

PERFECCIONISMO RELIGIOSO E SAÚDE MENTAL

Walvetrude Andrade Nino

Mestre em Teologia. Doutorando em Teologia Pastoral, IAE ct. Professor do SALT-IAENE.

Com freqüência a religião pode se constituir num fator predominante em desordens mentais. As pessoas põem diante de si um alto ideal, e à medida em que a vida avança percebem sua incapacidade de alcançá-lo. Os sentimentos de culpa aparecem, e em muitos casos transformam-se em fardos tão pesados que a saúde mental sofre abalos consideráveis. Ellen White afirma: “Desgosto, ansiedade, descontentamento, **remorso, culpa**, desconfiança, todos tendem a consumir as forças vitais, e a convidar a decadência e a morte”¹ (grifo suprido).

A busca da paz interior torna-se, então, uma obsessão. Os indivíduos lançam mão de alternativas diversas para alcançá-la: jejuns, horas intermináveis de leitura da Bíblia e do Espírito de Profecia, condutas excêntricas e radicais no comportamento individual e coletivo. Não poucas vezes imaginam-se os únicos baluartes do bem. Sofrem de alucinações, ouvem vozes, condenando-os ou indicando-lhes a tarefa de atalaias da verdade. Transformam-se em tormentos para si mesmos e para o próximo.

Como pode o cristão lidar com o perfeccionismo? Como viver uma religião saudável e feliz?

Em primeiro lugar está a necessidade de reconhecer e aceitar a realidade do pecado na natureza humana, realidade esta que se reflete na prática do mal (I Jo. 3:4; Tg 2:9), na omissão de fazer o bem (Tg 4:17) e nas emoções ou sentimentos que muitas vezes são gerados contra a própria vontade. “A lei de Deus denuncia o ciúme, a inveja, o ódio, a malignidade, a vingança, a concupiscência e a ambição que emergem da alma, mas não encontraram expressão em ato exterior, porque faltou ocasião e não vontade.”² Paulo, apóstolo, declarou dele mesmo: “O que faço não entendo... Pois não faço o bem que quero, mas o mal que não quero, esse faço.” (Rom. 7:17, 19). O novo nascimento não transforma o cristão num ser sobrenatural incapaz de pecar. “Se dissermos que não temos pecado nenhum, a nós mesmos nos enganamos, e a verdade não está em nós” (I Jo. 1:8).

Em segundo lugar, o cristão deveria compreender que o caminho da paz interior nunca será alcançado enquanto olhar a si próprio, buscando-a através de seus esforços. Paulo compreendeu onde isto chegaria e lançou um grito de desespero: “Desventurado homem que sou! Quem me livrará do corpo desta

¹ Ellen G. White, *Ciência do Bom Viver*, 4ª edição (Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 1990), 241.

² Ellen G. White *Mensagens Escolhidas*, 2ª edição (Santo André, SP: Casa Publicadora Brasileira, 1985), 1: 217.

morte?” (Rom. 7:24). A vida para qualquer cristão é cheia de altos e baixos. “Justiça é obediência à lei. A lei requer justiça e esta o pecador deve à lei, **mas ele é incapaz de a apresentar**”³ (grifo suprido).

Em terceiro lugar, existe uma saída. “Olhai para mim...” “...ainda que os vossos pecados são como a escarlata eles se tornarão brancos como a neve, ainda que são vermelhos como o carmesim, se tornarão como a lã” (Isa. 45:22; 1:18). Como acontece isto? O cristão pela fé pode

...apresentar a Deus os méritos de Cristo, e o Senhor lança a obediência de seu Filho a crédito do pecador. **A justiça de Cristo é aceita em lugar do fracasso do homem**, e Deus recebe, perdoa, justifica a alma arrependida e crente, trata-a como se fosse justa, e a ama tal qual ama seu Filho”⁴.

O autor da carta aos Hebreus lança o convite: “Acheguemo-nos, portanto, confiadamente, junto ao trono da graça, a fim de recebermos misericórdia e acharmos graça para socorro em ocasião oportuna” (Heb. 4:16).

Por último a aceitação desse convite gerará não um estado de perfeição absoluta, mas um fato novo descrito por Paulo em termos judiciais: “...Nenhuma condenação há para os que estão em Cristo Jesus” (Ro 8:1), e este “estar em Cristo” é visto pelo apóstolo em termos de perfeição. “...nEle estás aperfeiçoados...” (Col. 2:10).

Assim que o convite de Cristo: “Vinde a mim todos os que estais cansados e sobrecarregados e Eu vos aliviarei... e achareis descanso para as vossas almas” (Mat. 11:28-29) cria um estado de espírito, que se traduzirá em alegria e satisfação, capaz de remover as nuvens, restaurando a saúde mental e dando equilíbrio à personalidade. “O ânimo, a esperança, **a fé**, a simpatia e o amor promovem a saúde e prolongam a vida”⁵.

Eduquemos a alma a ser esperançosa, e a permanecer na luz que irradia da cruz do Calvário. Nunca devemos esquecer de que somos filhos do Celeste Rei, filhos e filhas do Senhor dos Exércitos. **É nosso privilégio manter um calmo repouso em Deus.**⁶ (grifos supridos)

³ *Ibid.*, 367.

⁴ *Ibid.*, 367.

⁵ *Ciência do Bom Viver*, 241.

⁶ *Ibid.*, 253.