



Com a participação de elaboração da Dra. Lília Maria Rodrigues Heleno

7º AULA – REDEFININDO RELACIONAMENTOS

Na nossa sociedade, uma das correções aplicadas a um indivíduo que não respeita as leis e que acaba por ferir ou prejudicar outros cidadãos é a prisão. E, dentro do sistema prisional, aos casos considerados de alto risco, principalmente devido às anormalidades comportamentais do preso, é aplicada a solitária, onde o recluso fica afastado do convívio com os outros detentos.

Já parou para pensar porque essa correção é adotada? Qual sua finalidade?

Fomos criados para viver em comunidade. E, para proporcionar que esta convivência seja harmoniosa, foram criadas as leis. Assim, viver em sociedade exige respeito às suas normas, que protegem os direitos fundamentais de seus cidadãos e estabelecem deveres para todos que ali convivem.

Nós gostamos da companhia de outras pessoas, gostamos de saber que somos queridos e que outras pessoas se importam conosco. Está na nossa natureza, por isso a prisão e, sobretudo, a solitária são correções tão severas.

Agora que aprendeu que faz parte da natureza humana a necessidade de se relacionar, deve também compreender que não é bom se isolar. Essa atitude, na verdade, agrava o quadro de depressão devido ao sentimento de solidão que provoca. Esse momento difícil que está a passar não é culpa sua, por isso não se afaste das pessoas. Certamente tem muito a contribuir na vida de alguém com sua amizade, carinho e amor.



Como se relacionar sem se magoar?

Pode ser que, neste momento, esteja a pensar:

“Isso é muito bonito de falar, mas as pessoas não se importam comigo.” Ou “Eu não sou uma boa companhia para as pessoas.” Ou ainda, “As pessoas hoje em dia são frias e maldosas.”

Sabe por que esse pensamento está aí? É por causa das vezes que se magoou e se frustrou com alguém. Só que a solução não está em se isolar. Pense connosco: ficar aí sozinho nesse quarto isolado do mundo, até mesmo da família, tem lhe feito bem?

Claro que NÃO! Então, é preciso corrigir a maneira de se relacionar, ao invés de agir como um eremita!

Sabemos que, infelizmente, existem pessoas que desejam o mal. Mas nem todas as pessoas são assim, existem muitas pessoas que querem o seu bem, e que se importam consigo. Quer um exemplo? NÓS! Afinal, estamos aqui consigo neste curso porque queremos ajudar-lhe, e ver o seu emocional restaurado.

Vamos então corrigir essa maneira de olhar para os relacionamentos?

Reconfigurar os relacionamentos

A Bíblia, um Livro de sábios ensinamentos, narra a história de uma certa mulher, que saiu para buscar água em um poço, como era o costume da época.

Essa mulher foi sozinha, na hora mais quente do dia, e, ao chegar no poço, ela encontrou com um Mestre muito especial. Eles conversaram por um tempo, e nesta conversa descobre-se que ela já tinha sido casada 4 vezes. Além disso, ficou claro que, naquele momento, ela estava em um relacionamento com um homem que não era o seu marido.

Esta era a razão de ela ter ido buscar água sozinha. Certamente esta mulher era malfalada entre as pessoas da sua cidade, devido a vida amorosa conturbada. E também era muito provável que não tivesse amigas.

Só que a conversa que ela teve com o Mestre no poço, tocou-a de uma maneira tão profunda, que a felicidade entrou no seu coração. E o que ela fez? Correu logo para a sua cidade, para contar a todos o que havia acontecido dentro do seu coração.

Veja bem: ela correu ao encontro daquelas pessoas que falavam mal e olhavam torto para ela! E porquê ela faria isso? Porque amizades e relacionamentos se



tratam mais sobre DAR do que receber, ou melhor, do que esperar algo em troca.

A mulher no poço percebeu isso quando foi cheia de força pela Palavra que recebeu naquela conversa. Logo, ela não se importava mais com o que as pessoas fizeram ou fariam contra ela. Naquele momento, ela estava forte e queria dar/transmitir o que tinha recebido para os outros. E, baseados no seu relato, os homens daquela cidade foram em busca do Mestre que havia mudado a sua vida, porque queriam também receber o que ela havia recebido. No encontro com o Mestre, a mulher rejeitada tornou-se numa influenciadora, um exemplo a seguir!

O que queremos que aprenda com esta história? Sim, infelizmente existem pessoas que são ingratas, que falam mal e magoam. Mas existem também muitas pessoas ao seu redor que querem o seu bem, que se preocupam consigo. Então, independentemente das que lhe querem bem ou mal, relacione-se com as pessoas de maneira a fazer sempre o bem e dar o melhor de si. Pois, quando se dá, torna-se muito mais forte do que a pessoa que recebeu.

A Palavra de Deus ensina:

“Não nos cansemos de fazer o bem. Pois, se não desanimarmos, chegará o tempo certo em que faremos a colheita.”

O que estamos aqui a ensinar pode, aos olhos de muitas pessoas, parecer tolice, fraqueza ou que se está a perder. Mas não assim! Na realidade, este é o segredo para ser feliz nos relacionamentos.

Agora que conheceu esta verdade sobre os relacionamentos, decida esquecer tudo que havia aprendido até hoje e pratique o aprendizado: **o mais forte e mais feliz é aquele que dá!**

O amor de Deus

Sabe com quem aprendemos estes ensinamentos sobre relacionamentos?
Com Deus!

Vamos ler juntos o que está escrito:

“Porque Deus amou o mundo tanto, que deu o Seu único Filho, para que todo aquele que nEle crer não morra, mas tenha a vida eterna”

Pode ser que, até este exato momento, não tenha tido conhecimento de que existe Alguém que lhe ama tanto assim, ao ponto de dar Algo tão precioso como

Seu Único Filho, para que você e eu tivéssemos uma vida feliz. Mas existe, e Deus já lhe deu esse Amor mesmo antes de O receber e conhecer.



Entenda que todas as vezes que acorda e respira fundo, já recebeu um presente de Deus: o fôlego da vida.

Já olhou para o céu hoje? Não? Chegue então até a sua janela agora e olhe para o céu. Como ele está? Nublado? Azul? Com o sol bem forte? Esse espetáculo diário que é o céu, é um dos presentes de Deus para si no dia de hoje, para se apreciar.

Percebe o quanto o Criador deseja agradar-nos, as Suas criaturas? Isso acontece porque Ele quer Se relacionar conosco. Por isso, se conversar agora com Ele sobre o que está dentro do seu coração, ou até mesmo chorar e pedir ajuda a Deus, Ele irá lhe atender no mesmo minuto.

Deus quer ser o seu melhor amigo, e para que isso aconteça Ele está disposto a lhe dar TUDO O QUE PRECISA! Não é maravilhoso ter um Amigo que nos ama tanto assim?

Dando um presente





Essas são Patrícia e Isabela, mãe e filha. Patrícia está a oferecer um presente para a sua filha Isabela. Vamos analisar o que se passou com a Patrícia?

- Primeiro, escreva três pensamentos que, na sua opinião, passaram na cabeça da Patrícia quando ela quis dar esse lindo brinquedo para a sua filha.
- Em seguida, escreva também três emoções que acredita que a Patrícia sentiu ao entregar o presente e poder ver a alegria no rosto de sua filha.

Podemos concluir que a Patrícia:

1. Quis agradar a filha mais que ela mesma;
2. Não pensou no que iria perder quando gastou;
3. Materializou o seu amor pela filha com a sua atitude.

Ao ver a alegria no rosto da sua filha, a Patrícia sentiu:

1. Alegria,
2. Satisfação de ter feito algo bom,
3. Vontade de fazer mais do mesmo.

Perceba que a Patrícia deu, mas ganhou mais do que a sua filha que recebeu o presente. Então, da mesma forma, quando investimos em agradar, fazer o bem e dar, acabamos por receber muito mais.

Quando vier aquele pensamento que está a ser tola ao fazer a vontade da outra pessoa, que está a perder tempo, lembre-se: “Mais feliz é aquele que dá do que propriamente quem recebe”!

Tarefa de casa:

Quem são as pessoas que considerava os seus amigos, mas que por conta desse momento difícil que está a passar, afastou-se delas?

Envie uma mensagem esta semana para uma delas. Pergunte como está. De alguma forma, deixe-a saber que lembra-se dela com carinho. Depois, partilhe com o nosso voluntário como foi para si.

No próximo módulo:

Talvez ter Deus em primeiro lugar e se relacionar com Ele ainda seja algo novo e não tão fácil para entender como isso funciona na prática.

Mas não se preocupe, iremos lhe ajudar nessa caminhada. Em nossa próxima e última aula, o tema será: Como amar, ouvir e se relacionar com Alguém que não se vê?

Lhe esperamos!