







Ansiedade

MÁRCIO VALADÃO

Uma publicação da Igreja Batista da Lagoinha

1ª Edição: Janeiro/2015

Transcrição:

Rosângela Silva Soares

Copidesque:

Nicibel Silva

Revisão:

Adriana Santos

Capa e Diagramação:

Junio Amaro

INTRODUÇÃO

O caminhar com o Senhor nos leva a uma vida de santidade. Muitas pessoas não conseguem entender toda a plenitude do que é ser santo ou ser santificado. Santo significa separado. A palavra “*santo*” não significa ter uma auréola na cabeça, não é isso. Ao lermos as Escrituras percebemos a realidade de que fomos chamados para sermos santos. *“Paulo, chamado pela vontade de Deus para ser apóstolo de Jesus Cristo, e o irmão Sóstenes, à igreja de Deus que está em Corinto, aos santificados em Cristo*

Jesus, chamados para ser santos, com todos os que em todo lugar invocam o nome de nosso Senhor Jesus Cristo, Senhor deles e nosso” (1 Coríntios 1.1-2). No entanto, é preciso trilhar esse caminho, pois não é um caminho que podemos enxergar até o fim, ou seja, não está pronto e acabado, mas é uma jornada muitas vezes com algumas voltas, e a medida que caminhamos, enxergamos para onde estamos indo. É verdade que quando entregamos nossa vida a Jesus, tudo muda, somos santificados no dia que aceitamos Jesus como Senhor e Salvador, mas é preciso trazer essa santificação para o nosso dia a dia, para os nossos relacionamentos, família, em todas as áreas da vida. Precisamos viver uma vida santa.

E falando sobre santidade precisamos saber também o que é pecado. A palavra pecado significa errar o alvo. Essa explicação vem do contexto do atirador de flechas que precisa de um alvo para acertar as flechas. E trazendo isso para nossa vida espiritual, errar o alvo é pecar. Isto é, existem milhões de atos pecaminosos,

mas a essência do pecado é errar o alvo, errar aquilo que Deus estabeleceu, deixar de cumprir o que Ele quer que vivamos.

E o que Deus estabeleceu encontramos na Palavra de Deus. Os mandamentos do Senhor para a nossa vida são como sinais numa estrada. Por exemplo: estamos dirigindo e de repente vemos um sinal orientando que há uma curva fechada à direita ou à esquerda. Quando obedecemos aos sinais, temos proteção, mas quando desobedecemos, sofremos as consequências.

Deus nos chamou para sermos santos, caminharmos em santidade. Entretanto, estamos vivendo dias em que tantas coisas têm subtraído a santidade de muitos, as ilusões deste mundo, o engano, etc. mas nesta mensagem quero falar sobre um dos temas que mais tem roubado corações, se apropriando de uma vida de santidade, estou falando da ansiedade. Porque santidade também é viver sem ansiedade. Querido (a), muitas vezes acreditamos que tropeçamos quando cometemos os pecados mais

horríveis, mas não tropeçamos nas montanhas,
mas nas pedrinhas. Boa leitura!

SINTOMAS DA ANSIEDADE

Em 1 Pedro 5.7 diz: *“Lançando sobre Ele toda vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós”*. Quais são os sintomas da ansiedade? Como podemos perceber no dia a dia se estamos ansiosos? Ela se manifesta de muitas maneiras: uma delas é a *“apreensão”*. Falta alegria, não há sorriso, mas muita tensão. É difícil ver o brilho nos olhos de uma pessoa ansiosa, um sorriso, uma gargalhada, pois ela vive esmagada pela ansiedade.

Outra característica da ansiedade é o “medo”. A pessoa ansiosa não tem somente medo do cobrador que vai bater à sua porta, mas tem a vida caracterizada pelo medo, age como se estivesse sendo consumida por este sentimento. Tem medo até de dar um passo e tomar determinadas atitudes. Existem pessoas que não se casam por medo. A ansiedade provoca na pessoa um desgaste tão terrível que a leva a outro sintoma ainda mais doloroso, o desespero.

É possível perceber o desespero de uma pessoa por causa da ansiedade. Ela não consegue se acalmar, não experimenta a paz, não consegue lançar o fardo sobre o Senhor, como está escrito: *“Lançar sobre Jesus toda nossa ansiedade, porque Ele tem cuidado de nós”*. Além disso, o medo nos impede de desfrutar da bênção e de descansar no Senhor, o que pode levar a um sentimento muito debatido atualmente, a sensação de pânico. O pânico também é uma consequência da ansiedade, o que pode nos levar também um sentimento

de hipervigilância. Isto é, excesso de vigilância, não há descanso. O pânico é um tipo de transtorno de ansiedade no qual ocorrem crises inesperadas de desespero e medo intenso de que algo ruim aconteça, mesmo que não haja motivo algum para isso ou sinais de perigo iminente. É sempre aquela inquietação: *“Como é que vai ser”*. Essa ansiedade causa fadiga, cansaço extremo. Amado(a), a fadiga deve ser resultado de um dia de trabalho e não da ansiedade. A fadiga natural é quando a pessoa trabalha o dia inteiro, carrega peso, se movimenta por causa do trabalho, e por conta disso tem cansaço físico. Diferentemente da ansiedade que faz com que a pessoa viva cansada, provocando até mesmo um estresse nos relacionamentos, seja, na família, na relação com os filhos, no casamento, o marido chega e a mulher está sempre cansada e vice-versa, o marido chega do trabalho fadigado, às vezes até culpando a esposa ou os filhos pelo seu cansaço. A ansiedade provoca fadiga, causando também insônia. Um dos

medicamentos mais vendidos hoje é para a ansiedade, para se conseguir dormir. O ansioso tem dificuldade de concentração, sintomas físicos como taquicardia, dor de cabeça, tontura, diarreia, indigestão, falta de ar, boca seca, pele fria, palidez e outros.

SEJA LIVRE DE TODO FARDO

A Palavra diz em 1 Pedro 5.7 que devemos lançar sobre o Senhor toda a nossa ansiedade. Às vezes queremos carregar sobre os nossos ombros aquilo que Jesus já carregou. Mas não é para ficarmos nos matando com uma situação, devemos lançar sobre o Senhor. A vontade de Deus é que possamos viver livres, soltos, leves. Não é para termos uma vida pesada, a fé cristã não é um fardo. Jesus disse: *“Vinde a mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados,*

e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de mim, porque sou manso e humilde de coração; e achareis descanso para a vossa alma. Porque o meu jugo é suave, e o meu fardo é leve.” (Mateus 11.28-30).

O fardo de Jesus é leve. Devemos lançar sobre Ele o nosso fardo, nossa ansiedade. E não somente o que aos nossos olhos parece grande, mais difícil, mas também as pequenas coisas que precisamos resolver, Deus se importa conosco nas pequenas coisas. Ele disse para lançarmos sobre Ele *“TODA”* a ansiedade, chegou até mesmo a dizer, veja o Salmo 127.2: *“Inútil vos será levantar de madrugada, repousar tarde, comer o pão que penosamente granjeastes; aos seus amados ele o dá enquanto dormem”*. Deixe Deus trabalhar em sua vida. Muitos não dormem e estão tentando resolver os problemas e outras coisas pela força dos próprios braços. Não significa que devemos ser irresponsáveis e não cumprir as nossas obrigações. Porém, o inimigo quer insuflar as nossas obrigações a ponto de se tornarem um fardo e

assim nos acostumamos a viver cansados, indispostos, com relacionamentos desgastados. Mas a Palavra diz que isso é inútil.

Amado (a), inútil é tentar enxugar o gelo, impossível. A Bíblia diz: *“O homem não pode receber coisa alguma se do céu não lhe for dada”* (Jo 3.27). Muitas confusões acontecem na nossa vida por que fazemos o que Deus não nos mandou fazer. E somos responsáveis pelas nossas escolhas. Um exemplo é quando você compra uma casa com o dinheiro que não tem e nem pode arcar com as prestações mensais ou faz um empréstimo para poder viajar de férias. Não age de acordo com a vontade de Deus, trazendo a ansiedade para a sua vida. Ser santo significa também dependência de Deus, buscá-lo em todo o tempo, andar nos caminhos do Senhor, o que é um benefício, pois a vontade de Deus é boa, perfeita e agradável. Precisamos sempre depender, pedir a direção do Senhor nas pequenas coisas: *“Senhor, devo fazer este negócio? Devo fazer esta viagem? Devo assumir este emprego?”* O Salmo 37.5 diz:

“Entrega o teu caminho ao Senhor, confia Nele e o mais Ele fará”.

Quando você entrega a sua vida, o seu caminho ao Senhor, precisa confiar Nele, pois Ele tudo faz para o seu bem. Quando você caminha tendo essa confiança, de que Deus o mandou fazer algo, há convicção da vontade de Deus, então você vai ter a provisão, pode seguir adiante que Ele estará com você. Entretanto, muitas vezes queremos fazer tudo sozinhos e ficamos dando *“cabeçadas”*, fazemos outros sofrerem por causa da nossa autossuficiência. Agora é hora de vivermos na dependência total do Senhor.

Em Lucas 10.38-42 a Palavra do Senhor diz assim: *“Indo eles de caminho, entrou Jesus num povoado. E certa mulher, chamada Marta, hospedou-o na sua casa. Tinha ela uma irmã, chamada Maria, e esta quedava-se assentada aos pés do Senhor a ouvir-lhe os ensinamentos. Marta agitava-se de um lado para outro, ocupada em muitos serviços. Então, se aproximou de Jesus e disse: Senhor, não te importas de que minha*

irmã tenha deixado que eu fique a servir sozinha? Ordena-lhe, pois, que venha ajudar-me. Respondeu-lhe o Senhor: Marta! Marta! Andas inquieta e te preocupas com muitas coisas. Entretanto, pouco é necessário ou mesmo uma só coisa; Maria, pois, escolheu a boa parte, e esta não lhe será tirada”.

Quando Marta interpela Jesus dizendo: *“Manda a minha irmã me ajudar!”* Ele diz: *“Marta, Marta, ficas inquieta! Sossega! Porque te preocupas com muitas coisas!”* A bênção de Deus é muito, mas o muito sem a bênção de Deus não é nada. Ao olharmos para a nossa vida vemos que a bênção de Deus é que faz toda a diferença na nossa história. Diz o texto: *“Pouco é necessário ou mesmo uma só coisa”*. O que é *“uma só coisa”*?. Quando você faz de Jesus o Senhor da sua vida, honrando-o, vivendo com Ele, essa é *“uma só coisa”*, a boa parte. E ao fazer isso diz a Palavra que: *“essa não lhe será tirada”*. Podem tirar tudo de você, mas nunca poderão tirar Jesus do seu coração.

Não estou dizendo que devemos ser irresponsáveis, não é isso, mas quando escolhemos o Senhor, quando valorizamos o Senhor, temos aquele tempo de oração, o tempo de ler a Palavra, o tempo de participar do culto, de estar numa célula, não é um tempo *“jogado fora”*, ao contrário, estamos ganhando tempo de qualidade com o Senhor.

PREOCUPAÇÃO COM O AMANHÃ

Em Lucas 12.24-29 vemos a preocupação pelo dia de amanhã, pelo que vai acontecer, mas Jesus diz:

“A seguir, dirigiu-se Jesus a seus discípulos, dizendo: Por isso, eu vos advirto: não andeis ansiosos pela vossa vida, quanto ao que haveis de comer, nem pelo vosso corpo, quanto ao que haveis de vestir. Porque a vida é mais do que o alimento, e o corpo, mais do que as vestes. Considerai os corvos, que não semeiam nem ceifam; não têm

despensa nem celeiro; contudo, Deus os alimenta. Quanto mais não valeis vós do que as aves! Ora, qual de vós, por mais ansioso que esteja, pode acrescentar um côvado à sua estatura? Porquanto, se não podeis fazer nem as coisas mínimas, por que estais ansiosos pelas outras? Considerai os lírios, como crescem; não trabalham, nem fiam; contudo, vos digo que nem mesmo Salomão, em toda a sua glória, se vestiu como um deles. Se, pois, Deus assim veste a erva que hoje está no campo e amanhã é lançada no forno, quanto mais vós, homens de pouca fé? Não andeis, pois, a indagar, o que haveis de comer ou beber e não vos entregueis as inquietações, porque os gentios é que procuram estas coisas, mas vosso Pai sabe que necessitais de todas elas, buscais antes de tudo o seu Reino e estas coisas vos serão acrescentadas”.

É tão diferente, Deus nos mandou olhar para as aves dos céus, para os lírios do campo, como eles se vestem, como as aves se alimentam, o necessário Ele sempre suprirá. Mas o que fazemos? Comprometemos o necessário,

muitas vezes por não dependermos de Deus e vivemos ansiosos pelas consequências disso, trazendo mais confusões para a nossa vida. Certa vez uma empresa solicitou à Igreja Batista da Lagoinha autorização para divulgar seus serviços de empréstimos para os irmãos, mas ao saber disso, não permiti que isso acontecesse em nossa igreja, pois não quero que minhas ovelhas vivam endividadas. Dívida não se paga com dívida. Uma pessoa que vive pagando dívida com dívida não tem alegria, paz, e isso tudo resulta em ansiedade para a vida.

NÃO DEVEMOS VIVER ANSIOSOS

Agora veja o que o Senhor nos diz em Lucas 21.34:

“Acautelai-vos por vós mesmos, para que nunca vos suceda que o vosso coração fique sobrecarregado com as consequências da orgia, da embriaguez e das preocupações deste mundo, e para que aquele dia não venha sobre vós repentinamente como um laço”.

O crente em Jesus não faz parte de orgias, não fica embriagado e sequer se deixa levar pelas

preocupações deste mundo. Jesus colocou no mesmo nível estes três pecados: orgia, embriaguez e as preocupações deste mundo. Porque são essas coisas que nos fazem perder a visão do sonho de Deus para nós. *“Para que aquele dia não venha sobre vós repentinamente como um laço”*. As preocupações deste mundo são muitas vezes como o *“laço do passarinho”*, como uma armadilha. Muitas vezes não caímos na armadilha da orgia, da bebedeira, mas podemos cair no laço das preocupações deste mundo. E isso pode nos destruir.

Às vezes acreditamos que existem ansiedades naturais da vida. E há sim um tipo de ansiedade natural que nós temos, porque somos humanos. Mas isso não é desculpa para dizermos que devemos viver ansiosos. Somos humanos, mas temos uma cidadania diferente, somos nova criatura em Cristo Jesus. A Palavra diz em Filipenses 4.6: *“Não andeis ansiosos de coisa alguma; em tudo, porém, sejam conhecidas, diante de Deus, as vossas petições, pela oração e pela súplica, com ações de graças”*. Ser santo

não significa somente abandonar os pecados “grandes” aos nossos olhos, mas é colocar na sua vida a cada instante esta verdade de que a ansiedade é um infortúnio, um revés. Ela suga a nossa alegria. Vemos tantos irmãos sofrendo com os sintomas que mostrei aqui. Quando chegam para as reuniões, o semblante é tão sem vida, sem aquele brilho que vem da paz que excede todo entendimento, a paz que vem do Senhor. Esses irmãos querem receber do Senhor, mas têm dificuldade de celebrar, de repartir, porque estão amarrados com tantos laços. Quando lemos que “*não andeis ansiosos de coisa alguma*”, de “*coisa alguma*” significa nada. “[...] *em tudo, porém, sejam conhecidas, diante de Deus, as vossas petições, pela oração e pela súplica, com ações de graça*”, Versículo 7: “*E a paz de Deus...*”, o oposto da ansiedade é a paz de Deus que excede todo entendimento. Sozinhos não conseguimos compreender como viver em paz, sem ansiedade, precisamos que o Espírito Santo de Deus nos mostre. “*E a paz de Deus, que excede todo entendimento,*

guardará o vosso coração e a vossa mente em Cristo Jesus". É diferente, a paz que guarda o seu, o meu coração e a nossa mente em Cristo Jesus. 1 Coríntios 7.32 a Palavra diz assim: "O que realmente eu quero é que estejais livres de preocupações". Que possamos viver essa realidade que o Senhor tem para nossa vida, livres de toda e qualquer preocupação, pois o controle de todas as coisas está nas mãos Dele. Aleluia!

ALGUMAS PREOCUPAÇÕES DA MENTE HUMANA

1 - PREOCUPAÇÃO QUANTO A SUBSISTÊNCIA: Veja Mateus 6.25-26:

"Por isso, vos digo: não andeis ansiosos pela vossa vida, pelo que haveis de comer ou beber, nem com o vosso corpo quanto ao que haveis de vestir. Não é a vida mais que o alimento, e o corpo, mais

do que as vestes? Observais as aves do céu, não semeiam, não colhem, nem ajuntam em celeiros, contudo, vosso Pai celeste as sustenta. Porventura, não valeis vós muito mais do que as aves?” Isto é: Se o Senhor cuida dos pássaros, muito mais de nós. Olhe o que diz a Palavra nos Salmos 23.5: *“Preparas-me uma mesa na presença dos meus inimigos, unges a minha cabeça com óleo e o meu cálice transborda”*. O Salmo 31.19: *“Como é grande a tua bondade, que reservastes aos que te temem, da qual usas, perante os filhos dos homens, para com os que em ti se refugiam!”*. Grande é a bondade do Senhor para conosco. Tudo que Deus quer como um Pai é que você desfrute realmente Dele, que você possa viver como um filho. A ansiedade vai tentar tirar de você a beleza do existir. Mas Deus oferece a você uma vida sem pressões, na dependência Dele. Filipenses 4.19: *“E o meu Deus, segundo a sua riqueza em glória, há de suprir, em Cristo Jesus, cada uma de vossas necessidades”*.

2 - A ANSIEDADE QUANTO AO CURSO DA VIDA. Lucas 12.25 traz uma reflexão sobre a

preocupação que podemos ter com a nossa caminhada, diz assim: *“Qual de vós, por ansioso que esteja, pode acrescentar um côvado ao curso da sua vida?”* A nossa vida está nas mãos do Senhor, não é que você tem que desprezá-la, mas, não conseguirá acrescentar um dia ao curso da sua vida, pois não consegue algo que somente Deus pode fazer. Deus nos manda dormir para que Ele possa trabalhar em nossa vida.

3 - ANSIEDADE QUANTO AO SOFRIMENTO: Ansiedade quanto ao que pode acontecer. Sempre falamos e cantamos sobre o sofrimento e o descanso que podemos vivenciar. O Salmo 119.143 nos ensina como passar por esses momentos também. *“Sobre mim vieram tribulação e angústia; todavia, os teus mandamentos são o meu prazer.”* Durante a nossa vida seja o que for que aconteça, seja tribulação, angústia, os mandamentos do Senhor são o nosso prazer. Esse é o caminho que a Palavra do Senhor nos dá.

Muitas vezes as pessoas estão buscando autoajuda, a nossa ênfase é a ajuda do alto, ou seja, aquela que vem do Senhor. Temos e precisamos mais e mais de fome da Palavra de Deus, mergulhar no que diz a Palavra, pautar o nosso existir pelas Escrituras e viver plenamente; não precisamos viver ansiosos.

4 - A ANSIEDADE EM RELAÇÃO À MORTE. No Salmo 90.12 está registrado: *“Ensina-nos a contar os nossos dias, para que alcancemos coração sábio”*. Em Hebreus 9.27: *“E, assim como aos homens está ordenado morrerem uma só vez, vindo, depois disto, o juízo”*.

Não existe morrer e reencarnar, a Palavra diz que foi ordenado morrer somente uma vez e então vem o juízo. Tanto a reencarnação quanto a crença na morte física foram excluídas, pois Jesus Cristo sofreu o destino humano comum da morte e do castigo, mas para Ele o castigo foi seguido pela ressurreição e justificação, conforme descrito em 1 Timóteo 3.16: *“Evidentemente, grande é o mistério da*

piedade: Aquele que foi manifestado na carne foi justificado em espírito, contemplado por anjos, pregado entre os gentios, crido no mundo, recebido na glória". Deus sabe o dia da nossa partida, não precisamos ficar ansiosos, não precisamos perder uma, duas, várias noites de sono pensando no dia da nossa morte, pois somente o Senhor sabe o dia. Então, vivamos intensamente cada dia, não podemos deixar a ansiedade nos destruir, roubar a nossa alegria de servir a Deus. Seja livre de toda ansiedade, de todo medo da morte!

O CUIDADO DE DEUS

Veja agora o cuidado de Deus na nossa peregrinação nesta terra. Todos somos peregrinos nesta caminhada, mas o Senhor é o nosso companheiro nela. Gênesis 28.15 diz assim: *“Eis que eu estou contigo, e te guardarei por onde quer que fores, e te farei voltar a esta terra, porque te não desampararei, até cumprir eu aquilo que te hei referido”*.

Deus tem um propósito para o nosso existir. Ele tem um projeto para mim e para você e não

vai nos desamparar *“até cumprir eu aquilo que te hei referido”*. No Salmo 139 está escrito: *“O teu livro está escrito todos os meus dias, quando nenhum deles ainda havia sido escrito”*.

Não sabemos o que Deus escreveu no Livro da Vida, mas cada dia da nossa vida é uma página que Ele abre. No entanto, se uma pessoa sai dos caminhos do Senhor, pode interromper o projeto de Deus. Sair da presença do Senhor é abandonar os caminhos que Ele tem e poderá sofrer as consequências. Porém, ao escolher viver honrando a Deus, colocando-o em primeiro lugar é experimentar isto: *“Até cumprir eu aquilo que te hei referido”*. Enfatizando: Deus diz, verso 15: *“Eis que eu estou contigo e te guardarei, onde quer que fores e te farei voltar a essa terra porque não te desampararei até cumprir Eu aquilo que te é referido”*. Essa é a promessa, não é para andarmos cabisbaixos, choramingando, permitindo que a ansiedade nos deixe ficar até com mau estar físico, dores de cabeça, úlceras, etc., mas é para vivermos saudáveis, cheios de vida, por isso, o Salmo 121.4 diz: *“É*

certo que não dormita nem dorme o guarda de Israel", Deus não cochila, não há um momento que os olhos Dele não estejam sobre você, não há um momento que Ele não esteja contemplando você, não há um momento que Ele não conheça o seu coração, não há um momento que Ele não saiba das pressões que vêm sobre a sua vida, não existe absolutamente nada que aconteça com você que esteja fora do conhecimento de Deus. A Palavra diz: *"É certo que não dormita"*, dormir é cochilar, Deus não cochila, Deus não dorme e você e eu podemos descansar nessa verdade.

Em João 17.11, vemos Deus como um Pai protetor, vemos Jesus intercedendo por nós como um amigo, um Pai provedor. Está escrito:

"Já não estou no mundo, mas eles continuam no mundo, ao passo que eu vou para junto de ti, Pai santo, guarda-os em teu nome, que me destes, para que eles sejam um, assim como nós".

A Palavra diz que o Senhor nos guarda: *"O anjo do Senhor acampa ao redor dos que o temem e os livra"* (Salmo 34.7). A ansiedade nos

leva a perder a alegria da proteção do Senhor.

Em 2 Timóteo 1.12 Paulo disse: *“E, por isso, estou sofrendo estas coisas; todavia, não me envergonho, porque sei em quem tenho crido e estou certo de que ele é poderoso para guardar o meu depósito até aquele dia”*. Esse é o cuidado infinito do Senhor para conosco. E ainda mais bênçãos Ele tem, veja Salmo 115.12: *“De nós se tem lembrado o Senhor, ele nos abençoará, abençoará a casa de Israel, abençoará; abençoará a casa de Arão”*.

Abençoará a nossa casa, de nós se tem lembrado o Senhor. Trazendo para a área bem mais pessoal, podemos dizer: *“De mim tem-se lembrado o Senhor, Ele me abençoará!”* E se Deus tem se lembrado de mim, por que vou deixar que a ansiedade venha frustrar essa bênção?

DEUS CONHECE AS NOSSAS NECESSIDADES

Em Mateus 6.31-32, temos a palavra “*gentio*” como aquele que não é judeu, mas para nós é também aquele que ainda não é da família de Deus. Jesus disse: *“Portanto, não vos inquieteis, dizendo: Que comeremos? Que beberemos? Ou: Com que nos vestiremos? Porque os gentios é que procuram todas essas coisas, pois vosso Pai celeste sabe que necessitais de todas elas”*.

Querido(a), Deus sabe de todas as coisas. Quando oramos não é para Deus descobrir nossa necessidade, porque Ele já sabe, mas sim, nós precisamos saber e crer naquilo que Ele pediu para fazermos, ou seja, lançarmos sobre Ele todas as nossas necessidades. É chegado um tempo de darmos um basta de vivermos ansiosos, doentes, sem vida, prostrados. Não precisamos viver assim, grande é o nosso valor para o Senhor. Como está escrito em Lucas 12.7: *“Até os cabelos da vossa cabeça estão contados. Não temais! Bem mais valeis do que muitos pardais”*. Nós valemos o preço que Jesus pagou na cruz. Você e eu somos mais valiosos do que todos os pardais do mundo.

A tradução literal diz que os cabelos não são apenas contados, mas enumerados. É chegado o tempo de vivermos isso, *“lançando sobre Ele toda nossa ansiedade porque Ele tem cuidado de nós”*. Tudo pode passar, mas Ele vive para cumprir aquilo o que prometeu em Sua Palavra.

Deuteronômio 33.27: *“O Deus eterno é a tua habitação e, por baixo de ti, estende os braços*

eternos, ele expulsou o inimigo de diante de ti e disse: destrói-o". O Salmo 18.35: "Também me deste o escudo da tua salvação, a tua direita me susteve, e a tua clemência me engrandeceu". Salmos 91.12, muitos de nós sabem de cor: "Ele te sustentarão nas suas mãos, para não tropeçares nalguma pedra". Isaías 40.10 diz assim: "Eis que o Senhor Deus virá com poder, e o seu braço dominará; eis que o seu galardão está com ele, e diante dele, a sua recompensa". Isaías 46.4: "Até à vossa velhice, eu serei o mesmo e, ainda até às cãs, eu vos carregarei; já o tenho feito; levar-vos-ei, pois, carregar-vos-ei vos salvarei". Deus não muda!

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em 2 Timóteo 4.18, podemos tomar posse desta promessa: *“O Senhor me livrará também de toda obra maligna e me levará salvo para o seu reino celestial. A ele, glória pelos séculos dos séculos. Amém!”*

Então, o que você vai fazer com a ansiedade? Entregá-la-á a Deus! *“Lançando sobre ele toda ansiedade, porque Ele tem cuidado de vós”*. Além disso, colocar Deus em primeiro lugar: *“Buscai, pois, em primeiro lugar, o seu reino e a*

sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas” (Mateus 6.33). E confiar inteiramente Nele, vivendo a realidade do Salmo 37.5: *“Entrega o teu caminho ao Senhor, confia nele, e o mais ele fará”*. Santidade é viver sem ansiedade, e assim, possivelmente, não teremos mais medo, desespero, sensação de pânico, irritabilidade, fadiga, insônia, dificuldade de concentração e até os sintomas físicos, como taquicardia, dor de cabeça, tontura, diarreia, indigestão, falta de ar, boca seca, pele fria, palidez.

Quando o Senhor nos diz para não vivermos ansiosos de coisa alguma, é uma forma de proteção e saúde, e de alegria. Além disso, para a ansiedade não encontrar brechas na nossa história, tudo que temos que fazer é realmente buscá-lo em primeiro lugar. Precisamos e podemos viver esta realidade de acordarmos pela manhã experimentando uma vida santa, uma vida de entrega absoluta ao Senhor, não permitindo que a ansiedade destrua aquilo que Deus plantou em nossa vida, não deixando que ela destrua o nosso coração. Agora é a

hora para você, querido(a), de recomeçar uma vida leve, pois o fardo do Senhor é leve.

Existe um corinho que nos fala desta verdade, de colocarmos no Senhor todo fardo, todo trabalho e descansarmos Nele. Veja:

Não tenha sobre Ti - (Milad)

“Não tenhas sobre ti um só cuidado, qualquer que seja

Pois um, somente um, seria muito para ti

É Meu, somente Meu todo o trabalho

E o teu trabalho é descansar em Mim

Não temas quando enfim, tiveres que tomar decisão

entrega tudo a Mim, confia de todo o coração”.

Nós somos o que a Bíblia diz que somos, temos o que a Bíblia diz que temos e podemos o que a Bíblia diz que podemos. Por isso, não podemos deixar que a ansiedade domine a nossa vida, nossas decisões, que possamos nos arrepender de todas as vezes que permitimos que ela guiasse tudo na nossa vida e assim, arrependidos, possamos ouvir a voz de Deus em

todas as decisões como está escrito: *“Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque Ele tem cuidado de vós”*.

Está registrado na Bíblia:

“Vinde a mim, todos que estais cansados, ansiosos, sobrecarregados, e eu vos aliviarei; lançai sobre mim o teu jugo e aprendei de mim que sou manso e humilde de coração, e alcançareis descanso para vossas almas, pois o meu jugo é suave e o meu fardo é leve” (Mateus 11.28).

Talvez você tenha procurado até agora construir a sua própria salvação, buscando a redenção nas boas obras, na religião, correndo de um lado para o outro, de igreja em igreja, mas saiba que o seu trabalho é apenas receber o que Jesus fez por você. Jesus já fez todo o trabalho. A salvação é um dom, um presente de Deus e você a reconhece em um gesto de fé. Reconhecendo-se como pecador, todos somos, mas Jesus veio exatamente para nos salvar. Você que já andou nos caminhos do Senhor e se afastou, mas como o filho pródigo,

quer voltar para os braços do Pai. Veja Lucas 15.17-24:

“Então, caindo em si, disse: Quantos trabalhadores de meu pai têm pão com fartura, e eu aqui morro de fome! Levantar-me-ei, e irei ter com o meu pai, e lhe direi: Pai, pequei contra o céu e diante de ti; já não sou digno de ser chamado teu filho; trata-me como um dos teus trabalhadores. E, levantando-se, foi para seu pai. Vinha ele ainda longe, quando seu pai o avistou, e, compadecido dele, correndo, o abraçou, e beijou. E o filho lhe disse: Pai, pequei contra o céu e diante de ti; já não sou digno de ser chamado teu filho. O pai, porém, disse aos seus servos: Trazei depressa a melhor roupa, vesti-o, ponde-lhe um anel no dedo e sandálias nos pés; trazei também e matai o novilho cevado. Comamos e regozijemo-nos, porque este meu filho estava morto e reviveu, estava perdido e foi achado. E começaram a regozijar-se”.

Você quer ser um trabalhador na casa do Pai, ser digno do Senhor, e com o trabalho ter o direito de viver em casa, mas o Senhor diz:

“Filho, o seu trabalho é descansar em mim”. Ele coloca um anel no seu dedo, sandálias nos seus pés, lhe dá novas vestes, prepara um banquete para receber você. O seu, o nosso trabalho é apenas tomar posse daquilo que Jesus já fez por nós na cruz do Calvário. Aleluia!

“Pai, a sua Palavra é vida e que nesta hora cada leitor seja livre de todo peso da ansiedade que destrói casamentos, a saúde, a fé. Na cruz o Senhor levou os nossos pecados, as nossas dores, toda a nossa ansiedade. Dá-nos graça Senhor, para que o nosso trabalho seja descansar naquilo que o Senhor conquistou para nós na cruz. Que possamos, Senhor, em cada momento, na hora das pressões, na hora das lutas, em que a ansiedade deseja assumir o trono do nosso coração, nos lembrar do dever de lançar sobre o Senhor toda nossa ansiedade; e de que o Senhor é sempre bom e a Sua misericórdia dura para sempre, amem!”

Deus abençoe!

Márcio Valadão



Uma publicação da Igreja Batista da Lagoinha

Gerência de Comunicação

Rua Manoel Macedo, 360 - São Cristóvão

CEP: 31110-440 - Belo Horizonte - MG

www.lagoinha.com

Twitter: [@Lagoinha_com](https://twitter.com/Lagoinha_com)