

Temperamento sob controle

Dominador, vingativo, tímido, irado, triste ou precipitado. Dá para mudar o nosso jeito de ser?

Existe uma ambigüidade entre os cristãos que sabem como devem se comportar, mas não conseguem reagir como determinado pela Bíblia. A pressa, o consumismo, a cobrança por resultados imediatos no trabalho e na igreja, a educação dos filhos, o casamento são situações que consomem grande parte da energia de uma pessoa e podem levá-la ao estresse. Com isso, um seguidor de Cristo começa a sucumbir e não consegue viver constantemente as nove características da vida plena do Espírito Santo: amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fé, mansidão, domínio próprio.

Entre a teoria e a prática desse ensinamento bíblico, a distância pode ser quilométrica. Enquanto uns se culpam por não atingir o alvo, outros justificam o seu comportamento. Há ainda aqueles que desenvolvem neuroses psíquicas como medo e culpa, que resultam em doenças como depressão e síndrome do pânico. Mas, afinal, o que está por trás desse comportamento?

Famoso e polêmico, o escritor e pastor Tim LaHaye diz que o temperamento influencia tudo quanto uma pessoa faz, desde os hábitos de sono e de estudo, o estilo de alimentação e até a maneira como se relaciona com os outros. “Humanamente falando, não existe outra influência em sua vida que seja mais poderosa que seu temperamento ou a combinação deles”, escreveu LaHaye em seu livro *Por que agimos como agimos*.

Ele resume o temperamento como “a combinação de características com as quais temos nascido. O caráter é o nos-



so temperamento ‘civilizado’. A personalidade é a ‘face’ que mostramos a outros”, afirma o escritor.

Muitos líderes evangélicos têm utilizado a Teoria dos Quatro Temperamentos, adotada por LaHaye e publicada no Brasil na década de 1960. Nesta teoria, criada por Hipócrates (460 – 370 a.C.), o temperamento do ser humano é dividido em sangüíneo, melancólico, colérico e fleumático. O objetivo do escritor

é fazer com que o cristão se auto-avaliar e aprenda como Deus poderá transformar os defeitos do temperamento. Para ele, o homem carnal e o cristão imaturo se deixam dominar ou influenciar pelos aspectos negativos dos seus temperamentos. Muitas situações difíceis na igreja, no

lar e na vida secular são criadas por desconhecimento das fraquezas e falta de um critério espiritual para tomar nova direção. Porém Sigmund Freud desferiu um golpe devastador à Teoria dos Quatro Temperamentos, no século 20. Sua pesquisa apontou que é o meio ambiente que determina

o comportamento do indivíduo. Essa teoria, segundo LaHaye, é diametralmente oposta à teologia cristã e, em vez de fazer o homem sentir-se responsável pela sua conduta, fornece-lhe uma válvula de escape que o isenta de seu mau comportamento.

Negar emoções pode levar à doença espiritual

Para o psicólogo Samuel Costa, do Corpo de Psicólogos e Psiquia-

tras Cristãos (CPPC), do Rio de Janeiro, a saúde mental é preservada quando o evangélico se lembra da sua humanidade para não sofrer com as suas reações. “Às vezes, perdemos a calma e isso é normal. O importante é reconhecer os nossos erros e readquirir o equilíbrio”, explica. O grande perigo é a negação das emoções, segundo a psicóloga Danielle de Cássia Morelli Garcia, do CPPC de Porto Ale-

gre. “Não se pode negar a emoção. A pessoa deve aceitar que está sentindo ira e raiva. O que se deve é aprender a reagir de forma adequada. Isso é diferente daquele cristão que não sente raiva, não confronta. Isso não é humano. Ao negar a existência de algo, também se gasta

energia psíquica e emocional. Isso gera neuroses como depressão e medo”, explica. Danielle diz ainda que, ao sublimar suas emoções, o cristão desenvolve o que ela chama de “doença espiritual”. E esclarece: “Você sente algo e nega. Não está negando apenas para o próximo, mas

para Deus. Isso gera sentimento de culpa porque as suas reações não são espontâneas. Não está se relacionando com

Deus de forma espiritual”. A melhor forma de lidar com as emoções, segundo Larry Crabb descreve no livro *Tudo sob controle*, da editora Textus, é praticar dois princípios básicos: “Reconhecer os sentimentos para nós mesmos e diante de Deus, nos permitindo experimentar todo o

peso das emoções em nosso interior”. Segundo ele, essa é a estratégia bíblica que encontra o equilíbrio entre lançar os sentimentos sobre os outros (o que vai contra os propósitos de Deus) e bloqueá-los em nosso interior (o que nega que a graça de Deus é suficiente para que ele nos aceite como somos). Nas duas posturas, a sinceridade e a expressão seletiva, o alvo é honrar a Deus.

O cristão deve buscar a santificação

Para outros teólogos, o cristão tem de ter controle sobre si próprio. Eles afirmam que os seres humanos são propensos a reagir conforme o temperamento mais predominante. O pastor e conferencista Russell Schedd afirma que a maioria dos evangélicos é dominada pela vontade carnal que dá mais ênfase ao individualismo do que à generosidade. “Hoje o que se reforça é o temperamento (vontade carnal) herdado dos pais e não a submissão ao Espírito Santo”, garante. Ele afirma ainda que o que reforça a manutenção do comportamento não adequado é o fato de que o crente está satisfeito com a justificção (aceitou Jesus e, portanto, está salvo) e não com a santificação (entrega e busca por mais intimidade com Deus que gera mudança de comportamento, postura, enfim, a santidade na prática). Para Schedd, o problema básico é como o crente coloca o seu espírito debaixo do Espírito Santo. “É urgente a necessidade de voltar-se para o alto para podermos cumprir o que está em Rm 12.1, que fala da renovação da mente. Isso só acontece com uma entrega constante”, ressalta.

Humanamente falando, não existe outra influência em sua vida que seja mais poderosa que seu temperamento ou a combinação deles, diz o escritor Tim LaHaye

A saúde mental é preservada quando o evangélico se lembra da sua humanidade para não sofrer com as suas reações. O importante é reconhecer os erros e readquirir o equilíbrio.