

UM PASSO ALÉM ... DA IRA

Pr. Walter Santos Baptista

"Sabei isto, meus amados irmãos: Todo homem seja pronto para ouvir, tardio para falar e tardio para se irar. Porque a ira do homem não opera a justiça de Deus" (Tg 1.19, 20).

Um psicólogo especializado em psicologia infantil fez um estudo de comportamento emocional de crianças bem pequeninas tendo chegado à conclusão de que a ira é uma das emoções que mais cedo acontecem. Como adultos, temos em muitas ocasiões experimentado a ira. Uns a têm experimentado mais que outros, e quantas vezes tem sido difícil, muito difícil, controlar o temperamento.

SIGNIFICADO DA IRA

A ira é uma experiência tão comum que nem precisa ser definida. Duas características, porém, podem ser destacadas. É uma reação emocional que de algum modo precisa ser expressa. Uma pessoa se ira porque se sente ameaçada, agredida ou, mesmo, envergonhada. Crianças choram, gritam, esperneiam; adultos a evidenciam em suas faces, no tom de voz, por palavras, e, muitas vezes, por violência física.

A segunda característica da ira é que ela é também motivadora porque numa situação difícil, podemos ter uma destas três reações: atacar a situação, fugir ou nos colocar acima dela.

Em Efésios 4.30,31 há um conceito de ira, Paulo diz que não devemos entristecer, através dela, o Espírito Santo. Quando o irmão permite que a ira e a amargura dirijam a sua vida, Deus é ferido; a habitação do Espírito Santo, que é o próprio irmão, é afetada pela atitude de raiva, ódio e ira. Há cinco palavras nesta passagem que nos dão um conceito interessante, embora elástico, da ira:

"E não entristeçais o Espírito Santo de Deus, no qual fostes selados para o dia da redenção. Toda a amargura, e cólera, e ira, e gritaria, e blasfêmia sejam tiradas dentre vós, bem como toda a malícia" (Ef 4.30,31).

- **Amargura** (*piknia*), ou seja, guardar no peito o amargor de uma experiência, o rancor, e, por isso, viver amargurado com outra(s) pessoa(s);
- **Cólera** (*thumos*) é a ira repentina que logo se acaba, como um fósforo;
- **Ira** (*arge*) é a cólera que termina em vingança;
- **Gritaria** (*krauge*) também pode ser **falar mal, dizer mal** (*maldizer*);
- **Blasfêmia** ou **maledicência** é toda palavra que se usa com o propósito de ferir pessoalmente a alguém.

Em Colossenses 3.8 são usadas as mesmas palavras, a idéia, porém, é que a expressão de raiva e ira são como roupas velhas que devem ser jogadas no lixo e queimadas em seguida.

Os dias que vivemos são causadores de amargo estresse e profunda tensão: As sirenes dos carros de polícia da ambulâncias parecem mais altas do que nunca; os ônibus, mais cheios do que sempre; os acontecimentos, os crimes arrepiantes; a preocupação com a perda do emprego, o dinheiro que não dá a partir da terceira, talvez da segunda semana; a elevação dos preços. Estamos rodeados de pessoas tão sujeitas a tensões e estresse quanto nós, e freqüentemente reagem e nos tratam com raiva e rudeza.

Façamos, no entanto, distinção, pois a **raiva** (**cólera**, na definição do Novo Testamento) é uma *ira momentânea*, uma emoção da hora, enquanto a **ira** propriamente dita é a *cólera alimentada*, sustentada, mantida, acarinhada até; é a cólera crônica que termina, quase sempre, em tragédia. A Escritura na sua sabedoria adverte: *"Quem facilmente se ira fará doidices; mas o homem discreto é paciente"* (Pv 14.17), e também, *"Pesada é a pedra, e a areia também; mas a ira do insensato é mais pesada do que elas ambas"* (Pv 27.3);

A IRA É DESTRUIDORA

A ira destrói tanto no campo físico quanto no espiritual. Um psicólogo cristão sugere que há três maneiras de se lidar com a raiva: **expressá-la, reprimi-la e perdoar quem no-la causou.**

No primeiro caso, pode-se fazê-lo de maneira construtiva ou destrutiva. Destrutivamente é gritando, insultando, proferindo palavrões, agredindo fisicamente, matando. Uma criança com seus três anos e que sempre recebeu atenção exclusiva dos pais tem, agora, que dividi-la com o irmãozinho que nasceu. Quando sua necessidade de atenção é temporariamente ignorada pela mãe que está ocupada com o bebê, pega um brinquedo e o joga no berço do irmãozinho. A mãe se assusta, fica enraivecida, bate na mão do neném, e o repreende: começa um círculo de **ira** que conduz a **frustração e mais ira!**

Pode-se agir destrutivamente resmungando, rezingando ou, de modo sutil, solapando, minando a personalidade ou influência de alguém. Também se pode destruir outra pessoa sem sequer levantar a voz. Basta o mexerico, a crítica destrutiva, o sarcasmo, o levar-se o outro ao ridículo, pois em raiva é possível depreciar a personalidade, a inteligência, as habilidades e a dignidade do outro.

Mas é possível expressar-se a raiva **construtivamente**. Em vez de atacar física ou verbalmente a outra pessoa, podemos dizer: *"estou com raiva porque você não veio almoçar e não me avisou"*. Não diga à criança para não se zangar: melhor será ensiná-la a verbalizar.

A segunda maneira de lidar com a raiva é **reprimindo-a**. No entanto, enterrá-la é um tremendo erro. Há quem pense que o bom crente assim deve fazer. Sabe o que acontece? O corpo se intoxica, e se vinga com as doenças chamadas psicossomáticas. Quer dizer, a doença é real, mas se baseia numa condição emocional. É aquele que não suporta o patrão e sua reclamação, e cria então úlceras, colite, tosse, problemas de pele, hipertensão, enxaquecas e distúrbios cardíacos. Ou chega à situação de explodir como uma panela de pressão com a válvula entupida!

Há um terceiro modo de se lidar com a raiva, e dele trataremos mais adiante.

A IRA E O CRENTE EM JESUS CRISTO

É preciso distinguir entre ira e ira. Há todos esses aspectos pecaminosos da ira já apresentados (cf. Efésios 4.30,31). Por isso, de acordo com a Bíblia, a ira é inaceitável quando é **apressada** (Provérbios 14.17), **sem motivo** (Mateus 5.22) ou de **longa duração** (Eclesiastes 7.9). A Escritura nos ensina a não abrigar a vingança (cf. Provérbios 19.11), nem a manter companhia com pessoas que vivem sempre furiosas e enraivecidas (cf. Provérbios 22. 24).

E mais uma vez salientamos que é preciso fazer diferença entre ira e ira. A Bíblia fala da ira de Deus, o "Dia da Ira"; fala que Jesus se irou com a falta de fé dos homens (Marcos 3.5), e no templo com os cambistas (Marcos 11. 15-19), e o próprio Paulo escreve em Efésios 4.26, 27: *"Irai-vos, e não pequeis: não se ponha o sol sobre a vossa ira; nem deis lugar ao Diabo"*. Paulo zangou-se quando Marcos o deixou, mas depois não mostrou rancor, porém o amou e respeitou (cf. Atos 13.13; 15.37-39; 1Timóteo 4. 11). Então é preciso mesmo estabelecer diferença entre a ira-pecaminosa e a ira-que é-indignação-e-reação-ao-pecado.

A LIBERTAÇÃO DA IRA

Em Efésios 4. 32 está a chave para a libertação porque Deus nos perdoou de todo pecado e nos dá força para perdoar aos outros: *"Antes sede bondosos uns para com os outros, compassivos, perdoados uns aos outros, como também Deus vos perdoou em Cristo."*

Muitas vezes você é insultado e injuriado. Na próxima vez em que isso acontecer, faça o seguinte; veja essa (má) experiência como uma maneira de crescer na graça de Deus. Você não pode crescer no amor e perdão a não ser que sua vida seja tentada. Cada insulto é uma oportunidade que Deus lhe dá para ser semelhante a Jesus Cristo, pois, além dos resultados físicos e emocionais, há um terrível dano espiritual: *"E não entristeçais o Espírito Santo de Deus, no qual fostes selados para o dia da redenção. Toda a amargura, e cólera, e ira, e*

gritaria, e blasfêmia sejam tiradas dentre vós, bem como toda a malícia. Antes sede bondosos uns para com os outros, compassivos, perdando-vos uns aos outros, como também Deus vos perdoou em Cristo" (Ef 4. 30-32), por isso: "Irai-vos, e não pequeis; não se ponha o sol sobre a vossa ira" (Ef 4. 26), porque raiva não se guarda: é lixo.

Lembre-se de que cada vez que você é insultado e levado ao ridículo, Deus lhe está dando a oportunidade de mostrar que Cristo realmente pode fazer diferença na vida humana. Se você paga o insulto com insulto, ira e ressentimento está dizendo ao mundo que Cristo não fez nada na sua vida.

O REMÉDIO

Há quatro coisas que você deve fazer para curar a ira:

Encare-a como um pecado e confesse-o a Deus. A ira sempre será um problema na sua vida se não admitir que a amargura, a raiva e o ressentimento são pecados (cf. 1Jo 1.9). A. W. Tozer conta de um crente poderosamente usado por Deus na oração pelos enfermos. Como resultado de seu ministério, era chamado fora de horas. Certa ocasião, depois da meia-noite, foi chamado por alguém. Reclamou com Deus a falta de consideração, Deus lhe tirou o dom.

Se você for ofendido ou insultado por alguém, lembre-se que seus pecados contra Deus são maiores que os cometidos contra você (Ef 4.32).

Quando ofendido por outra pessoa, recorde-se sempre que o problema pertence a Deus e não a você (Rm 12.17-19).

Quando ofendido, agradeça a Deus (1Ts 5.18). Por que fazê-lo? A ofensa é uma oportunidade para crescer no caráter de Cristo. **A maturidade espiritual de um crente em Jesus Cristo não é determinada por quantas pessoas ele não ofende, mas pelo modo como reage ao que o ofende.**

E aqui o prometido terceiro método de lidar com a ira: **perdoando**, pois é o da Bíblia. Na cruz, Jesus Cristo exclamou: "*Pai, perdoa-lhes; porque não sabem o que fazem*" (Lc 23.34), porque compreendia as fraquezas, faltas e limitações humanas. É mais fácil perdoar quando primeiramente tentamos compreender.

Jesus Cristo faz a diferença. A pergunta é: que tipo de relacionamento tem você com o filho de Deus? É Ele Seu Salvador? Já entregou sua vida a Cristo para que Ele a governe e a torne uma bênção para os outros?

Walter Santos Baptista, Pastor da Igreja Batista Sião
em Salvador, BA
E-Mail: wsbaptista@terra.com.br