



ESTUDO DAS CÉLULAS | ESTAÇÃO IV: COLHEITA MEU RELACIONAMENTO COM DEUS III - ENTREGA E CONFIANÇA

“Entrega o teu caminho ao SENHOR, confia nele, e o mais ele fará. (...) Descansa no SENHOR e espera nele.” **Salmos 37.5,7**

Para muitos de nós, a notícia de que a depressão é o mal do século não é mais uma distante frase estampada em uma revista ou jornal. Essa enfermidade que afeta a alma e o corpo humano tem, ano após ano, invadido um número cada vez maior de lares. Cerca de 370 milhões de pessoas no mundo sofrem de depressão. Qual é a sua origem? Desconsiderando causas físicas, como desajustes hormonais, a depressão pode iniciar ou culminar sua trajetória através de crises de ansiedade. Para lidar com esse medo do futuro, olharemos para o **Salmo 37**: nos versículos 5 e 7, ele contém quatro verbos, que expressam passos que nos ajudam a lidar de maneira direta com a ansiedade: confiar, entregar, descansar e esperar.

CONFIAR

Há quatro aspectos que a bíblia apresenta sobre a confiança em Deus: Só confia no Senhor quem o conhece (**Salmos 9.10**); Confiar no Senhor é uma escolha (**Salmos 20.7**); Aquele que confia no Senhor certamente não será abalado (**Salmos 125.1**); Confie no Senhor e não em si mesmo (**Provérbios 3.5**).

ENTREGAR

Quem confia, entrega. Só entrega quem confia. Entregar-se também pode ter o sentido de render-se. A partir disso, podemos perceber que não é algo fácil para o ser humano. Geralmente, nos rendemos apenas quando não temos nenhuma alternativa. Não gostamos de abrir mão do controle. Não gostamos que outro tome a decisão por nós. Por isso, diante de um problema que é maior do que nós, somos aprisionados pela ansiedade. A proposta do Senhor é que, confiando nele, entreguemos toda a nossa vida em suas mãos, o que inclui aquilo que nos traz ansiedade (**Salmos 38.9; 1 Pedro 5.7; Filipenses 4.6**).

DESCANSAR

Conforme **Filipenses 4.7**, a consequência natural de quem entrega sua ansiedade a Deus é desfrutar de uma paz que vai além do que nossa mente pode alcançar. Como o problema não está mais nas mãos da pessoa, mas, sim, nas mãos do Deus todo-poderoso, ela não precisa se preocupar, podendo ficar em paz. Sendo assim, o próximo passo a ser dado por aquele que confia e entrega é descansar. Leia o **Salmo 91**.

ESPERAR

Aquele que descansa no Senhor deve, também, esperar. Isso significa não tomar o controle para si novamente, mas aguardar pacientemente pelo agir de Deus como aprendemos com o salmista: Aquele que espera no Senhor é cuidado por ele (**Salmos 33.18**); Aquele que espera no Senhor não fica frustrado (**Salmos 25.3**).

PARE E PENSE

Leia **Mateus 6.25-34** e decida crer no cuidado de Deus com a sua vida. Creia na verdade do cancionista evangélico que diz: “A fé sabe, ela não sente, a fé sabe, não precisa ver” (“Estrada da fé” – Ministério Zoe – <https://www.youtube.com/watch?v=E26TvfoCUGQ>).