

Devocional 60 anos – Número 288 – 14/10/2020 Pr. Allan Amorim

Não deixe a ansiedade matar sua alegria

“Não estejais inquietos por coisa alguma; antes as vossas petições sejam em tudo conhecidas diante de Deus pela oração e súplica, com ação de graças. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações e os vossos pensamentos em Cristo Jesus.” (Filipenses 4. 6, 7).

No dia de ontem consideramos um dos textos mais conhecidos sobre a alegria. Hoje, em continuação ao tema, veremos os dois versículos que se seguem, que falam de um grande “inimigo” da alegria: a ansiedade. Especialistas dizem que a ansiedade é um dos grandes males do nosso tempo. Se pensarmos no oposto de alegria, tecnicamente, pensaremos em “tristeza.” Mas eu garanto que a ansiedade é também o contrário de alegria e é algo que pode sufocá-la completamente. Por esse motivo, Paulo traz nestes dois versículos uma receita para impedir que a ansiedade mate a sua alegria.

Corações ansiosos, em geral, são corações cujo foco está mais nas circunstâncias que em Deus; cuja confiança está, talvez, posta em algo material ou físico (uma herança, um emprego, uma casa, etc.) e não em Deus, que é o nosso provedor. A cura para um coração ansioso: oração e busca de Deus! Quando tiramos nossos olhos dos problemas e dificuldades e os colocamos em Deus, com fé, os “gigantes” da nossa vida começam a tomar sua devida proporção e nossa ansiedade é substituída por algo muito mais precioso que qualquer coisa desta vida.

O primeiro segredo que Paulo oferece para que nossa alegria não seja engolida pela ansiedade é levar tudo, TUDO MESMO, a Deus em oração: “as vossas petições sejam em tudo conhecidas diante de Deus pela oração e súplica...”. Quando levamos a Deus aquilo que nos aflige, que nos causa medo e ansiedade, Ele nos ouve e pode nos acalmar. O segundo segredo que Paulo nos oferece é um complemento à oração: “... com ação de graças.” Como ter um coração alegre se não há gratidão? Como levar a Deus nossas petições sem antes reconhecer – e agradecer – aquilo que Ele já tem feito? Você se lembra daquele hino (Cantor Cristão) que diz, “*Conta as bênçãos, conta quantas são; recebidas da divina mão...*”. Se não contamos as bênçãos e não agradecemos, será mais difícil ter alegria!

Eu mencionei acima que Deus substitui nossa ansiedade por algo muito melhor e precioso: a paz! A paz é a estrada aberta para a alegria! Se estamos em paz, certamente estamos a caminho se sentir a verdadeira alegria, da qual falamos ontem. Note que Paulo fala na paz de Deus: “*E a paz de Deus, que excede todo entendimento...*”. A paz de Deus pode vir mesmo em meio a um conflito ou adversidade. A paz será especialmente sentida dentro de nós: “... *guardará os vossos corações e os vossos pensamentos em Cristo Jesus.*” Acredite, mesmo que haja problemas e dificuldades lá fora, se experimentamos paz no coração e em nossos pensamentos, então nossa perspectiva é mudada. A paz que excede o entendimento, fora do comum, nos deixará aptos



a experimentar a alegria do Senhor. Lembro-me de outro hino: *“Volve os olhos para Cristo, contempla Sua face de Amor; fruirás na luta terrestre maravilhas do seu doce amor”* (Prisma Brasil).

REFLITA: Você se considera uma pessoa ansiosa? Você tem deixado que suas circunstâncias adversas e seus problemas cresçam dentro de você e se tornem “gigantes” sem controle? Ore e busque a Deus! Conte a Deus tudo que te aflige e confie Nele; permita que Ele troque sua ansiedade por Sua paz! Ore por isso!