

A COMPETÊNCIA EMOCIONAL DE JESUS DE NAZARÉ

Autor: Cassiano Augusto Oliveira da Silva

Universidade Federal da Paraíba -UFPB/ Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões
cassianojpb@gmail.com

Orientador: Fabrício Possebon

Universidade Federal da Paraíba -UFPB/ Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões
fabriciopossebon@gmail.com

Resumo: A educação emocional desenvolve função primordial na formação dos indivíduos e na construção de relações sociais equilibradas e saudáveis. As emoções devem ser entendidas como reações que possuímos mediante informações que recebemos, é claro, surgida a partir das relações que estabelecemos com nosso entorno. A emoção aparece a partir de um estímulo inicial interno ou externo. Esta, portanto, integra um domínio de ações nas quais nos movemos, permeando, influenciando e interferindo diretamente nas relações humanas. Dentre todas as emoções, o amor é aquela capaz de estruturar o social, é a emoção que possibilita o processo de hominização. Amar é abrir um espaço de interações recorrentes com o outro, na qual este outro possui presença legítima, sem exigências. “Quando negamos o amor, sofremos e sem amor o homem desintegra e morre”. O amor é a energia vital que permite a manutenção da vida. Sendo assim, resolvemos escolher a pessoa de Jesus de Nazaré, devido à influência de seu discurso na constituição de indivíduos, quer sejam crentes ou não crentes, e compreender a competência emocional de Jesus de Nazaré em sua práxis como educador de emoções. A opção metodológica foi uma pesquisa de cunho qualitativo. E o resultado é justamente poder observar em Jesus de Nazaré uma habilidade emocional capaz de implicar na habilidade de perceber e valorar com exatidão a emoção; na habilidade para acessar e ou gerar sentimentos quando esses facilitam o pensamento; na habilidade para compreender a emoção e o conhecimento emocional e; na habilidade para regular as emoções que promovem o crescimento emocional e intelectual.

Palavras-chave: Emoções; Amor; Competência Emocional

INTRODUÇÃO

A contemporaneidade com seu processo de construção baseada na industrialização capitalista, onde o modo de produção e as “relações sociais se autolegitimam”, atrelada a seres humanos com tendência depressiva, apática ou hostil, rebocada por uma sociedade de respostas rápidas e de satisfação individual, tem criado um cenário de estímulos que produzem seres doentes, individual e socialmente.

Os transtornos de ansiedade, a depressão, a anorexia nervosa, a irritabilidade descontrolada, os problemas de relacionamentos, entre outros, são situações comuns na contemporaneidade. A utilização indiscriminada de psicofármacos e os relatos de violência e brutalidade entre pares é um fiel indicador de que a sociedade se encontra enferma, padecendo de problemas emocionais enquanto fenômeno social.

É fato que a qualidade de vida depende do cidadão e do Estado, mas a qualidade de vida interior depende dos cidadãos e das relações que estes

estabelecem em comunidade. Assim a educação emocional se configura como um importante instrumento de norteio para o desenvolvimento integral dos indivíduos. A educação emocional parte da ideia de que o educar é um processo que se realiza na relação interpessoal e carrega em si fenômenos emocionais, uma vez que é da natureza das relações estar carregada de significados, valores e crenças, elementos de construções sociais e emocionais. Educação emocional é o conhecimento e o autoconhecimento para sentir e agir na proporção de bem-estar individual e coletivo (GONSALVES, 2017, p. 8-9).

Portanto, diante de uma sociedade emocionalmente abalada e, da Educação Emocional como uma via de desenvolvimentos de habilidades emocionais para o bem-estar pessoal e social dos indivíduos. Buscamos com o objetivo deste trabalho – compreender a competência emocional de Jesus de Nazaré. Assim observaremos como seu ensinamento se estabelece como um discurso de libertação do “status quo”, sendo capaz de instigar nos indivíduos a adoção de uma nova condição cidadã, a de sujeito consciente do seu processo de empoderamento individual.

METODOLOGIA

A pesquisa científica figura como sendo um método formal inserido num processo de pensamento reflexivo que requer uma acareação científica, constituindo-se no caminhar para se conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais.

Esta pesquisa se enquadra no ofício da pesquisa qualitativa, que para Minayo (1995, p.13) se ocupa com o universo de significados, motivações, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variável.

E a respeito dos pesquisadores qualitativos Minayo afirma que estes:

não se preocupam em quantificar, mas, sim, compreender e explicar a dinâmica das relações sociais que, por sua vez, são depositárias de crenças, valores, atitudes e hábitos. Trabalham com a vivência, com a experiência, com a continuidade e também com a compreensão das estruturas e instituições como resultado da ação humana objetiva. Ou seja, desse ponto de vista, a linguagem, as práticas e as coisas são inseparáveis (MINAYO, 1999, p.16).

Na tentativa de compreender a competência emocional de Jesus de Nazaré, buscamos para o embasamento deste trabalho, as reflexões de alguns autores que operam diretamente com a temática da Educação Emocional, primordialmente POSSEBON, Elisa Gonsalves e MATURAMA, Humberto e GOLEMAN, Daniel, entre outros.

AS EMOÇÕES

Antes de adentrarmos na compreensão das emoções propriamente ditas, seria interessante perguntarmos qual o papel das emoções em nossas vidas? Segundo Possebom (2017, p.15) as emoções estão associadas ao abalo de ordem moral ou afetiva; perturbação, independente se momentânea ou não e, que de algum modo impacta nosso espírito. Esta dinâmica de ação e reação nos leva a compreender as emoções numa ideia de movimento, muito além do estático. Seria então as emoções os resultados da interação dos indivíduos com o meio que o rodeia, mediante o processo de socialização.

Para Davidoff (2001, p. 369) as emoções (também denominadas de afetos) são estados interiores caracterizados por pensamentos, sensações, reações fisiológicas e comportamento expressivo específico. Aparecem subitamente e são difíceis de controlar. Em Goleman (1995, p. 279, 305), as emoções são um sentimento e seus pensamentos distintos (estados psicológicos e biológicos) são uma infinidade de tendências para agir. Assim o primeiro passo para se compreender as emoções é refletir sobre as mesmas e, logo, compreender as respostas oriundas da referida motivação. Ainda segundo Goleman (1995, p. 20) as emoções se configuram como impulsos para lidar com a vida que a evolução nos infundiu. A própria raiz da palavra *emoção é movere*, “mover” em latim, mais o prefixo ‘e’-, para denotar ‘afastar-se’, indicando que uma tendência a agir está implícita em toda emoção. Que as emoções levam a ações - é mais óbvio observando-se animais ou crianças; só nos adultos “civilizados” encontramos tantas vezes a grande anomalia no reino animal: emoções – impulsos arraigados para agir – distanciados de uma reflexão racional.

De acordo com Gazzaniga e Heatherton (2005, p. 315) a emoção (ou afeto) se refere a sentimentos que envolvem avaliação subjetiva, processos fisiológicos e crenças subjetivas. As emoções são rebates, ou respostas imediatas a acontecimentos ambientais, como ser cortado no trânsito ou receber um belo presente, já podemos imaginar quais as possíveis respostas oriundas destas motivações.

Para Gonçalves (2015, p. 36) a emoção excita o indivíduo fisicamente e algumas emoções são bastante óbvias sendo facilmente percebidas pelo observador, contudo, as emoções não seriam exteriorizadas ou expostas somente pela excitação física, mas também pelo comportamento expressivo, a exemplo, a linguagem não verbal, que poderia em alguma medida variar de acordo com a cultura e também apresentar aspectos universais. Se estamos com raiva podemos contrair o corpo, comprimir os lábios, dar as

costas, e se estamos felizes expressamos mais com a boca. Experiências negativas e positivas, portanto, vão orientar comportamentos que aumentariam a probabilidade do organismo de existir em si e de existir em sociedade. Também temos de ressaltar que as emoções podem despertar reações não apenas no momento do evento fonte, contudo, segundo Possebom (2017, p.20-21) um acontecimento passado pode, também, motivar um corpo emocionado no presente, por meio da memória. Esta é capaz de reviver no hoje aquilo que foi vivido no passado e assim o corpo atualiza a informação e uma nova emoção será gerada. De todo modo isto não é um mal, ir ao passado permite ao indivíduo adentrar num processo de ressignificação capaz de modificar o presente.

A emoção rege o domínio de ações nas quais nos movemos. As emoções permeiam, influenciam e interferem nas relações humanas, pois são dinâmicas e fluidas. Assim, as diferentes emoções especificam diferentes domínios de ações. Assim o amor se configura como a emoção que funda a relação, que estabelece o social (GONSALVES, 2015, p. 38).

O AMOR, EMOÇÃO BASE DO SOCIAL

Segundo Maturana (2002, p. 23; 25) o amor é a emoção que determina o social, o amor rege o domínio de ações na qual se legitima a convivência entre os indivíduos. A aceitação do outro como legítimo outro na convivência social é a condição para se estabelecer as relações e que tal aceitação é o que constitui uma conduta de respeito.

Para Gonsalves (2015, p. 38) o amor é a emoção fundadora do social, é o que possibilita o processo de hominização, que coloca o outro na convivência, por ser capaz de possibilitar a linguagem, a comunicação e as relações entre os seres detentores de vida.

O ser humano tem sua trajetória evolutiva embasada no amor e, toda ela se dá como uma história em que a conservação de um modo de vida no qual o amor - a aceitação do outro como um legítimo outro na convivência - é uma condição necessária para o desenvolvimento físico, comportamental, psíquico, social e espiritual normal do ser humano, assim como para a conservação da saúde física, comportamental, psíquica, social e espiritual do adulto. Quando negamos o amor, sofremos (MATURAMA, 2002, p. 25).

Um olhar para nossa história nos faz perceber que nem toda relação humana teve o amor como base social. Nestas os domínios de ações que não são o da colaboração e do partilha, coordenaram as ações que não sugerem a aceitação do outro como um legítimo ser de relação. Prega-se a sede de justiça, mas se vive uma mentira artificiosa distante do legal e

do ético. Adolescentes já crescem negando valores que lhes foram ensinados e confiados (MATURAMA, 2002, p. 33).

O amor é capaz de produzir o solidário e como este requer a ação do outro como legítimo ser de relação, o amor é, portanto, uma energia, uma força, que permite a conservação da vida como tal, o amor não se trata de uma emoção do mundo das abstrações, mas é um contínuo exercício concreto, hodierno e vital, onde o cuidar, o pessoal, o político e o social se faz presente (GONSALVES, 2015, p.39-40).

Diante disto, quando variamos de emoção, variamos também do domínio de ação e do raciocínio. O emocionar da convivência no discurso, na linguagem, não pode nem deve ser negado, porque é com ele que se dá o viver humano. É no emocionar que aparecem tanto o amigo como o inimigo, não na razão ou no racional (MATURAMA, 2002, p. 74).

Para Gonsalves (2015, p. 41) ao se mudar a emoção, as coordenações comportais e a linguagem, por conseguinte mudam. O entrelaçamento do linguajar com o emocionar se organiza na convivência adquirindo uma estabilidade que produz consensualidades, assim ocorre o desenvolvimento de nós seres humanos.

Maturana (2002, p. 23) insiste em seu discurso em dizer que a emoção fundamental que torna possível a história da hominização é o amor. E ressalta que não se refere ao amor com base no cristianismo, uma vez a palavra amor foi desvirtuada que a emoção que ela conota perdeu sua vitalidade, de tanto se dizer que o amor é algo especial e difícil. Detendo-nos neste ponto em especial, resolvemos refletir sobre o discurso da pessoa de Jesus de Nazaré quanto a práxis do amor, é fato este como emoção que produz um legítimo relacionar social e que é capaz de conservar a saúde dos seres humanos (física, comportamental, psíquica, social e espiritual), como afirma alguns teóricos sobre amor que determina o social e, que rege o domínio de ações na qual se legitima a convivência entre os indivíduos.

A COMPETÊNCIA EMOCIONAL DE JESUS DE NAZARÉ

A trajetória evangélica de Jesus de Nazaré o apresenta como um verdadeiro educador e, por conseguinte um educador emocional. “Jesus percorria toda a Galiléia, ensinando nas sinagogas, pregando o Evangelho do Reino e curando toda e qualquer doença ou enfermidade do povo” (Mateus 4, 23). Era um mestre que estava a falar e “estavam espantados com o seu ensinamento, pois ele os ensinava como quem tem autoridade e não como os escribas” (Marcos 1, 22). Jesus falava para os “pobres em espírito”, estes se referem as classes humildes, cujo espírito é oprimido pela necessidade e pelo

abatimento e, também é sinônimo de aflito (MCKENZIE, 2013, p. 668). Assim, “felizes os pobres em espírito”, vem dizer que também os pobres entrarão no reino do céu; está aí uma resposta à arrogância excessiva (*hubris*) dos fariseus. O educador Jesus conhece os males que assola os seres humanos e assim sabe das dificuldades de se administrar as emoções, elemento primordial para enfrentar as exigências sociais, que clama por pessoas capazes de estabelecer relações interpessoais harmoniosas e saudáveis (POSSEBON, 2017, p. 14).

A Jesus é dado o título de Rabi, salvaguardado o livro canônico de Lucas. Em aramaico rab, “mestre” associado ao sufixo pronominal da 1ª pessoa, “meu mestre”. É interessante ressaltar que no período talmúdico o referido sufixo perde sua força e o termo transforma-se num título. Como referido, o título será sempre dado a Jesus e será frequentemente traduzido por Kyrie (“senhor”) ou didaskale (“mestre”) (MCKENZIE, 2013, p. 702). Os cenários em que se desenrolavam os ensinamentos do mestre Jesus eram os mais diversos. Desde a montanha (Mateus 5-7) ou a planície (Lucas 6), nas casas (Mateus 8, 5, 14; Marcos 16, 9; João 11,1), a margem de lago ou no mar (Lucas 5, 1-3; Mateus 13), nas sinagogas (Marcos 1, 21) e no templo de Jerusalém (Mateus 21, 12). De acordo com os escritores evangélicos - o pregador, o mestre, o educador, Jesus de Nazaré estava frequentemente cercado por multidões que o seguiam e, queria ser enxergado e ouvido por elas.

Segundo Santos (2014, p. 218-220) o movimento de Jesus vai para além dos limites da Galileia, conglomerando em seus seguidores pessoas oriundas da região mais interétnica do antigo Oriente-Próximo. Foram ao encontro de Jesus os moradores da Síria, rumo à Galileia no entorno do vale do Jordão, onde encontram-se com os descendentes dos antigos samaritanos e os jerosolimitas, o povo dalém Judeia e, as populações transjordanianas. Diversos eram os cenários, os ouvintes e suas origens e conseqüentemente também eram diversos os meios os recursos didáticos que o educador Jesus se utilizava para transmitir suas mensagens e atrair as multidões em seu processo de ensino-aprendizagem. Neste trabalho interessa-nos abordar os fragmentos canônicos contidos nos evangelhos de Mateus e Lucas, a saber:

⁴³ Ouvistes que foi dito: Amarás o teu próximo e odiarás teu inimigo. ⁴⁴ eu, porém, vos digo: amai os vossos inimigos, e orai pelos que vos perseguem; ⁴⁵ desse modo vos tornareis filhos do vosso Pai que está nos Céus, porque ele faz nascer o seu sol igualmente sobre os maus e bons, e cair a chuva sobre justos e injustos (Mateus 5, 43 – 45).

²⁷. Digo-vos a vós que me ouvis: amai os vossos inimigos, fazei bem aos que vos odeiam, ²⁸. Abençoaí os que vos maldizem e orai pelos que vos injuriam. ²⁹ Ao que te ferir numa face,

oferece-lhe também a outra; e ao que te houver tirado a capa, não lhe negues também a túnica. ³⁰Dá a todo o que te pedir; e ao que tomar o que é teu, não lho reclames. ³¹Assim como quereis que os homens vos façam, do mesmo modo lhes fazei vós também (Lucas 6, 27 – 31).

Os dois fragmentos canônicos abordam a mesma temática de amor aos inimigos e, ali se observa que a fala do educador Jesus, não são palavras soltas referentes ao momento, mas expressam aquilo que era o próprio Jesus, com sua própria vida e, com sua forma própria de enxergar o mundo.

Os textos por nós selecionados podem ser compreendidos, segundo os biblistas Fabris e Maggioni (2002, p. 127), como uma releitura da lei antiga do Levítico: “¹⁸Não te vingará e não guardarás rancor contra os filhos do teu povo. Amarás o teu próximo como a ti mesmo. Eu sou Iahweh” (Levítico 19,18). Este mandamento era até então compreendido no sentido restrito, aplicável apenas ao compatriota e correligionário. Jesus vem trazer uma conotação universal e ilimitada. Ainda para Fabris e Maggioni (2006, p.77) o texto de Lucas depois da anunciação do tema, seguem-se as três exemplificações: amar os inimigos – os inimigos pessoais – quer dizer “fazer o bem”, bendizer por aqueles que têm sentimentos e demonstram uma atitude diametralmente oposta. A uma progressão de hostilidade corresponde uma progressão de amor. Propor-se então um amor prático, operativo, não apenas um sentimento genérico de benevolência compreensiva.

O educador Jesus de Nazaré, assumia em meio as multidões e ainda hoje assume um papel determinante, instigou-se e se instiga a busca de um autocontrole ascendente das emoções para a formação de bem-aventurados, ou de seres integralmente constituídos. Como mencionamos Jesus era o mestre, o rabi, o educador e, esta educação por ele apregoada, assume hoje também a mesma funcionalidade, ela figura como uma possibilidade imperativa à humanidade, para construção dos ideais de paz, liberdade e justiça social, valorizando disciplinas, voltadas para o conhecimento de si mesmo, mediado pelo exercício da autocrítica e da ética, no sentido de manter a saúde física e mental dos sujeitos, e conhecimento do meio ambiente natural, para preservá-lo (REGO, ROCHA, 2009, p. 141).

Quando nos afirmarmos como seres dotado de raciocínio, parece que adentramos no confronto, uma vez que, vivemos em meio a uma cultura onde as emoções não são devidamente valorizadas. Emoção e razão parecem realidades que caminham em vias paralelas e que quase sempre não se cruzam na realidade humana. É preciso compreender que as emoções não são o que chamamos de sentimento (MATURANA, 2002, p. 15).

A emoção é produzida na dimensão somática, já o sentimento da dimensão mental. Aquele é anterior a este e, o sentimento é a tomada de consciência de uma emoção sentida. Cada emoção ativará um conjunto de reações próprias (POSSEBON, 2017, p. 24, 40).

Rememorando o texto sagrado: “... amai os vossos inimigos, e orai pelos que vos perseguem.” (Mateus 5, 44) e “amai os vossos inimigos, fazei bem aos que vos odeiam” (Lucas 6, 27). Jesus de Nazaré apresenta em seu discurso uma habilidade emocional, ou melhor, ele é detentor de uma inteligência emocional. Esta, implica na habilidade de perceber e valorar com exatidão a emoção; a habilidade para acessar e ou gerar sentimentos quando esses facilitam o pensamento; a habilidade para compreender a emoção e o conhecimento emocional, e a habilidade para regular as emoções que promovem o crescimento emocional e intelectual (MAYER; SALOVEY, 2007, p. 32).

CONSIDERAÇÕES

No decorrer do texto deste trabalho pode ser observado que as emoções não se referem aquilo que chamamos de sentimento. As emoções são disposições corporais dinâmicas que definem os diferentes domínios de ação em que nos movemos. Mais parece que a contemporaneidade não soube se mover e vem deambulando com sérios problemas emocionais.

Assim, diante desta sociedade caótica e da necessidade de ações movidas pelo amor, a educação emocional se estrutura e surge como necessidade social e educativa no intuito de permitir aos indivíduos a capacidade de desenvolver suas habilidades emocionais na busca de um bem-estar individual e coletivo.

Nesse interim, o amor aparece como a emoção que constitui as ações de aceitar o outro como um legítimo outro na convivência. Portanto, amar é abrir um espaço de interações recorrentes com o outro, no qual sua presença é legítima, sem exigências.

Com este cabedal teórico sobre as emoções e a educação emocional, a pessoa de Jesus de Nazaré emerge como um educador por excelência. Com uma didática por meio de parábolas facilitando a compreensão de sua mensagem, o uso de um discurso motivacional para a mudança individual e coletiva para “instauração do Reino” e, pela salmodia a oração a Deus como fonte de esperança, encorajamento e alegria, Jesus de Nazaré educava com autoridade.

O mestre Jesus de Nazaré através de sua retórica e de sua práxis, embasada na ascense do amor, convida a seus crentes, admiradores e leitores a

desenvolverem estratégias de habilidades diante das emoções e assim se tornarem capazes: do autoconhecimento; do controle das emoções; da automotivação; do reconhecimento das emoções nos outros indivíduos e; no modo de interagir com outro de forma legítima, harmônica e saudável.

Grosso modo, precisamos ter a ciência de que as emoções, esta condição complexa do sentir, decorrente de transformações físicas e psicológicas e, que influenciam o comportamento e o pensamento, exercem em nossas vidas a função primordial de fulcro para o nosso desenvolvimento. E assim sermos capazes de ordenarmos nossa vida no enfrentamento sadio do cotidiano e estabelecendo o bem-estar subjetivo como fim, como um objetivo a ser alcançado.

REFERÊNCIAS

BÍBLIA DE JERUSALÉM, 5ª. Edição. São Paulo: Paulus, 1996.

DAVIDOFF, L. L. **Introdução a Psicologia**. 3a Ed. Itaim-Bibi: Makron Books. 2001.

FABRIS, R. MAGGIONI, B. **Os evangelhos, I**. Trad.: Jaldemir Vitorio, Giovanni di Basio. São Paulo: Loyola, 2002.

FABRIS, R. MAGGIONI, B. **Os evangelhos, II**. Trad.: Giovanni di Basio, Johan Konnings. São Paulo: Loyola, 2006.

GAZZANIGA, M. S., HEATHERTON, T. F. **Ciência Psicológica: mente, cérebro e comportamento**. Porto Alegre: Artmed, 2005.

GONÇALVES, C. H. **A terapia cognitiva e a teoria cognitiva da emoção de Lazarus**. Juiz de Fora: UFJF, 2014.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**. 20. ed. Rio de Janeiro, RJ: Objetiva, 1995.

MATURAMA, Humberto. **Emoções e linguagem na educação e na política**. Tradução: José Fernando Campos Fortes. - Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1998.

MAYER, J. D., SALOVEY, P. **¿Qué es la inteligencia emocional?** In J. M. M., Navas, & P. F., Berrocal. (Coord.). Manual de inteligencia emocional. Madrid: Anaya, 2007 (pp. 25-45).

MCKENZIE, John L. **Dicionário Bíblico**. São Paulo: Paulus, 2014.

MINAYO, M.C., (org.). **Os Muitos Brasis: Saúde e população na década de 80**. São Paulo - Rio de Janeiro: Hucitec, 1995.

MINAYO, M.C.S. (Org.) **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 13ª ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

POSSEBON, Elisa Gonsalves. **O universo das emoções: uma introdução**. João Pessoa: Libellus, 2017.

REGO, Claudia Carla de Azevedo Brunelli. ROCHA, Nívea Maria Fraga. **Avaliando a educação emocional: subsídios para um repensar da sala de aula**. Ensaio: aval. pol. públ. Educ., Rio de Janeiro, v. 17, n. 62, p. 135-152, jan./mar. 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-40362009000100007&script=sci_abstract&tlng=pt Acessado em: 10/09/2017.

SANTOS, João Batista Ribeiro. **As cores das milícias de Jesus de Nazaré: uma abordagem sobre a plausibilidade histórica e teológica das origens socioétnicas dos seguidores do messias**. NEARCO – Revista Eletrônica de Antiguidade 2014, Ano VII, Número I – ISSN 1972-9713 Núcleo de Estudos da Antiguidade Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Disponível em: <http://www.neauerj.com/Nearco/arquivos/numero13/13.pdf> Acessado em: 03/09/2017