

# **Estudo 130 – Não Ande Ansioso**

*Série “Fome e Sede”*

## **Quebra-gelo**

*Você já perdeu sono ou apetite por causa de alguma situação que trouxe ansiedade ao seu coração?*

**Você sabia que:** A ação dos hormônios durante a ativação do mecanismo de resposta a situações de estresse faz com que a pessoa possa ter diarreia, náusea e indigestão. Sendo assim, o desconforto causado pela elevação do nível de tensão corporal, pode levar à perda de apetite.

**Textos:** Mateus 6.25-34.

## **O que a Bíblia diz a respeito disso?**

Como é difícil fugir das situações que nos causam ansiedade. Estamos rodeados de coisas que podem facilmente nos fazer voltar toda a nossa atenção para elas. Por exemplo: Boletos que vão vencer, prazos que estão se expirando, dinheiro do mês acabando, comida que começa a faltar, remédios que precisam ser comprados com urgência, etc. São inúmeras situações do dia a dia que podem nos causar ansiedade. Essas coisas também podem acabar com o nosso apetite espiritual. Ao invés de voltarmos nosso pensamento e coração para Deus, voltamos para as dificuldades. Foi justamente este o alerta que Jesus estava dando para o povo. Ele estava mostrando quantas coisas ocupam o nosso coração no dia a dia. E realmente, percebe que praticamente tudo o que fazemos é para suprir uma dessas necessidades. Jesus estava ensinando para o povo naquele dia e também está nos ensinando hoje, que existem necessidades que são maiores do que essas, mesmo que elas estejam relacionadas com coisas que temos por essenciais. Muitas vezes, não encontraremos uma lógica racional e humana para os ensinamentos e orientações de Jesus para nós. Por isso é que a vida com Deus exige que confiemos Nele. Parece que agindo conforme a orientação de Jesus, estaremos caminhando contra o suprimento das nossas necessidades. Por isso, muitas pessoas julgavam e ainda julgam a vida com Deus uma loucura. No entanto, quando decidimos colocar em prática as orientações contidas na Palavra de Deus, podemos provar um nível inexplicável de saciedade em todas as áreas. Precisamos decidir caminhar segundo o que Jesus nos ensinou.

**I – Entenda o seu valor e tenha Fé.** (Vs. 30) Não podemos nos esquecer que Deus foi quem criou todo o universo. Ele fez tudo lindo e perfeito. Por fim, criou o homem, mas a este, Ele o fez à sua imagem e semelhança. Quando Deus olhou para a Sua criação ele viu que era bom, mas quando ele olhou para o homem, a Bíblia diz que Ele viu que era MUITO BOM. O coração de Deus esta em nós. Jesus quer abrir nossos olhos para que possamos perceber que se Deus cuida dos pássaros, das plantas e de tantas outras

coisas, imagina se não cuidaria muito mais de nós, seus filhos?! Vivemos ansiosos e desgastados porque na maioria das vezes não compreendemos o valor que temos para Deus. Por mais que seu coração tenha marcas de rejeição ou por mais que a sua mente tente te dizer que Deus não se importa, a verdade nunca, jamais será anulada e essa verdade é: Você tem mais valor para Deus do que qualquer outra coisa. Mas para compreendermos isso, precisamos ter Fé. Acreditar que Deus está cuidando de todas as coisas.

**II – Entenda que Deus sabe do que você precisa.** (VS.32) Deus nunca estará alheio às suas necessidades, sejam elas quais forem. Algumas pessoas acreditam que não podem colocar diante de Deus as suas necessidades porque acreditam que Deus tem coisas mais importantes para fazer. Tudo, exatamente tudo o que você necessita, é do conhecimento de Deus. Por menor que pareça, por mais simples ou quem sabe considerada por outros como insignificante, as suas necessidades são do conhecimento de Deus e Ele tem prazer em nos cuidar. Jesus chega a dizer: Se eu cuido das plantas e das aves da forma como faço, imagina se não farei muito mais por vocês! Lembre-se sempre que Deus realmente se importa com você.

**III – Priorize a prioridade.** (VS.33) Eis aqui o ponto que muitas vezes nos faz perder a chance de ter as nossas necessidades supridas por Deus. Jesus diz: Não fiquem buscando essas coisas (que são sim necessidades), mas priorizem a busca por Deus e pelo Seu reino. Talvez essa seja a parte que não possui lógica. Quando precisamos de algo, empenhamos nosso esforço exatamente para aquele ponto. Mas a orientação de Jesus é o contrario: Tire o foco dessas coisas e coloque em Deus. Perceba, no entanto, que a recompensa por priorizar a Deus, é justamente ter as nossas necessidades supridas. Em outras palavras, enquanto você se esforça para buscar a Deus, Ele se esforça para cuidar de todos os detalhes da sua vida.

### **Desafio**

Faça uma lista das coisas que te deixam ansioso e em oração, apresente uma a uma para Deus. Logo depois, pegue essa lista, amasse bem e jogue no lixo. Este será um ato profético, dizendo a Deus que você escolhe confiar Nele e buscá-lo acima de qualquer coisa.

### **Conclusão**

Não perca mais tempo gastando suas forcas e energias onde não te levará a nada. Não se deixe enganar, pensando que Deus não se importa ou que Ele não sabe das suas necessidades. Ele deseja cuidar de cada coisa em sua vida. Então, você poderá descansar, sabendo que Aquele que realmente valoriza a sua vida está trabalhando por você. Você gostaria disso? Então coloque a mão em seu coração e vamos orar.