

A Agonia das Decisões

escrito por cafecomdeus | 28 de junho de 2020

Durante a maior parte da História, não tivemos escolha com relação à maioria das coisas em nossa vida. Só podíamos realizar um trabalho, que seria escolhido por nossa família. Só havia um pretendente com quem poderíamos nos casar e nossos pais o escolhiam. Só havia um grupo de pessoas nas proximidades e não dava para evitá-las. Não havia chance de morar em nenhum outro lugar, não era possível comprar muita coisa, não havia notícias de longe e pouca coisa para invejar ou ansiar. Não adiantava nem questionar se estávamos felizes; nada poderia mudar se não estivéssemos. As pessoas existiam entre muros muito firmes e restritivos.

A modernidade nos “libertou” em todos os níveis. Podemos escolher que trabalho queremos, casar com quem desejamos, pedir divórcio a qualquer momento, viver em qualquer lugar, questionar, não obedecer a ninguém. Parece agradável e, de certa forma, realmente é, mas também é um fardo muito pesado e, às vezes, quase intolerável. Nada disso é estranho; pertence às agonias da modernidade.

A boa notícia é que escolher e tomar decisões são coisas que podemos aprender. Entretanto, raramente damos ao ato de tomar decisões o tipo de atenção cuidadosa que ele exige. Quando nos deparamos com uma grande decisão, não temos rituais e procedimentos. Em geral, procrastinamos, nos apoiamos na pessoa mais próxima ou nos apressamos para chegar a uma solução não examinada. Felizmente, a tomada de decisões é uma habilidade como qualquer outra.

Mas, sempre devemos nos atentar que o principal inimigo das boas decisões é a falta de perspectivas suficientes diante de um problema. Deveríamos pensar de forma sistemática e detalhada em um desafio por seis ângulos diferentes: olhos do nosso inimigo, nossa intuição, a coragem, a morte, o cuidado e

nossos pais. Esse exercício nos dará a noção de possibilidade de expandir a mente e abrirá um caminho para nos tirar da confusão atual.

Tome decisões analisando através de diferentes ângulos: Coragem, Intuição, Pais, Morte, Cautela, Perspectiva.

Deus nos dá muitas oportunidades na vida, mas muitas vezes nós não as abraçamos. Temos o livre arbítrio para escolher entre o bem e mal.

O sábio e o idiota. O certo e o errado. Temos livre arbítrio. Já disseram que a vida é feita de escolhas e também já disseram que todas elas têm 50% de chances de darem certo ou errado. Portanto, qual chave devo apanhar? Qual porta devo abrir?

Deus nos dá oportunidades, mas cabe a nós fazermos algo com elas. Você pode optar casar-se ou não com aquela pessoa que você escolheu. Separar-se dela ou não. Viajar ou não. Fazer administração ou teologia. Ser funcionário público ou da iniciativa privada...

Quais serão as melhores decisões? Na Bíblia encontramos a seguinte frase:

“AO HOMEM QUE TEME AO SENHOR, ELE O INSTRUIRÁNO CAMINHO QUE DEVE ESCOLHER.”Salmo 25.12.

Ou seja, a escolha é nossa, mas podemos contar com a ajuda Dele nos críticos momentos de escolhas. De fato, escolher é muitas vezes uma crise existencial. E você? O que acha disto tudo?

Luciano Maia em colaboração com TSOL.

RESILIÊNCIA NA PANDEMIA

escrito por cafecomdeus | 28 de junho de 2020

Resiliência – *Substantivo feminino*

1. 1.FÍSICA propriedade que alguns corpos apresentam de retornar à forma original após terem sido submetidos a uma deformação elástica.
2. 2.FIGURADO (SENTIDO)•FIGURADAMENTE capacidade de se recobrar facilmente ou se adaptar à má sorte ou às mudanças.

Quando nos vemos diante de um futuro difícil, é fácil ficar deprimido e não ter esperança. Mas uma das escolas de filosofia, o estoicismo, tem muito para nos ajudar a lidar com os tempos difíceis que estamos vivendo. Os estoicos amavam e desfrutavam a vida, e faziam isso sendo realistas sobre a imprevisibilidade da vida. Isso é o que significa ser resiliente. É a nossa habilidade – real ou percebida – de superar ou nos recuperar de situações difíceis, de dar a volta por cima dos problemas e entrar nos eixos outra vez.

Resiliência não é deixar para lá.” Nós simplesmente não conseguimos fazer isso depois de muitos eventos da vida – e nem deveríamos querer. Resiliência é sobre seguir em frente, aceitando a perda e a mudança. Mudança é o que mais estamos vivendo neste momento.

Nossa mentalidade – a forma como vemos ou abordamos o mundo e os problemas da vida – frequentemente determina nosso nível de resiliência e, portanto, como lidamos com mudanças e perdas. Desenvolver a resiliência frequentemente requer mudar pensamentos e comportamentos habituais: fazer mais o que aumenta a resiliência e menos o que a diminui.

A Resiliência é a habilidade emocional mais importante para nos ajudar a passar por momentos difíceis e uma das que mais pode contribuir para a nossa saúde mental. A boa notícia é que

podemos aprender a desenvolvê-la, ficando mais fortes e confiantes.

Resiliência é a habilidade de aceitar perdas e mudanças e superar o estresse e os contratemplos no trabalho, no casamento, na saúde, na vida...

As pessoas resilientes são capazes de se manterem com energia, saudáveis e produtivos ou retornar rapidamente a esse estado durante e após a exposição a eventos estressantes no trabalho. Elas aceitaram que toda mudança traz um pouco de perda e reconhecem a perda como parte natural de toda a vida profissional (e pessoal). A mentalidade de crescimento permite que eles se recuperem rapidamente após a perda. Suas estratégias para superar a perda e o estresse costumam incluir lembrar a si e aos outros de sucessos passados e considerar episódios estressantes como uma oportunidade para aprender.

Pessoas com falta de resiliência são mais propensas ao esgotamento ou a sofrer gravemente com perdas e estresse no trabalho. Altos níveis de pressão os distraem do trabalho e diminuem sua capacidade de concentração. Eles podem ter dificuldades para desenvolver a consciência dos sinais físicos de estresse e cuidar adequadamente do corpo. Além disso, podem achar difícil deixar de lado o que se perdeu e se apegar ao passado, demorando muito tempo para se recuperar de fracassos.

Vários heróis bíblicos possuem em comum o fato de terem demonstrado (ou aprendido a resiliência). Moisés foi um resiliente. E você? Será que Deus está trabalhando a fé e a esperança dentro de sua alma, transformando você em uma pessoa mais resiliente às intempéries da existência?

Luciano Maia, com colaboração de TSOL.

Não olha Pai...

escrito por cafecomdeus | 28 de junho de 2020

Eu sorri e disse para ele que não era para ele encher o baldinho com água dentro de casa, porque a sua mãe não iria gostar e que esse ato iria ter as consequências, mesmo eu deixando de olhar.

Hoje eu fui tomar banho e John Victor, meu filho de 3 anos, também entrou banheiro para lavar as mãos, mas depois que ele lavou as mãos, ele queria brincar com água e encher um baldinho com água para brincar dentro de casa com a água, dai eu olhei pra ele e ele me disse: Não olha Pai!

Eu fiquei imaginando minha vida com meu Pai Celestial, o Deus criador de tudo, e quantas vezes eu olhei para Ele, como John me olhou e disse, Não olha Pai... Já disse para meu Pai celestial não olhar para mim, quando não estava mais querendo fazer parte da missão, quando não estava mais querendo ir `a igreja e ter comunhões com os irmãos, e mais outras vezes.

As vezes acredito que muitos de nós somos como John Victor, e na inocência da nossa existência, não importando a idade que estamos, sempre seremos essa eterna "criança" diante de Deus-Pai, o Pai relacional, que está ali conosco, mesmo dentro do banheiro; nos acompanhando em todos os instantes das nossas vidas, mesmo nos momentos em que queremos, pecar, desistir, fugir, mudar de rota e mesmo quando pedimos para Ele não olhar para nós .

Não importa em que fase da vida você esteja, talvez em algum momento você já pensou em desistir, em não fazer o que Deus tem para sua vida, talvez já tenha abandonado o que Deus te deu para cuidar, como sua família, sua casa, sua empresa, seus amigos, sua igreja, mas mesmo assim, esse Deus Pai, amoroso, cuidador, relacional estará sempre ali presente para te orientar e te falar que mesmo que Ele não olhe, vai ter sempre

a Mae-consequência, ali para te cobrar os resultados das suas escolhas, mas que essas consequências, não serão castigo, mas apenas uma ordem natural da vida com liberdade para escolhas e consequências.

Joberson Lopes, Valparaíso de Goiás, 04/06/20.

Originalmente publicado em <https://ferreirodedeus.com.br/>