



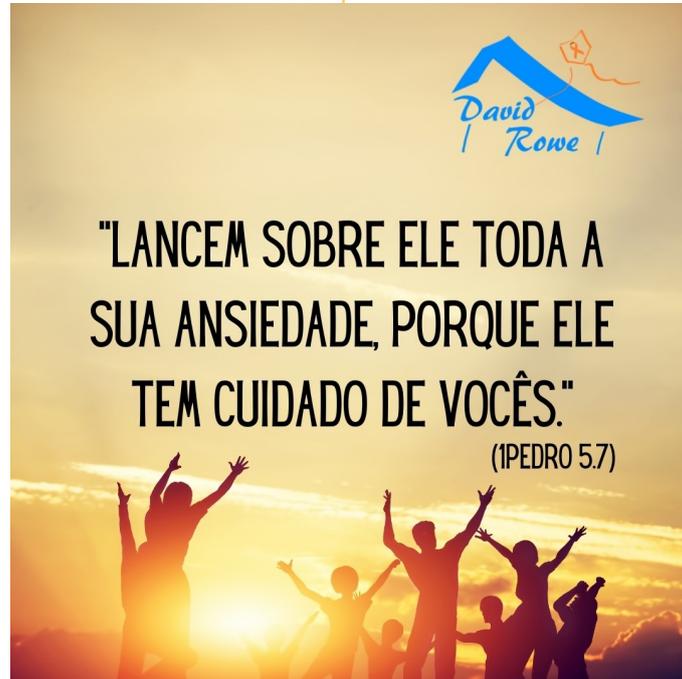
Ansiedade

Fevereiro 2021

Segundo a Organização Mundial da Saúde, 9,3% dos brasileiros têm algum transtorno de ansiedade. Com a pandemia, os casos de ansiedade aumentaram em 80%, conforme a pesquisa da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ).

De acordo com o Dicionário Michaelis, ansiedade é “sofrimento físico e psíquico; aflição, agonia, angústia, ânsia, nervosismo; (da psicologia) Estado emocional frente a um futuro incerto e perigoso no qual um indivíduo se sente impotente e indefeso.”

Todos nós estamos sujeitos a momentos de ansiedade e medo em diversos momentos e fases da vida, ainda mais em momentos em que um de nossos queridos se encontra doente. Às vezes não temos informações sobre a doença, em outras ela se faz presente novamente, nos lembrando



de tudo o que já passamos. O desânimo acompanha a ansiedade. Passamos a nos ver em meio a tempestade. E aí, então, é hora de olhar para dentro.

É possível ter paz em meio a tempestade? É possível mandar a ansiedade e o desânimo embora apesar das circunstâncias negativas? A resposta é sim! Quando deixamos o nosso Senhor tomar conta das situações nosso fardo se torna mais leve. Quando recebemos ajuda, uma palavra de encorajamento, uma oração, a tempestade deixa de ser o foco. O que traz a paz não é a ausência da tempestade, mas a presença significativa de Jesus do lado de dentro.

Quero trazer um trecho de um artigo que fala a respeito disso e que chamou a minha atenção:

“O apóstolo Pedro disse aos cristãos que estavam enfrentando sofrimento para lançar sobre Deus toda a ansiedade, porque Deus estava cuidando deles (1Pe 5.7). Em toda parte que você olha na Bíblia, Deus está oferecendo figuras de palavras para descrever como ele cuida de seu povo. De acordo com o Salmo 91, Deus é nosso refúgio e fortaleza, salvando-nos de nossos inimigos, abrigando-nos debaixo de suas asas e nos ajudando a não temer, já que ele está conosco quando clamamos por ele. Hebreus 7.25 diz que Deus é capaz de salvar aqueles que se chegam a ele. Em

Isaías 40.11, aprendemos que Deus cuida de nós como um pastor amoroso, recolhendo-nos em seus braços, levando-nos junto ao peito e nos guiando mansamente. Mesmo no vale da sombra da morte, não temeremos mal nenhum, porque Deus está conosco (Sl 23.4). Deus realmente se importa com seus filhos!”¹

Ah! E como Ele se importa! O trabalho da AEBDR tem sido a demonstração desse cuidado de Deus com seus filhos. Quando situações, das mais simples às mais complexas, aparecem Ele sempre envia ajuda usando como canal os nossos voluntários. E assim aprendemos e podemos compartilhar com os nossos hóspedes que mesmo quando o medo e a ansiedade se instalam, nos lembramos que Deus se faz presente e que usa pessoas e situações para experimentarmos o seu precioso e abundante amor.

¹ (Jocelyn Wallace, A cura de Deus para a ansiedade. Em: <https://ministeriofiel.com.br/artigos/a-cura-de-deus-para-a-ansiedade/>)

Vivianne Delgado – diretora de Relações Públicas

doações

CNPJ
04.111.197/0001-97
Itaú
Ag 8545 c/c 00791-9
Bradesco
Ag 2297-7 c/c 104.898-8
PIX: (19) 995740808



