

Lição 17 – Ansiedade – O remédio que pode virar veneno

“Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós.” (1 Pe 5.7)

Há dois tipos de ansiedade: a normal e a patológica. A normal é uma reação que antecede algo que está por vir, seja bom ou mau, nos preparando para isso. A patológica é quando ela se torna crônica, trazendo distúrbios, fobias e várias doenças como: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Síndrome do Pânico e Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Para essas doenças, recomendamos o acompanhamento de profissionais da área, como psicólogos, psiquiatras, neurologistas e terapeutas, pois, como destacamos, tratam-se de enfermidades. Mas o estudo da Palavra de Deus também é fundamental para a cura emocional, assim como a oração e o aconselhamento cristão. Leia Fl 4.4-7 e responda:

1. Qual é a dupla recomendação no v. 4?
2. Como você entende moderação ou equidade, expressa no v. 5a? (Gl 5.22)
3. O que você entende da expressão “perto está o Senhor” (v. 5b)? (Ef 2.13 e 17)
4. Não estar ansioso é solicitação ou ordem (v. 6a)?
5. Qual a grande arma contra a ansiedade que possuímos (v. 6b)?
6. O que possuímos quando vencemos a ansiedade (v.7)?
7. Há algo que tem causado demasiada preocupação e que queira compartilhar? (1 Pe 5.7)

Aplicação:

Deus deseja que tenhamos uma vida de alegria e paz, apesar das tribulações (Jo 14.27; 16.33). Jesus pagou um alto preço pela nossa vida (Is 53). Ele recomenda olharmos para a natureza, priorizarmos o Reino e não nos preocuparmos com o amanhã (Mt 6.19-34). Nosso desafio é crer e viver.

Ansiedade? Só em dose homeopática!