

ENFERMIDADES

da alma

NA CULTURA CONTEMPORÂNEA

Mensagem: 03, dias 21 e 22 de setembro
Série: Enfermidades da alma na cultura contemporânea
Título: Cansaço
Texto: Marcos 1 - 3

RECORDANDO A MENSAGEM

O cansaço normal é comum a todos, mas trataremos de esgotamento.

Há uma série, que poderá ser visitada no Chácara.TV: “Quando jogar a toalha parece ser a melhor opção” de setembro de 2019 – em que Ricardo Agreste testemunha de sua experiência com Burnout sofrida em 2018.

No livro: Sociedade do Cansaço de Byung-Chul Han, encontramos algumas ideias que nos ajudarão nessa reflexão:

“Sofrimentos psíquicos como Síndrome de Burnout, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) e o aumento de casos de depressão possuem uma relação direta com o sistema de trabalho contemporâneo associado ao advento do mundo digital”.

Segundo dados do Ministério Público do Trabalho no Brasil, quando falamos em Síndrome de Burnout:

- 30% dos trabalhadores brasileiros
- O Brasil é o segundo país no mundo com mais casos diagnosticados
- 27 trabalhadores são afastados por dia
- Os diagnósticos aumentaram 1000% na última década.

Byung-Chul Han continua dizendo:

“A hiperatividade contemporânea conduz a uma espécie de esgotamento espiritual.”

Nossa sociedade tem pavor do tédio e do silêncio, da reflexão. Isso produz uma geração sem pensadores.

A hiper atenção pode parecer algo bom para alguns: fazer várias coisas ao mesmo tempo. Mas, gera uma falta de atenção que entrega produtividade rasa. Cientificamente, você é incapaz de trabalhar em duas ou três coisas simultaneamente entregando qualidade em todas elas. Isso gera cansaço.

ENFERMIDADES

da alma

NA CULTURA CONTEMPORÂNEA

Concluindo, ele diz:

“A sociedade do cansaço surge da união de todos esses fatores em algo que Han apelida de ‘infarto da alma’... Ele descreve as pessoas da seguinte forma: ‘Elas estão vivas demais para morrer e mortas demais para viver’.”

IMPLICAÇÃO

E qual seria a solução? Como alternativa à vida hiperativa, Han sugere a de uma “vida contemplativa” na qual os indivíduos sabem dizer “não” ao excesso de estímulos. Para o autor, essa capacidade de negação é mais ativa do que qualquer forma de hiperatividade contemporânea.

Vamos observar alguns versos do Evangelho de Marcos, dos capítulos 1 a 3:

- 1) Popularidade / reconhecimento – Mc 1.28

²⁸ As notícias a seu respeito se espalharam rapidamente por toda a região da Galileia.”

- 2) Trabalho / Agenda estendida – Mc 1.32,33

³² Ao anoitecer, depois do pôr-do-sol, o povo levou a Jesus todos os doentes e os endemoninhados.³³ Toda a cidade se reuniu à porta da casa...”

- 3) Solitude / Silêncio – Mc 1.35

³⁵ De madrugada, quando ainda estava escuro, Jesus levantou-se, saiu de casa e foi para um lugar deserto, onde ficou orando.”

- 4) Solitude / Silêncio – Mc 1.35; Mc 1.36,37; Mc 1.38– Oração: Presença de Deus

³⁵ De madrugada, quando ainda estava escuro, Jesus levantou-se, saiu de casa e foi para um lugar deserto, onde ficou orando.”

³⁶ Simão e seus companheiros foram procura-lo e, ao encontra-lo, disseram: ³⁷ ‘Todos estão te procurando!’.”

³⁸ Jesus respondeu: ‘Vamos para outro lugar, para os povoados vizinhos, para que também lá eu pregue. Foi para isso que eu vim.”

- 5) Simplicidade – Mc 1.38– Oração: Consciência de Identidade e Propósito

³⁸ Jesus respondeu: ‘Vamos para outro lugar, para os povoados vizinhos, para que também lá eu pregue. Foi para isso que eu vim.”

ENFERMIDADES

da alma

NA CULTURA CONTEMPORÂNEA

6) Sábado – Mc 2.23 – 3.6

²⁷E então lhes disse: 'O sábado foi feito por causa do homem, e não o homem por causa do sábado'."

Três práticas espirituais precisam ser urgentemente resgatadas na vida daqueles que querem ser seguidores de Jesus na sociedade contemporânea: a solidão, o silêncio, a simplicidade, e tudo isso culmina no sábado, onde vamos gastar nossas energias.

Quando falamos do Sábado, precisamos ter olhares atentos a esses dois textos:

Gn 2.1-3

Temos má compreensão do Sábado: não conseguimos descansar no Sábado por não trabalharmos como deveríamos nos outros seis dias. Existe um ritmo na criação; não podemos ir contra esse ritmo.

Êx 20.8-11

Esse mandamento começa com uma ordem relacionada à lembrança: não te esqueças! Priorize seu tempo nos seis dias para trabalhar, se organize, e resgate o período de descanso no sétimo dia.

Sábado – SHABBAT: Parar.

1. Um estilo de vida que respeita o ritmo da criação.
 - a. Deus abençoou na criação:
Os animais (fertilidade)
Os seres humanos (fertilidade)
O Sábado (?) tem poder de renovar suas forças para criar / fertilidade
2. Um dia para parar (descanso + adoração) – precisamos combinar os dois
3. Uma prática que nos mantém livres – Dt 5.15 – No Egito foram escravos... e Deus não quer que sejamos escravos! (escravo não tem descanso).

APLICAÇÃO

Para refletir e praticar:

Quatro práticas espirituais que nos mantém longe do esgotamento.

Solidão – não solidão.

Silêncio – não somente exterior, mas principalmente interior.

Simplicidade – tomar decisões para tornar a vida mais simples.

Sábado – ensino para nos manter longe do esgotamento.

ENFERMIDADES *da alma* NA CULTURA CONTEMPORÂNEA

“²⁸ Venham a mim, todos os que estão cansados e sobrecarregados, e eu vos darei descanso.”

“²⁹ Tomem sobre vocês o meu jugo e aprendam de mim...”

“³⁰ e vocês encontrarão descanso para as suas almas.”

Mt 11.28