
A PREOCUPAÇÃO NÃO É UMA DOENÇA, MAS ELA MATA! Êxodo 16:12-20; Mateus 6:7-13

Não há quem não se preocupe. A preocupação é um estado em que a nossa mente é dividida. O termo bíblico para preocupação é um composto de duas palavras gregas: *merizo*, “dividir”, e *nous*, “a mente”. A preocupação quando num estado de ansiedade, reparte a nossa energia entre as prioridades de hoje e os problemas de amanhã, gerando incerteza e aflição. Parte da nossa mente está vivendo no agora; o restante está “no que ainda não aconteceu”. A preocupação como estamos comentando não é uma doença, mas ela causa sérias enfermidades, pois tem sido associada à pressão alta, problemas cardíacos, cegueira, enxaquecas, mau funcionamento da tireóide e inúmeras perturbações estomacais. A preocupação pode vir a se tornar um hábito e por isso, é importante observarmos o que Deus nos diz.

1. Entenda que a preocupação NÃO MELHORARÁ a sua vida.

📖 E nenhum de vocês pode encompridar a sua vida, por mais que se preocupe com isso. (Mateus 6:27 NTLH)

2. Não “CONTRATE” alguém para se preocupar por você. SUPERE-A, com a ajuda do Seu Pastor, o Senhor Seu Deus.

📖 ² Ele [*Deus, o meu Pastor*] me faz descansar em pastos verdes e me leva a águas tranquilas. ³ O SENHOR renova as minhas forças e me guia por caminhos certos, como ele mesmo prometeu. (Salmos 23:2-3 NTLH)

📖 Por isso tenhamos confiança e cheguemos perto do trono divino, onde está a graça de Deus. Ali receberemos misericórdia e encontraremos graça sempre que precisarmos de ajuda. (Hebreus 4:16 NTLH)

3. Não anule a SUA FÉ dizendo: “É fácil falar, mas nem sempre é fácil fazer!” Lembre-se, você é um cristão, um seguidor de Cristo!

📖 ⁵ Confie [*torne-se seguro, despreocupe-se, tenha fé*] no SENHOR de todo o coração e não se apóie na sua própria inteligência [*discernimento*]. ⁶ Lembre [*perceba a presença, os propósitos*] de Deus em tudo o que fizer, e ele lhe mostrará [*aprovará*] o caminho certo. (Provérbios 3:5-6 NTLH)

4. Procure enfrentar os problemas de HOJE com a força de hoje. AMANHÃ Deus lhe dará novas forças.

📖 ³³ Portanto, ponham em primeiro lugar na sua vida o Reino de Deus e aquilo que Deus quer, e ele lhes dará todas essas coisas. ³⁴ Por isso, não fiquem preocupados com o dia de amanhã, pois o dia de amanhã trará as suas próprias preocupações. Para cada dia bastam as suas próprias dificuldades. (Mateus 6:33-34 NTLH)