

**Jornal Regional/
Portal Regional
muito mais
digital**

Comercial e Redação:
(18) 99764-1912

Assinaturas:
(18) 99180-8742

E-mails:

jornalismo@portalregional.net.br
comercial@portalregional.net.br
atosoficiais@portalregional.net.br

Jornal Regional
DIGITAL

JOSÉ FERNANDO PEREIRA DOS SANTOS

CNPJ
15.763.376/0001-25

Inscr. Est.
292.119.846.111

Rua:
Cristina Pompilio Schmidt, Nº 42

Bairro:
Frei Moacir I

Representante em
São Paulo: Revesp

Diretor: José Fernando Pereira
dos Santos

Jornalista Responsável:
Letícia Bortoloti Pinheiro
(MTb 57474/SP)

Reflexão bíblica sobre a ansiedade

REV. MÁRIO TELES MARACCI
PASTOR PRESBITERIANO

Muitas vezes, quando os cristãos encontram outros crentes que lidam com a ansiedade, seja temporária ou crônica, às vezes citam o verso "não fique ansiosos com nada" dos filipenses (Filipenses 4:6). Eles o fazem para tranquilizar o crente lembrando que Deus tem o controle, não importa quais circunstâncias a vida apresente. Também para lembrar o crente de que deve manter sua mente nas coisas do alto, em vez de preocupações terrenas.

A Bíblia tem muito mais a dizer sobre ansiedade do que algumas palavras de Paulo. Neste artigo veremos algumas pessoas que lidaram com a ansiedade na Bíblia, e o que ela tem a dizer especificamente, e como podemos lidar com a ansiedade de um compa-

nheiro crente ou lidar com nossas próprias preocupações.

Embora nos tempos bíblicos provavelmente não teriam uma palavra para ansiedade crônica ou temporária, escritores bíblicos experimentaram períodos de preocupação, inquietação e angústia. Vejamos alguns casos mais agudos.

Davi. Não se pode falar sobre pensamentos ansiosos sem abordar os muitos Salmos de Davi, que clamam ao Senhor em perigo. Por exemplo, Davi se descreve como em "amargura" e "aflição" (Salmo 69.29).

Daniel. Quando confrontado com visões aterrorizantes, Daniel desmaiou e ficou doente por dias (Daniel 8.27). No capítulo anterior, ele havia descrito seu estado mental como "perturbado em espírito" por causa das visões que teve (Dn 7.15). Quando ele viu o que o futu-

ro guardava, que governantes e poderes aterrorizantes tomariam conta, isso o perturbou por vários dias.

Jesus. No Jardim de Getsêmani, Jesus experimentou tanta angústia e apreensão, que Seu suor se transformou em gotas de sangue (Lucas 22.44). Alguns médicos atribuíram esse fenômeno ao que é conhecido como "hematidrose". Parece ser causada por extrema angústia, ansiedade ou medo. Para Jesus suor gotas de sangue, Ele teria que ter tanta inquietação que os vasos sanguíneos em Sua cabeça estourariam por causa da pressão e assim vazaram gotas de sangue.

O que a Bíblia diz sobre ansiedade especificamente? Primeiro, pode-se dar uma olhada em alguns dos exemplos acima para ver como essas pessoas enfrentaram a ansiedade. Por

exemplo, sempre que Davi clamava a Deus angustiado, no final do Salmo ele reconhece o poder e o plano de Deus (Salmo 13.5). Isso pode indicar que os cristãos devem confiar em Deus, mesmo quando pensamentos e preocupações ansiosos podem fazê-los sentir o contrário.

Quando um irmão ou irmã luta com medo do que o futuro pode conter, os cristãos devem caminhar ao lado deles e proporcionar-lhes conforto e paz durante os momentos difíceis da vida. Caminhe ao lado deles durante a luta. Todos enfrentaremos momentos em nossas vidas onde precisamos do amor e do apoio de outros crentes. Alguém que lida com a ansiedade pode precisar desse apoio agora!

▲ 23 sex



↓ 12°

↑ 26°

0%

Sol o dia todo sem nuvens no céu. Noite de tempo aberto ainda sem nuvens.



Madrugada



Manhã



Tarde



Noite