

Boletim



Renovando o chamado do Evangelho para curar as pessoas enfermas, apoiando as e os anglicanos que trabalham em todo o mundo na área da saúde, seja em ambientes clínicos ou na comunidade.



Em toda a Comunhão, clérigos/os e médicas/os, juntamente com dados de pesquisas, relatam níveis crescentes de problemas de saúde mental em nossas comunidades e entre nossas profissões de cuidado. Refletindo o ministério de Jesus na restauração da saúde e da integralidade, o que podemos fazer para apoiar o bem-estar mental e espiritual, ajudar no tratamento do luto e do trauma, promover a resiliência e cuidar das pessoas cuidadoras?

A Dra. Janice Tsang oferece um **Estudo Bíblico** que explora o contato humano, o sofrimento mental e a ajuda às pessoas necessitadas em uma das leituras do Evangelho de novembro - a história de Jesus e as crianças (Lucas 18. 15-17).

Ao enfrentarmos altos níveis de estresse em nossas igrejas e no ministério paroquial, o Bispo Murray Harvey compartilha suas reflexões e perguntas sobre a mudança de vocações e demandas.

Por fim, Ruth Rice, diretora da *Renew Wellbeing* [Renovar Bem-estar], oferece um exemplo prático de como as igrejas podem fazer parceria com serviços de saúde mental, criando espaços compartilhados e tranquilos para estimular o bem-estar.

As crianças e Jesus - Pura como uma criança, e cuidar de nossa criança...

Jesus chamou as crianças até Ele e disse: "Deixai vir a mim as crianças, e não as impeçais, porque das tais é o reino de Deus" (Lucas 18. 16). Uma das leituras do Evangelho de novembro, de acordo com o Lecionário, é tirada de Lucas 18. 15-17 com Jesus afirmando explicitamente de maneira gentil, mas afirmativa, que somente aquelas pessoas que são como as crianças podem receber o Reino de Deus e que todas as crianças são acolhidas por Ele e no Seu Reino.

Embora histórica e culturalmente todas as famílias judaicas atribuísem grande valor a ter filhas/os, em seu sistema patriarcal tradicional, mulheres e crianças não tinham igualdade e as mesmas oportunidades que os homens. E sendo parte das normas sociais, mesmo entre os rabinos, eles só tinham tempo para os melhores alunos, e não para os menos notáveis. Talvez tenha estado no contexto da leitura do Evangelho que os discípulos de Jesus estavam tentando protegê-lo de "perder tempo" com as crianças e defender a imagem social de Jesus naquela época, na comunidade, de que ele era um grande professor dedicado às pessoas adultas fortes e inteligentes. No entanto, Jesus deu bênçãos especiais às crianças pequenas e ensinou às multidões que "quem não receber o reino de Deus como uma criança, nunca entrará nele". (Lucas 18.17), e narrativa semelhante desse ensino também foi documentada nos livros de Mateus (19. 13-15) e Marcos (10. 13-16).

Enquanto em meio a todas as incertezas ao redor do mundo, desde as pandemias globais nunca antecipadas, até o imprevisto distanciamento social prolongado e a falta de interações face a face nos últimos anos, a relativa falta de contato humano realmente levou a muitos problemas psicológicos e sofrimento mental em todas as idades, em todos os continentes, e ninguém está imune a esta pandemia extra de "sofrimento psicossocial" ou "distúrbio mental". No entanto, do ponto de vista da saúde mental e do cuidado pastoral clínico, e citando Eric Berne, psiquiatra nascido no Canadá e fundador da "teoria da análise transacional", levando ao "modelo pai-adulto-filho (PAC)", foi proposto que, muitas vezes, o "comportamento disfuncional" observado entre aquelas pessoas resulta em sofrimento mental que é geralmente o resultado de decisões autolimitantes tomadas na infância na busca por sobrevivência, levando a um "roteiro de vida". Ao estar ciente do "roteiro de vida inconsciente" de si mesmo e uma melhor autoconsciência, pode-se levar a uma melhor autoaceitação e autocompaixão por si mesma/o, com uma melhor compreensão de nossos eventos de vida negativos ou emoções de nossa infância ou nosso passado.

Aqui, a partir do ensinamento de Jesus no Evangelho de Lucas, por um lado, Jesus está nos dizendo para sermos tão puros quanto uma criança ao longo de nossa jornada de vida, com expressão congruente de nossos sentimentos e emoções, além de ter total confiança Nele, assim como uma criança que confia plenamente em seus pais ou avós. E esta atitude de acreditar para ver, em vez de ver para acreditar, que aproxima a criança de Deus.

Por outro lado, isso também nos diz algo sobre o cuidado com a nossa "criança interior", pois cada um/a de nós já teve a sua infância, e todas/os nós já fomos uma criança, seja ela feliz ou difícil. E é a autoconsciência e a escuta de nossas próprias necessidades não atendidas, estando atentas/os para liberar nosso "modo criança adaptada" inconsciente para um "modo criança livre" para que nossa "criança pequena" possa ser libertada com Seu amor incondicional, cheio de fé e esperança, sendo criativa e alegre em todos os momentos. Pois Jesus nos ensina: "Ame o seu próximo como a si mesmo. Não há mandamento maior do que este" (Marcos 12.31). Somente quando tivermos uma melhor compreensão de nós mesmos e de nossas necessidades não atendidas, podemos, como Suas e Seus agentes pastorais clínicos, ser capazes de servir nosso próximo e as pessoas desfavorecidas, especialmente aquelas que estão sofrendo em tempos de desafio, especialmente aquelas com sofrimento psicológico ou mental.

Então, como parte da Comunidade Anglicana, estamos prontas/os para cuidar de nossa "criança" e estamos prontas/os para ser ouvintes ativas/os e estender a mão para aquelas pessoas que precisam, acolhendo as fracas e as crianças e sendo tão puras como crianças e fiéis como crianças para com a infalível esperança de nosso Senhor Jesus Cristo?

**Dra. Janice Tsang MBBS, MRCP (RU), FRCP (Lond.), FRCP (Edim.), FHKCP, FHKAM (Medicine)
Especialista em Oncologia Médica, Co-coordenadora da (AHCN)**

Reflexões sobre a pandemia de COVID-19 e a natureza dinâmica da vocação

Como bispo diocesano na Austrália, tenho me preocupado com o impacto da COVID-19 na saúde mental e no bem-estar do clero desde o início da pandemia. Mesmo antes da pandemia, a pesquisa mostrou que os níveis de ansiedade, estresse e depressão entre o clero já eram preocupantes. Pesquisas realizadas em muitas dioceses anglicanas australianas durante a pandemia mostraram níveis alarmantes de estresse, ansiedade e depressão. Na Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS), cerca de 63% das/os clérigos/os e líderes religiosos/os relataram níveis normais de estresse em comparação com 87% antes da pandemia. Um quadro semelhante foi observado para depressão e ansiedade em comparação com o que havia sido relatado no estudo anterior realizado antes da pandemia, indicando que os níveis relatados em todas as três medidas aumentaram significativamente durante esse período.

Além de bispo, sou psicólogo registrado e estou envolvido no ensino de psicologia em nível universitário. Sei que a pesquisa sobre saúde mental, incluindo especificamente a saúde mental do clero, mostrou resultados semelhantes em muitos países. Recentemente, realizamos um seminário conjunto com membros do corpo docente da Iniciativa de Saúde do Clero [Clergy Health Initiative] Universidade de Duke, nos Estados Unidos. Sua pesquisa entre o clero dos EUA revelou altos níveis de ansiedade entre o clero sobre o impacto da pandemia na frequência à igreja, nas finanças da igreja e no aumento de tempo e habilidade necessários para produzir opções de culto online.

Antes da pandemia, a maior parte da minha pesquisa e escrita acadêmica foi no campo da vocação para o Ministério Ordenado. Um senso de chamado ou vocação não é estático, mas dinâmico, por isso, é afetado por demandas e expectativas mutáveis, como as que o COVID-19 impôs a ministras/os nas paróquias e em outros ambientes. A COVID-19 levou muitas pessoas no ministério, especialmente no ministério remunerado em tempo integral, a se perguntarem: o que Deus está pedindo de mim neste novo cenário? Tenho os dons e as habilidades necessárias para servir autenticamente a Deus por meio do ministério paroquial agora? Nossas estatísticas australianas revelam níveis significativamente reduzidos de satisfação com a vida, bem-estar pessoal e eficácia percebida entre o clero agora em comparação com os níveis pré-pandêmicos. Tomados em conjunto, estes podem levar algumas pessoas a deixarem o ministério.

The Community Health Network and its Mental Health Community of Practice has been an incredibly valuable forum to begin to explore these questions from a global perspective.

A Rede de Saúde da Comunidade [Community Health Network] e sua Comunidade de Prática de Saúde Mental [Mental Health Community of Practice] tem sido um fórum incrivelmente valioso para começar a explorar essas questões em uma perspectiva global.

[Clique aqui para um resumo do artigo](#) do Dr. Harvey sobre vocação.

Dr. Murray Harvey
Bispo de Grafton, Austrália

Renovar o Bem-estar: espaços compartilhados tranquilos onde está tudo bem não estar tudo bem

A Organização Mundial da Saúde está nos pedindo para "Tornar a saúde mental e o bem-estar para todas as pessoas uma prioridade global" [1]. Eu fiquei muito feliz e isso me encheu de esperança.

Como alguém que lutou com minha própria saúde mental e emocional, acredito que agora é a hora de a igreja, qualquer igreja, toda igreja se unir a essa visão.

Vários anos atrás, para ajudar a cuidar do meu próprio bem-estar após um colapso, montamos um pequeno espaço, estilo café, anexado a uma área de oração onde também fizemos parceria com serviços de saúde mental para fornecer um espaço compartilhado simples e tranquilo para hobbies e atividades e ritmos inclusivos de oração opcional para todas as pessoas.

Isso não apenas ajudou meu bem-estar, como ajudou muitas outras pessoas.

Hoje, mais de 200 igrejas criaram espaços semelhantes. Oferecemos treinamento e apoio a qualquer igreja para criar um lugar para se estar presente, orar e estar em parceria: um espaço Renovar onde todas as pessoas são iguais e o bem-estar é a linguagem compartilhada.

Uma senhora que frequenta o nosso primeiro espaço Renovar disse: "Adoro este espaço: agora alguém sabe o meu nome."

Podemos ser o povo do shalom de Deus no cerne da renovação do bem-estar. Você quer se juntar a nós?

Treinamento gratuito : www.renewwellbeing.org.uk

Leia "Slow Down, Show Up and Pray" de Ruth Rice para conhecer a história e o manual para configurar seu espaço. Na Amazon, em qualquer livraria ou na [St Andrews Bookshop](#).

Ruth Rice: Diretora da Renova Bem-Estar

ruth@renewwellbeing.org.uk
[1] www.who.int
www.mentalhealth.org.uk

Recursos

Recursos Espirituais

A Aliança Anglicana também produziu uma série de estudos bíblicos e reflexões chamada **Fé em Tempos de Coronavírus**. Isso nos ajuda a colocar nossa experiência da pandemia no contexto de nossa fé e inclui estudos bíblicos sobre questões como acalmar medos e construir esperança, o que pode ajudar a fortalecer nosso bem-estar mental. Os estudos bíblicos podem ser usados em casa e também em reuniões com outras pessoas online.

COVID-19 e saúde mental: Cuidando de nós mesmas/os e de outros/as.

Nestas páginas, compartilhamos algumas dicas importantes para ajudar as pessoas a cuidarem de si mesmas, das pessoas com quem estão e de outras pessoas na comunidade, em geral durante esses tempos difíceis. Também achamos especialmente úteis, que podem ser adaptados a diferentes contextos.