todas as decisões que envolvem a ética, o conselheiro cristão deve procurar honrar a Deus, agir de conformidade com os princípios bíblicos, e respeitar o bem-estar do aconselhando e de outras pessoas. Quando for necessário tomar uma decisão delicada, o conselheiro deve discutir o assunto confidencialmente com um ou dois conselheiros cristãos e/ou com um advogado, médico ou pastor que possa ajudá-lo a tomar a decisão certa. Muitas vezes, essas consultas podem ser feitas sem que a identidade do aconselhando precise ser revelada. Quando tiver que enfrentar uma situação dessas, o conselheiro deve reunir o maior número possível de dados concretos (inclusive o que a Bíblia ensina sobre o assunto), confiar na direção de Deus e, então, tomar uma decisão sensata, com base nas evidências disponíveis.

Hipócrates é distinguido como o 'pai da medicina' não apenas em razão de suas pesquisas, mas principalmente em virtude de sua elevada ética profissional. Ele sabia muito bem que sob o assombro biológico, que é o corpo humano, há uma alma sensível. Por isso, esforçava-se por dispensar a cada um de seus pacientes um tratamento orientado por um princípio tão admirável que, passados mais de dois milênios, continua a balizar o comportamento dos profissionais da saúde.

Ora, se um clínico necessita de uma elevada ética, o que não diremos de alguém cuja missão é curar as feridas da alma – psiquê? Não é necessário salientar ter Jesus atuado demonstrando a mais alta e pura ética.

Consideremos, pois, a ética no aconselhamento cristão. Não devemos limitar-nos a Hipócrates; imitemos ao Senhor Jesus. Sendo Ele a fonte da verdadeira ética, tinha como meta suprema levar a alma de seus seguidores ao novo nascimento.

Esquecendo-se dos ensinamentos de Hipócrates, vem a medicina aventurando-se em gritantes flexibilizações éticas e morais. Haja vista que médicos em diversos países à revelia dos princípios mais elementares do direito natural, aplicam a eutanásia em recém-nascidos quando estes apresentam deficiências físicas ou mentais.

Instados pela Palavra de Deus a fugir não somente do mal, mas também de toda aparência do mal, tenhamos sempre em nossa companhia, no trato com qualquer pessoa. É sempre bom, atender em um

local visível aos olhos de todos, às vezes até, com a porta aberta; Que nos mantenhamos, pois, sempre vigilantes; que a prudência nos acompanhe e nos direcione os passos, levando-nos a considerar a ética como uma das principais ferramentas no aconselhamento pastoral.

## **ENFRENTANDO O ESTRESSE**

Aconselhar com responsabilidade é um trabalho árduo, o desgaste de ouvir problemas, crises, conflitos e muitas vezes causas insolúveis onde não se vê a melhora do aconselhando traz um desgaste e esgotamento incrível.

Os constantes envolvimento com os problemas e misérias da humanidade nos deixa esgotados psicológica, física e, às vezes até espiritualmente, por isso que o conselheiro precisa estar atento e cuidar da sua saúde, observar seus limites e não sobrecarregar com muitos atendimentos.

Já descreveram o estresse como ‘uma progressiva perda de idealismo, energia e propósitos’ que acomete os profissionais que desempenham tarefas de aconselhamento, em função da própria natureza de seu trabalho.

Muitas vezes, o estresse é acompanhado de sensações de inutilidade, impotência, fadiga, ceticismo, apatia, irritabilidade e frustração. Conselheiros que acreditam na importância do afeto, da sinceridade e da empatia tornam-se frios, distantes, apáticos, insensíveis, esgotados. Num esforço sutil e, às vezes, até inconsciente de se proteger, o profissional veste uma carapaça que ninguém consegue penetrar.

Para evitar este esgotamento, precisamos, em primeiro lugar, da força espiritual que vem através de longos períodos de oração e meditação nas Escrituras. Em segundo lugar, precisamos de apoio de pessoas cujo amor por nós não dependa das nossas realizações. Todos nós precisamos ter pelo menos uma pessoa amorosa e compreensiva com quem chorar de vez em quando; alguém que conheça nossas fraquezas, mas que nunca seria capaz de usar isso contra nós. Em terceiro lugar, é necessário fazer uma avaliação periódica de nossas motivações para o sucesso. Devemos nos lembrar que nosso valor pessoal vem de Deus, e não de nossos sucessos e realizações.

Em quarto lugar, precisamos de períodos de descanso, sem ter que cumprir horários e atender gente o tempo todo. Jesus fazia isso, e nós devemos seguir o seu exemplo, aproveitar as oportunidades de aperfeiçoamento ministerial, aprender a gerenciar conflitos, melhorar nosso processo de aconselhamento e aprender a dizer não. Finalmente, podemos dividir a carga de trabalho formando uma equipe de conselheiros leigos e auxiliares. O líder da igreja ou conselheiro cristão que centraliza todo o trabalho de aconselhamento está no caminho da ineficiência e do estresse. Louis McBurney acrescenta ainda que é bom manter o senso de humor e não dar tanta importância aos problemas.

Um cristão pode ficar tão envolvido com teorias e técnicas de aconselhamento, que acaba se esquecendo de qual é a verdadeira fonte de toda ajuda duradoura – o próprio Senhor Jesus Cristo. A principal ajuda que um conselheiro cheio do Espírito Santo recebe não está baseada nas teorias mais recentes dos especialistas em aconselhamento e psicologia, mas na frase “Assim diz o Senhor”.

O “MARAVILHOSO CONSELHEIRO” está sempre disposto a nos animar, guiar, instruir, capacitar, dar sabedoria aos que se dedicam à tarefa de ajudar seus semelhantes. Nunca é demais repetir que o conselheiro cristão realmente eficiente é apenas uma pessoa preparada que se dispõe a servir de instrumento através do qual o Espírito Santo irá transformar vidas. Quando o conselheiro está enfrentando ansiedades e confusões em seu trabalho, deve levar seus problemas a Deus pois Ele

prometeu cuidar de nós e nos ajudar. Orar diariamente e estudar a Bíblia são atividades que mantêm aberto nosso canal de comunicação com aquele que é o nosso conselheiro e ajudador.

ACONSELHAR PODE TRAZER UM SENSO DE REALIZAÇÃO À NOSSA VIDA, MAS NÃO É UMA TAREFA NADA FÁCIL. SE VOCÊ FOR CAPAZ DE RECONHECER ISSO SINCERAMENTE, SEU MINISTÉRIO ASSISTENCIAL LHE TRARÁ MAIS SATISFAÇÃO E SUAS CHANCES DE SER UM CONSELHEIRO CRISTÃO BEM SUCEDIDO SERÃO MAIORES.

Vigie e respeite seus limites, fique atento aos sintomas de estresse:

- tristeza e choros prolongados e aparentemente sem motivo.
- Dívidas – conselheiros que se endividam além da capacidade de pagamento, e muitas vezes se envolvem financeiramente com consulentes emprestando dinheiro, socorrendo crises, etc.
- Brutalidade.
- Autoritarismo.
- Crise conjugal – aparentemente imotivado.
- Pesadelos insistentes e repetidos.
- Somatizações
- problemas de pele: urticárias, alergias e coceiras.
- Cefaleias – dores de cabeça.
- Insônia, ou sonolência intensa.
- Resfriados constantes, frequentes.
- Gastrites.
- Sudorese
- Mal hálito, azia, dores de estomago.
- Dores nas costas; dores musculares – tensão.
- Hipertensão arterial – ou pressão arterial desregulada.

Como conselheiro somos apenas um instrumento nas mãos do Deus Todo Poderoso, não somos nós que fazemos a obra e nem solucionamos os problemas. Não se sinta frustrado se você não conseguir ver mudanças em alguns consulentes, ninguém muda ninguém. Se a pessoa não estiver disposta a mudar, se a pessoa não deixar o Espírito Santo trabalhar na natureza carnal, se a pessoa não está disposta a perdoar, a consertar, a ressignificar, a abrir mão do passado, não tem ninguém que a mude! Jesus já morreu pela humanidade, você não precisa morrer. Faça apenas a sua parte porque até Deus nos oportuniza para a mudança, muda quem quer!

O conselheiro precisa estar atento aos sinais de estresse, como também precisa saber o que fazer quando atende alguém com esses sintomas; neste caso, o consulente precisa receber apoio, encorajamento e ajuda para “levar sua carga”, até que consiga superar a fadiga, o cansaço para enfrentar os problemas da vida. Nesse momento o papel do conselheiro é instruir o aconselhando a identificar os ‘sugadores de energia’, e identificar as atividades que o distraia, recarregue e fortaleça-o.

Um excelente livro é: “**ANDANDO COM O TANQUE VAZIO** de Wayne Cordeiro”.

A pessoa precisa se permitir descansar. Há muitas pessoas nessa fase que pensam que não podem, ou não conseguem parar, e se parar estarão em pecado.

Quando o ativismo se torna uma compulsão e o desgaste físico atinge o ponto inesgotável, o corpo está dando sinais de que algo não vai bem, as obrigações se tornam tão pesadas que afasta a pessoa tanto de Deus como de relacionamentos saudáveis e vitais para a felicidade. É necessário a pessoa repensar e reorganizar suas prioridades e encontrar um período para desestressar. **Isaías 40:29-31**

Médicos, especialistas e outros profissionais que zelam pelo nosso bem-estar têm enfatizado a necessidade do ser humano parar. Segundo eles, o ativismo, a pressa é uma doença e como tal deve ser tratada. A correria moderna prejudica a qualidade de vida, estraga a saúde e deteriora o relacionamento familiar. A quietude é extremamente necessária para o desenvolvimento da espiritualidade e novas ideias, por isso o conceito de “deserto” no Antigo Testamento e na cultura hebraica – quando a pessoa queria uma intimidade ou um relacionamento maior com Deus, ela era conduzida ao deserto para “se esvaziar, aquietar a voz da alma, descontaminar para conseguir discernir o seu “eu interior, a voz da alma”, e o Espírito Santo em nosso espírito.

Até em treinamentos seculares incluíram essa experiência de “quietude da alma” em seu programa. É preciso fazer mudanças drásticas no estilo de vida e reprogramar os hábitos, eliminando os pontos negativos; do contrário, o tempo trabalhará contra nós e não em favor da vida. Ou aprendemos a parar ou seremos parados por esgotamento físico podendo gerar um AVC, um derrame, infarto muitas vezes com danos permanentes.

Viver apressado tornou-se sinônimo de sucesso e eficiência, quando na verdade, todos conhecem o velho ditado: “a pressa é inimiga da perfeição”, a maioria absoluta não dá ouvidos a isso.

Esse ativismo, correria, sobrecarga e ocupação impede de ter uma vida espiritual de qualidade, pois, é impossível orar com pressa. A oração exige quietude, sossego, tempo de qualidade. Para orar tem que diminuir o ritmo. O ativismo embrutece a alma e cria um estilo de vida sem sabor; destrói relacionamentos e diálogo, tanto com Deus como com a família e até amigos.

Quem busca vida abundante tem que aprender a parar e controlar a pressa, controlar o ativismo, estabelecer limites aos atendimentos.

Alguns acham que Deus fica satisfeito quando eles trabalham e atendem como loucos, sem jamais descansar, ou gastar tempo com pequenas coisas, como comer, rir e conversar. A citação de **Marcos 6:31** não foi feita no sentido de elogio, mas de exortação, de crítica. Jesus insistiu com os discípulos para que eles tirassem tempo de folga.

Seguir a Cristo não era, nem é coisa que se faça às carreiras. Quem resolve seguir a Jesus não pode andar mais depressa do que o Mestre que lidera o caminho. O Nazareno era ocupado, mas não apressado. **Salmo 38:8**

Temos que aprender a administrar o tempo. O sábio Salomão nos diz “Tudo tem o seu tempo”. Em **João 5:17** nosso Senhor Jesus Cristo falou que o Pai trabalha até agora, porém, Ele próprio estabeleceu um Shabatt.

Você não pode fazer do seu chamado, do seu ministério uma fonte de sofrimento, opressão, enfado e infelicidade. Temos que ter equilíbrio, evitar os extremos de estar sempre disponível, qualquer hora do dia ou da noite sem trégua, isso se torna maléfico; este ativismo vai fazer com que você perca o prazer e a sensibilidade. Cada vez mais, vai comer mais rápido – comer em pé, com o prato na mão, termina antes de todo mundo, nunca tem tempo para o cônjuge e para os filhos, sempre impaciente, reclama dos sinais de trânsito, interrompe sempre as pessoas ao falar e sente-se sempre atrasado, atarefado e sobrecarregado deixando inúmeros afazeres intermináveis sempre para o dia seguinte.

Se você se identificou com essa descrição, acalme sua alma, aprenda a descansar nos braços do Senhor – **Mateus 11:28-30**.

Não temos nenhuma possibilidade de conhecer e sentir a Deus quando chegamos apressados a Sua presença. Jogamos diante dEle um cântico e uma oração e saímos correndo para o nosso modo de vida atropelado. Deus jamais Se agrada de nossa exaustão santificada. Quem quiser ter experiências com Ele não pode apenas encaixá-LO na sua agenda.

Ao Seu lado descobrimos que, quando estamos encurralados em um túnel sem luz, Sua presença nos aponta a saída. Quando exaustos, diante dEle recebemos uma nova energia. Quando desencorajados, a comunhão com Ele renova o nosso espírito. Quando tentados a desistir, Ele nos toca com esperança que nos anima a continuar. Quando perdidos e as lutas cobrem de névoas o nosso caminho, estar junto dEle nos faz vencer o pânico. Quando doentes e tristes, Ele nos faz perseverar além da dor.

Quem vive apressado arruma confusão. Compre uma pilha de livros e nunca os lê. Tem uma agenda repleta de compromissos, mas não pode atender. Compre aparelhos para ajudar-lhe a ganhar tempo, porém jamais pára para ler as instruções e descobrir como usá-los. Culpa e discute com os familiares por constantes atrasos, quando ele próprio não admite estar atrasado.

Se você não aprender a dosar as atividades e mudar seu estilo de vida, vai acabar vivendo uma vida superficial, sem muita significância. A pressa vai impedi-lo de atingir grandes objetivos e destruirá sua saúde.

Não tem como alcançar a maturidade num forno microondas, ela chega devagar com as experiências da vida. Jesus se preparou 30 anos para um ministério de 3 ½ anos – hoje em dia as pessoas não querem parar 3 anos para se preparar mas querem um ministério de 30 anos.

Aliás, nosso próprio Senhor Jesus Cristo parou e descansou inúmeras vezes no decorrer do seu ministério nestes 3 ½ anos. Quando Ele encontra a samaritana no poço de Jacó, o texto nos diz que Ele estava cansado do caminho – parou e bebeu água.

Nenhum relacionamento feliz e duradouro é construído apressadamente. Amor e pressão não são compatíveis. O amor precisa de tempo. O amor precisa de atenção para ser cultivado, necessita de muita comunicação e relacionamento – TEMPO É COISA QUE PESSOAS APRESSADAS NÃO TEM.

O ativista e apressado sofre com o descontrole emocional produzido pelo cansaço, o que o faz perder a compostura, viver irritado, irado, encolerizado. Esse estado de ânimo produz e provoca palavras afiadas ou brigas familiares. A raiva o impede de receber amor ou transmiti-lo. A família é construída segundo a segundo. O lar é edificado ou arruinado através do tempo que investimos ou não investimos um no outro. Na alegria da comunhão o relógio desaparece e o relacionamento se torna mais importante do que os afazeres em si.

Cada ser humano tem a mesma quantidade de tempo a cada dia – 24 horas – 1.440 minutos, 86.400 segundos – nós somos responsáveis pelo correto uso desse tempo.

Já que nos foi confiado esse bem tão precioso, chamado tempo, devemos saber que esse tesouro, uma vez gasto, não pode ser repostado. Aprenda a administrar o tempo de forma sábia e produtiva, seja no dia a dia, seja no aconselhamento.

É impossível ser saudável, ter uma família equilibrada, servir a Deus e glorificá-LO, ter um ministério bem sucedido, com pressa.

Somente Deus pode nos fortalecer e renovar o ‘homem interior’ da canseira produzida pelo dia a dia.

Aprenda a usar o tempo em benefício próprio ou viva escravizado pela tirania da urgência. **Marcos 8:36**  
Deus não te chamou para solucionar todos os problemas, tem gente que não percebe que está enferma, e que a pressa, sobrecarga está fazendo ela perder a qualidade, a excelência. Está tão acostumada com a correria que acha normal o anormal, e ignora o problema – você só vai até onde seu corpo aguenta. Não permaneça refém da pressa, mude sua vida completamente, espere em Deus, renove suas forças e voe com asas como de águias. Permita que Jesus Cristo controle a sua vida e não a pressa, e aprenda a descansar nEle.

## **NÃO PERMITA QUE OS CONSULENTES FIQUEM DEPENDENTES DE SEUS CONSELHOS**

O bom conselheiro assemelha-se a um remédio de comprovada eficácia: cura sem causar dependência. Há conselheiros, porém, que ajudam seus consulentes a resolver um problema para, em seguida, envolvê-los num outro bem maior. Induzem-nos a depender não somente de seus conselhos, mas principalmente de si. Já extrapolando o relacionamento normal entre conselheiro e aconselhado, vão criando uma doentia dependência; fazem-se o narcótico dos que os procuram. É por isso que Hipócrates nem sempre recorria aos recursos farmacêuticos: “às vezes, nada fazer é um bom remédio”. Se você for incapaz de evitar que seus aconselhados desenvolvam essa mórbida dependência, não se ponha a aconselhá-los.

Se os induzirmos à dependência emocional, perderão nossos consulentes a iniciativa de solucionar até mesmo os mais simples e habituais problemas. Se antes de procurar-nos, eram capazes de enfrentar as adversidades com desenvolta maturidade, mostram-se agora totalmente incapazes. Com o tempo, estarão consultando-nos até mesmo para ir a um supermercado.

Se levarmos nossos consulentes a dependerem doentamente de nossos conselhos, seremos tentados a usufruir deles proveitos ilícitos. Do rico, o dinheiro; do influente, um cargo público; etc. Já nos erguendo como ídolos em seus corações, nestes ocuparemos um lugar que pertence exclusivamente ao Senhor Jesus. Aos olhos dessas pobres almas, seremos mais importantes que seus cônjuges, mais merecedores de honra do que seus pais e mais inteligentes que seus mestres.

Portanto, tão logo nosso consulente seja recuperado, ajamos como o médico cioso de seus deveres: demos-lhe alta, pois há muitos outros pacientes necessitando de nossos cuidados. “O conselheiro ético ministra remédios que curam, e não narcóticos que viciam”.

**ESTABELEÇA LIMITES, PARA VOCÊ NÃO ADOECER.** Sua saúde é muito importante, quando estiver estressado, sobrecarregado, nervoso, desequilibrado, converse com o consulente a possibilidade de remarcar, e procure descansar, pois você pode despertar sentimentos, alimentar tentações ou colocar sua saúde em risco, quando desrespeita os limites do seu próprio corpo.

## **Como reconhecer a Síndrome de Burnout?**

O estresse em excesso pode causar problemas de saúde, atingindo, por exemplo, o sistema circulatório. Um estudo publicado pela revista científica The Lancet avaliou como o estresse pode prejudicar o

funcionamento do coração. De acordo com os cientistas, a tensão em excesso pode causar inflamação na artéria, devido ao aumento de células brancas sanguíneas, aumentando o risco de infarto ou derrame.

Muito comum no dia a dia das empresas, **o estresse também pode causar problemas emocionais como a Síndrome de Burnout**. Também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, ela é capaz de causar sérios danos psicológicos se não for tratada.

Geralmente as pessoas que desenvolvem essa condição são funcionários dedicados e preocupados em desempenhar um bom trabalho. No entanto, com o passar do tempo, a carga de tarefas fica tão pesada que prejudica o bem-estar e pode levar à síndrome. O empregado que antes era esforçado e dedicado, perde o gosto pelas atividades, torna-se mais tenso e menos colaborativo.

O trabalho se torna um fardo para ele e mesmo nos momentos de folga, a pessoa não consegue desligar-se da tensão. O esgotamento não atinge somente a vida profissional, mas também gera impactos negativos na vida pessoal, comprometendo a qualidade de vida.

Apesar da síndrome poder acontecer em qualquer profissão, há predominância em algumas áreas de atuação, como professores e profissionais da saúde.

### **Sintomas**

Algumas características são mais comuns e dão indícios de que o funcionário pode estar com Burnout:

- Cansaço constante;
- Fadiga;
- Dificuldade para dormir;
- Falta de apetite;
- Dores musculares;
- Dor de cabeça;
- Irritabilidade;
- Dificuldade de concentração;
- Perda de memória.

## **Como tratar a Síndrome de Burnout?**

Quanto mais tempo demorar para buscar a ajuda de um profissional, maiores serão as chances de haver o agravamento do problema, podendo desencadear doenças como Depressão e Ansiedade. Por isso, caso a pessoa apresente os sintomas, ela deverá buscar um psicólogo ou um psiquiatra para obter o diagnóstico e o tratamento adequados.

Algumas atitudes também podem ajudar a combater os sintomas, como praticar exercícios regularmente e ter momentos de descontração e lazer. Também é importante avaliar se as condições de trabalho estão prejudicando a saúde física e mental, comprometendo a qualidade de vida.

Cuidar da mente para uma vida mais harmônica.

# Os 10 transtornos mentais mais comuns e seus sinais

Dados da Opas (Organização Pan-Americana da Saúde) sugerem que 30% da população das Américas teve ou terá algum transtorno mental. No Brasil, estimativas recentes mostraram que os transtornos de depressão e ansiedade respondem, respectivamente, pela quinta e sexta causa de anos vividos com incapacidade.

Para você conhecer melhor esses problemas que afetam tanto a qualidade de vida e bem-estar das pessoas, explicamos abaixo quais são os 10 transtornos mentais mais comuns e como tratá-los. A ideia é facilitar a identificação deles para estimular que pacientes e familiares busquem tratamento especializado, além de ajudar a vencer o estigma que tais doenças ainda carregam. A ordem dos transtornos está por proximidade entre as condições —e não por prevalência na população ou gravidade. Narcisista, borderline, dependente: conheça os transtornos de personalidade

## Fobia específica

É um tipo de transtorno de ansiedade definido como um medo/aversão extrema e irracional de algo. Quem desenvolve essa doença provavelmente tem uma sensação de pavor ou pânico ao se deparar com uma situação ou objeto específico. A condição prejudica física e psicologicamente a pessoa, pois a pessoa se torna incapaz de enfrentar algumas situações diárias.

As fobias específicas são categorizadas em cinco tipos: de animais (cães, cobras, aranhas, insetos); de eventos naturais (relâmpagos, tempestades, água); de injeção ou situações que envolvam sangue; situacionais (aviões, elevadores, direção, locais fechados); e outras —como evitar situações que podem levar a um engasgo, vômito ou contrair um vírus/doença.

**Sintomas físicos:** ao se deparar com a situação que causa fobia, a pessoa pode sentir o coração acelerado, dificuldade para respirar, tremores, suor excessivo, náuseas, boca seca e aperto ou dor no peito.

**Sintomas emocionais:** ansiedade ou medo, sentimento de impotência para superar ou receio em perder o controle.

**Como tratar:** geralmente é indicado a psicoterapia cognitiva comportamental, em que pode ser aplicada uma técnica chamada exposição e prevenção de respostas. Em casos mais graves, o paciente também pode usar medicação.

## Fobia social

Para pessoas com fobia social (também chamada transtorno de ansiedade social), atuar em público causa uma ansiedade intensa. Isso acontece em situações cotidianas que envolvem interação social, pois quem tem esse tipo de fobia tende a temer julgamento, crítica ou alguma possibilidade de ser ridicularizado.

Um exemplo é a perspectiva de se alimentar na frente de outras pessoas em um restaurante, uma experiência comum para grande parte das pessoas, mas que pode ser assustadora para quem tem fobia social. No Brasil, um dado divulgado no Congresso Brasileiro de Psiquiatria de 2017 estima que 13% da população possua o transtorno.

**Sintomas físicos:** transpiração excessiva, tremores, gagueira, náusea ou diarreia (ocorrem quando a pessoa se depara com a situação).

**Sintomas emocionais:** ansiedade, angústia, preocupação excessiva por acreditarem que poderão fazer ou falar coisas erradas e evitação constante de situações cotidianas por temer agir de forma humilhante ou constrangedora.

**Como tratar:** acompanhamento psicológico e, em casos graves, medicação. A principal delas é o uso de antidepressivos.

## **TAG (Transtorno de ansiedade generalizada)**

A TAG é diferente dos sentimentos normais de ansiedade. Sua principal característica é uma preocupação intensa e persistente sobre situações normais e cotidianas. Quem tem este tipo de transtorno pode se preocupar incontrolavelmente com algo, várias vezes ao dia, mesmo que não haja motivo real para isso.

Essa preocupação excessiva e irreal pode ser assustadora e interferir nos relacionamentos e nas atividades diárias. A condição pode ocorrer de forma generalizada (o mais comum) ou em picos (ataques de pânico). É considerado o transtorno mental mais comum em todos os países e em todas as faixas etárias. Sabe-se que a incidência geral de transtornos de ansiedade no Brasil é de 9,3% da população e estima-se que a TAG afete 4 a 6% da população mundial.

**Sintomas físicos:** dificuldade de concentração e de dormir, tensão muscular, dores de estômago ou diarreia repetidas, suor nas mãos, tremores, batimento cardíaco acelerado e até reações neurológicas como dormência ou formigamento em diferentes partes do corpo.

**Sintomas emocionais:** irritabilidade, fadiga e exaustão.

**Como tratar:** terapia psicológica para enfrentar as ideias de ansiedade, com estratégias de enfrentamento, meditação Mindfulness que auxilia no processo de redução da ansiedade global e medicamento antidepressivo que ajuda a reduzir a percepção de ansiedade.

## **TOC (Transtorno obsessivo-compulsivo)**

TOC não é apenas mania de limpeza, mas alguns pacientes apresentam sintomas relacionados a higiene. O TOC é um transtorno de ansiedade caracterizado por pensamentos recorrentes e desagradáveis (obsessões) e comportamentos repetitivos ritualizados (compulsões), voltados para a redução do desconforto associado a tais pensamentos. Estudos estimam que no Brasil existam entre 3 a 4 milhões de pessoas com esse quadro.

Quem tem TOC pode até reconhecer que seus pensamentos obsessivos e comportamentos compulsivos são irracionais, mas não consegue resistir e se libertar. Esse tipo de transtorno, que acomete cerca de 1,5% da população, faz com que o cérebro fique preso em um pensamento ou desejo específico. Os casos clássicos têm início na infância, mas este tipo de transtorno pode se desenvolver com idade mais avançada associado ao quadro depressivo.

**Sintomas:** o TOC pode ser identificado por meio de algumas categorias de sinais:

- **Excesso de limpeza:** medo de contaminação, compulsão por limpar ou lavar as mãos.

- **Verificadores:** aqueles que confirmam repetidamente as coisas (forno desligado, porta trancada), associando a possíveis danos ou perigo.
- **Duvidosos e pecadores:** acreditam que tudo deve ser feito de maneira certa, pois caso contrário algo terrível pode acontecer como punição.
- **Excesso de organização:** obcecados por ordem e simetria, podem até desenvolver superstições sobre números, cores ou arranjos.
- **Acumuladores:** se jogarem algo fora, temem que algo ruim possa acontecer.

**Como tratar:** geralmente é indicada a terapia cognitivo-comportamental (TCC), que pode condicionar ao enfrentamento do medo e dos pensamentos obsessivos, sem enfrentá-los por meio de compulsões. Também pode ser indicado um tipo de medicamento antidepressivo para ajudar a reduzir a percepção de ansiedade.

## Dependência química

A dependência química inclui qualquer substância que possa causar vício, como tabaco, álcool e outras drogas

O Transtorno de Dependência ao Álcool atinge cerca de 10% da população brasileira, que apresenta problemas graves relacionados ao consumo de álcool. Essa é a droga mais consumida e mais associada ao adoecimento e mortalidade precoce. Já o Transtorno de Dependência do Tabaco acomete cerca de 9% da população, e a maioria das pessoas não compreende a dependência do tabaco como um transtorno mental.

É importante ressaltar que mais de um em cada quatro adultos que vivem com sérios problemas de saúde mental também tem dependência química. E esse tipo de doença traz ainda prejuízos sociais, pois o dependente se põe em risco e coloca em risco outras pessoas. Além disso, tais dependências podem favorecer o desenvolvimento de outras doenças como cânceres e problemas cardiovasculares.

**Sintomas:** os sinais de transtornos por uso de substâncias podem incluir:

- **Mudanças comportamentais:** queda na frequência e desempenho no trabalho ou estudo, prejuízos sociais como brigas, acidentes e atividades ilegais, mudanças no apetite ou padrões de sono, alteração inexplicável na personalidade ou atitude e no humor, irritabilidade ou acessos de raiva, falta de motivação, entre outros;
- **Mudanças físicas:** perda ou ganho de peso repentino, tremores, fala arrastada ou coordenação deficiente.

**Como tratar:** psicoterapia individual e grupo para motivar o paciente a cessar o uso de substância e ajudá-lo a enfrentar os desafios pessoais e sociais. Os psiquiatras podem recomendar ainda medicamentos para ajudar a tratar sintomas como depressão ou alterações de humor, além da possibilidade de prescrever medicamentos que reduzam os efeitos da abstinência ou desejo pela substância.

## Depressão maior

É o tipo mais popular, também conhecida como depressão clássica ou unipolar. A OMS aponta que em 2017 a incidência do quadro de depressão maior era de 5,8% dos brasileiros. Também é uma das

maiores causas de afastamento definitivo do trabalho em todo o mundo e em suas formas mais graves associa-se ao risco de suicídio.

**Sintomas físicos:** a depressão maior possui sintomas que podem ir de leves ao grave, podendo durar semanas ou até meses como alterações de sono e de apetite, baixo nível de energia, dores no corpo de forma inexplicável, como dor de cabeça e dor muscular, dificuldade de pensar ou de se concentrar.

**Sintomas emocionais:** alterações de humor como tristeza persistente, falta de interesse ou prazer nas coisas, pessimismo, sentimentos de inutilidade e desesperança, preocupação e ansiedade constantes.

**Como tratar:** psicoterapia, medicamentos antidepressivos, terapia cognitivo-comportamental (TCC), terapia eletroconvulsiva (ECT) e tratamentos naturais, sendo que o plano de tratamento será diferente para cada pessoa, dependendo das necessidades individuais e classificação entre depressão leve, moderada ou grave.

## Distímia

Quem sofre de distímia pode ser visto como sombrio, pessimista ou queixoso, quando na realidade está lidando com uma doença mental crônica. O transtorno depressivo persistente ou distímia pode não parecer tão intenso, mas prejudica os relacionamentos e dificulta as tarefas diárias. De acordo com a Abrata (Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Transtornos Afetivos) entre 5 e 11 milhões de brasileiros vivem com esse transtorno.

Uma de suas características mais conhecidas é o mau humor, por isso o diagnóstico pode ser demorado porque confunde-se como uma característica de personalidade. Este mau humor, no entanto, deve ser persistente e estender-se por mais de um ano, ocorrendo sem um motivo específico. Alguns pacientes dizem que sentem que sua vida ocorre como se tivessem puxado o freio de mão, nunca se sentem leves.

**Sintomas físicos:** mudanças no apetite, alterações nos padrões de sono, baixa energia, problemas de concentração e memória.

**Sintomas emocionais:** tristeza profunda ou desesperança crônica; baixa autoestima ou sentimentos de inadequação, irritabilidade ou impaciência e incapacidade de sentir alegria, mesmo em ocasiões felizes.

**Como tratar:** antidepressivos e psicoterapia são os indicados para lidar com esse tipo de depressão.

## Transtorno afetivo bipolar

Pessoas com transtorno bipolar ficam em cada fase de humor por bastante tempo, e não são inconstantes como diz o imaginário popular

O Transtorno Afetivo Bipolar é uma condição de saúde emocional que provoca grandes mudanças de humor, dificultando a comunicação e a socialização. Para receber o diagnóstico de transtorno bipolar, o paciente precisa cumprir uma série de critérios diagnósticos que incluem uma fase de estado de ânimo muito elevado com comportamentos impulsivos que envolvam grandes planos ou mudanças radicais, alterando com estados depressivos profundos, ou até estados mistos em que misturam sintomas de euforia e depressão. Atinge em torno de 3% da população do país.

**Sintomas:** pode ser identificado por fases, sendo que elas podem durar dias ou até meses.

- **Fase maníaca:** apresenta sintomas como compulsão alimentar, gastos excessivos, hiperatividade e capacidade de discernimento diminuída;

- **Fase depressiva:** pode ser caracterizada pelo desânimo diário ou tristeza, perda de peso e de apetite, fadiga ou falta de energia, baixa autoestima e pensamentos sobre morte e suicídio.  
**Como tratar:** psicoterapia para indicar mecanismos de enfrentamento para cada fase e medicamentos para estabilizar o humor, como antipsicóticos e anticonvulsivantes.

## Transtorno explosivo intermitente

Popularmente conhecido como Síndrome do Pavio Curto, é caracterizado por episódios de impulsos agressivos, podendo provocar sérias agressões verbais/físicas e até mesmo destruição de propriedade. Este tipo de comportamento agressivo não é premeditado, mas consequência de um impulso em que o indivíduo age por pura falta de controle sobre a raiva.

Essa agressividade é completamente desproporcional a quaisquer estressores que possam ter iniciado os episódios, podendo ser descritas como surtos ou ataques que aparecem em minutos ou horas e, independentemente da duração, entram em remissão de forma espontânea e rápida. Após o episódio, em geral, o paciente demonstra arrependimento genuíno, vergonha e culpa. Ataques duas vezes durante a semana, por três meses ininterruptamente, denunciam a doença.

**Sintomas:** explosões de agressividade que não são desencadeadas pelo uso de drogas ou qualquer outra substância ou ainda por outras doenças e distúrbios psiquiátricos.

**Como tratar:** abordagem psicoterapêutica para ajudar o paciente a reconhecer e verbalizar os pensamentos ou sentimentos que precedem os surtos explosivos; e uso de medicamentos que auxiliem no controle dos impulsos como antipsicóticos e anticonvulsivantes.

## TBP (Transtorno de personalidade borderline)

É uma condição psíquica caracterizada por um padrão de emoções instáveis nos relacionamentos e comportamentos em geral. Não se sabe quantas pessoas no Brasil possuem esse transtorno, mas no mundo a incidência estimada é de 6% da população. O TPB pode interferir na capacidade de aproveitar a vida ou alcançar a realização nos relacionamentos, no trabalho ou estudo. Também está associado a problemas específicos e significativos nas relações interpessoais, autoimagem, emoções, comportamentos e pensamento. No entanto, nem todo paciente experimenta todos os sintomas.

**Sintomas** Podem ser divididos nos seguintes grupos:

- **Comportamento:** tendência a se envolver em comportamentos de risco e impulsivos, como fazer compras mesmo tendo dívidas, beber quantidades excessivas de álcool ou abusar de drogas, praticar sexo de risco ou comer compulsivamente. Além disso, os pacientes são mais propensos a se envolver em comportamentos de autolesão, como se cortar e tentar o suicídio;
- **Emoções:** instabilidade emocional é uma característica fundamental, sendo que o paciente sente como se estivesse em uma montanha-russa emocional com mudanças rápidas de humor, que podem durar de minutos a dias e costumam ser intensas. Os sentimentos de raiva, ansiedade e um vazio avassalador também são comuns;
- **Relacionamentos:** tendem a ter relacionamentos intensos caracterizados por conflitos, discussões, separações frequentes e muito ciúmes;

- **Autoimagem:** têm dificuldades relacionadas à estabilidade de seu senso de identidade, relatam muitos altos e baixos sobre si mesmos.

**Como tratar:** psicoterapia é o tratamento padrão, incluindo terapia comportamental dialética (DBT) e tratamento baseado em mentalização (MBT). Os psiquiatras podem recomendar medicamentos para ajudar a tratar certos sintomas, como depressão ou alterações de humor.

**Fontes:** *Sergio Tamai*, psiquiatra e diretor secretário da ABP (Associação Brasileira de Psiquiatria); *Luan Diego Marques*, psiquiatra, especialista em Terapia Interpessoal pelo Prove (Serviço de Assistência e Pesquisa em Violência e [Estresse Pós-Traumático](#)) ligado à Unifesp (Universidade Federal de São Paulo) e professor colaborador da UnB (Faculdade de Medicina da Universidade de Brasília); *Rodrigo Leite*, psiquiatra, coordenador dos Ambulatórios IPq HC-FMUSP (Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo); e *Elisa Brietzke*, orientadora do Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria da Unifesp e professora do Departamento de Psiquiatria da Queen's University, no Canadá.

## TAREFA DO MÊS

- Ler a primeira parte do livro: “**Ética Cristã – alternativas e questões contemporâneas**” – Norman L. Geisler da Editora Vida Nova das páginas 01 até 136.
- Ler o capítulo 1 do livro “**Aconselhamento Cristão – Edição Século 21**” – Gary R. Collins da Editora Vida Nova das páginas 01 a 86.
- Ler 1 livro sobre: SAÚDE DO CONSELHEIRO à escolher na bibliografia a seguir:

## BIBLIOGRAFIA

- **Aconselhamento Cristão – Edição Século 21** – Editora Vida Nova – Gary R. Collins
- **Aconselhamento Cristão – Os recursos terapêuticos da fé cristã para o cuidado da alma** – Editora Vida Nova – Eric L. Johnson
- **Ética Cristã – Alternativas e questões contemporâneas** – Editora Vida Nova – Norman L. Geisler
- **Ajudando uns aos outros pelo aconselhamento** – Editora Vida Nova – Gary R. Collins
- **Aconselhando os casos difíceis** – Editora Peregrino – Stuart Scott e Heath Lambert
- **Homens aconselhando homens** – Nutra Publicações – Uma abordagem bíblica das principais questões que os homens enfrentam – John D. Street (organizador)
- **Mulheres aconselhando mulheres** – Nutra Publicações – Respostas Bíblicas para os difíceis problemas da vida – Elyse Fitzpatrick (organizadora)
- **Fundamentos teológicos do Aconselhamento Bíblico e suas aplicações práticas** – Nutra Publicações – John Babler & Nicolas Ellen
- **Manual do Conselheiro Cristão** – CPAD
- **Pastor como conselheiro** – Paul Hoff – CPAD
- **Cuidando do Ser** – Albert Friesen – Editora Evangélica Esperança
- **Conselheiro Capaz** – Jay E. Adams – Editora Fiel
- **Quem cuida de quem cuida?** Wadislau Martins Gomes – Editora Cultura Cristã
- **Senhor, ensina-me a parar! Sossegar para vencer** – Silmar Coelho – Editora Não Desista.
- **Andando com o tanque vazio** – Wayne Cordeiro – Editora Vida