

Exigências da Vida Missionária

Adaptado do livreto de recursos *Ajustar-se à Vida Missionária*, 2013

Ao começar uma nova experiência (como filiar-se à Igreja ou frequentar uma nova escola), você se sente animado com a oportunidade — e nervoso porque você não sabe o que esperar. Com o tempo você aprende a lidar com esses desafios e se desenvolve durante o processo.

A missão não é diferente. Algumas vezes a missão parece uma maravilhosa aventura espiritual — ou pelo menos um desafio que você consegue vencer. Outras vezes, no entanto, você pode enfrentar problemas inesperados ou experiências que são mais difíceis ou mais desagradáveis do que esperava. Você pode se perguntar como pode ter sucesso. Recursos que antes você usava para ajudá-lo a superar os desafios podem não estar disponíveis. Em vez de sentir-se motivado a tentar, você pode ficar ansioso, irritado, cansado ou frustrado. Talvez você sinta sintomas físicos como dor, enjoo, insônia ou doenças. Você pode ter dificuldades para relacionar-se com as pessoas. Talvez você se sinta desanimado ou queira desistir.

As exigências do trabalho missionário se encaixam em diversas categorias:

Geral

Você passa por muitas mudanças e transições durante a missão. A maneira que você está familiarizado a superar isso nem sempre está disponível, e você precisa aprender novas maneiras. As noites e os fins de semana que costumavam ser momentos de descanso, agora são os mais movimentados. Você pode sentir-se desconfortável. Algumas vezes você enfrentará dificuldades. Talvez se pergunte como ajudar outros missionários que enfrentam dificuldades.

Físico

Pode ser que fique em pé de 11 a 12 horas por dia, caminhando, andando de bicicleta, subindo escadas e parado em pé. Pode ser

que não durma tanto quanto costumava. A comida pode ser diferente. Você ficará exposto ao clima ruim e a novos germes. Essa nova situação pode ser muito cansativa.

Emocional

Pode ser que se sinta ansioso com tudo que precisa fazer e tenha dificuldade em relaxar. Pode ser que sinta saudades de casa, fique desanimado, entediado ou se sinta sozinho. Pode ser que enfrente rejeição, desapontamento e até mesmo situações de perigo. Pode ser que se preocupe com sua família e amigos por não estar presente para ajudá-los.

Social

Você conviverá de perto com um companheiro com quem talvez não tenha muito em comum. Você precisará falar com estranhos, interagir com líderes da Igreja, conhecer membros rapidamente a aprender a amar os pesquisadores.

Intelectual

Pode ser que aprenda um novo idioma. Você precisará dominar as lições e escrituras, desenvolver habilidades de ensino e solucionar as dúvidas que surgirem. Você precisará planejar, gerir metas, adaptar-se às mudanças e solucionar todo tipo de problemas práticos.

Espiritual

Você se esforçará para fortalecer seu testemunho, resistir à tentação e aprender a sentir e reconhecer o Espírito. Você precisará receber correção, arrepende-se, enfrentar suas fraquezas e remorso humildemente e, mais do que nunca, confiar no Senhor.

Adaptar-se a Novas Experiências

Assim como muitos que estão começando uma nova experiência, os missionários frequentemente passam por quatro fases ou estágios em seu ajuste emocional quando entram no CTM e depois quando chegam no campo missionário:

1. Antecipação

Pode ser que você fique ansioso com o desafio (ver 1 Néfi 3:7).

Pode ser que você sinta aumentar o senso de propósito e fidelidade ao Pai Celestial (ver 3 Néfi 5:13).



2. Descobertas inesperadas

Pode ser que comece a sentir falta de casa, da família e dos amigos e até mesmo questione sua decisão de servir (Alma 26:27).

Pode ser que sinta manifestações físicas de stress, como problemas para dormir, mudanças de apetite ou irritabilidade.

Pode ser que inesperadamente você se encontre impaciente e criticando as regras e expectativas.

Esses sentimentos são normais. Se você tiver um ou todos esses problemas, saiba que essa é uma situação temporária que muitos missionários enfrentam. Busque forças no conhecimento de que esses sentimentos passarão e você conseguirá se adaptar.

3. “Posso fazer isso”

Suas habilidades de ensino e com o idioma começam a melhorar.

Você aprende a seguir de boa vontade as regras e expectativas da missão.

Você demonstra paciência com você mesmo ao aprender “preceito sobre preceito” (ver Isaías 28:10; Mosias 4:27).

Os sintomas físicos de stress, se você teve algum, começam a diminuir.

4. Autossuficiência emocional

Você se sente bem com a rotina diária.

Você reconhece suas forças pessoais e seu progresso.

Você alcança um entendimento do que significa viver a vida um passo por vez (ver D&C 98:12).

Você desenvolve uma grande confiança e um aumento no desejo de servir.

