**O OUTRO LADO DA AFLIÇÃO**

**George Vandeman**

 **Quando o doutor chegou, encontrou Irma num terrível estado de desespero, estava tremendamente agitada e ninguém conseguia acalmá-la. Ela correu para seu quarto, surda aos apelos da família, jogou-se em cima da cama e começou a xingar em voz alta. O doutor conseguiu dizer-lhe que tinha vindo para ajudá-la, mas Irma ficou em pé e gritou:**

 **– Eu não preciso de médico, não estou doente. Tragam de volta a minha filha, a minha garotinha!**

 **Irma acabara de entrar para o mundo escuro e desordenado da aflição e dentro desse mundo as pessoas se questionam constantemente se existe uma saída.**

 **Ninguém quer ser um bom perdedor, especialmente quando a perda é um ente querido. Entretanto, perdas acontecem. Trágicos acidentes levam suas vítimas; o câncer e doenças cardíacas atacam inesperadamente.**

 **No mundo agitado de hoje, repleto de isolamento e de famílias fragmentadas, é difícil encontrar apoio. Existem poucos ombros onde chorar. A perda de um ente querido geralmente provoca dezenas de emoções insuportáveis. A princípio, o choque adormece todos os sentimentos. Então a dor começa a atacar. Às vezes desabafamos com raiva, sem saber por quê. Os amigos acham difícil de se aproximar. O humor muda com extrema rapidez, deixando alguns pranteadores no isolamento. Um homem confessou:**

 **– Existe uma espécie de cobertor invisível entre mim e o mundo.**

 **A permanência solitária e confusa muitas vezes traz a depressão. Cuidar das tarefas mais simples torna-se um fardo cansativo. Alguns se sentem aprisionados por temores generalizados e uma vaga sensação de culpa, e então perguntam: "Por que sobrevivi?" E imaginam: "Sou eu, de alguma forma, responsável por esta terrível perda?"**

 **Freqüentemente aqueles que passam por uma aflição pensam que Deus os abandonou. Eles saem em busca de conforto e só encontram portas aparentemente fechadas diante de si. Às vezes perguntam: "por que Deus parece tão ausente num momento de dificuldade?"**

 **Parece, às vezes, que a coisa mais difícil de suportar é o "conforto" daqueles que chegam com boas intenções. Num funeral alguém pode dizer:**

 **– Sabe, a morte é só uma porta. A morte, na verdade, não existe para o cristão.**

 **Mas como ela existe naquele momento! Ela importa para você que acabou de perder a coisa mais querida em sua vida.**

 **Outros talvez tentem confortá-lo dizendo:**

 **– Seu filho está dormindo com Deus.**

 **Mas você não quer seu filho com Deus, você o quer desesperadamente de volta.**

 **Amigos chegam e o elogiam por suportar tão bem a perda. Eles dizem que tal coragem e fé são admiráveis. No entanto, seu exterior sólido, é apenas uma máscara. Você está dormente ou revoltado demais para chorar e quer gritar:**

 **– Não! Eu não estou suportando bem essa dor!**

 **Então os amigos chegam com os conselhos:**

 **– Procure esquecer e você irá superar.**

 **E o seu maior temor é vir a esquecer! Você está tentando lembrar de tudo o que puder. Porque no turbilhão emocional da dor, até as lembranças familiares confundem-se na cabeça.**

 **Outros dizem para você se manter ocupado, não parar para pensar. Isso só piora as coisas, pois você já está se esforçando para realizar as tarefas mais simples. Mais trabalho só aumentará a sua desorientação.**

 **Verdadeiros confortadores são raros. Às vezes, simplesmente preferimos chorar sozinhos. A infelicidade pode gostar de companhia, mas certamente não atrai nenhuma.**

 **Eu também tenho tido aflições em minha vida. Já conheci a tristeza da tragédia, mas graças a Deus, não tive que prantear sozinho. Em primeiro lugar, porque conheço Alguém que chora comigo. O profeta Isaías O descreve como "... homem de dores e que sabe o que é padecer" (Isaías 53:3). Este é o Cristo, Aquele que bradou na cruz: "... Deus meu, Deus meu, por que me desamparaste?" (Mateus 27:46).**

 **Esse grito desesperado engloba todos os nossos gritos e aflições; de Adão e Eva chorando pela morte de Abel, até a mãe libanesa de hoje chorando por sua criança morta por uma bomba terrorista.**

 **Jesus entende o desespero da dor. E creio que Ele também nos deu recursos para que suportemos a aflição e nos recuperemos do desespero. Certos passos que podemos tomar impedem que a dor se transforme em amargura. Podemos crescer através de nossa tristeza. Podemos alcançar o outro lado.**

 **Todos nós temos capacidades diferentes para lidar com a perda, da mesma forma como alguns suportam dores físicas melhor que outros. A aflição nunca é exatamente igual para duas pessoas. Ela depende do tipo de relacionamento que tivemos com o ente querido que se foi.**

 **Todos precisamos entender, porém, que a aflição é um processo saudável, normal. Não é uma doença nem uma neurose. Prantear é um modo de colocar nossa vida novamente em sintonia.**

 **O primeiro passo para o pranto sem desespero é expressar nossos sentimentos. O choque poderá nos manter em silêncio nos primeiros dias após uma perda traumática, mas a dormência passa e as emoções começam a chegar. Precisamos de uma saída; encontrar alguém que ouça sem julgar, que entenda sem tentar dar uma porção de conselhos.**

 **Nos tempos bíblicos, as pessoas podiam expressar sua dor de modo muito dramático. Elas rasgavam suas roupas, punham cinzas sobre sua cabeça e vestiam-se de sacos. Seu pranto e choro eram aceitos como uma reação normal de tristeza. Hoje tendemos a enfatizar um pranto quieto e controlado. Mas precisamos de um meio para expressar a dor da perda.**

 **Quando o sr. Kay recebeu um telegrama da marinha informando que seu filho havia desaparecido em combate, aceitou a notícia firmemente. Embora o sr. Kay idolatrasse seu filho, não se descontrolou nem demonstrou qualquer emoção visível. Os amigos comentaram sobre o modo forte como ele suportou a tragédia. No entanto, o sr. Kay, que tinha uma empresa muito bem sucedida, começou a fazer investimentos imprudentes e descuidados. Começou a se enterrar em livros sobre guerra e tornou-se obcecado em descobrir tudo que pudesse sobre guerra. Ele insistia em que os membros da família ficassem por perto, mas ele jamais partilhava seus sentimentos com eles. O sr. Kay tornou-se cada vez mais irritado e amargurado.**

 **Finalmente, as emoções acumuladas lhe causaram uma grave doença. O sr. Kay não havia conseguido lidar diretamente com a sua aflição, de modo que ela se manifestou em outro problema. Ele precisava desesperadamente partilhar essa dor que estava dando nós dentro dele.**

 **Em seu sermão da montanha, Jesus apresentou esta bem-aventurança: "Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados" (Mateus 5:4).**

 **Chorar traz conforto. Aqueles que se recusam a encarar sua perda e compartilhar sua dor com outros, não podem ser adequadamente confortados.**

 **Agora, neste primeiro passo do desabafo, não podemos esperar louvar a Deus pela tragédia. Às vezes, pessoas bem intencionadas dizem aos amigos aflitos:**

 **– Bem, afinal, foi a vontade de Deus. É tudo para o melhor.**

 **A morte e a separação, porém, não parecem ser para o melhor. No doloroso choque que se segue a uma perda repentina, só vemos escuridão. Não podemos divisar nenhuma estrela no céu escuro. Sentimos que Deus não está lá, que Ele nos abandonou. Sabe, tal sentimento é legítimo. Lembre-se do brado do coração em pranto de Jesus na cruz: "Por que me desamparaste?"**

 **A morte e a tragédia atacam precisamente porque vivemos num mundo afastado de Deus. O mal governa soberano por aqui. A morte não se parece com a vontade de Deus. A morte é um mal.**

 **Agora, Deus promete transformar o mal em bem. Ele não nos abandonou, bem como não abandonou Seu Filho em sofrimento. Deus pode converter a amargura em bênção.**

 **A princípio não conseguimos ver isso. Na verdade, quase nunca enxergamos. O mundo está coberto com a tristeza de nossa aflição. No princípio, não podemos ver. É normal chorarmos o mal da morte. É normal compartilharmos nossa aflição pelo mal da separação.**

 **Após extravasar nossos sentimentos, começamos um período de adaptação. Isto pode levar muitos meses. Temos que nos adaptar a um lar onde o ente querido está faltando. Tantas coisa nos fazem lembrar da pessoa que deveria estar ali. Andamos por um caminho conhecido e não sentimos a mão que costumava segurar a nossa. No final da tarde, inconscientemente ainda ouvimos os seus passos junto à porta. Acordamos na noite, estendemos a mão e encontramos um travesseiro vazio.**

 **Adaptação significa que temos que cuidar dos detalhes da vida de outro jeito. Durante os períodos de "stress", é melhor simplificarmos nosso estilo de vida. A ajuda de amigos e vizinhos pode ser vital durante este período.**

 **Margô estava ser preparando para ir para casa e estar com sua mãe. Vários membros da sua família haviam morrido num desastre de carro. A terrível notícia chegou quando Margô, seu marido e os filhos preparavam-se para mudar para um outro estado. A casa estava um caos. Margô ia ter que se preparar para o funeral. Era uma tarefa difícil achar as roupas certas para todos no meio das caixas e malas. Enquanto ela andava de um lado para o outro na casa, a campainha tocou. Era um vizinho:**

 **– Eu vim engraxar os seus sapatos – disse ele.**

 **Margô não entendeu. Então o vizinho explicou:**

 **– Quando meu pai morreu, levei horas para engraxar os sapatos das crianças para o funeral. Por isso vim ajudar.**

 **O vizinho ajeitou-se no chão da cozinha, lavou, engraxou e lustrou todos os sapatos da casa. Observando-o concentrar-se quietinho em sua tarefa, Margô foi levada a concatenar suas idéias e iniciar os preparativos.**

 **Mais tarde, quando Margô voltava com as roupas lavadas, o vizinho tinha ido embora, mas enfileirados junto à parede estavam todos os sapatos, brilhando, impecáveis.**

 **Sim, atos de bondade podem fazer grande diferença quando passamos pelo difícil período de adaptação na perda de um parente. Quando amigos ligam e perguntam:**

 **– Há alguma coisa em que eu possa ajudar?**

 **É difícil para a pessoa responder. Muito melhor são as ofertas para tarefas específicas:**

 **– Deixe-me cuidar das crianças esta noite.**

 **Ou:**

 **– Posso ir ao mercado para você esta semana?**

 **Após adaptarmo-nos a uma perda e termos começado a realizar de novo as tarefas básicas, podemos iniciar o processo de renovação. Podemos participar mais ativamente da nossa cura ao direcionarmos nossas emoções e energias para novos canais.**

 **Você pode começar fazendo uma lista de seus dons pessoais. Que dons ou habilidades você tem que podem ser desenvolvidos? Escreva alguns alvos de curto prazo para si mesmo. Como você pode colocar isto em prática?**

 **Arlene sempre foi muito dependente do marido. Quando ele morreu, ela temeu nem sequer conseguir sobreviver. Em conversa com outros, Arlene passou a acreditar que era uma pessoa de recursos. Decidiu aprender a dirigir um automóvel e começou a procurar emprego fora de casa. Dentro de seis meses, Arlene já tinha uma carteira de motorista e um emprego. Agora, ela podia começar a lidar com suas emoções e energias.**

 **Isto é importante porque uma perda trágica sempre atinge nossa auto-estima e resulta numa sensação de letargia e inutilidade. Entretanto, avaliar nossos dons pessoais e traçar alvos de curto prazo, nos ajudarão a superar esses problemas.**

 **A certa altura você pode precisar fazer alguma coisa boa para si mesmo, para voltar ao trilho, especialmente se a depressão começar a aumentar. Uma nova roupa, um novo penteado, sair com um amigo, levar as crianças à praia. Essas coisas podem nos impelir para fora da auto-piedade. Tudo isso também ajuda a manter a própria identidade.**

 **Alguns meses após perder o marido, Helen Raley decidiu fazer uma viagem à pequena cidade do Texas, onde ela cresceu. Helen passou de carro pela conhecida praça da cidade, pelo ginásio, pela tecelagem e pelos trilhos da ferrovia foi até a fazenda. Ela encontrou uma velha amiga e conversaram sobre os lugares que costumavam brincar quando crianças. Helen subiu a colina onde seus pais foram enterrados e de lá olhou para o conhecido vale verdejante, o rio brilhante e as árvores familiares. Quantas recordações... Lembrou-se de todo o amor, dignidade e trabalho duro que fizeram parte de sua família.**

**Helen passou a entender melhor quem ela era, e foi capaz de ir adiante e construir uma vida produtiva. Percebeu que Deus ainda tinha planos para ela.**

 **Quando recuperamos o senso do nosso valor aos olhos de Deus, podemos nos relacionar melhor com o valor da pessoa que perdemos. Ela foi embora, mas suas boas obras, suas boas qualidades, viverão para sempre. Podemos ser gratos por isso, não podemos? Podemos começar a agradecer a Deus por isso.**

 **A esta altura, podemos começar a dizer com o salmista: "Por que estás abatida, ó minha alma? Espera em Deus porque ainda o louvarei, a ele, meu auxílio e Deus meu" (Salmos 42:5).**

 **Sobre sua aflição pela perda da esposa, C.S. Lewis escreveu este lindo trecho: "Agradecer é o modo de amar que sempre tem algum elemento de alegria em si. Agradeça na devida ordem: a Deus como o doador, a ela como o presente. Será que o agradecimento por si só não nos traz alegria, mesmo na ausência dela?"**

 **Sim, o agradecimento mantém o ente amado em perspectiva. Assim, deixamos as lembranças mórbidas em troca das memórias agradáveis.**

 **As boas qualidades de um ente perdido podem ser uma força motivadora em nossa vida, se a usarmos corretamente. Alguns idolatram o falecido e tentam viver de acordo com os desejos imaginários do ente querido. Eles, de fato, substituem a vida do falecido por sua própria.**

 **Isto, no final, é prejudicial. Torna-se uma armadilha. Lembre-se que Deus tem um plano para você, individualmente. Sua vontade é o única guia válido para a nossa vida. O que os entes queridos podem fazer, é servir como exemplos que inspirem.**

 **Frank Deford ficou arrasado com a morte de sua filha. O nome dela era Alexandra. A fibrose cística havia tirado sua vida aos oito anos de idade. Alguns meses após o funeral, surgiu a questão da adoção. Talvez os Defords pudessem adotar outra garota. Chris, o filho deles, achou uma ótima idéia, porém Frank, o pai, estava relutante. Havendo muitas crianças necessitadas, um lar seria certamente uma boa coisa, mas Frank não conseguia aceitar trazer para casa uma estranha para tomar o lugar de Alexandra. Parecia uma grande injustiça. Ninguém poderia substituí-la em seu lar.**

 **Numa noite, a esposa de Frank comentou:**

 **– Sabe, se quiséssemos adotar um bebê, provavelmente não conseguiríamos um na América. Ele teria que vir de um país bem distante.**

 **Sim, Frank entendeu isso. Sua esposa continuou:**

 **– Você se lembra da oração de Alexandra, a parte que ela mesma criou e dizia todas as noites?**

 **Sim, Frank lembrava-se. Sua filha sempre orava assim:**

 **– Deus, cuide por favor da nossa pátria, e traga algumas pessoas pobres para cá.**

 **Lágrimas vieram aos olhos de Frank. Agora ele entendia. Adotar outra menina não substituiria Alexandra. Simplesmente responderia a oração dela.**

 **Em poucos meses os Defords recebiam em seu lar uma preciosa menina órfã das Filipinas.**

 **Agora eles podia reconstruir a vida. O idealismo de uma criança os havia levado a agir. Frank depois escreveu: "Tivemos que começar de novo e seguir daquele ponto. Muito obrigado, Alexandra, porque temos muito que trabalhar desde que você surgiu em nossa vida."**

 **O que temos recebido dos entes queridos que se foram nos dá "mais com que trabalhar". É trágico se nos deixamos aprisionar numa devoção mórbida aos falecidos. Isso seria uma traição da vida que eles compartilharam conosco. Podemos construir bem melhor uma vida frutífera, inspirados em seus ideais.**

 **Muitas pessoas perguntam quanto tempo leva para se recuperar da aflição. Quando podemos finalmente enxugar nossas lágrima? Bem, psicólogos nos dizem que o período de pranto varia muito de pessoa para pessoa. Podemos ficar atentos porém, a um sinal de alerta, ou seja, a fase de aflição dura em geral mais de sete meses.**

 **Muitos daqueles que pranteiam passam por períodos de choque, revolta, confusão e depressão. Atravessamos a nossa aflição de um estágio para o outro. No entanto se, por exemplo, alguém ainda estiver em choque quatro meses após a tragédia, alguma coisa está muito errada. Se a depressão prosseguir por mais de um ano, precisamos fazer um tratamento.**

 **Nada é de fato fácil no processo da aflição. Começamos e paramos; experimentamos paz e depois uma repentina crise de amargura, mas aos poucos, iremos progredindo. A fase das fortes lembranças começa a ceder; a face anuviada da natureza se ilumina e começamos a ouvir os pássaros de novo e a ouvir novamente o convite de Cristo: "Vinde a Mim, todos os que estão cansados e oprimidos" (Mateus 11:28).**

 **Aos poucos descobrimos que Ele de fato é o "Deus do conforto" (II Cor. 1:3,4). Eu Quero assegurar a você que o conforto de Deus não é vulgar, eu sei.**

 **Eu não perdi minha esposa, mas perdemos um bebezinho. Em toda nossa família, aconteceram duas mortes trágicas e repentinas. Ao partilhar o conforto de Deus, eu vi a Sua cura. Nós tivemos grande necessidade da cura de Deus pessoalmente. Eu sei o que é perder alguém que significa tudo para nós. Você investe suas esperanças e seus sonhos, sua própria vida em outra vida preciosa. Você vê a pessoa desabrochar e crescer. Então, de repente, sem explicação, ela se vai. Você estende a mão para tocar o ente querido mas não tem nada ali. Você pede, você implora, mas não há reposta.**

 **Foi apenas naquela terrível escuridão, naquele vazio doloroso que eu conheci de fato o conforto de Deus, porque somente ali alguém pode achar a "comunhão dos sofrimentos de Cristo." Sim, a Bíblia nos diz que podemos ter comunhão íntima com Cristo em seus sofrimentos. Nossos momentos de aflição podem nos ajudar a entender a profundidade do amor de Cristo. Eles constroem em nós uma compaixão mais profunda e uma compreensão das necessidades dos outros.**

 **Existe dor na aflição? Sim. Escuridão, momentos de desespero? Sim. É tudo sem sentido e um desperdício? Não. Não com o Deus de todo o conforto. Do sofrimento Ele tira um novo propósito; em nosso momento de tristeza Ele chega bem próximo. Este Deus pode nos mostrar o outro lado da aflição.**

 **Desejo que cada um de vocês venha conhecer este Deus de todo conforto, o "Homem familiarizado com o sofrimento". Você não quer partilhar seu sofrimento com Ele agora?**

**ORAÇÃO**

**Meu Pai, por compreender minha profunda dor, muito obrigado. Obrigado por me ajudar a atravessar meus períodos de aflição. Dá-me paciência para esperar o desdobramento do Seu propósito. Obrigado pelo Seu conforto agora e pela maravilhosa esperança que me dás para o futuro. No nome do salvador de Jesus, amém.**

**Caso você queira aprofundar o seu conhecimento da Bíblia,**

**solicite agora mesmo o**

 **Curso Bíblico do programa "Está Escrito".**

 **Ele é inteiramente grátis. Teremos o maior prazer em atender sua solicitação. Entre em contato conosco agora mesmo.**

**Está Escrito**

**Caixa Postal 1800**

**20001-970 Rio de Janeiro, RJ**

**Telefone (021) 284-9090**

**Fax (021) 254-7165**