

17 de dezembro

Dia do pastor

“Agora, vos rogamos, irmãos, que acateis com apreço os que trabalham entre vós e os que vos presidem no Senhor e vos admoestam; e que os tenhais com amor em máxima consideração, por causa do trabalho que realizam. Vivei em paz uns com os outros”. (1 Ts 5.12-13)

Estimados irmãos em Cristo, louvamos a Deus pelas suas vidas preciosas, pelas suas vocações e chamados para essa missão tão sublime e excelente, obra do próprio Sumo Pastor e Sacerdote Real, O Senhor Jesus Cristo, Nosso senhor.

Parabéns por ser **“um pastor para as ovelhas de Cristo na amada Igreja Presbiteriana do Brasil”**. Feliz dia do pastor, 17 de dezembro!

Em atenção a essa data, afora nossas orações, **enviamos em forma de apostila, como um presente, oito artigos retirados do site: Voltemos ao Evangelho.**

Recebam como algo vindo do coração de suas mães de oração, na Igreja Presbiteriana do Brasil. Mães que estão nas mais de três mil SAFs que servem a Jesus dentro das nossas Igrejas, Congregações e Campos missionários. Mães que se preocupam também com os senhores e seus familiares, e que oram todos os dias pelos senhores, suas famílias e seus ministérios, para que o Senhor Deus continue sustentando cada um e confirmando seus ministérios, trazendo alegria e perseverança no servir a Cristo na sua Grande Seara, na dependência de Deus, com saúde e a Paz de Cristo, com amor, temor, gratidão, alegria, perseverança, excelência e maestria, aguardando a volta do Nosso Redentor.

Em Cristo Jesus, nosso fraterno abraço e o empenho de nossas orações.

Em nome de todas as queridas irmãs que fazem as SAFs que formam a CNSAFs.

Ana Maria Prado - CNSAFs

Conteúdo:

- Uma cura para o esgotamento pastoral: A pluralidade de pastores com o mesmo pensamento
- Uma cura para o esgotamento pastoral
Construindo uma rede de irmãos que pensam da mesma forma
- Tenha um coração terno e uma pele calejada
Como a humildade protege os pastores do esgotamento.
- Como o Calvinismo torna pastores menos esgotados
- A maior cura para o esgotamento pastoral é o próprio Cristo
- Como evitar a fadiga acumulada
- Estou esgotado? 30 perguntas úteis
- Discernindo os sinais do esgotamento pastoral

“Mas aquele que está sendo instruído na palavra faça participante de todas as coisas boas aquele que o instrui”. Gl 6.6

Uma cura para o esgotamento pastoral: A pluralidade de pastores com o mesmo pensamento

Por **Jason Dees** em 11 dez, 2019

“Nunca forneça seu número pessoal a ninguém em sua congregação. Se você se aproximar muito dessas pessoas, vai se arrepender”.

Foi esse o conselho de um pastor quando comecei no ministério pastoral. Esse homem tinha tido muito sucesso no ministério e era um comunicador muito talentoso. Ele liderou duas igrejas muito grandes e acho que seu conselho foi dado com uma preocupação sincera tanto por mim quanto por meu ministério. lamentavelmente, porém, esse homem tinha um entendimento infeliz e, francamente, não bíblico, do ministério pastoral.

Uma família, não uma empresa

No momento atual, é fácil pensar que o trabalho do pastor é construir um mecanismo eficaz que produza produtos cristãos úteis: bons sermões, boa música, um ministério infantil vibrante e moralmente instrutivo. Em outras palavras, é fácil ver o trabalho de um pastor como se fosse o de um CEO. Mas a definição bíblica de ministério pastoral é mais parecida com o que Pedro escreve em I Pedro 5.2–4:

“pastoreai o rebanho de Deus que há entre vós, não por constrangimento, mas espontaneamente, como Deus quer; nem por sórdida ganância, mas de boa vontade; nem como dominadores dos que vos foram confiados, antes, tornando-vos modelos do rebanho. Ora, logo que o Supremo Pastor se manifestar, receberéis a imarcescível coroa da glória”.

Quando você examina como a igreja é descrita no Novo Testamento, pode ver que os autores usam palavras como “família” (1Tm 5.1–2, Ef 3.14, 2Co 6.18, Mt 12.49–50, 1Jo 3.14–18), “casa” (Gl 6.10, Hb 3.6), “noiva” (Ef 5.32) e “corpo” (1Co 12.12–27, Ef 4.15–16). Em outras palavras, a linguagem que o Novo Testamento usa ao falar sobre a igreja não é a linguagem do mercado; é linguagem da aliança. Não é uma linguagem de troca de mercadorias; não é a linguagem para oferecer o melhor produto da cidade; não é uma linguagem de marca; pelo contrário, o Novo Testamento usa linguagem relacional; usa uma linguagem de dependência uns dos outros – assim como uma família, uma casa, uma noiva e um corpo.

Pastores precisam de outros pastores

Quando um pastor começa a entender isso, ele se vê mais como pai ou pastor e menos como gerente ou chefe. Ele verá seu trabalho menos como um homem que administra uma organização e mais como um homem que cuida de pessoas e procura disciplinar, guardar, proteger e estimular outras pessoas à fé e a boas ações.

Quando essa transformação acontece no coração de um homem, ele se torna verdadeiramente um pastor. E uma vez que essa transformação ocorra, ele desejará cooperadores para esta tarefa, a fim de servir a igreja. Ele perceberá que não pode cuidar da igreja sozinho – como um CEO – e, portanto, desejará homens que possam

fazer mais do que administrar seu mecanismo de ministério. Ele desejará homens pastores com diferentes dons, pontos de vista e perspectivas.

Uma pluralidade de presbíteros é uma conclusão natural para aqueles que entendem corretamente a igreja do Novo Testamento e o papel do ministério pastoral. Mas mais do que isso, uma pluralidade de presbíteros é a conclusão e expectativa bíblicas.

Por todo o Novo Testamento – de Atos a Tito e I Pedro – a pluralidade de anciãos é recomendada e modelada. Uma congregação saudável precisa do cuidado e supervisão de mais de um homem, e uma pluralidade de presbíteros oferece muitos benefícios particulares: melhor ensino, uma perspectiva congregacional mais ampla, uma variedade de dons de liderança e responsabilidade entre os líderes. Essa lista poderia continuar indefinidamente.

Conclusão

Felizmente, o Senhor me deu conselheiros sábios que me ajudaram a ver que o conselho que recebi para me isolar da congregação não era certo nem sábio. Desde aquela conversa, há muitos anos, o Senhor me permitiu fazer a transição de igrejas estabelecidas para uma pluralidade de presbíteros e plantar uma igreja que já começou com uma pluralidade de presbíteros.

Promover a transição do governo de uma igreja, ou estabelecer o governo em uma igreja, são empreendimentos desafiadores, mas esses desafios são muito menores que o desafio de pastorear corretamente uma congregação por conta própria. Afinal, quando você está por sua conta, na melhor das hipóteses, vai cuidar das almas que foram confiadas a você, e na pior das hipóteses, ignorar muitas delas por falta de tempo.

Graciosamente, por sua Palavra, o Senhor nos deu uma maneira melhor de liderar sua igreja. Ele espera que uma pluralidade de homens talentosos e qualificados cuide de sua noiva. Se você atualmente é pastor de uma congregação que não tem homens qualificados além de você, faça duas coisas: comece a orar sinceramente para ter esses homens e, segundo, reconsidere se, talvez, seus padrões não sejam mais elevados do que os da Bíblia.

Você será grato por esses homens hoje. Mas pastor, você ficará ainda mais agradecido por eles no último dia, quando prestar contas daquelas almas que Deus confiou aos seus cuidados (Hb 13.17).

Jason Dees

Jason Dees é pastor titular da Valleydale Church em Birmingham, Alabama, EUA.

Uma cura para o esgotamento pastoral

Construindo uma rede de irmãos que pensam da mesma forma

Por **Kevin McKay** em **4 dez, 2019**

Há alguns anos, eu lhe diria que adorava pregar e pastorear, e que não conseguiria pensar em mais nada que preferisse fazer. Eu também admitiria que não tinha certeza de que poderia fazê-lo por mais dez anos.

Eu não tinha ideia de como alguém poderia fazer isso por mais de vinte anos. Depois li dois livros úteis: *Reset* de [David Murray](#) e *Zeal Without Burnout* de Christopher Ash. Ambos foram de grande ajuda para me trazer ao lugar em que estou agora.

Mas sem uma rede de irmãos com ideias semelhantes no ministério, não tenho certeza se esses livros teriam sido suficientes para me impedir de chegar ao esgotamento. Esses relacionamentos são vitais para mim, pois busco um ministério longo e frutífero.

No primeiro ano de nossa igreja, pude ter uma ideia de como o isolamento pode piorar ainda mais as cargas e pressões normais do ministério. É como jogar um saco de pedras nas costas em uma jornada já árdua. Eu assisti homens tentando realizar seus ministérios dessa forma por anos. Eles já estão lutando contra o desânimo na velocidade com que a igreja cresce, tanto espiritual quanto numericamente, e isso é ampliado por seus esforços para basicamente construir a igreja em uma ilha deserta.

Eles estão sozinhos e começam a acreditar em mentiras. Eles não conhecem ninguém que compartilhe suas convicções filosóficas sobre o ministério – ninguém para compartilhar suas alegrias ou andar com eles em suas lutas. Eles não têm ninguém para erguer os olhos de seu próprio ministério e lembrá-los do trabalho maior que Deus está fazendo em seu reino.

Como alguém pode perseverar em um ministério assim? Bem, muitas vezes não conseguem. E aqui está o porquê.

Você precisa regularmente de um lembrete bíblico sobre o trabalho do ministério.

O apóstolo Paulo teve que lembrar aos coríntios que a mensagem da cruz é loucura e escândalo para os que estão perecendo (1Co 1.18, 23). O evangelho só faz sentido para aqueles que o discernem espiritualmente.

Mas não devemos esquecer que Paulo sente a necessidade de lembrar a igreja disso. Por quê? Porque eles estavam sendo atraídos pelo mesmo tipo de valores pragmáticos compartilhados pelo mundo (2Co 11). Os pastores são propensos a fazer a mesma coisa, especialmente quando parece que o evangelho não tem poder e o trabalho está indo mais devagar do que pensamos que deveria.

Sem uma rede de pastores que pensam da mesma forma, esquecemos os princípios bíblicos que nos entusiasmaram sobre o ministério, e mais facilmente nos voltamos para métodos pragmáticos que atraiam multidões em outros ministérios. Mas construir relacionamentos fortes com outros pastores que pensam da mesma maneira

nos lembrará que há mais descanso e poder em um ministério completamente dependente do Senhor (2Co 12. 9).

Você precisa tirar o “chapéu de pastor” regularmente com um amigo por alguns minutos.

C.S. Lewis disse que a amizade nasce no momento em que um homem diz para o outro: “O que! Você também”? Nós pastores podemos encontrar boas e piedosas amizades com muitos em nossa própria igreja, mas há uma responsabilidade única que carregamos por esses mesmos amigos. Sempre “estar” como pastor pode ser cansativo – e se sua esposa é a única que permite que você tire seu chapéu de pastor por um minuto, então você a esgotará. (E a igreja não a chamou para ser mais um presbítero).

Mas em uma rede de pastores com os mesmos pensamentos, encontramos o apoio e o incentivo de que precisamos para continuar fazendo o que estamos fazendo. Há algo que dá vida ao sentar-se com um amigo que pode simpatizar com suas lutas e compartilhar suas alegrias como apenas um pastor de suas ovelhas. De fato, às vezes precisamos deles para nos pastorear. Às vezes, precisamos pastoreá-los. Amizades com outros pastores fazem parte da maneira como Deus cuida de nós e nos dá descanso espiritual (Pv 17.17).

Você precisa se sentir parte de algo maior que sua própria igreja.

Provavelmente, há muitas coisas em sua igreja a serem incentivadas. Mas, se esperamos ter um papel em alcançar o mundo e apenas observar o que está acontecendo dentro de sua própria igreja, o ministério parecerá algo como correr em uma esteira. Você está gastando muita energia, mas na verdade não está indo a lugar algum.

Quando você mantém o foco apenas no que sua igreja pode fazer, ou deve fazer ou não está fazendo, você desenvolve um tipo de visão de túnel que o impede de ver o que acontece no reino de Deus como um todo. Mas ao fazer parte de uma rede maior de igrejas que buscam cumprir a Grande Comissão juntas, você amplia sua perspectiva. Cristo está construindo sua igreja hoje, e você faz parte desse trabalho.

Como pastores, devemos nos preocupar com o que está acontecendo em todo o mundo e com o que está acontecendo no púlpito ao lado. Essa preocupação nos ajudará a combater o desgaste. Isso nos manterá longe de um foco doentio em nosso próprio ministério, ao mesmo tempo em que abre nossos olhos para sermos encorajados pelo que Deus está fazendo no trabalho mais amplo do qual fazemos parte. Além disso, uma preocupação ampliada sobre como o cristianismo está se saindo fora dos muros de sua igreja levará necessariamente ao tipo de relacionamento descrito acima.

Conclusão

Se você está lendo isso como pastor e precisa de amigos, envie um email para outro pastor em sua região e peça que ele leia esse artigo com você. Talvez isso comece uma amizade que dê vida a vocês dois.

Aqui estão algumas outras ideias: Envolve-se mais com sua associação. Reúna regularmente um pequeno grupo de pastores, se você ainda não o faz. Se você é um membro da igreja que está lendo isso, certifique-se de que seu pastor seja incentivado a ter amizades dentro e fora da igreja. Ajude sua igreja a avaliar o ministério que ele tem com outros pastores – talvez reservando dinheiro no orçamento para isso. Isso não será apenas vital para sua própria igreja, mas também para o corpo maior de Cristo.

Por: Kevin McKay. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: [One Cure for Burnout: Building a Network of Like-Minded Brothers](#).

Original: [Uma cura para o esgotamento pastoral](#). © Ministério Fiel.
Website: ministeriofiel.com.br. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Kevin McKay

Kevin McKay é pastor sênior da Grace Harbor Church em Providence, Rhode Island.

Tenha um coração terno e uma pele calejada

Como a humildade protege os pastores do esgotamento.

Por **Aaron Menikoff** em **26 nov, 2019**

Eles queriam conversar sobre a minha pregação. Não fazia muito tempo que eu estava na igreja, mas eles tinham algumas preocupações. Recentemente, algumas mulheres solteiras deixaram a igreja e esses diáconos estavam convencidos de que a culpa era minha. Meus sermões, eles insistiram, eram muito “masculinos”. Eu não sabia o que eles queriam dizer – ainda não sei! Eu certamente não tinha a intenção de pregar sermões masculinos ou femininos. No entanto, eles não estavam satisfeitos.

Vários meses depois, um casal mais velho queria conversar. Eles também tinham algumas preocupações. Era sobre a minha família. Eles ofereceram críticas construtivas, especialmente para minha esposa. Em público, eles eram bastante amigáveis e pareciam gostar muito de nós. Particularmente, eles tinham algumas reservas sobre nós enquanto uma equipe de ministério.

Por volta dessa época, outro membro me disse que algo estava errado com o culto da manhã. Ele não sabia apontar o que era. Ele parecia feliz por eu pregar a Bíblia, mas ele queria algo um pouco menos sério e um pouco mais alegre. Ele disse que nossas reuniões não tinham um “senso” de adoração.

Bem-vindo ao ministério.

A crítica pode ser útil

Se você é um pastor, as críticas vêm no pacote. Esses exemplos são dos meus primeiros anos de ministério. Uma década depois, a igreja que sirvo tem mais unidade do que nunca. Ainda assim, sempre há críticas. Outro dia, um irmão disse que o primeiro ponto do meu sermão era muito longo. Ele estava certo! Esforço-me por atender às críticas piedosas.

“Os ouvidos que atendem à repreensão salutar no meio dos sábios têm a sua morada”. (Pv 15.31). Todo mundo precisa de correção, e um bom líder as receberá bem. “Os lábios justos são o contentamento do rei, e ele ama o que fala coisas retas”. (Pv 16.13). É correto ser exortado a mudar quando for necessário. É bom saber que você está fazendo algo errado quando, de fato, estiver fazendo algo errado. As críticas podem arder a curto prazo, mas, se forem verdadeiras, podemos aceitá-las como um presente do Senhor. “Ouve o conselho e recebe a instrução, para que sejas sábio nos teus dias por vir”. (Pv 19.20).

Em pequenas doses, por favor

O pastor maduro sabe que a crítica é útil, mas preferiria que fosse reduzida ao mínimo. Isso ocorre porque a crítica dói. Coloque muitas brasas no fogo e é provável que o bife queime. Acumule muitas críticas ao pastor, e ele provavelmente se esgotará. As críticas, por mais que sejam bem-intencionadas, podem ser prejudiciais em grandes doses. Ninguém prosperará em um estado perpétuo de desânimo. “A ansiedade no coração do homem o abate, mas a boa palavra o alegra”. (Pv 12.25).

Infelizmente, os pastores não podem controlar nem a frequência e nem a qualidade das críticas que surgem. Algumas delas são maravilhosas, úteis e vivificadoras. Outras críticas são simplesmente desleais, injustas e cruéis. No “Baseball” Um rebatedor não pode pedir ao arremessador seu arremesso favorito e um pastor não pode fazer com que um membro seja compassivo. Às vezes, as pessoas dizem coisas que simplesmente não são verdadeiras.

- “Você se importa mais com o rol de membros do que com as pessoas”.
- “Você nunca me disse uma palavra gentil, acho que você não gosta de mim”.
- “Você só quer que as pessoas obedeçam aos seus comandos, na verdade não está procurando opiniões”.
- “Você não ama as pessoas mais velhas, se preocupa apenas com os jovens”.
- “Você é um bom pregador, mas não é tão bom pastor”.

Críticas como essa podem estar completamente desassociadas da realidade. Ou podem ter uma semente de verdade, mas serem arremessadas contra você de maneira maldosa e ofensiva. Sabe-se que as ovelhas mordem seu pastor. Como os pastores devem responder diante de críticas injustas?

Em poucas palavras: não tenha a pele fina, seja calejado, mas não se esqueça de ter um coração terno.

Não tenha a pela fina

O pastor de pele fina não vai durar muito tempo no ministério porque ele tomará todas as perguntas sobre a direção da igreja como uma negligência pessoal. Cada membro que sai parece uma adaga nas costas. Ele tem dificuldade em discernir entre críticas justas e injustas. O Homem-Aranha tem “senso de aranha” – ele sempre sabe quando o perigo está próximo. Pastores de pele fina sempre parecem sentir que uma nova palavra de crítica está chegando.

Alguns pastores de pele fina demonizam seus críticos. Eles se veem como guerreiros da verdade e se perguntam por que o resto da tropa não está entrando na linha de batalha. Quando as pessoas sondam o raciocínio por trás de uma decisão, manifestam oposição, ou simplesmente discordam discretamente, um pastor de pele fina considera isso como uma afronta pessoal. Um pastor de pele fina pode não mudar de rumo, mas fica decepcionado e magoado com qualquer confronto.

Outros pastores de pele fina estão tão nervosos que questionam todas as decisões que tomam. Quando as pessoas se opõem à sua liderança, esses pastores rapidamente assumem que devem estar dirigindo o navio na direção errada. Eles baseiam a qualidade de sua liderança no barulho da multidão, em vez da Palavra do Senhor.

De qualquer maneira, o pastor de pele fina se preocupa demais com o que os outros pensam. A opinião deles lança uma sombra longa e desanimadora sobre seu ministério. Ele sempre sente a necessidade de provar algo a si mesmo. Pastores como esse constroem muros que mantêm as pessoas afastadas. Esse é um lugar escuro e solitário para se estar.

Simplificando, os pastores de pele fina provavelmente não deveriam estar no ministério, porque não durariam muito tempo.

Esteja com a pele calejada

Um pastor de pele calejada se preocupa mais com a aprovação do Deus que ele adora do que com a aprovação da igreja que ele serve. Ele geralmente consegue dormir bem no domingo à noite, porque sabe que o reino de Deus não é abalado por seu sermão menos que estalar. Ele pode ouvir más notícias à tarde – o câncer voltou, minha esposa me deixou – e ainda estará emocionalmente disponível para o jogo de futebol de seu filho naquela noite. O pastor de pele calejada encontra profundo conforto e força na realidade da bondade soberana de Deus.

Como o pastor de pele calejada sabe que o futuro de sua igreja depende do poder do Espírito e não de si mesmo, ele toma decisões que atendem bem a ele e sua família. Ele tira o tempo para descanso de que precisa – mesmo que alguns membros possam questionar suas prioridades – porque sabe que sua família e sua igreja precisam de um pastor bem descansado. Ele diz não a algumas funções da igreja para passar um tempo de qualidade com sua esposa e filhos. Ele reconhece que alguns podem querer que ele esteja mais disponível, mas ele prova que na sua agenda sua família vem em primeiro lugar.

Mais importante ainda, um pastor de pele calejada deixa as ovelhas morderem porque ele sabe, afinal, que são ovelhas! Os cristãos que recebem uma dieta constante de ensino tópico há décadas podem se arrepiar com a ideia de ouvir um livro inteiro da Bíblia capítulo por capítulo. O pastor de pele calejada não se ofende com a oposição deles; ele explica pacientemente por que acha que a pregação expositiva é mais útil. Um pastor de pele calejada pode ser criticado por afastar uma igreja da apresentação musical especial para um canto mais congregacional. Mas ele não fica chateado quando as pessoas concluem erroneamente que ele não gosta de música; ele explica humildemente por que os movimentos que ele está sugerindo são para o bem, a longo prazo, da adoração congregacional a Deus.

Em outras palavras, todo pastor inevitavelmente enfrentará uma enxurrada de críticas. Esse não é o paraíso. Mas o pastor de pele calejada manterá os olhos na cruz, o coração no Senhor e a mão no arado.

E por causa disso, é mais provável que ele permaneça no ministério.

Certifique-se de ter um coração terno

A pele de um elefante pode suportar o sol do deserto do Saara, mas, convenhamos, quem quer abraçar um elefante? Se um pastor de pele calejada não tomar cuidado, parecerá inacessível. Ele pode colocar a fidelidade à Palavra de Deus contra a compaixão pelo povo de Deus.

O apóstolo Paulo é um exemplo muito bom para nós aqui. O mesmo homem que disse aos Gálatas que não buscava a “aprovação dos homens” se comparava a uma “ama que acaricia os próprios filhos” quando descreveu seu ministério aos tessalonicenses. De pele calejada: Gl 1.10. De coração terno: 1Ts 2.7.

Ainda melhor é o exemplo de Jesus. Ele demonstrou ternura notável em relação àqueles que o rejeitaram. O Salvador descreveu a si mesmo como uma “galinha [que] ajunta sua ninhada debaixo das asas” (Lc 13.34). Se nosso rei pode ser tão gentil com Jerusalém, não deveríamos ter compaixão da igreja do Deus vivo? (1Tm 3.15).

Ser alguém com pele calejada tem seus perigos. Podemos demorar para aceitar boas críticas. Podemos parecer severos, desapegados ou desinteressados nos outros. Podemos assumir que as pessoas à nossa volta têm a pele grossa como nós e fazem críticas de maneira brusca e inútil. Podemos falar com uma força, clareza e abrasividade que magoam as mesmas ovelhas que Deus confiou aos nossos cuidados.

Vamos trabalhar duro para evitar essas armadilhas. Os membros de nossa igreja são preciosos aos olhos de Deus, mesmo quando eles mordem. Se tivermos uma pele muito fina, cairemos sob o peso da decepção deles sobre nós. Se tivermos uma pele muito grossa, afastaremos os irmãos e irmãs que Deus nos chamou para servir e liderar. Portanto, certifique-se de ter um coração terno. O pastor de pele calejada e coração terno está melhor posicionado para ministrar a longo prazo.

Por: Aaron Menikoff. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: Be Tender-Hearted and Thick-Skinned.

Original: Tenha um coração terno e uma pele calejada. © Ministério Fiel.
Website: ministeriofiel.com.br. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Aaron Menikoff

Aaron Menikoff é presbítero na Igreja Batista da Avenida Terceira em Louisville, Kentucky, escritor para o Kairos Journal, um jornal on-line para pastores, e um dos principais escritores do 9Marks.

Como o Calvinismo torna pastores menos esgotados

Por **Conrad Mbewe** em 18 nov, 2019

Frequentemente ouvimos que a sã doutrina é importante. Ajuda a igreja a se tornar estável, forte e protegida dos ventos heréticos que estão sempre soprando.

No entanto, nem sempre ouvimos falar da importância da sã doutrina para a vida do pastor – como ela o mantém estável e forte a longo prazo. Entretanto, a boa doutrina é crucial para sustentar um pastor, e isso é especialmente verdade na doutrina calvinista.

O calvinismo equilibra biblicamente a soberania de Deus e a responsabilidade humana de uma maneira que deve produzir ministros saudáveis e revigorados. Ele ajuda bastante a prevenir um grande risco ocupacional do trabalho pastoral, a saber, o esgotamento pastoral.

Mais que conselhos de senso comum

Como em qualquer profissão exigente, os pastores podem se esgotar devido à grande quantidade de trabalho a ser realizado dentro das poucas horas disponíveis por dia. A carga de trabalho pode facilmente tornar-se excessiva para o quadro emocional.

Infelizmente, os conselheiros aconselham os pastores a evitar o desgaste com os mesmos conselhos de senso comum que dão a qualquer pessoa: reserve um tempo para recreação e descanso; cuide da sua família; e assim por diante. É o tipo de conselho que você encontrará nas revistas de liderança de qualquer organização secular

Esse conselho não é ruim. Como eu disse, é senso comum. No entanto, os cristãos devem procurar uma fonte mais fundamental de ajuda: o evangelho no qual cremos. Os pastores, em particular, devem se lembrar da soberania de Deus em todas as coisas, especialmente na salvação.

Como o Calvinismo previne o esgotamento

Um calvinista, disse BB Warfield, é alguém que “crê em Deus sem reservas e está determinado a que Deus seja Deus para ele em todos os seus pensamentos, sentimentos e disposição ... ao longo de todas as suas relações sociais e religiosas individuais”. Como então crer que Deus é Deus em todo o nosso pensamento, sentimento, vontade e relacionamento pode impedir o esgotamento ministerial?

Para começar, é libertador saber que Deus está no controle de todas as coisas, especialmente se estamos trabalhando em “terreno difícil” pelo evangelho e pela verdade bíblica. Aprendemos a trabalhar fielmente e deixar os frutos sob a responsabilidade de Deus.

Essa confiança deu ao apóstolo Paulo um equilíbrio no ministério. Quando as pessoas o compararam a Apolo. Ele respondeu: “Quem é Apolo? E quem é Paulo? Servos por meio de quem crestes, e isto conforme o Senhor concedeu a cada um. Eu plantei, Apolo regou; mas o crescimento veio de Deus. De modo que nem o que planta é

alguma coisa, nem o que rega, mas Deus, que dá o crescimento”. (1Co 3.5–7). Ele não se sentiu pressionado a ser como Apolo.

Essa confiança é igualmente aplicável quando se trata de conversões. A teologia calvinista diz que somos responsáveis por orar e apresentar o evangelho. Mas isso nos impede de pensar que podemos fazer qualquer coisa para produzir a conversão dos pecadores. Sabemos que a regeneração é um ato soberano de Deus. Nós devemos plantar a semente e regá-la. Mas somente Deus dá crescimento. Jesus disse: “O vento sopra onde quer, ouves a sua voz, mas não sabes donde vem, nem para onde vai; assim é todo o que é nascido do Espírito”. (Jo 3.8).

O conhecimento da soberania de Deus é um contrapeso importante para pastores conscientes que desejam fazer um bom trabalho para o Senhor. Saber que o trabalho espiritual é fruto apenas do Espírito Santo nos liberta do fardo de fazer algo que somos incapazes de fazer. Ele remove um peso indevidamente colocado dos ombros do pastor, mas sem tirar a responsabilidade de ser fiel.

Por fim, a paixão do calvinista pela glória de Deus faz com que um pastor se preocupe menos com as opiniões dos homens. Essa paixão envolve mais do que desenvolver uma “casca dura”. Pelo contrário, como Warfield coloca, o calvinismo é “aquela visão da majestade de Deus que permeia toda a vida e toda a experiência”. É uma preocupação positiva em relação a quem realmente importa na vida – Deus! Você está liberto de trabalhar para agradar aos homens e trabalha cada vez mais para agradar somente a Deus.

Portanto, em vez de apenas dar aos pastores conselhos de senso comum sobre como evitar o esgotamento, vamos dar um passo adiante e incentivá-los a buscar regularmente refrigério nas antigas e fortes doutrinas calvinistas. Dessa forma, olharemos para Deus enquanto trabalhamos nas trincheiras do ministério. Se o fizermos, encontraremos menos vítimas fatais em nossas fileiras.

Por: Conrad Mbewe. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: How Calvinism Makes Fewer Burnt-Out Pastors.

Original: Como o Calvinismo torna pastores menos esgotados. © Ministério Fiel.
Website: ministeriofiel.com.br. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Conrad Mbewe

Pr. Mbewe é pastor da Igreja Batista Kabwata em Lusaka, Zâmbia. Foi preletor da Conferência Fiel no Brasil, autor de vários artigos e faz parte do núcleo da Reforma África Austral. É conhecido pelo seu amor para com o Senhor e fidelidade à Sagradas Escrituras. Veja o seu artigo na revista “Fé Para Hoje”, nº16, com o título “Pureza Pastoral”.

A maior cura para o esgotamento pastoral é o próprio Cristo

Por **Nick Roark** em 18 nov, 2019

Os livros cristãos devem ser como cisternas que mantêm as águas refrescantes da vida para almas cansadas e sedentas. Os puritanos entenderam isso. Em seu último sermão, à sua congregação em 1662, o ministro puritano Thomas Watson desafiou seu rebanho com a importância de ler livros que satisfazem as almas: “Quando vocês sentirem um frio nas suas almas e o seu calor começar a diminuir, usem roupas quentes e obtenham aqueles bons livros que podem familiarizá-los com verdades que podem aquecer e afetar seus corações” [i]

Os escritos dos puritanos aqueceram e afetaram meu coração ao longo dos anos. Abaixo, você descobrirá alguns trechos centrados em Cristo, do que George Whitefield chamou de “bons escritos puritanos antigos”. Partilho de bom grado essas citações na esperança de que pastores cansados e desanimados possam ver Cristo Jesus em sua beleza, ser fortalecidos pela graça que está nele (2Tm 2.1), e esforça-se para continuar por sua glória eterna.

É importante lembrar que os puritanos conheciam em primeira mão os desafios, desânimos e trabalhos árduos que acompanham o ministério fiel do evangelho.

John Flavel (1627–1691): “Os trabalhos do ministério esgotarão a própria medula dos seus ossos, apressarão a velhice e a morte. Eles são adequadamente comparados ao trabalho dos homens na colheita, aos trabalhos de uma mulher em trabalho de parto e às agonias dos soldados nos extremos de uma batalha. Devemos vigiar enquanto os outros dormem. E, de fato, não é tanto o custo de nosso trabalho, mas o afastamento dele que nos mata. Não acontece conosco, como acontece com outros trabalhadores: eles vão para o seu trabalho e após a jornada o deixam, mas não é assim conosco. O pecado e Satanás revelam quase tudo o que fazemos, as impressões que causamos na alma de nosso povo em um sermão, desaparecem antes do próximo. Quantas verdades temos que estudar! Quantos truques de Satanás, e mistérios da corrupção, para detectar! Quantos casos de consciência para resolver! Sim, devemos lutar em defesa das verdades que pregamos, bem como estudá-las à palidez e pregá-las até à exaustão”. [ii]

Então, o que os puritanos têm a dizer ao pastor cansado, exausto e desanimado? Olhe para Cristo. Pela fé, olhe para Jesus Cristo, aquele que é poderoso e glorioso e cuja graça inabalável é melhor que a vida. Por amor à glória de Deus, à palavra de Deus e ao povo de Deus, os escritores puritanos sempre fixam nosso olhar em Jesus Cristo. Como Joel Beeke escreve, “Eles expuseram Cristo em sua amabilidade, levando-nos a desejar conhecê-lo melhor e a viver inteiramente para ele”. [iii]

Os puritanos nos incentivam, enquanto pastores desencorajados, a considerar a grandeza das misericórdias que temos em Cristo. Em vez de ponderar nossas falhas, pode-se encontrar satisfação mergulhando no mar das misericórdias e do amor de Deus.

Jeremiah Burroughs (1599–1646): “Cite qualquer aflição que esteja sobre você: há um mar de misericórdia para tragá-la. Se você derramar um balde de água no chão da sua casa, será um ótimo espetáculo, mas se você jogá-lo no mar, não vai deixar vestígio

algun. Então, aflições consideradas em si mesmas, parecem que são muito grandes, mas que sejam consideradas no mar das misericórdias de Deus das quais desfrutamos, e então elas não parecerão tão grandes, não serão nada se comparadas às misericórdias”. [iv]

Thomas Brooks (1608–1680): “Sente-se e admire esse amor condescendente de Deus. Oh! O que há em sua alma ou na minha alma que faz com que o Senhor nos dê dádivas como ele nos deu? Todos éramos iguais em pecado e miséria; mais ainda, sem dúvida, superamos milhares, a quem esses presentes preciosos são negados. Portanto, vamos nos sentar e admirar esse amor condescendente de Deus. Oh! Fomos outrora pobres coitados sentados num monte de pedras, sim, chafurdando em nosso sangue, e ainda assim contemplamos o rei dos reis, o Senhor dos senhores, até agora condescendente em seu amor, a fim de doar a si mesmo, seu Espírito, sua graça e todas as joias de sua coroa real sobre nós. Oh! Que coração pode conceber, que língua pode expressar esse amor incomparável! ‘Serei teu para sempre’, diz Cristo, ‘Meu Espírito será teu para sempre’, ‘Minha graça será tua para sempre’, ‘Minha glória será tua para sempre’ e ‘Minha justiça será tua para sempre’. ‘Tudo o que sou e tudo o que tenho será teu para sempre’. Ó senhores! Que amor condescendente é esse! Oh! Que Cristo é esse!” [v]

Os puritanos sabiam que o sentimento de fraqueza não deveria nos desencorajar em nos aproximarmos de Cristo. Ele já conhece a fraqueza de nossa estrutura. Ele sabe que somos pó. E ele é misericordioso com o pastor fraco e de coração partido. Deus vê santos fracos no Filho de seu amor e os vê como amáveis.

Thomas Brooks (1608-1680): “O cristão mais fraco é tão justificado, perdoado, adotado e unido a Cristo quanto o mais forte, e tem tanto interesse em Cristo quanto o cristão mais alto e mais nobre que respira”. [vi]

Richard Sibbes (1577-1635): “Que misericórdia não podemos esperar de um mediador tão gracioso (1Tm 2.5), que levou a nossa natureza sobre ele para que ele pudesse ser gracioso. Ele é um médico bom em todas as doenças, especialmente na cura de um coração partido”. [vii]

Os puritanos escreveram primorosamente sobre a transcendente beleza e benção de Jesus Cristo. Pastores cansados e esgotados precisam ser lembrados da glória de estarem unidos a Jesus Cristo, aquele que é glorioso e totalmente amável.

Thomas Adams (1583 a 1652): “Cristo é a soma de toda a Bíblia, profetizada, tipificada, prefigurada, apresentada, demonstrada, encontrada em todas as folhas, quase em todas as linhas, as Escrituras são apenas como panos e faixas do menino Jesus. . . Ele é vida e luz, o sol e o tudo, o fundador e o consumidor de toda bênção perfeita”. [viii]

John Flavel (1627 a 1691): “Não há nada desagradável nele, então tudo o que nele há é totalmente adorável. Como todo raio de Deus é precioso, tudo o que há em Cristo é precioso: quem pode pesar a Cristo em uma balança e dizer qual é o seu valor? Ele é sabedor de todas as coisas que são amáveis: sela a soma de toda a amabilidade. Coisas que brilham como estrelas únicas com uma glória singular se encontram em Cristo como uma constelação gloriosa. ‘Agradou ao Pai que nele habite toda a plenitude’ (Cl 1.19). Lance seus olhos entre todos os seres criados, examine o universo, observe a força em um, a beleza em outro, a fidelidade em um terceiro, a sabedoria em um quarto; mas você não encontrará ninguém que se destaque neles como Cristo. Ele é pão para os famintos, água para os sedentos, roupa para os nus,

cura para os feridos; e tudo o que uma alma pode desejar é encontrado nele (1Co 1.30)". [ix]

Quão impressionante é esse amável "Um morreu em nosso lugar, derramando seu próprio sangue precioso por nossos pecados, como nosso substituto na cruz".

John Flavel (1627 a 1691): "Se o perdão é gentil com um condenado, quão doce deve ser a aspersão do sangue de Jesus para a consciência trêmula de um pecador condenado pela lei? Se o resgate de um tirano cruel é gentil com um pobre cativo, quão doce deve ser para os ouvidos dos pecadores escravizados, ouvir a voz da liberdade e libertação proclamada por Jesus Cristo?" [x]

Pela fé, pastores desanimados e abatidos podem olhar além das trevas das provações atuais para a brilhante esperança das promessas de Deus em Cristo. John Bunyan concorda: "A fé vê mais em uma promessa de Deus para ajudar do que em todas as outras coisas para impedir". [xi] A fé olha para Deus e em Cristo vê as respostas para todos os nossos medos, todos os nossos desejos e todas as nossas misérias.

William Bridge (1600–1670): "A fé é a ajuda contra todos os desânimos. Esperança, confiança, esperar em Deus é o meio especial, se não o único, apontado contra todos os desânimos". [xii]

Bridge continua descrevendo uma conversa entre o cristão abatido e Deus:

"Embora Deus seja forte e capaz de me ajudar, ainda temo que Deus não esteja disposto a me ajudar. Sei que Deus é capaz e que Deus é forte o suficiente, mas temo que o Senhor não esteja disposto e, portanto, estou desanimado'.

'No entanto, seja consolado', diz o Senhor, 'porque meu nome é Misericordioso. O Senhor, o Senhor, o Deus Poderoso, esse é o meu nome. Portanto, eu sou capaz de ajudá-lo. E Misericordioso é o meu nome, portanto, estou disposto a ajudá-lo. Seja confortado! Meu nome é gracioso. Não mostro misericórdia porque você é bom, mas porque eu sou bom. Também não confio no seu mérito, mas mostro livremente piedade do meu amor'.

'Oh, mas eu tenho pecado há muito tempo, dez, vinte, trinta, quarenta, cinquenta anos. Portanto, temo que não haja piedade para mim. '

'Contudo, diz o Senhor, seja consolado, pois meu nome é longânimo. Eu sou tardio para me enfurecer. Você é abundante em pecado? Eu sou abundante em bondade. Perdoo, mesmo todos os tipos e pecados, e este é o meu nome para sempre.' [xiii]

O Senhor Jesus Cristo é a completa felicidade e força dos pastores desanimados e fracos. Ele veio ao mundo para salvar pecadores e transformar nossos corações para amarmos a ele.

Thomas Brooks (1608–1680): "O maior desígnio de Cristo neste mundo é transformar poderosamente o coração de seu povo para amá-lo. E de fato era o que estava em seus olhos e em seu coração desde toda a eternidade. Foi esse desígnio que o levou a depor sua coroa e a levar nossa cruz, a tirar suas vestes e a vestir nossos trapos, a ser condenado para que pudéssemos ser justificados, a sofrer a ira do Todo-Poderoso para que pudéssemos, para sempre, estar nos braços de sua misericórdia. Ele dá seu Espírito, sua graça, sim, e seu próprio eu, e tudo para constranger o coração

de seu povo a si mesmo. Oh! Que coração pode conceber, que língua pode expressar esse amor incomparável! ‘Serei teu para sempre’, diz Cristo, ‘Meu Espírito será teu para sempre’, ‘Minha graça será tua para sempre’, ‘Minha glória será tua para sempre’ e ‘Minha justiça será tua para sempre. “Tudo o que sou e tudo o que tenho será teu para sempre”. Ó senhores! Que amor condescendente é esse! Oh! Que Cristo é esse”!

[xiv]
Não importa quão difícil ou caótico seja o período do ministério, o pastor desanimado pode se alegrar por saber que a paz eterna com Deus foi assegurada por meio de Cristo.

Thomas Watson (1620–1686): “Sou perseguido, mas tenho paz; Eu sou pobre, mas tenho paz; numa prisão, mas tenho paz; no deserto, mas tenho paz; embora todo o mundo esteja contra mim, Deus está em paz, minha alma está em paz. Aquele que é o Deus da paz é o Deus do poder. Ele promete paz e não promete mais do que pode realizar. Ele pode criar paz. Ele pode fazer nossos inimigos ficarem em paz conosco. Ele pode dizer aos ventos e ondas orgulhosos ‘Paz, quietem-se’, e eles o obedecem. Ele pode nos dar descanso *dos* dias de adversidade; ele pode nos dar descanso *nos* dias de adversidade. Ele pode dar ao seu amado enquanto dorme”. [xv]

Thomas Brooks (1608-1680): “Uma vez fui escravo, mas agora sou filho; uma vez estava morto, mas agora estou vivo; uma vez fui trevas, mas agora sou luz no Senhor; uma vez eu era filho da ira, um herdeiro do inferno, mas agora eu sou um herdeiro do céu; uma vez fui escravo de Satanás, mas agora sou livre em Deus; uma vez eu estava sob o espírito de escravidão, mas agora estou sob o espírito de adoção, que sela para mim a remissão de meus pecados, a justificação de minha pessoa e a salvação de minha alma”. [xvi]

Os puritanos entenderam que Jesus Cristo é quem prometeu construir sua igreja. Nós somos seus servos, mas sendo o Senhor do céu e da terra, ele não é servido por mãos humanas, como se precisasse de alguma coisa. Ele é o pastor principal do seu rebanho e só ele é quem soberanamente guia e guarda seu povo até a glória.

No dia anterior à sua morte, John Owen (1616-1683) escreveu uma última carta ao seu melhor amigo, expressando a maravilhosa confiança que todos os ministros do evangelho podem ter em nosso poderoso Senhor: “Vou àquele a quem minha alma amou, ou melhor, quem me amou com um amor eterno – que é a base de todo meu consolo. Estou deixando o navio da igreja em uma tempestade. Mas enquanto o grande Piloto estiver nele, a perda de um remador fraco será desprezível. Viva, ore, tenha esperança, espere pacientemente e não desanime. A promessa permanece invencível, que ele nunca nos deixará, nem nos abandonará”. [xvii]

Que as poderosas promessas de Cristo alimentem nossa fé até que finalmente, possamos vê-lo face a face.

[i] Thomas Watson, “Parting Counsels,” as quoted in *Sermons of the Great Ejection* (Carlisle, PA: Banner of Truth, 1662/2012), 166.

[ii] John Flavel, “The Character of a True Evangelical Pastor,” in *The Works of John Flavel* (Edinburgh: Banner of Truth, 1968), 6:568–69.

[iii] Joel R. Beeke and Randall J. Pederson, *Meet the Puritans* (Grand Rapids, MI: Reformation Heritage, 2006), xxi.

- [iv] Jeremiah Burroughs, *The Rare Jewel of Christian Contentment* (Carlisle, PA: Banner of Truth, 1648/2002), 207, 209.
- [v] Thomas Brooks, "The Unsearchable Riches of Christ," *The Complete Works of Thomas Brooks, Volume 3*, ed. Alexander Balloch Grosart (Edinburgh; London; Dublin: James Nichol; James Nisbet and Co.; G. Herbert, 1866), 3: 117.
- [vi] Thomas Brooks, *Heaven on Earth*, in *The Complete Works of Thomas Brooks*, ed. Alexander Balloch Grosart, vol. 2 (Edinburgh; London; Dublin: James Nichol; James Nisbet and Co.; G. Herbert, 1866), 2: 338.
- [vii] Richard Sibbes, *The Bruised Reed*, in *The Complete Works of Richard Sibbes* (ed. Alexander Balloch Grosart; vol. 1; Edinburgh; London; Dublin: James Nichol; James Nisbet and Co.; W. Robertson, 1862), 1: 45.
- [viii] Thomas Adams, *The Works of Thomas Adams, Volume 3* (James Nichol: Edinburgh, 1861–62), 3: 224, 225.
- [ix] John Flavel, *The Whole Works of the Reverend John Flavel* (vol. 2; London; Edinburgh; Dublin: W. Baynes and Son; Waugh and Innes; M. Keene, 1820), 216.
- [x] John Flavel, *The Whole Works of the Reverend John Flavel* (vol. 2; London; Edinburgh; Dublin: W. Baynes and Son; Waugh and Innes; M. Keene, 1820), 219.
- [xi] John Bunyan, *Come and Welcome to Jesus Christ* (Carlisle, PA: Banner of Truth, 1681/2011), 202-203.
- [xii] William Bridge, "A Lifting Up For the Downcast," in *The Works of the Reverend William Bridge, Volume 2* (London: 1845), 2: 255.
- [xiii] William Bridge, "A Lifting Up For the Downcast," in *The Works of the Reverend William Bridge, Volume 2* (London: 1845), 2: 263-264.
- [xiv] Thomas Brooks, *The Complete Works of Thomas Brooks, Volume 3* (ed. Alexander Balloch Grosart; vol. 3; Edinburgh; London; Dublin: James Nichol; James Nisbet and Co.; G. Herbert, 1866), 3: 117.
- [xv] Thomas Watson, "Sermon VII," in *The Select Works of the Rev. Thomas Watson, Comprising His Celebrated Body of Divinity, in a Series of Lectures on the Shorter Catechism, and Various Sermons and Treatises* (New York: Robert Carter & Brothers, 1855), 659–660.
- [xvi] Thomas Brooks, *The Complete Works of Thomas Brooks* (ed. Alexander Balloch Grosart; vol. 2; Edinburgh; London; Dublin: James Nichol; James Nisbet and Co.; G. Herbert, 1866), 2: 345.
- [xvii] John Owen, "Life of Dr. Owen," in *The Works of John Owen*, ed. William Goold, 24 vols. (Edinburgh: Johnson & Hunter; 1850-1855; reprint by Banner of Truth, 1965), 1: ciii. This letter was addressed to Owen's best friend, Charles Fleetwood. It was written on August 23, 1683, the day before Owen died.

Por: Nick Roark. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: The Greatest Cure for Pastoral Burnout Is Christ Himself.

Original: A maior cura para o esgotamento pastoral é o próprio Cristo. © Ministério Fiel. Website: ministeriofiel.com.br. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Como evitar a fadiga acumulada

Por **Zack Eswine** em **12 ago, 2019**

Mentalmente, eles estavam confundidos e feridos por pensamentos espinhosos. Fisicamente, eles lutaram bravamente. Emocionalmente, eles choraram até não terem mais forças. Agora, de repente, a rede de sua energia emocional, mental e física é interrompida e desligada. Eles não têm mais nada a oferecer (1Sm 30. 1-10). Duzentos combatentes, todos leais ao rei Davi, vão ficar fora do combate.

Fadiga acumulada sinaliza a concentração gradual de tensões circunstanciais, desafios mentais e tristezas relacionais. Ela não investe contra você e te mata. Em vez disso ela vai drenando você. Como um pneu que se esvazia lentamente, você não percebe a saída gradual do ar e a inclinação sutil do carro por causa da perda da força do ar.

É como se você estivesse sustentando a vida e o ministério com geradores de emergência. A eletricidade havia acabado há muito tempo, mas as luzes ainda funcionavam, então você não se importava. Mas agora todas as luzes se apagaram. Para sua surpresa, você também.

Críticas constantes e difamações contínuas não ajudam. Nós clamamos pelo descanso que apenas uma mudança de cenário pode proporcionar.

“Estremece-me no peito o coração, terrores de morte me salteiam; temor e tremor me sobrevêm, e o horror se apodera de mim. Então, disse eu: quem me dera asas como de pomba! Voaria e acharia pouso” . . . (Sl 55.4–6).

Uma pausa estratégica nos detém por um tempo para depois nos manter indo. Ela colhe o orvalho da manhã do “sabat” e goteja suas gotas em cada estressante hora, dia, semana e mês de nossas vidas. Jesus disse: “Vinde repousar um pouco, à parte, num lugar deserto”; (Mc 6.31). Por que, então, muitos de nós acreditamos que o descanso é tolo e a inquietação é sábia?

Inércia

A inércia nos tenta.

“Se o ferro está embotado, e não se lhe afia o corte, é preciso redobrar a força; mas a sabedoria resolve com bom êxito”. (Ec 10.10)

Se temos que resistir ao descanso para manter a inércia, não é na energia de Deus que estamos confiando. Eventualmente, começamos a usar mais energia do que o trabalho em si requer. Com o tempo, esse esforço não controlado de esforço adicional constrói uma parede a qual nós, ou aqueles com quem trabalhamos, não podemos mais escalar.

Mas você pode dizer, Deus abençoa minha pregação! As pessoas estão vindo para conhecer Jesus! Veja como as coisas estão crescendo!

Eu não duvido que Deus seja fiel, mas isso não é porque você é sábio. Nunca devemos justificar nossa tolice no fato de que Deus foi fiel. Lembre-se, aqueles em nossa cultura que não querem desacelerar com uma pausa estratégica, amam que você não cobre essa sabedoria deles. De fato, assim que você começa a confiar no ritmo de Deus,

muitos vão sair e ir para outros lugares. Mas é melhor perder as pessoas oferecendo-lhes a sabedoria de Deus do que mantê-las com loucura.

Se você não ainda não percebe, reserve um momento para ler isso em voz alta e devagar. Observe como o dia seis e sete soa.

Primeiro dia: trabalho descanso

Segundo dia: trabalho descanso

Terceiro dia: trabalho descanso

Dia quatro: trabalho descanso

Dia cinco: trabalho descanso

Sexto dia: trabalho descanso

Dia Sete: descanso descanso

Mas como seria se tornar tão explícito sobre o descanso estratégico quanto você é com qualquer outro aspecto de sua declaração de missão pessoal ou da igreja?

“Venha”, diz Jesus. “Você está cansado e sobrecarregado com os cuidados. Sua alma não tem descanso. Venha até mim. Eu lhe darei o descanso que você precisa” (Mt 11.28, 29).

Tempos

A fadiga também se acumula porque esquecemos de nos ajustar aos tempos. (Ec 3.1-8).

Quando as crianças eram pequenas, elas iam para a cama cedo. Agora elas são mais velhas. Todo mundo fica acordado à noite decidindo sobre namorados e namoradas, sexualidade, Deus, depressão, esse amigo ou aquele emprego. Tentamos fazer o mesmo trabalho com o dobro da demanda emocional. Logo, começamos a ver nossa vida com a família ou amigos como parte do nosso trabalho, como mais uma tarefa em nossa lista de tarefas.

Agora adicione morte, luto, falta de saúde, idade, erros, doenças, nascimento e outras novidades ao tempo. Nós nos tornamos como um homem com um braço quebrado. Ele não pode enviar mensagens de texto ou digitar com a mesma velocidade. Leva mais tempo para se vestir e comer, escovar os dentes, amarrar os sapatos e dirigir. Todos que o conhecem entendem isso e lhe dão as condições que ele precisa.

Às vezes, o “gesso” que nós, nosso cônjuge ou membro de nossa equipe usa não é visível. A coisa quebrada, precisando de tempo para curar, está dentro de nós. Se não pararmos para deixar emendar, a fratura só se aprofunda.

Como seria considerar o tempo na sua vida de trabalho? Como isso poderia afetar seus objetivos? Em vez de dizer: “Eu quero implantar mais cinco grupos nos lares neste

ano”, você pode dizer: “Eu quero implantar mais cinco grupos autossustentáveis ou quantos me for possível com o tempo que tiver disponível neste ano”.

O sucesso não é medido agora, apenas considerado. Agora temos que considerar o ritmo e o tempo. Isso é um remédio para fadiga acumulada.

Do descanso à recuperação

Quando a fadiga acumulada toma conta de nós, uma noite de descanso, um final de semana ou um período sabático de seis semanas provavelmente não vai ajudar. Nós ficamos como Elias entre os corvos, lutando com Deus, na caverna em meio às dúvidas (1Rs 19). Ficamos como os homens de Davi, que precisam ficar fora do combate.

Precisar de recuperação não é vergonha. O rei Davi se certificou disso. Ele não apenas defendeu aqueles que precisaram ficar para trás e se recuperar, ele publicamente defendeu sua honra e seu papel na comunidade (1Sm 30.21-25).

Como Davi sabia fazer isso? Talvez porque ele conhecesse a Deus como o Bom Pastor. “Ele me faz repousar”, disse Davi graciosamente de Deus (Sl 23.2).

Nós também podemos aprender essa graça de pausas dadas por Deus. Torna-se parte do nosso testemunho como líderes sobre suas formas de graça. Aprendemos a dizer “Ele me faz repousar”. Aprendemos que isso também é fidelidade.

Por: Zack Eswine. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: How to Avoid Accumulated Fatigue.

Original: Como evitar a fadiga acumulada. © Voltemos ao Evangelho.
Website: voltemosaoevangelho.com. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Zack Eswine

Foi professor de Homilética e diretor de Doutorado em Ministério no Covenant Theological Seminary, em St. Louis, Missouri, EUA. É pastor da Riverside Church, em Webster Groves, e autor do best-seller “A Depressão de Spurgeon”, publicado em português pela Editora Fiel

Estou esgotado? 30 perguntas úteis

Por **Matt Schmucker** em **1 ago, 2019**

Existem forças internas e externas que causam o esgotamento pastoral. O temperamento, as convicções e as preferências (interno) podem causar estresse excessivo, levando ao esgotamento. As circunstâncias – como tamanho da igreja, taxa de crescimento, liderança e estrutura de suporte (externo) – também podem pesar bastante na alegria e longevidade de um pastor. Aqui estão 30 perguntas – 15 internas e 15 externas – para você se perguntar se está ou não caminhando para o esgotamento.

Internas

1. Eu creio em todas as coisas? Da forma que é mostrada em I Coríntios 13, você “crê em todas as coisas”? – incluindo acredita no melhor sobre um líder ou congregante? Ou eu prefiro ter suspeitas?
2. Eu sou disciplinado? Alguns dos pastores mais fortes que conheço são disciplinados em sua forma de viver, uso do tempo, hábitos e práticas.
3. Eu tenho uma visão de longo prazo? Eu tenho a habilidade, seja internamente ou com a ajuda de amigos, de olhar além dos julgamentos imediatos? Em outras palavras, pergunte a si mesmo se é possível que as coisas possam ser diferentes daqui a cinco anos.
4. Mantenho o foco no que é “realmente importante”? No livro *Deep Work*, de Cal Newport, ele desafia seus leitores a se concentrarem no “realmente importante”, em oposição ao que é trivial e passageiro. Concentrar-se no trabalho mais importante resultará em uma satisfação mais profunda em seu ministério. Tentar acompanhar as mídias sociais e os acontecimentos de sua denominação provavelmente lhe tirará energia e contribuirá para um estado de espírito distraído. Fuja da busca do trivial!
5. Eu experimento a vitória que prego? Pecados secretos – mesmo os chamados pequenos – nos roubam a alegria.
6. As minhas convicções são profundas? O livro de Tiago tem muito a dizer sobre o homem que duvida.
7. Eu vivo com meus olhos no “Grande Dia”? Se um pastor viver assim, ele constantemente se lembrará do “grande julgamento” que se aproxima e da grande recompensa para os fiéis.
8. Estou cada vez mais cansado de fazer o bem? É uma pergunta estranha, mas uma possibilidade real de acordo com Gálatas 6.9.
9. Estou vivendo na força e domínio das atividades? Isso está ligado ao # 8. Em outras palavras, você está semeando para a carne ou para o Espírito? Você encontra alegria no Senhor e em ser seu filho – ou encontra alegria nas atividades e supostos frutos nascidos de seu trabalho na igreja?
10. Eu sou um introvertido superexposto? Se assim for, preciso conhecer meus limites e reconhecer minhas fragilidades. Descanse antes de você ficar cansado. Você supervisiona uma operação de 52 semanas; você não pode se dar ao luxo de vacilar.
11. Estou orando? Através da oração, estou reconhecendo Deus como o soberano propulsor da vida das ovelhas que sou chamado a pastorear?

12. Eu sou um procrastinador? Acrescentar coisas difíceis aumenta o estresse. Satanás já é um inimigo grande o suficiente; não contribua desnecessariamente para o seu benefício.
13. Eu delego bem? Confie no projeto do corpo de Cristo; você não tem todos os dons.
14. Eu sou humilde? O orgulho não combina bem com ser o chefe de uma organização totalmente voluntária.
15. Temo mais o homem ou a Deus? O medo do homem roubará sua capacidade de dizer não, algo que todo pastor precisa ser capaz de fazer. Deus ordenou algumas coisas para sua igreja. Tema a Deus e faça as coisas que ele ordenou.

Externas

1. Eu tenho amigos? Quero dizer amigos reais! Um pastor pode ter mil conhecidos e cuidar de uma multidão de ovelhas e não ter amigos. Um amigo anda com você por um longo período de tempo e sabe quando corrigir e quando incentivar. Ele vai manter sua confiança e rir com você.
2. Como são as finanças da minha casa? Ter problemas na igreja juntamente com problemas financeiros em casa é quase insuportável e já tirou alguns bons homens do ministério.
3. Estou atolado na administração da igreja? Este é um problema real tanto para pastores de pequenas como grandes igrejas, apenas de formas diferentes. Um pastor não pode evitar algumas coisas relacionadas a administração, pois ele “supervisiona” a igreja, mas não pode dominar todo esse trabalho.
4. Estou fisicamente apto para a tarefa que tenho nas mãos? Falta de sono, exercício ou alimentação saudável desgasta você fisicamente, o que pode naturalmente levá-lo a um estado emocional e mental desafiador. Você não precisa ser um especialista em “CrossFit”, mas não pode ignorar seu corpo e pensar que isso não contribuirá para o seu desgaste.
5. Estou trabalhando nos meus dias de folga? Um arco que é constantemente puxado com força vai perder sua habilidade de lançar flechas. Da mesma forma, um ministro que não descansa fica rapidamente sem energia e desiste. Deus prescreveu descanso em Gênesis – no começo! – e ele foi sábio em fazê-lo.
6. Eu tiro todos os meus dias de férias? Mesmo se você acha que não precisa tirar os dias de folga, sua família precisa. Perca sua família e você perderá seu ministério.
7. Eu tenho filhos pequenos? Um homem com uma casa cheia de crianças pequenas sem dúvida terá falta de sono, o que pode levar ao esgotamento. Acalme-se e lembre que essa situação não durará para sempre.
8. Eu tenho uma esposa solidária? Um casamento difícil ou uma esposa que dá pouco apoio vão destruir um ministério. Priorizar o casamento adicionará uma boa provisão ao seu ministério geral.
9. Eu sou pressionado por todos os lados? As provações podem derrubar um ministério e fazer com que um homem deseje minerar carvão, em vez de almas. É absolutamente essencial desenvolver uma “teologia do sofrimento”, perceber que há propósito em meio a provações e cultivar uma vida de oração que “coloca todos os meus cuidados” em Deus.
10. Eu tenho mentores reais e históricos? Há homens em sua vida a quem você pode imitar e buscar conselhos? Você está lendo biografias de figuras históricas que podem lhe fornecer, em apenas algumas centenas de páginas, uma nova perspectiva sobre suas vidas plenas de fidelidade?

11. Estou fazendo tudo o que posso para reparar relacionamentos quebrados ou difíceis? É cansativo pregar semana após semana diante de pessoas – mesmo que poucas – que acreditam em uma narrativa pouco lisonjeira sobre você. A pacificação é o chamado de todo cristão, e tranquilizará sua consciência na próxima vez que você pregar.
12. A rotina do meu trabalho é um problema? O ritmo semanal de preparação e pregação do sermão uma alegre busca ou uma rotina previsível? Sua preparação muito particular para um ato muito público energiza ou drena você? Alguns mal podem esperar para “entrar no estudo”, enquanto outros acham que precisam entrar no modo de recuperação, após a entrega de um sermão. Conhecer e lidar com suas tendências levará a uma jornada duradoura.
13. Minha felicidade no ministério depende de evidência de frutos? Todo ministério e ministro passam por períodos de estiagem. Ter uma teologia do “Grande Deus”, juntamente com o desenvolvimento de uma postura paciente, se prestará a um ministério de longo prazo.
14. Minha consciência é mais intolerante do que a de Deus? Apascentar um grupo de pecadores e manter uma consciência muito intolerante é potencialmente uma combinação perigosa. Paulo adverte sobre a tentação de julgar em Romanos 14.
15. As minhas aspirações combinam com as do Senhor? Em outras palavras, suas aspirações pessoais seriam diferentes se você fosse o chefe de uma empresa em vez do pastor de uma igreja?

Se, depois de fazer essa pequena pesquisa, você concluir que está quase esgotado, considere pedir à sua igreja um período sabático para descansar e refletir. Você pode concluir que você não tem a combinação de características (internas) para estar no ministério. Ou você pode concluir que existem algumas coisas que podem ser adaptadas (externas) para garantir um longo ministério. De qualquer forma, nossas vidas devem ser marcadas pela alegria, não pelo esgotamento.

Por: Matt Schmucker. © 9Marks. Website: 9marks.org. Traduzido com permissão.
Fonte: Am I Burnt Out? 30 Useful Questions.

Original: Estou esgotado? 30 perguntas úteis. © Voltemos ao Evangelho.
Website: voltemosaoevangelho.com. Todos os direitos reservados. Tradução: Paulo Reiss Junior. Revisão: Filipe Castelo Branco.

Matt Schmucker

Matt Schmucker foi diretor executivo fundador do 9Marks. Atualmente organiza várias conferências, incluindo Together for the Gospel e CROSS, enquanto serve como membro da Capitol Hill Baptist Church em Washington, D.C.

Discernindo os sinais do esgotamento pastoral

Por John Henderson em 26 jun, 2019

Numerosas vezes por ano, desde que me lembro, converso com pastores que estão em busca de uma forma de deixar o ministério. A razão não é falha moral ou interesse em outra vocação, ou falta de “chamado”. A razão, mais frequentemente, é nebulosa e difícil de descrever. Quando esse pastor fala sobre o ministério, ele usa palavras como: “exausto ... desanimado ... sem sentido ... distraído ... solitário”. Não importa o quanto ele durma, beba café ou tente se motivar, o tanque sempre parece vazio.

Isso poderia ser o que as pessoas chamam de esgotamento pastoral? Se sim, como discernimos os sinais? Responder a essas perguntas importantes é o objetivo deste artigo.

O esgotamento pastoral pode ser definido como ***o momento ou época em que um pastor perde a motivação, a esperança, a energia, a alegria e o foco necessários para realizar seu trabalho, e essas perdas concentram-se no próprio trabalho.*** Esses aspectos do esgotamento não funcionam isoladamente. Eles se conectam e se sobrepõem. De tempos em tempos, podemos perder motivação ou esperança no ministério. Em qualquer dia, podemos nos sentir exaustos e sem alegria. Mas quando todas as nossas motivações se deterioram de uma só vez, e quando a ausência delas persiste, acho que entramos numa fase de esgotamento pastoral.

Além disso, esses sinais se concentram no trabalho do próprio ministério. Isso distingue o esgotamento pastoral de outras provações: luto após a perda de um filho ou cônjuge, problemas familiares intensos ou a experiência da depressão. Um pastor pode sentir perda de motivação, esperança, energia, alegria e foco no ministério por várias razões. Mas às vezes o próprio ministério se torna o ponto de partida.

A motivação está relacionada às afeições e desejos do coração por trás do ministério. Paulo diz: “o amor de Cristo nos constrange” (2Coríntios 5.14). Ele estava disposto a sofrer espancamentos e aprisionamento “contanto que complete a minha carreira e o ministério que recebi do Senhor Jesus para testemunhar o evangelho da graça de Deus”. (Atos 20.24). As promessas de Deus o motivaram (2Coríntios 1.20). A saúde espiritual da igreja para a glória de Deus o motivou (2Coríntios 4.15). O esplendor da graça o motivou e a motivação é essencial para a vitalidade pastoral.

Quando perdemos todo o senso de motivação, talvez porque o tenhamos retirado por muito tempo das coisas erradas, podemos estar em estado de esgotamento pastoral. O vento que costumava encher nossas velas desapareceu. O amor de Cristo tornou-se uma ideia vazia. As promessas de Deus e a edificação da igreja parecem distantes. As coisas que costumavam nos empurrar para fora da cama de manhã simplesmente não nos empurram mais.

Esperança se relaciona com o propósito geral e aponta para o ministério. Depois da grande obra de Deus no Monte Carmelo e da derrota dos profetas de Baal, parece que Elias esperava um grande reavivamento. Em vez disso, ele recebeu ameaças de morte de Jezabel. Então Elias fugiu para o deserto. Quando Deus o encontrou, Elias disse: “Basta; toma agora, ó SENHOR, a minha alma, pois não sou melhor do que meus pais”. (1 Reis 19:4). Todo o seu zelo por Deus parecia ser para nada. Todos os seus

sacrifícios e sofrimentos pareciam acabar no mesmo lugar. Agora ele diz: “bem que eu poderia morrer”.

Quando começamos a perguntar seriamente “qual é o objetivo”? E lutamos para encontrar uma resposta, é provável que já tenhamos cruzado a fronteira para o esgotamento. O ímã que costumava nos atrair para a frente perdeu seu poder. A luz maravilhosa no fim do túnel desapareceu. Não mais estudamos, oramos e pregamos com “expectativa e esperança” (Filipenses 1.20). Nós nos tornamos cínicos, sarcásticos e cansados.

Energia refere-se à força física para o ministério. Paulo diz aos tessalonicenses: “Porque, vos recordais, irmãos, do nosso labor e fadiga; e de como, noite e dia labutando para não vivermos à custa de nenhum de vós, vos proclamamos o evangelho de Deus”. (1 Tessalonicenses 2.9). Embora cansado, Paul tinha energia para o trabalho. Embora Jesus passasse as noites sem dormir, ele encontrava forças em algum lugar para o seu trabalho diário.

Quando a exaustão é o nosso estado normal, não importa o quanto durmamos ou descansamos, provavelmente já teremos entrado em um surto pastoral. O combustível que você colocar no tanque simplesmente escoar para fora, ou se assenta no fundo do tanque e azeda sem nunca se inflamar gerando energia real. Parece que o Espírito partiu. Uma persistente falta de energia para o ministério é o sinal mais comum de esgotamento.

Alegria relaciona-se com o prazer espiritual do ministério. Hebreus fala aos membros da igreja sobre o ministério de seus líderes: “para que façam isto com alegria e não gemendo; porque isto não aproveita a vós outros”. (Hebreus 13.17b). Isso implica que deve haver alegria para o pastor em seu trabalho. As escrituras nos dizem para olhar para Jesus, “o qual, em troca da alegria que lhe estava proposta, suportou a cruz”. (Hebreus 12.2).

Quando todo o prazer no ministério se desvanece, quando “os guiava em procissão à Casa de Deus entre gritos de alegria e louvor” tornou-se coisa do passado, nada mais do que uma lembrança vaga, então podemos estar sofrendo esgotamento pastoral. Como resultado, talvez possamos começar a procurar pelo mundo para poder escapar. Quando os fardos do ministério são tão avassaladores que pedimos ao Senhor para nos matar, há algo importante que ele pretende que vejamos (Números 11.10-15).

O foco está relacionado ao envolvimento da mente no ministério. O apóstolo Paulo foi capaz de esquecer o que está por trás “avançando para as que diante de mim estão” (Filipenses 3.13) porque seus olhos estavam fixos no “prêmio da soberana vocação de Deus em Cristo Jesus”. (Filipenses 3.15). Como ele não considerou sua vida preciosa, mas considerou a graça de Deus como extremamente preciosa, Paulo concentrou-se nos detalhes da obra designada por Deus (Atos 20.22-24).

Quando se concentra em nosso trabalho é como escalar uma montanha, quando manter a atenção por mais de cinco minutos parece impossível – ao lado de outros sinais que já discutimos – provavelmente estamos experimentando o esgotamento pastoral. Você se pega regularmente olhando para o espaço? Você lê os mesmos versículos várias vezes sem conseguir entender o significado das palavras? Seus movimentos se tornaram robóticos, seus pensamentos confusos e seus relacionamentos confusos?

Discernir e definir sabiamente o esgotamento pastoral é fundamental para encontrar o caminho certo. Embora esse artigo não seja dedicado à solução, devo pelo menos dizer que a resposta se encontra dentro da graça de nosso Deus, do evangelho de Jesus Cristo e do poder de Seu Espírito

John Henderson

John Henderson é pastor associado na Del Ray Baptist Church, onde se concentra em aconselhamento.

FONTE DE TODAS AS MENSAGENS ACIMA:

https://voltemosaoevangelho.com/blog/2019/12/uma-cura-para-o-esgotamento-pastoral-a-pluralidade-de-pastores-com-o-mesmo-pensamento/?utm_medium=onesignal&utm_campaign=onesignal&utm_content=onesignal