

**Felipe Oliveira**

# **O MAL DO SÉCULO E O ANTÍDOTO**



**Fortaleza-CE  
2024**

© Copyright 2024 - Todos os direitos reservados.

**FICHA TÉCNICA:**

**Editor-chefe:** Vanques de Melo  
**Diagramação:** Vanques Emanuel  
**Capa:** Vanderson Xavier  
**Produção Editorial:** Editora DINCE  
**Revisão:** Do Autor

**CONSELHO EDITORIAL:**

Dr. Felipe Lima Gomes (Mestre e doutor pela UFC)  
Prof. e Ma. Karine Moreira Gomes Sales (Mestra pela UECE)  
Francisco Odécio Sales (Mestre pela UECE)  
Ma. Roberta Araújo Formighieri  
Dr. Francisco Dirceu Barro  
Prof. Raimundo Carneiro Leite  
Eduardo Porto Soares  
Alice Maria Pinto Soares  
Prof. Valdeci Cunha

**DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)**

---

**OLIVEIRA, Felipe**

**O MAL DO SÉCULO E O ANTÍDOTO**

**Editora DINCE, 153p. Impresso**

**ISBN: 978-85-7872-697-3**

1. Religião I. Título

---

Todos os direitos reservados. Nenhum excerto desta obra pode ser reproduzido ou transmitido, por quaisquer formas ou meios, ou arquivado em sistema ou banco de dados, sem a autorização de idealizadores; permitida a citação.

**NOTA DA EDITORA**

---

As informações e opiniões apresentadas nesta obra são de **AUTORIA EXCLUSIVA DO AUTOR** e de sua inteira responsabilidade.

A DIN.CE se responsabiliza apenas pelos vícios do produto no que se refere à sua edição, considerando a impressão e apresentação. Vícios de atualização, opiniões, revisão, citações, referências ou textos compilados são de responsabilidade de seu(s) idealizador (es).

Impresso no Brasil  
Impressão gráfica: DIN.CE  
CENTRAL DE ATENDIMENTO:  
Tel.: (85) 3231.6298 / 9.8632.4802 (WhatsApp)  
Av. 2, 644, Itaperi / Parque Dois Irmãos – Fortaleza/CE  
[www.dince2editora.com](http://www.dince2editora.com)

# SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	5
EPIDEMIAS DO SÉCULO XX .....	9
EPIDEMIAS DO SÉCULO XXI .....	25
A DEPRESSÃO E SEUS MALES .....	39
A ANSIEDADE E SEUS MALES .....	57
EM QUE DEVEMOS APOIAR NOSSA FÉ? .....	75
ONDE PODEMOS ENCONTRAR DEUS? .....	93
COMO ACHAR O ANTÍDOTO PARA A CURA DA ALMA? .....	113
DEUS ESQUECEU DO HOMEM OU O HOMEM QUE ESQUECEU DE DEUS? .....	135
O ANTÍDOTO PARA TODOS OS MALES DA HUMANIDADE .....	147

## **BIOGRAFIA**

Felipe da Silva Oliveira, nascido em 1992, na cidade de Fortaleza-CE, é casado com Edilene da Silva Oliveira e pai do Ariel Estevão da Silva Oliveira.

Empresário, escritor formado em Administração de Empresas e Gestão de Negócios Internacionais, é também bacharel em Teologia. Felipe é filho de pais evangélicos, nascido na Fé, e serve a Deus como Diácono.

Já realizou diversas viagens missionárias pregando o evangelho, cuidando e zelando pela Palavra do Senhor, exercendo este ministério da parte de Deus.

# INTRODUÇÃO

**N**este livro iremos abordar alguns dos principais assuntos deste século e apresentar de maneira clara que JESUS CRISTO é o verdadeiro antídoto para todos os males, não só do corpo físico, mas da alma também, quando entendemos que a ação de nossa fé tem um propósito. Partimos do ponto de entendimento de que a fé é de fato aquilo que está escrito no livro de Hebreus, capítulo 11, versículo 1, (“A fé é o firme fundamento das coisas que se esperam e a certeza das coisas que não se veem.”) Entendendo isso e aplicando em nossas vidas, teremos uma motivação não natural, mas inteiramente espiritual da parte do SENHOR JESUS CRISTO, O SALVADOR.

Falar de vírus é algo muito importante, levando em consideração que iremos relatar alguns casos que impactaram a humanidade há algumas décadas e que assombram a humanidade até os dias atuais. Refletiremos um pouco sobre algumas doenças naturais, físicas e espirituais.

É muito importante colocarmos nesta narrativa que todo mal refletido por meio de doenças tem um verdadeiro antídoto, que é JESUS CRISTO, O SALVADOR. Dentre esses acontecimentos, talvez neste início você deve se perguntar qual a relevância destes acontecimentos. É necessário, de forma primordial, que saibamos de fato a

origem e o período de algumas das maiores epidemias e pandemias já ocorridas na história da humanidade. Mediante essas informações, iremos saber um pouco mais acerca da importância de o homem aproximar-se mais de Deus.

No período em que vivemos, neste presente momento surgem algumas perguntas. Não só para quem é cristão, mas de forma geral, perguntas tais como onde, como e quando surgiram algumas das maiores doenças que assolaram o mundo há centenas de anos e até hoje matam milhares de pessoas. Para toda pergunta há uma resposta e para toda resposta existem fontes de informações que precisam ser buscadas para um melhor entendimento.

Pensando nisso, não há melhor forma de começar esta obra que abordando esses acontecimentos, que não só trouxeram destruição no passado, mas também continuam a impactar o presente.

Mesmo sabendo, porém, que desde sempre essas doenças existem, precisamos ressaltar que nossa maior esperança está firmada em CRISTO JESUS. Olhando para os dias atuais, sabemos que não há nada que possa nos favorecer em um crescimento mental e espiritual, pois tudo e todas as coisas estão voltadas para a eternidade do mal, afinal, quem fita sua esperança nas coisas terrenas jamais terá o Céu como seu alvo, como seu objetivo principal. Mas para quem está firmado nas promessas do Senhor Jesus Cristo, este sim tem um destino glorioso ao lado do Salvador.

Vamos abordar alguns acontecimentos históricos ocorridos no século passado e que ecoam até os dias de

hoje. Dentre estes assuntos com variados temas, sempre enfatizaremos a pessoa de JESUS CRISTO.

Vamos aprofundar algumas pesquisas já realizadas e compará-las entre os séculos, contextualizando-as na atualidade e destacando a relevância delas para nossas vidas.

Nossa proposta será a de sempre enfatizar a grandeza de Deus. Para isso, é necessário que tenhamos mais informações que nos permitam um entendimento mais profundo. Para abordar certos assuntos, vamos aprofundar algumas pesquisas que nos ajudarão a compreender o que Deus realmente deseja para o seu povo.

É importante destacar nesta narrativa que diante dos assuntos que serão abordados, é necessário conhecer algumas das maiores catástrofes que ocorreram ao longo do tempo passado. Vamos discutir mais detalhadamente cada um dos principais casos de pandemias e, a partir disso, com mais afinco, chegaremos a um entendimento completo sobre cada uma delas.





# EPIDEMIAS DO SÉCULO XX

---

**A**o longo da história, várias doenças assolaram as sociedades, deixando marcas profundas e um rastro de, muitas vezes, um incontável número de mortos.

É importante mencionarmos nesta narrativa algumas das maiores catástrofes que abalaram a humanidade ao longo de sua história.

Iremos ver algumas das maiores epidemias já vistas pela raça humana no século passado, vendo que sem Deus, na verdade, a humanidade não tem a quem recorrer.

É preciso termos o entendimento de que Deus sempre capacitou e sempre irá capacitar o ser humano, pois somente Deus tem todo o poder de dar o entendimento ao homem, ao ponto de ele ser capaz de evoluir em todos os aspectos humanos, como por exemplo, material, físico, mental e espiritual.

## **VARÍOLA**

A varíola é uma das doenças que mais causaram epidemias e foi responsável, inclusive, por uma pandemia que se espalhou pelo Império Romano no século II d.C.

Acredita-se que a doença tenha surgido na Índia, durante a Antiguidade, alastrando-se pelo mundo e causando estragos por onde passou.

Um primeiro exemplo que podemos fornecer é a recém citada pandemia no Império Romano, a partir do ano 165 d.C. O surto iniciou-se nas tropas romanas que estavam instaladas na Pártia, um território romano localizado na Mesopotâmia. Através dessas tropas, a doença ganhou o território romano e chegou em Roma, em 166 d.C.

Ficou conhecida como Peste Antonina e chegou a causar a morte de cerca de duas mil pessoas por dia em Roma, conforme relato realizado em 189 d.C. Acredita-se que tenha sido um surto de varíola pois um médico grego deixou relatos nos quais diziam que os sintomas batem com os dessa doença. Acredita-se que cinco milhões de pessoas morreram como consequência da Peste Antonina.

Um segundo exemplo da ação da varíola deu-se no Japão, entre 735 e 737 d.C. A epidemia de varíola no Japão do século VIII iniciou-se em Kyushu, a terceira maior ilha do país, localizada ao sul de Honshu, a ilha principal. Acredita-se que a doença foi levada de Kyushu para Honshu por uma expedição japonesa que retornava da China. Considera-se que 1/3 da população japonesa morreu vítima da doença.

A Islândia, ilha localizada no Atlântico Norte, também sofreu com uma epidemia de varíola. Essa epidemia aconteceu entre 1707 e 1709 e foi responsável pela morte de 25% da população islandesa. Acredita-se que a doença tenha chegado a Islândia por meio dos pertences

de um islandês que morreu da doença no retorno de uma viagem a Dinamarca.

No Brasil, o primeiro registro dessa doença remonta ao ano de 1563, quando um surto epidêmico surgiu na ilha de Itaparica, Bahia, alcançando Salvador. A varíola tinha mortalidade muito alta entre os indígenas, afetando-os tanto aqui no Brasil quanto em outros locais do continente americano.

Há uma grande diferença entre o século passado e o século presente. Independentemente do século, porém, Deus não deixou e jamais deixará seu povo desamparado. Nisto mostra a inteira dependência do homem para com Deus, mesmo que a humanidade tenha evoluído ao longo dos anos, em vários aspectos, como na tecnologia, na medicina, etc.

Abordamos acima uma das piores doenças que assolaram o mundo nos séculos passados.

## **PESTE BUBÔNICA**

A peste bubônica é uma enfermidade causada pela bactéria *Yersinia pestis*, que se encontra em ratos e é transmitida ao ser humano quando sua pele é picada pelas pulgas que infestam esses animais já infectados. Após um ser humano contrair a doença, ele pode propagá-la através de suas secreções.

A peste bubônica teve como principal caso a pandemia que assolou a Europa, o norte da África e parte

da Ásia, durante o século XIV. Entre os europeus, a doença ficou conhecida como Peste Negra, sendo responsável pela morte de aproximadamente 50 milhões de pessoas entre 1347 e 1353. Sua magnitude fez dela um agente de mudanças profundas na Europa medieval.

Acredita-se que essa doença tenha surgido em algum lugar da Ásia Central, e a pandemia do século XIV não foi o primeiro exemplo de um surto dela. Na Bíblia, por exemplo, no livro de Samuel, fala-se de uma doença causada por ratos que assolou os filisteus. Os especialistas acreditam que se tratou de peste bubônica.

Além disso, houve um surto de peste bubônica entre os bizantinos, entre 541 e 544 d.C. Julga-se que a Peste Justiniana, como ficou conhecida, tenha surgido na região do delta do Nilo, espalhando-se pelo território bizantino a partir de 541 d.C. Estudiosos do assunto falam que em Constantinopla, capital do Império Bizantino na época, o pico da doença possa ter causado 10 mil mortes por dia.

No século XIV, a doença retornou ao continente europeu, sendo trazida por genoveses que fugiam de Caffa, uma colônia de Gênova, na Crimeia. A cidade havia sido cercada por tropas tártaras que estavam sucumbindo a um surto da peste. Caffa foi contaminada, e os genoveses levaram a doença para locais como Sicília, Marselha e Gênova. Assim ela disseminou-se por terra, pelo continente europeu.

A peste negra causou transformações significativas nos aspectos sociais, políticos e econômicos da Europa. Os laços da servidão enfraqueceram-se, os salários aumentaram e o comércio modificou-se. Cidades foram abaixo diante do caos, pela falta de governantes. No

imaginário popular, consolidou-se ideias acerca da fragilidade humana e do triunfo da morte. Esse imaginário deu origem a uma série de representações conhecidas como Dança da Morte.



Outros surtos de peste bubônica aconteceram na Europa nos séculos seguintes. A capital inglesa, Londres, sofreu um deles entre 1665 e 1666 e estima-se que até 100 mil pessoas (de um total de 420 mil habitantes) possam ter morrido da doença. Outro exemplo deu-se em Marselha, onde um navio vindo da Síria trouxe a peste para a França, em 1720, e o resultado foi a morte de 40 mil pessoas (de um total de 90 mil habitantes na cidade).

Por tudo isso, há quem diga que Deus não existe. Na verdade, a humanidade centraliza suas ideias e forma suas opiniões, principalmente quando se trata de alguma religião, age pelo que se pode receber e nunca pelo que realmente Deus é.

## GRIFE ESPANHOLA

Acredita-se que a gripe espanhola tenha surgido nos Estados Unidos, em 1918, sendo responsável pela morte de, pelo menos, 50 milhões de pessoas.

A gripe espanhola foi como ficou conhecida uma mutação do vírus *Influenza*, que surgiu em 1918 e causou estragos até meados de 1919. A doença tinha sintomas idênticos aos de uma gripe comum, como tosse, coriza, febre e dores de cabeça. Nos casos mais graves, resultava em complicações, como diferentes tipos de pneumonia.

Os historiadores não sabem traçar o local preciso onde a doença tenha surgido, mas acredita-se que tenha sido nos Estados Unidos, daí espalhando-se pelo mundo, através de tropas deste país, que eram enviadas para os campos de batalha durante a Primeira Guerra Mundial. A doença atuou em três ondas, sendo a segunda a mais contagiosa e a com maior taxa de mortalidade.

A doença teve um impacto significativo na guerra, mas sua repercussão entre as tropas era abafada pelas nações beligerantes para evitar que o moral dos combatentes caísse. Estima-se que no exército alemão, por exemplo, 500 mil soldados tenham adoecido em junho de 1918. A doença também prejudicou as tropas inimigas dos alemães, como os franceses.

A doença ficou conhecida por esse nome pela repercussão feita pela imprensa espanhola a seu respeito, pois como o país não lutava na guerra, as notícias da

enfermidade foram informadas ao mundo pelos jornalistas espanhóis.

A medicina da época não sabia o que causava a doença, dado que não havia tecnologia suficiente para observar o vírus. O tratamento era feito apenas como forma de amenizar os sintomas, e as infecções causadas não eram combatidas propriamente, pois ainda não existiam antibióticos no começo do século XX.

Aqui no Brasil, a doença chegou em setembro de 1918, durante sua segunda onda, e afetou todas as regiões do país. Os dois locais mais afetados foram São Paulo e Rio de Janeiro, as duas maiores cidades do país no início do século. Ao todo, oficialmente a gripe espanhola causou a morte de 35 mil brasileiros, estando entre eles Rodrigues Alves, vencedor da eleição presidencial de 1918. Ao todo ainda, a gripe foi responsável pela morte de, pelo menos, 50 milhões de pessoas no mundo.

É interessante falarmos que, ao longo de muitos anos, várias doenças devastaram a humanidade sim, mas Deus sempre permanece em sua fidelidade e, mesmo diante de tantas coisas que acontecem a cada século, a cada ano e a cada minuto de nossas vidas, Deus sempre está disposto a mudar a situação de seu povo, ao que permanece fiel a Ele para todo sempre.

Nossa vida está rodeada de várias adversidades, porém, mediante a fé do homem que permanece em Cristo Jesus, Ele vem como uma fonte de esperança, que nos faz crer que vale a pena permanecer fiel, sabendo que há uma promessa sobre cada um de nós, fundamentada naquilo em que o apóstolo Paulo escreveu em sua carta a

Timóteo, no capítulo 4, versículos 7 e 8 (“Combati o bom combate, acabei a carreira, guardei a fé. Desde agora, a coroa da justiça me está guardada, a qual o SENHOR, justo juiz, me dará naquele dia; e não somente a mim, mas também a todos os que amarem a sua vida.”). O tempo passa, a natureza e todas as fontes naturais que a humanidade conhecem, mas a única coisa que permaneceu, permanece e sempre permanecerá é a palavra de Deus.

## **AIDS**

A partir de 1981, o Centro de Controle de Doenças dos Estados Unidos (CDC, na sigla em Inglês) começou a registrar um aumento nos casos de doenças raras e identificou que muitos homens previamente saudáveis desenvolveram pneumonia e câncer. Os estudos médicos logo identificaram que, nesses pacientes, o sistema imunológico estava severamente enfraquecido.

As pesquisas desenvolvidas para desvendar o que estava por trás desses casos caracterizaram, em 1982, a Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (Acquired Immune Deficiency Syndrome ou AIDS, no Inglês). No ano seguinte, soube-se que o causador da doença era o vírus da imunodeficiência humana (Human Immunodeficiency Virus ou HIV, no Inglês).

A década de 1980 ficou marcada pelo início do que hoje é considerada uma pandemia. Os casos de AIDS multiplicaram-se pelos Estados Unidos e pelo mundo,



fazendo com que 75 milhões de pessoas tenham sido infectadas com essa doença até 2018. Desse total, cerca de 32 milhões faleceram. No Brasil, estima-se que 900 mil pessoas a tenham contraído.

A AIDS é uma doença transmitida por meio dos fluídos do corpo, tais como sangue e sêmen. Assim, ela pode ser transmitida por meio do compartilhamento de seringas, da transfusão de sangue, da relação sexual sem proteção e de mães grávidas portadoras do HIV, que podem passar a doença para os seus filhos.

Na maioria das vezes não há nada que a medicina possa fazer, mas Deus sempre agirá em favor do seu povo. Contudo, também temos que ter consciência de todos os nossos atos, que sempre terão uma resposta em retorno.

Existem alguns jargões que certamente você já deve ter ouvido falar. Alguns deles, por exemplo, “Deus é amor, Deus me ama do jeito que eu sou, Deus não quer saber como estou, Ele quer saber do meu coração.” Tais sempre são citados frequentemente por pessoas que não conhecem a Deus de fato, de maneira profunda, mas sim de forma rasa.

## **PESTE NEGRA**

A Peste negra designa uma doença transmitida para os seres humanos por meio de pulgas de ratos contaminados com a bactéria *Yersinia pestis*. Acredita-se que a origem dessa doença tenha sido a China ou alguma

região da Ásia Central e que a peste negra não foi o primeiro surto de peste bubônica de que se tem conhecimento.

Como já mencionado aqui, existem relatos de doenças parecidas com a peste bubônica na Bíblia, como um relato que fala de uma doença causada por ratos que atingiu os filisteus. Já no período medieval, houve peste bubônica no Império Bizantino, atingindo sua capital, Constantinopla, entre 541 e 544 d.C. Nesse contexto, ela ficou conhecida como Peste Justiniana.

A peste bubônica chegou à Europa em 1347 e foi levada para lá por comerciantes genoveses que fugiam de Caffa, uma colônia genovesa na Crimeia, que estava sendo atacada por tropas tártaras do Canato da Horda Dourada. A cidade de Caffa estava sendo sitiada quando os tártaros começaram a lançar cadáveres contaminados



com a doença para dentro dos muros.

À medida que a peste se espalhou por Caffa, os genoveses fugiram, levando a doença em seus navios. Assim, a peste alcançou Constantinopla, depois a Sicília, chegou a Marselha, Península Itálica, e daí espalhou-se por toda Europa. Esse surto de peste bubônica estendeu-se até 1353 e causou a morte de milhões de pessoas.

Uma vez que um ser humano contrai a peste bubônica, ela pode ser transmitida por via respiratória (chamada de peste pneumônica), o que facilitou a disseminação da doença por todo o continente europeu. Tanto as cidades como os campos foram atingidos, embora as cidades, pela maior aglomeração de pessoas, tenham sofrido mais. A peste bubônica recebeu esse nome por causa dos bubões que apareciam em algumas partes do corpo dos que adoeciam.

Os relatos da época falam que a doença trouxe pânico e fez com que muitos fugissem das grandes cidades como forma de se proteger. Aqueles que tinham dinheiro e propriedades fora das cidades fugiram para essas propriedades e se esconderam por lá. Os relatos também falam que a ordem política, em alguns locais, ruiu, pois as autoridades ou haviam morrido pela doença ou não tinham mais meios de governar.

Os médicos da época não tinham ideia do que causava a doença, mas perceberam que o isolamento era uma forma de evitar que a peste se propagasse ainda mais. Assim, pessoas começaram a se isolar em suas casas, e os doentes mantinham contato somente com os médicos. A quantidade de mortos era tão grande que os ritos funerários começaram a ser abandonados.

## Conclusão

Nisto entendemos que, ao longo da história, há muitas pessoas que já sofreram com as mais variadas doenças e que, muito antes de qualquer evolução da medicina, já existiam várias e várias doenças que já matavam milhares e milhares de pessoas ao longo dos séculos.

Não podemos deixar de crer que Deus sempre esteve presente em todos os momentos, sabendo que Ele tem toda onipresença, onipotência e onisciência. Deus, na verdade, nunca deixou seu povo desamparado. Ao longo dos anos, o ser humano é quem foi cada vez mais se distanciando dEle.

Sempre foi e será importante colocarmos Deus no centro de tudo. Do contrário, Ele ficará de fora e, quando Ele não está, ou quando não o colocamos na frente de tudo, certamente as coisas não vão bem. Sabemos que Deus sempre esteve e estará de braços abertos para receber qualquer um, em qualquer situação, mas sempre será preciso o homem reconhecer que o Senhor precisa estar sempre no centro de nossas vidas.

O fato de todas essas doenças terem ocorrido não significa que Deus não nos ama. Ao contrário, Ele permite que muitas coisas aconteçam para que o homem se volte para Ele. Sendo assim, se Deus nunca permitir acontecer algo, como o homem iria reconhecer e saber a quem deve pedir socorro? Sempre que colocarmos Deus na frente de tudo, teremos a certeza de que tudo irá bem.

Vemos que por diversos séculos, várias e várias doenças assolaram a humanidade e nem por isso o homem se voltou mais para Deus. Ao contrário, o homem desde o princípio não mostrou amor pelas obras divinas. Pestes, pragas, doenças, guerras, tudo isso acontece pela dureza do coração do homem.

A certeza de uma vida próspera não está firmada naquilo que Deus nos dá e sim naquilo que Ele foi, é e sempre será, o Rei dos Reis e Senhor dos Senhores. Tudo que tínhamos, que temos e que almejamos ter é debitado à pessoa do nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo. Quando colocamos nossas ideias e objetivos focados somente em coisas materiais, certamente que a partir do momento em que nada vier a se cumprir como esperado, chegará a frustração, trazendo mil e um males para o corpo físico e também no âmbito mental.

De acordo com algumas pesquisas e estudos feitos pelas maiores universidades ao redor do mundo, de forma unânime foi constatado que 80% das doenças e traumas psicológicos foram gerados nas gerações passadas, já do século anterior, pela sustentabilidade de ideias retrógradas, gerando uma esperança de avanços tanto na ciência, na medicina e na própria evolução do homem em si.

É bem verdade que desde o início tivemos que aprender a adaptar-se ao planeta em que vivemos. Há quem pense que quem serve a Deus está imune dos males, mas, na verdade, nós que servimos a Cristo como nosso Senhor e Salvador sabemos que isso não passa de uma falácia. Quem serve a Deus não está Imune às doenças e traumas psicológicos gerados pelas adversidades da vida, porém, está sustentado pelo poder

das mãos do Senhor Jesus, crendo com a mais plena convicção que o Senhor Jesus nunca nos deixou e jamais nos deixará.

Nossa esperança não está centralizada nas coisas deste mundo, mas na pessoa de nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo. Servimos a Deus com uma só esperança de irmos morar no Céu de forma plena e eterna, um dia. Não há vírus, pandemia nem epidemia que possa frustrar os planos de Deus para com o homem.

Sabendo que tudo e todas as coisas ocorrem pela permissão de Deus, que nada foi feito e nunca será feito sem sua anuência, mesmo sendo algo bom ou ruim. Sabendo que tudo é mediante nossas ações e atitudes, se plantarmos o que é bom, iremos colher o que é bom. Se plantarmos o mal, colheremos o mal. De fato, servimos a um Deus justo e certamente iremos colher aquilo que for plantado.

Não podemos esquecer que Deus é amor, sim, de todas as formas, mas além de amor, Ele é justo, fiel e verdadeiro e, como um bom Pai, Ele nos ama, seus filhos, e nos corrige, sempre na intenção de que possamos aprender que nem sempre o que nós queremos é o melhor para nós.

Deus nunca esteve distante do homem, mas ao longo do tempo o homem foi se afastando de Deus. Cada coisa que nos acontece é resultado das nossas atitudes e ações, certas ou erradas, boas ou ruins. Sempre teremos a colheita do que plantarmos ao longo de nossas vidas.

Jesus Cristo como nosso Senhor é nosso verdadeiro antídoto, para todos os males. Certamente, se buscarmos

mais, orarmos mais, obedecermos mais, toda sua bondade, misericórdia e graça cairá sobre nossas vidas. Deus nunca quer o pior para seus servos, Ele sempre quis, quer e vai querer que o ser humano viva bem, assim como Ele fez desde o início da criação da humanidade. Porém, assim como Adão escolheu desobedecer a vontade do Senhor, a humanidade tem feito da mesma forma, deixando de atender às vontades e mandamentos de Deus, para satisfazer suas próprias vontades, vindas da carne, as quais, desde o início, resultaram em todas essas pandemias e epidemias.





# EPIDEMIAS DO SÉCULO XXI

---

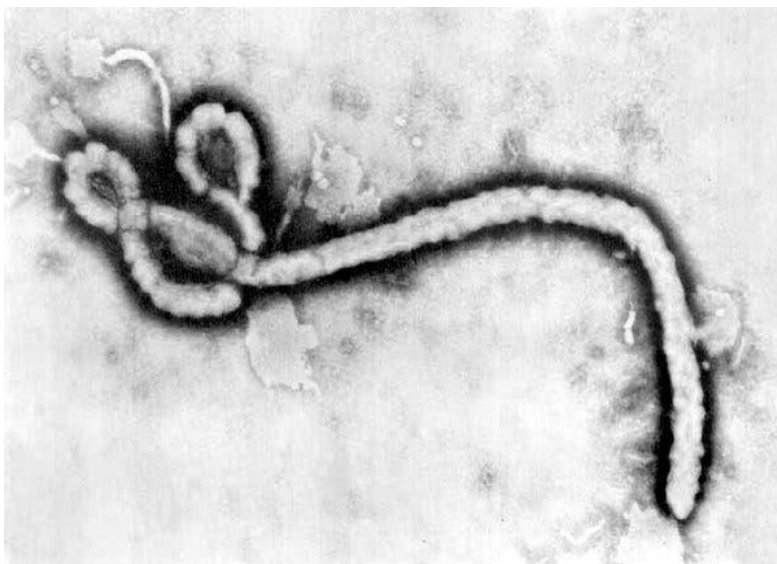
**É** notório que há semelhança entre alguns vírus dos séculos passados para o presente século, mas sabemos que a brutalidade, o impacto e a evolução de um vírus para o outro ao longo do tempo é notável. É importante ressaltar que a cada ano surgem novas doenças que afligem a humanidade. Precisamos compreender que sempre existiram epidemias e pandemias e o que mais motiva a humanidade a não desistir entre uma e outra é algo inabalável chamado “fé.”

Deus nos proporciona a esperança de que Ele sempre nos dará uma válvula de escape, e de fato nós dá, por isso jamais podemos deixar de sermos fieis, pois, a fidelidade de Deus é eterna.

Sempre há formas de se proteger de algumas doenças, com cuidado, higiene e evitando contato com outras pessoas, porém, da mesma forma existem situações inevitáveis. Não em todo caso será possível evitar a evolução de algum vírus ou bactéria, mas temos sempre que lembrar daquele velho e bom ditado: todo cuidado é pouco. Certamente você já ouviu este ditado, por algum motivo ou momento em que aparentemente não há o que ser feito ou estamos em situação de alto risco.

## EBOLA

Um dos vírus mais letais deste século é o vírus ebola. Identificado pela primeira vez em 1976, causou, entre o final de 2013 e março de 2016, uma epidemia de febre hemorrágica na Guiné, Serra Leoa e Libéria. É um vírus menos contagioso que outros, mas com uma taxa de mortalidade muito alta (50%). Levando em consideração esses números, reconhecemos que sua taxa de mortalidade é mesmo muito alta.



Segundo alguns dos maiores especialistas do mundo, devido ao alto índice de mortalidade do vírus ebola, fez-se mais que necessário vários e vários estudos a fim de eliminar a maior quantidade possível de riscos e a propagação da doença. Por isso, existem alguns

cuidados primordiais a serem tomados para evitar seu contágio.

É importante sabermos os fatores que levam a transmissão do vírus e aumentam sua propagação, bem como a sua evolução. Ao longo dos anos não se sabia ainda quais eram esses motivos, mas depois de inúmeras pesquisas, finalmente vieram as respostas.

Da propagação, são estes:

Por produtos sanguíneos (agulhas sujas ou sangue não testado);

Por sexo vaginal, anal ou oral sem proteção;

De mãe para bebê durante a gravidez, parto ou amamentação;

Por toque em uma superfície contaminada;

Por saliva (beijos ou bebidas compartilhadas);

Por contato com a pele (apertos de mão ou abraços).

Sabendo como o vírus se propaga, é necessário sabermos a melhor forma de se tratar e, para isso, é importante também sabermos os principais sintomas da ação do vírus.

Os sintomas iniciais incluem febre, dor de cabeça, dor muscular e calafrios. Posteriormente, a pessoa pode sofrer hemorragia interna, resultando em vômitos ou tosse com sangue. Chegando ao conhecimento de todos, tanto a forma de evolução do vírus, a propagação e os sintomas, a forma de tratamento se consolida, já que é muito importante para cada caso, aja vista que o vírus age

de uma forma diferente em cada um de nós. Entretanto, independente do que aconteça, do que precisamos ter certeza é de que sempre nosso Deus Pai irá permanecer conosco, não só agora, mas para todo o sempre.

Existem algumas nuances necessárias de serem mencionadas como comparações. Por exemplo, vimos algumas crises que ocorreram nos séculos passados, que se comparadas, houve uma grande diferença entre o tempo passado e o tempo presente. Alguns números nos provam que, na verdade, mesmo ano após ano, século após século, doenças, catástrofes, pandemias e epidemias só tendem aumentar.

Tendo em vista que vírus sempre existiram e sempre existirão em nosso meio, temos que ter igualmente também a certeza de que Deus cuida de todos nós. Uma das maiores causas de certos problemas psicológicos nos dias atuais foi gerada em decorrência de vários acontecimentos, tanto no passado como atualmente, contudo, sabemos que há um antídoto para isso, e este antídoto é JESUS CRISTO.

Em meio a tantos eventos ao longo da história humana, o que de fato nos faz ter forças para seguir? Diante desta pergunta, que tem relevância, é muito importante sabermos que existe algo que gera forças e esperança para prosseguir dia após dia, e que se chama FÉ. De acordo com alguns dados científicos, independente da religião, a pessoa que tem fé possui uma maior facilidade para encarar as adversidades da vida.

## **GRIPE H1N1**

Foi responsável por uma grande quantidade de mortes no século atual. Iremos trazer alguns números para vermos algumas diferenças entre os séculos. Vendo e comparando alguns dados, entendemos que, independente do século ou da epidemia, sempre houveram muitas pessoas que foram afetadas e grande parte chegou a óbito, mas assim como sempre ocorreram, também sempre haverá o escape de Deus para nossas vidas.

Muitas pessoas se perguntam por que Deus permite acontecer essas tragédias, sabendo que haverá muitas pessoas que irão morrer. Na verdade, tudo acontece pela permissão de Deus, sim, mas a humanidade não tem conhecimento de que Deus, além de amor, também é justiça e, por conta da dureza e maldade do coração do homem, muitas coisas são permitidas de acontecerem para entendermos que de fato não servimos a Deus pelo que Ele faz, mas pelo que Ele é.

É importante enfatizarmos que a gripe tem distintos fatores, que devem ser levados em consideração, tanto na prevenção como no tratamento. Tais males vêm de forma sutil, silenciosa, tratando-se muitas vezes de uma infecção respiratória nos seres humanos, causada por uma cepa da influenza, que surgiu pela primeira vez nos porcos.

A gripe suína foi reconhecida pela primeira vez na pandemia de 1919 e ainda circula como um vírus da gripe sazonal. A gripe suína é causada pela cepa de vírus H1N1, que começou nos suínos.



Entre 2009-2010, o saldo foi de 18.500 mortes, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS). E segundo a revista médica *The Lancet*, o número é muito mais elevado, entre 151.700 e 575.400 casos de gripe. Chamada primeiro de gripe suína pela OMS, apareceu no México em março de 2009. Em 11 de junho, foi declarada uma pandemia, mas acabou sendo muito menos mortal do que o esperado. Vários países organizaram campanhas massivas de vacinação, entretanto, foram posteriormente criticados, assim como a OMS, por mobilização excessiva, levando em consideração que a gripe sazonal mata entre 250.000 e 500.000 pessoas por ano (dados da OMS).

É normal que depois destes números e informações, você tenha pensado e refletido que nós de fato estamos sujeitos a qualquer coisa e qualquer problema natural da vida, e sim, realmente estamos.

É importante ressaltar que nós somos apenas uma criatura feita da mais simples matéria terrena que se chama barro, porém, mesmo face a este vírus capaz de nos tirar o ar, o fôlego de vida que vem através do oxigênio que há na Terra, temos em nós o mais puro sopro já visto pela humanidade, que é o alento de vida que o próprio Deus nos deu, desde que tudo foi formado, no início da criação do mundo, de todo ser vivo. Não servimos a um Deus que dorme, mas servimos a um Deus que tem nos sustentado a cada dia e a cada minuto de nossas vidas.

Entendendo isso, vemos que não somos resistentes a algo tão pequeno e que pode se alastrar dentro de nós, podendo levar a morte. O poder de um vírus. Na verdade, isso é apenas mais um dos principais problemas que podem levar o homem ao fim de sua vida na Terra, pois o homem assim sabe através da medicina. Porém, existe algo muito mais silencioso que se alastra e leva o homem não só para uma morte física, mas também para a morte espiritual: é o pecado. Temos sempre que centralizar nossa fé em Cristo Jesus, para que possamos alcançar sua graça bendita e sua infinita misericórdia sobre nossas vidas.

## SARS

A Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) é uma doença causada por um coronavírus da família SARS. O primeiro caso de SARS ocorreu em 2003 em um surto na China e se propagou por países vizinhos. Foi a primeira doença altamente transmissível do século.

Ela se propaga como uma gripe comum, pelo ar, por meio de pequenas gotículas de saliva, ou indiretamente por superfícies tocadas por pessoas infectadas com o vírus. Os sintomas também são parecidos com os da gripe: febre, fadiga, dor de cabeça e muscular, entre outros. A SARS teve letalidade de 3% e foi controlada com medidas de segurança em 2003. Com isso, os estudos para o desenvolvimento de uma vacina foram sendo deixados de lado. Alguns anos depois, porém, com a pandemia da Covid-19, causada por outro coronavírus, os estudos do imunizante foram retomados, permitindo o desenvolvimento rápido de vacinas contra o SARS-CoV-2.

Quais as causas de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS)? Ela é causada por um vírus do tipo coronavírus, que foi identificado pela primeira vez em 2002, na Ásia.

Apesar da SARS já ser considerada uma doença erradicada, é importante destacar que o vírus que causa a doença não é considerado erradicado.

Existem ao todo 7 tipos de coronavírus diferentes que podem afetar os seres humanos. Dentro desse total,



4 dos vírus não causam sintomas muito graves, levando o paciente apenas a desenvolver um leve resfriado. A SARS é uma das doenças mais graves causadas por vírus do tipo coronavírus.

Os sintomas da SARS são muito parecidos com os da gripe:

Febre;

Tosse seca;

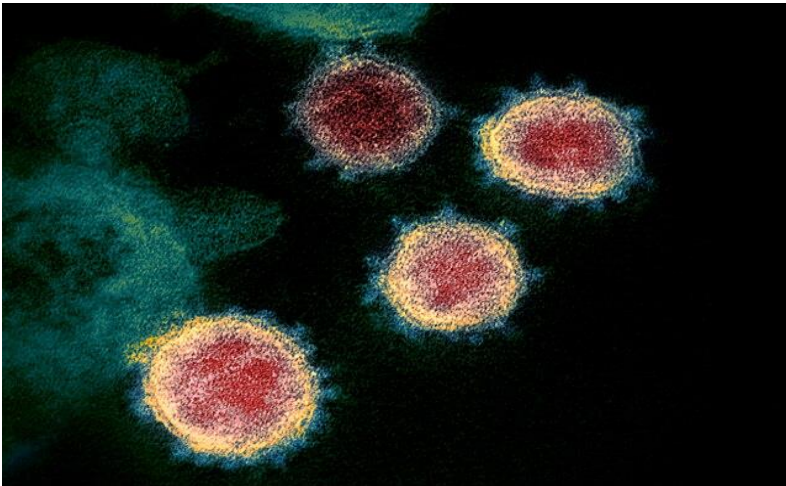
Dificuldade para respirar;

Dor de cabeça;

Calafrios e tremores;

Dores no corpo.

Alguns pacientes se recuperam da doença, mas outros acabam evoluindo para quadros médicos mais graves e desenvolvem sintomas mais severos.



Há uma grande importância em cada acontecimento no decorrer dos séculos. Cada evento e cada catástrofe tem um porquê. Contudo, nem sempre sabemos a resposta para cada um deles, porém, sabemos e temos a plena certeza de que tudo, absolutamente tudo foi, é e sempre será por permissão de Deus.

Há também muitas perguntas sem respostas até hoje, sobre algumas coisas que já ocorreram no mundo, mas na verdade boa parte delas é até melhor o homem não ter ciência, pois um dos maiores motivos do homem chegar a sua própria ruína é o conhecimento humano. Sabemos que foi o próprio Deus que criou, capacitou e até hoje capacita o povo dEle para enfrentar as adversidades da vida e da caminhada cristã.

Assim como há uma razão para cada evento e para cada catástrofe ter ocorrido, também há um propósito para cada obra de Deus. Deus é incansável e jamais irá parar de lutar pelo seu povo. Ele também tem um propósito sobre a vida de cada um de nós, basta cremos e ter paciência que Ele irá cumprir cada projeto.

A bondade de Deus sobre nossas vidas é tão grande que, mesmo havendo tantas coisas e adversidades, Ele nunca deixa de cuidar de nós, pois de fato se preocupa com seu povo.

A Bíblia nos fala que a bondade de Deus é uma de suas principais qualidades ou atributos. Faz parte da sua essência ser bom e generoso. Essa bondade pode ser vista nas obras que Ele fez e no amor que tem manifestado pela humanidade, ao criar, sustentar e oferecer reconciliação em Jesus Cristo.

Vemos, no princípio, o relato da Criação no livro de Gênesis, em que a bondade de Deus foi uma característica fundamental e constante. Ele deixou marcas impressas em todo o universo. A palavra “bom” aparece pelo menos sete vezes na descrição dos feitos do Senhor. Isso reflete o seu caráter, pois pela sua bondade tudo foi maravilhosamente formado.

Todos passamos por momentos em que precisamos ser resgatados por Deus de um momento difícil. Seja na tristeza, seja no medo ou na dor, você pode sempre vir a Deus com seu problema e pedir seu livramento. Quando confiamos nEle, podemos ter certeza de que nos livrará de todo mal e cuidará de nós a cada passo.

O livramento de Deus é como um abraço amoroso que nos envolve, nos dá paz e segurança em meio às tribulações da vida. O Senhor não fica indiferente ao seu clamor. Ele ouve e ajuda a todos que entregam suas vidas a Jesus. Se você ama a Deus, nas dificuldades você pode clamar a Ele por socorro e Ele lhe trará livramento. E nossa maior certeza é que, de fato, Deus sempre estará em favor dos seus servos fiéis.

Na luta pela vida, em meio a tantas doenças, precisamos estar centrados em Deus, pois Ele sempre estará disposto a nos ajudar. Muitas das vezes passamos por momentos e tribulações, e são nessas situações que vemos quem realmente é nosso amigo, onde sabemos que, na realidade, nosso verdadeiro amigo se chama JESUS CRISTO DE NAZARÉ.

“Deus é minha fortaleza, em seus braços seguros encontro livramento e segurança.

Os justos clamam, o Senhor os ouve e os livra de todas as suas tribulações.”

Salmos 34:17

A proteção de Deus é um escudo impenetrável, que nos envolve, nos guarda do mal e nos dá coragem para enfrentar qualquer desafio. Agindo Deus, quem impedirá?

“Portanto, que todos os que são fiéis orem a ti enquanto podes ser encontrado. Quando as muitas águas se levantarem, elas não os atingirão. Tu és o meu abrigo; tu me preservarás das angústias e me cercarás de canções de livramento.”

Salmos 32:6-7

“O nosso Deus é um Deus que salva. Ele é o Soberano, Ele é o Senhor que nos livra da morte.”

Salmos 68:20

Deus tem poder para trazer livramento! Através de Jesus, Ele nos livra até do poder da morte. Quando você olha para Deus e se lembra de todas as suas maravilhas, você encontra esperança para sua vida. Nada é difícil demais para Deus!

“O anjo do Senhor é sentinela ao redor daqueles que o temem, e os livra.”

Salmos 34:7

Deus não dorme. Ele está sempre em alerta, vigiando e protegendo a vida daqueles que o amam. Se você acredita que Jesus é seu salvador, você não precisa ter medo, pois Deus está cuidando de você. Ele sabe quando você precisa de refúgio e não lhe abandona na dificuldade. Que possamos se apegar cada vez mais a Cristo por que ele é o consolador de nossas vidas, bem presente na hora da angústia, e nos livrará de todo mal.



# A DEPRESSÃO E SEUS MALES

---

**T**ratar deste assunto não é fácil, pois sempre que se ouve falar a palavra “depressão”, alguém se assusta, e o que nos traz esse medo muitas vezes é a falta de informação, pois sabemos como este assunto tem que ser tratado de forma delicada, segundo os especialistas, e alguns estudos comprovaram que se este tema não for tratado de forma correta, pode agravar o quadro do paciente.

Cada caso é um caso, sim, realmente, porém, independente do caso, a doença pode levar a um destino, ao suicídio. O assunto tem que ser tratado de forma madura e nem sempre a sociedade está preparada para lidar com esse tipo de doença mental. Muitos tratam como problema banal ou de forma inadequada, e tudo isso por falta de informação.

A depressão é considerada, pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como o “Mal do Século.” No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo e baixa autoestima, são sintomas que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. A depressão provoca ainda ausência de prazer em coisas que antes faziam bem e grande oscilação de humor e pensamentos, que podem culminar em comportamentos e atos suicidas.

O tratamento é feito com auxílio médico profissional, por meio de medicamentos, e acompanhamento

terapêutico conforme cada caso. O apoio da família é fundamental. É muito importante sempre ter força, porém, se focarmos em Cristo Jesus, sabemos que Ele sempre cuidará de nós

Está presente na literatura médica e científica mundial que a depressão também incita alterações fisiológicas no corpo, sendo porta de entrada para outras doenças. Pessoas acometidas por depressão podem, além da sensação de infelicidade crônica e prostração, apresentar baixas no sistema de imunidade e maiores episódios de problemas inflamatórios e infecciosos. A depressão, dependendo da gravidade, pode desencadear, também, doenças cardiovasculares, como enfarto, AVC e hipertensão.

Há uma série de evidências que mostram alterações químicas no cérebro do indivíduo deprimido, principalmente com relação aos neurotransmissores (serotonina, noradrenalina e, em menor proporção, dopamina), substâncias que transmitem impulsos nervosos entre as células. Ao contrário do que normalmente se pensa, os fatores psicológicos e sociais muitas vezes são consequência e não causa da depressão. Vale ressaltar que o estresse pode precipitar a depressão em pessoas com predisposição, que provavelmente é genética.

Nunca foi fácil lidar com esse tipo de doença, já que normalmente quando se trata de algo que tenha essa proporção, sabemos que dificilmente alguém procura obter informações necessárias para poder se tratar.





De acordo com algumas pesquisas, diversas vezes pessoas perdem a vida por falta de informação, por falta de tratamento e uma das piores coisas quando se trata da depressão é a falta de conhecimento. Ainda há uma cultura muito rude na sociedade ao tratar desse assunto. Em caso de alguma dúvida, ao invés de buscar auxílio sobre a doença com algum especialista, se corre atrás de pessoas que se consideram amigas, mas, na verdade, não são.

Nada vem do acaso, tudo tem um propósito, mesmo que a situação seja ruim, Deus sempre está no controle de tudo. A mente do homem tem que se esvaziar dia após dia para os pensamentos centralizados nas coisas do mundo e bens materiais, para que possa estar limpa e se encher das maiores bênçãos que Deus tem para cada um

de nós, deixando tudo do mundo e centralizando no Senhor. O antídoto para todo mal sempre foi oferecido através das sagradas escrituras, que nos traz a pessoa de Jesus, o Salvador.

Não é fácil compreender este assunto, por isso vamos nos aprofundar em algumas pesquisas já realizadas.

Estima-se que uma em cada cinco pessoas no mundo apresente problemas relacionados a depressão em algum momento da vida. A melhor forma de prevenir a depressão é cuidando da mente e do corpo, com alimentação saudável e prática de atividades físicas regulares. Saber lidar com o estresse e compartilhar os problemas com amigos ou familiares é outra alternativa, que pode ser aliada à prática de alguma atividade integrativa e complementar.

Além das alterações de humor ou irritabilidade, ansiedade e angústia, a depressão possui diversos sinais e sintomas, que podem ser isolados ou somatizados. Os principais sintomas da depressão são:

- ✓ Irritabilidade, ansiedade e angústia;
- ✓ Desânimo, cansaço fácil, necessidade de maior esforço para fazer as coisas;
- ✓ Diminuição ou incapacidade de sentir alegria e prazer;
- ✓ Desinteresse, falta de motivação e apatia;
- ✓ Sentimentos de medo, insegurança, desesperança, desespero e desamparo;
- ✓ Pessimismo, ideias frequentes e desproporcionais de culpa, baixa autoestima;
- ✓ Sensação, inutilidade, ruína e fracasso;

- ✓ Interpretação distorcida e negativa da realidade;
- ✓ Dificuldade de concentração, raciocínio mais lento e esquecimento;
- ✓ Diminuição do desempenho sexual;
- ✓ Perda ou aumento do apetite e do peso;
- ✓ Insônia ou despertar matinal precoce;
- ✓ Dores e outros sintomas físicos não justificados por problemas médicos.

Existem alguns fatores de risco que podem contribuir para o desenvolvimento da depressão, como:

- ✓ Histórico familiar;
- ✓ Transtornos psiquiátricos correlatos;
- ✓ Estresse crônico;
- ✓ Ansiedade crônica;
- ✓ Disfunções hormonais;
- ✓ Excesso de peso;
- ✓ Sedentarismo e dieta desregrada;
- ✓ Vícios (cigarro, álcool e drogas ilícitas);
- ✓ Uso excessivo de internet e redes sociais;
- ✓ Traumas físicos ou psicológicos;
- ✓ Pancadas na cabeça;
- ✓ Problemas cardíacos;
- ✓ Separação conjugal;
- ✓ Enxaqueca crônica.

## **E como diferenciar tristeza e depressão?**

Tristeza tem motivo. A pessoa sabe que está triste.

A depressão é uma tristeza profunda e muitas vezes sem conteúdo, sem motivo aparente. Mesmo se algo maravilhoso acontecer ou estiver acontecendo, a pessoa continuará triste.

A pessoa triste pode ter sintomas no corpo, como sentir aperto no peito, taquicardia, choro.

A pessoa deprimida tem pensamentos suicidas.

Quem está triste costuma ter pensamentos repetitivos sobre a razão da tristeza.

Quando deprimida, a pessoa sente, pelo menos, duas semanas de uma tristeza profunda e contínua.

### **Como é feito o diagnóstico da depressão?**

O diagnóstico da depressão é clínico e somente pode ser dado por um médico especialista, no caso o psiquiatra, que é responsável por tratar pessoas com transtornos mentais.

### **Como saber se a pessoa sofre de depressão?**

Durante uma consulta com um médico especialista serão feitos alguns testes e questionários, que podem apontar para o distúrbio.

Nesse momento, o psiquiatra fará, também, outras observações, como histórico do paciente e familiares, e poderá pedir alguns exames laboratoriais específicos para se chegar ao diagnóstico.

A depressão também pode estar associada a outros transtornos psiquiátricos e tem níveis de intensidade. Pode ser leve, moderada ou grave.

Cada caso é avaliado individualmente e cada paciente recebe um diagnóstico e é encaminhado para tratamento específico.

## **Tratamento**

O tratamento da depressão é essencialmente medicamentoso. Existem mais de 30 antidepressivos disponíveis.

Ao contrário do que alguns temem, essas medicações não são como drogas, que deixam a pessoa eufórica e provocam vício.

A terapia é simples e, de modo geral, não incapacita ou entorpece o paciente.

Alguns pacientes precisam de tratamento de manutenção ou preventivo, que pode levar anos ou a vida inteira, para evitar o aparecimento de novos episódios.

A psicoterapia auxilia na reestruturação psicológica do indivíduo, além de aumentar sua compreensão sobre

o processo de depressão e na resolução de conflitos, o que diminui o impacto provocado pelo estresse.

A depressão não tem tempo para passar. Pode durar dias, semanas, meses ou anos.

A pessoa em crise, após superar o transtorno mental, também pode, a qualquer momento, experimentar novos episódios da depressão.

Na maioria das vezes, o tratamento para depressão é feito combinando psiquiatria e psicoterapia, por meio de psicólogos.

Existem também medicamentos antidepressivos, que ajudam a regular a química cerebral e é aplicado conforme cada caso, de acordo com cada paciente.

Cada caso é um caso, e deve ser feito um acompanhamento de forma profissional e sempre de forma prudente.

Após todas essas informações, iremos abordar alguns pontos para entender mais sobre a cura da depressão e o que de fato é mais relevante para alcançá-la.

Vivemos numa sociedade cada vez mais acelerada, exigente, consumista e estressante, e há pessoas que pela impossibilidade de acompanhar esse ritmo, têm se tornado ansiosas e depressivas. Motivo de pesquisa por estudiosos do assunto, a depressão é uma das mais temidas doenças de todos os tempos e foi chamada de “o mal do século”, por abarcar um número cada vez maior de pessoas e algemar a psique de muitos.



Podemos citar vários exemplos desta doença na Bíblia, por exemplo:

“Ele, porém, foi ao deserto, caminho de um dia, e foi sentar-se debaixo de um zimbro; e pediu para si a morte, e disse: Já basta, ó Senhor; toma agora a minha vida, pois não sou melhor do que meus pais. E deitou-se, e dormiu debaixo do zimbro; e eis que então um anjo o tocou, e lhe disse: Levanta-te, come. E olhou, e

eis que à sua cabeceira estava um pão cozido sobre as brasas, e uma botija de água; e comeu, e bebeu.”

Reis 19:4-6

Nisso, podemos aprender que em tudo Deus está no controle. Homens que o próprio Deus escolhe para um propósito específico, vemos que Ele prepara e capacita para enfrentar toda as adversidades preparadas pelo diabo.

E tinha o Senhor um plano restaurador para a vida de Elias, ou seja, proporcionou-lhe um tratamento completo para o seu corpo, alma e espírito. Conforme a passagem do primeiro livro de Reis, vemos que Deus contempla o ser humano com a cura da depressão, integralmente. Ele cuidou de alimentar o profeta, deu descanso para sua alma e confortou-o espiritualmente.

Uma das formas de se prevenir a depressão é não deixar que coisas ruins se acumulem em nosso coração. Não podemos guardar mágoas, daí rasgar nosso coração diante de Deus, pois Ele não resiste a um coração quebrantado, uma vida que reconhece que é dependente dEle em todas as horas e em todos os momentos de sua vida.

Uma pessoa deprimida deve procurar um médico, usar a medicação correta, alimentar-se bem e exercitar-se, mas, sobretudo, buscar consolo no Senhor, pois sem a sua ajuda, o tratamento fica incompleto. Deus tem sonhos para nossa vida e seu poder curador nos atinge de forma completa.



Deus nos trata quando estamos deprimidos. Ele sempre vai nos dar força para sairmos do fundo do poço, o seu amor é incondicional por todos nós, todavia precisamos buscá-lo para que possamos de fato obter cura não só mental, mas espiritual

Deus está em todos os lugares, porém, cada vez mais a humanidade se afasta dEle, mesmo sabendo o que é bom e o que é mal. As pessoas sempre tendem a pender para o lado das coisas más. Isso já é a tendência da natureza humana desde a criação da humanidade.

As coisas que sabemos que fazem mal sempre são as mais atrativas, já que elas sempre satisfazem o desejo da carne. Contudo, quem tem sua vida focada em Deus, sempre será livrado de todos os males e tentações.

Muitas vezes, em busca de saciar o desejo carnal através de coisas fúteis, posteriormente vem a conta. E quando ela vem é cara, até pagando com a própria vida. É importante enfatizar que quando o homem vai em busca de saciar suas próprias vontades, o diabo põe mil e uma coisas para atrair.

Sempre que alguém coloca esses desejos na frente de Deus, paga-se um preço e, quando se dá conta, a pessoa já está em depressão. De tanto fazer as vontades da carne, não há mais espaço para Deus. É lamentável quando o homem não deixa o Senhor agir como prioridade em sua vida. As doenças vêm e uma delas é a doença mental, trazendo danos avassaladores, assustadores e muitas vezes irreversível, afetando não só a pessoa, mas quem mais amamos e está perto de nós.

Quando nos deparamos com alguma dessas doenças, mesmo não sendo em nossa vida, mas em alguém que seja próximo, é muito difícil saber lidar. Por isso, é notável que precisamos nos preocupar sobre onde buscar ajuda. Por muitos anos, cientistas, pesquisadores, médicos e outros profissionais buscaram entender onde, quem e de que forma encontrar ajuda, e com 80% de certeza chegaram a conclusão de que a Bíblia é o melhor manual de instruções para o ser humano.



A depressão é uma doença psiquiátrica mal compreendida e estigmatizante, que atinge homens e mulheres em algum momento de suas vidas. É uma das causas do consumo exacerbado de remédios e pode levar ao autoextermínio. Precisamos nos prevenir para não sermos atingidos por ela. Não podemos pensar que a vida é um parque de diversões, onde tudo é alegria e festa. No livro de Jó 5:7, aprendemos que o homem nasce para as dificuldades, tão certo quanto fagulhas voam para cima.

Muitos são os fatores que levam uma pessoa a entrar em depressão, uma doença que pode atingir

qualquer ser humano, independente da sua posição social, credo, raça ou cor. A Bíblia nos mostra que os gigantes da fé também ficaram deprimidos, a exemplo de Jeremias, Elias, Jó, Jonas, Paulo e o próprio Jesus. Portanto, cristãos também podem ser atingidos por esse mal.

Elias sentiu-se profundamente deprimido, mesmo depois de uma vitória sobre os profetas de Baal. Por causa do desgaste emocional durante a batalha, ele se deprimiu diante de uma simples ameaça de Jezabel. Ele se sentiu tão angustiado que chegou a pedir a morte para si, ou seja, chegou ao fundo do poço.

Você pode ler essa história em 1 Reis 19. O texto descreve Elias num momento depressivo, fugindo com medo de uma mulher e desejando a morte. Abaixo, um trecho:

“Elias teve medo e fugiu para salvar a vida. Em Berseba de Judá ele deixou o seu servo e entrou no deserto, caminhando um dia. Chegou a um pé de giesta, sentou-se debaixo dele e orou, pedindo a morte. ‘Já tive o bastante, Senhor. Tira a minha vida; não sou melhor do que os meus antepassados. ’ Depois se deitou debaixo da árvore e dormiu...” (1 Reis 19:3-5, NVI).

O Senhor, contudo, tinha um plano restaurador para a vida de Elias, proporcionou-lhe um tratamento completo para o seu corpo, alma e espírito. Conforme o trecho do

primeiro livro de Reis, vemos que Deus abençoa o ser humano com a cura da depressão, sem falta, ao cuidar de alimentar o profeta Elias, dar-lhe descanso para sua alma e lhe trazer conforto espiritual.

Para se ter uma ideia, apenas no Brasil há pelo menos 16,3 milhões de brasileiros com depressão, segundo dados de 2019, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE). Este número aumentou muito depois da pandemia, segundo um estudo realizado pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UEFJ), que revelou um aumento de 90% nos casos de depressão.

Diante destes números, o que os cristãos precisam saber sobre depressão e como vencer os tabus que envolvem a doença? Encontramos respostas na Bíblia e vamos te ajudar a pensar mais sobre o assunto.

Um bom versículo para falar sobre o que a Bíblia fala sobre depressão é Provérbios 12:25, que diz: “O coração ansioso deprime o homem, mas uma palavra bondosa o anima.”

Salomão sabia que ansiedade e depressão andavam juntas e tinha sabedoria também para apontar um alívio: uma palavra bondosa.

O próprio Jesus declarou:

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração; e encontrareis descanso para as vossas almas.

Porque o meu jugo é suave e o meu fardo é leve.” (Mateus 11:28-30).

Encontramos passagens como as de Filipenses 4:4 e Romanos 15:11, que mostram que Deus deseja que sejamos cheios de alegria.

Creemos que Deus é capaz de curar qualquer doença ou distúrbio, e também cremos que a Palavra de Deus pode encher os corações e trazer cura interior, mas também sabemos da necessidade médica, pois pessoas com depressão crônica devem procurar especialistas e serem acompanhadas e tratadas.

Ao longo da Bíblia encontramos histórias de homens que entraram em depressão, como Moisés (Números 11:10-16), Davi (Salmos 51; Salmos 32:1-5), Elias (1 Reis 19:1-18), Jó, Jonas (Jonas 4:1-11) e o autor do Salmos 73. E também encontramos versículos que trazem alívio aos que estão tristes, oprimidos e ansiosos.

“Tristezas de morte me cercaram, e torrentes de impiedade me assombraram.”

(Salmos 18:4)

“A minha alma consome-se de tristeza; fortalece-me segundo a tua palavra.”

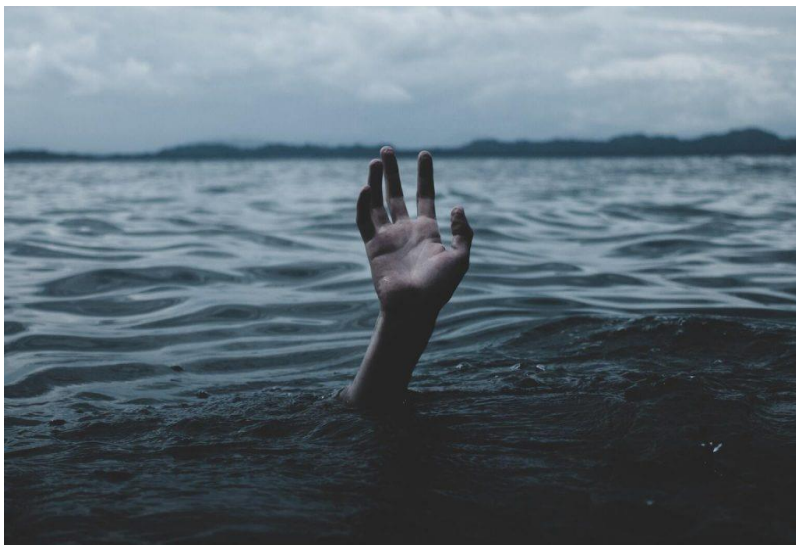
(Salmos 119:28)

“Oh! Se eu pudesse consolar-me na minha tristeza!  
O meu coração desfalece em mim.”

(Jeremias 8:18)

“O coração alegre é bom remédio, enquanto a  
tristeza faz secar os ossos.”

(Provérbios 17:22)



“Tem misericórdia de mim, ó Senhor, porque estou  
angustiado. Consumidos estão de tristeza os meus olhos,  
a minha alma e o meu ventre.”

(Salmos 31:9)

Assim, sem dúvida alguma, cada vez que vemos este assunto, temos a certeza que Deus foi, é e sempre será nosso melhor auxílio, para todos os casos.

Estamos falando de um tema que não é só deste século, mas que vem assolando o mundo há muitos e muitos anos. O que ocorre é que nem sempre se teve toda essa informação que temos hoje.

Por conta dessa falta de conhecimento, muitas pessoas perderam muitas coisas, não só no âmbito pessoal, mas também no material, no financeiro, no sentimental, assim como família, amigos e várias outras coisas.

Cada vez que nos aproximamos de Deus, porém, estaremos sustentados pelo seu poder, por sua proteção divina, com seus anjos ao nosso redor.

Haverá momentos em que a sensação será a de que você esteja sem ar, sem forças e sem esperança, mas nossa fortaleza, nossa fé e nossa esperança está em quem devemos sempre buscar, Deus, pois Ele sim sabe de todas as necessidades que temos em nossas vidas.





# **A ANSIEDADE E SEUS MALES**

---

**E**m relação a este assunto, iremos ver algumas pesquisas e estudos já realizados ao longo dos anos, o que ela causa, quais de fato são seus males e o que leva a ser gerada, além dos seus danos.

## **O que é ansiedade?**

A ansiedade é uma resposta natural do corpo a situações de perigo, estresse ou desafio. É uma reação adaptativa que nos prepara para lidar com ameaças percebidas. No entanto, em alguns casos, a ansiedade pode se tornar desproporcional, crônica e afetar negativamente a qualidade de vida.

## **Bases neurobiológicas da ansiedade**

O cérebro desempenha um papel fundamental na experiência da ansiedade. A amígdala, uma estrutura localizada no sistema límbico, é responsável por avaliar ameaças e desencadear respostas emocionais, como medo e ansiedade. Em pessoas com transtornos de

ansiedade, como Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) ou Transtorno do Pânico, a amígdala pode ser hiperativa, resultando em respostas exageradas a estímulos cotidianos.

## **Neurotransmissores e ansiedade**

Os neurotransmissores desempenham um papel crucial na regulação da ansiedade. Desequilíbrios nos níveis de neurotransmissores, como serotonina, dopamina e noradrenalina, podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade. Essas substâncias químicas ajudam a modular a atividade neuronal e afetam o humor, a emoção e a resposta ao estresse.

## **Influência de Fatores Externos**

Embora a ansiedade tenha uma base neurobiológica, fatores externos também podem influenciar sua manifestação. O estresse crônico, traumas passados, problemas familiares, pressões sociais e eventos desencadeadores podem desempenhar um papel significativo no desenvolvimento e agravamento dos sintomas de ansiedade.

## **Estratégias de gerenciamento da ansiedade**

Existem várias estratégias eficazes para o gerenciamento da ansiedade. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é uma abordagem amplamente utilizada, que envolve identificar e modificar padrões de pensamento negativos e disfuncionais. Além disso, práticas como meditação, exercícios físicos regulares, técnicas de respiração profunda e relaxamento podem ajudar a reduzir a ansiedade.

Se a ansiedade estiver causando um impacto significativo em sua vida diária, é crucial buscar ajuda profissional. Psicólogos e psiquiatras são especialistas treinados para diagnosticar e tratar transtornos de ansiedade. Eles podem oferecer terapia individualizada, prescrever medicamentos, quando necessário, e fornecer apoio adequado para lidar com a ansiedade.

A ansiedade é uma experiência complexa, com bases neurobiológicas, neurocientíficas e comportamentais intrincadas. Compreender esses aspectos é fundamental para gerenciar efetivamente a ansiedade e melhorar a qualidade de vida. Ao adotar estratégias de autocuidado, buscar apoio profissional e implementar mudanças no estilo de vida, é possível reduzir a ansiedade e promover o bem-estar emocional.

A ansiedade existe no homem desde sua origem. Inicialmente, funcionava como uma sensação de insegurança e perigo para auxiliar seu instinto de sobrevivência. Mas o que era natural passou a se tornar um grande problema de saúde mental no âmbito público.

Supõe-se que esse tipo de transtorno tenha surgido a partir do momento que o homem deixou de se preocupar apenas com o objeto para se preocupar com a situação que o envolve. Por exemplo, antes, o homem se preocupava apenas com o animal (objeto) que poderia matá-lo.

Agora, ele se preocupa com os locais em que pode encontrá-lo. Trazendo para uma realidade mais atual, não são só os cuidados com o carro, é a possibilidade de um acidente. Não é só entregar o trabalho bem-feito, é a possibilidade de perder o emprego e deixar a família desamparada.

Com a chegada da era digital, o mundo de possibilidades sobre as quais o ser humano pode pensar aumentaram exponencialmente. São oportunidades, informações, pessoas, influências, viagens, comportamentos. E tudo em muita quantidade, o tempo todo.

## **Quais são os tipos de transtornos de ansiedade?**

Os tipos mais comuns e suas características são:

Transtorno de ansiedade generalizada: preocupação excessiva e análise minuciosa de cada ponto ou situação;

Transtorno obsessivo-compulsivo (TOC): pensamentos obsessivos e medos irracionais que levam a atitudes compulsivas;

Fobia social (ou transtorno de ansiedade social): preocupação e medo com situações sociais comuns;

Síndrome do pânico: crises intensas de medo e mal-estar generalizado;

Agorafobia: medo de situações e lugares que possam causar impotência, constrangimento ou aprisionamento.

### **Quais as principais causas e sintomas da ansiedade?**

As causas podem variar de pessoa para pessoa e podem surgir, por exemplo:

Por desequilíbrios químicos cerebrais;

Pela falta de suporte familiar;

Por traumas (principalmente na infância);

Ou por uma combinação de fatores.

### **Os principais sintomas são:**

Físicos: tensão muscular, taquicardia ou palpitação, dor no peito, transpiração em excesso, dor de cabeça, tontura;

Psíquicos: sensação de desrealização, quando o ambiente parece todo diferente, ou sensação de despersonalização, quando a pessoa parece não se reconhecer mais.

### **Quais as consequências dos transtornos de ansiedade?**

A preocupação excessiva, os pensamentos acelerados e repetitivos, o medo desmedido, as atitudes compulsivas e demais características dos transtornos de ansiedade podem trazer consequências a curto, médio e longo prazo para uma pessoa. Os impactos negativos comprometem a qualidade de vida. E, também, os relacionamentos pessoais e profissionais, a capacidade produtiva e a relação da pessoa consigo e com o mundo.

À medida que o quadro se agrava (principalmente sem tratamento), piora a maneira como a pessoa encara o ambiente, o outro e a si mesma. Isso resulta em:

- ✓ Isolamento e solidão;
- ✓ Baixa autoestima;
- ✓ Dificuldade de cuidar de si mesma;
- ✓ Sedentarismo;
- ✓ Emagrecimento ou obesidade;
- ✓ Compulsões;
- ✓ Vícios;
- ✓ Entre outros maus hábitos e consequências.

Ainda, os transtornos ansiosos podem acarretar outras doenças mais graves e incapacitantes, como depressão, diabetes, hipertensão e problemas cardíacos.

Quando a situação é um pouco mais grave e a pessoa já desenvolveu pânico, por exemplo, utilizam-se medicamentos antidepressivos. Geralmente, eles têm impacto positivo no tratamento da ansiedade. Ainda, são mantidos os atendimentos com psicoterapia e psicanálise.

Independentemente de possuir ou não ansiedade, ou do nível da doença, a psicoterapia é indicada, pois serve para as pessoas se conhecerem mais e aprenderem a lidar melhor com suas emoções.

### **Como controlar a ansiedade?**

É preciso enfatizar: a prevenção da depressão e da ansiedade está ligada à qualidade de vida. O equilíbrio é biopsicossocial (biológico, psíquico e social). Para que ele exista é preciso que a pessoa não sobrecarregue apenas uma área de sua vida e deixe as outras de lado — por exemplo, focar excessivamente na profissional e negligenciar sua vida afetiva, familiar e social.

Todas as técnicas de tratamento — e algumas também servem para prevenção — buscam fazer a pessoa refletir sobre essas situações e encontrar um equilíbrio ou controle de todas as áreas.

De maneira geral, existem práticas que podem ajudar na prevenção e nesse equilíbrio. Algumas sugestões são:

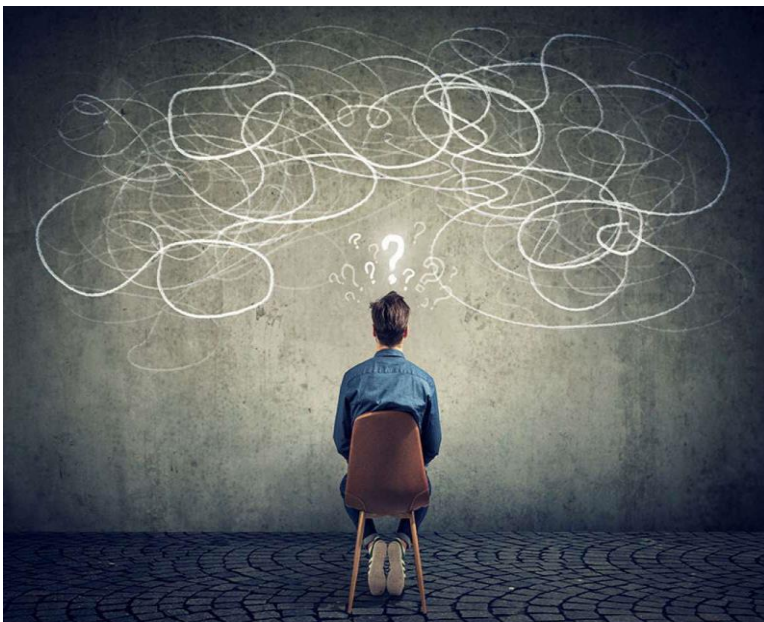
- ✓ Aprenda a meditar e se conectar consigo e com seu espiritual;
- ✓ Busque atividades físicas com as quais se identifique e crie uma rotina com elas;
- ✓ Treine sua respiração, inspire e expire profundamente;
- ✓ Programe e realize hobbies, distrações, passeios e viagens;
- ✓ Socialize dando preferência para os encontros pessoalmente;
- ✓ Organize e revise sua rotina, priorizando o autocuidado;
- ✓ Cuide e tenha experiências com animais e natureza;
- ✓ Priorize boas noites de sono e descanso;
- ✓ Pratique hábitos de autoconhecimento, como leitura e escrita. Procure ajuda de especialistas.

Nesse contexto, a comunicação é muito importante. Por isso, é recomendável que a pessoa com diagnóstico ou tendência a problemas psíquicos procure ajuda. Esse conselho serve também para sua rede de apoio (familiares, parceiros, colegas e amigos).

Psicólogos e psiquiatras são os profissionais indicados para realizar o diagnóstico correto e administrar o tratamento mais adequado.



Estudos diversos e rigorosos mostram uma piora nos casos de depressão e ansiedade, e a pandemia resultou ser muito pior do que os estudos previam, avalia Guilherme Polanczyk, psiquiatra da infância e adolescência e professor da Faculdade de Medicina da USP. “Mudanças culturais e sociais fortes aconteceram na última década, e muitas associadas às redes sociais, embora seja perigoso atribuir o problema só a elas.”



Além da popularização dos transtornos e do maior acesso às informações, Polanczyk afirma que há também o aumento de distorções sobre esses transtornos. “Influenciadores têm simplificado esses transtornos cada vez mais nas redes sociais. Ansiedade é uma emoção que faz parte do repertório humano, todos nós sentiremos em algum nível, assim como a tristeza, que não significa depressão.”

De modo geral, dados mostram que a piora em índices de saúde mental se acentua a partir da segunda década dos anos 2000. Além do maior acesso à informação pela internet, o período é marcado pela popularização do smartphone, com as câmeras frontais para selfies, das redes sociais e dos jogos online.

Há anos, estudiosos se debruçam sobre a relação entre a tecnologia e o comportamento humano, em especial entre crianças e adolescentes, que ainda não desenvolveram todo o sistema de autocontrole. Já se sabe, por exemplo, como as redes sociais têm mecanismos designados a viciar, e não à toa já existe lei para proibir o uso dessas plataformas antes dos 14 anos, caso da Flórida, nos Estados Unidos. Em São Paulo, deputados estaduais passaram a discutir a proibição de celulares nas escolas.

Um dos autores com este foco é o psicólogo americano Jonathan Haidt, que escreveu “A Geração Ansiosa: Como a Infância Hiperconectada Está Causando uma Epidemia de Transtornos Mentais” (Companhia das Letras, 440 páginas, R\$ 74,90). O livro chega ao Brasil no início de junho e há semanas é um dos mais vendidos nos Estados Unidos.

Na obra, Haidt propõe que a superproteção dos pais no meio offline, aliada à total liberdade no mundo online, estaria ajudando a formar uma geração ansiosa e com padrões de comportamento muito diferentes dos estabelecidos por centenas de anos no convívio em sociedade.

Para comprovar sua tese principal, de que o celular é parte essencial da crise global de saúde mental entre

menores, Haidt apresenta índices de transtornos psíquicos em diversos países — estes revelam uma piora significativa em casos de suicídio, ansiedade, depressão e nas emoções de forma geral. A partir dessa constatação, ele investiga as causas do fenômeno e as atribui ao uso de celulares.

E isto é uma alerta para cada um de nós, já que há muitas variedades de pensamento sobre o tema. Porém, temos que estar atentos para os sintomas, pois nenhuma doença vem por acaso, sempre vem de algum colapso ou de forma silenciosa, algo que nós mesmos provocamos que ela se originasse, seja por meio da má alimentação, falta de informação ou de qualquer outra fonte.

Vejamos algumas informações sobre o aumento de alguns fatos relacionados a depressão e ansiedade, e é novamente importante colocarmos como alvo a pessoa de Jesus Cristo, de modo que Ele sempre está atento para cuidar do seu povo face a qualquer adversidade.

No caso do suicídio, problema historicamente mais masculino, um dado chama a atenção. Houve uma evolução de casos entre meninas de dez a 14 anos, com alta de 221%, de 2000 a 2021, contra o aumento de 170% entre os meninos.

Outra conclusão preocupante é uma queda no chamado senso de pertencimento escolar. No Brasil, 91,4% das crianças diziam fazer amigos com facilidade na escola no início do século, número que caiu para 86,3% em 2012 e despencou para 69,6% em 2022. A informação vem do Pisa, Programa Internacional de Avaliação de Estudantes coordenado pela OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico).

A sensação de solidão também cresceu. No ano 2000, 8,5% dos alunos afirmavam que se sentiam sozinhos. O número saltou para 26,6% em 2022. Além disso, no começo do século, só um em cada 20 estudantes se sentia estranho ou excluído. Em 2022, esse sentimento foi relatado por dois em cada dez alunos.

A Pesquisa Nacional de Saúde feita pelo IBGE mostra que a incidência de depressão cresceu em todas as faixas etárias entre 2013 e 2019, anos com dados disponíveis. Entre pessoas de 18 a 21 anos, a taxa de depressão passou de 2,47% para 6,23%, aumento de 152,5%.

Para os indivíduos com 22 anos ou mais, a taxa aumentou de 8,12% para 10,57%, crescimento de 30,2%. Embora a depressão ainda seja menos comum entre os jovens do que nos adultos, essa aceleração está diminuindo a diferença.

O aumento de transtornos e do sentimento de solidão pode indicar dois caminhos: ou os jovens estão falando mais de suas emoções e procurando mais ajuda do que no passado, ou estão fazendo e recebendo diagnósticos errados.

“Embora o estigma sobre falar de saúde mental tenha diminuído, temos um novo risco, do diagnóstico em um sistema de saúde que tem muitas fragilidades, como tempo escasso dos profissionais e uma simplificação excessiva. O risco é de um aumento expressivo, mas isso não significa que temos esse aumento tão grande de transtornos”, diz Polanczyk, da USP.

É preciso ponderar que, mesmo que haja um excesso de diagnóstico, os índices mais graves, como de lesões físicas cometidas pela própria vítima e suicídio, também aumentaram mais entre os jovens do que entre os adultos.

Segundo o SUS, houve uma alta maior entre meninas de dez a 14 anos em casos de suicídio e em internações de lesões do tipo, cujas notificações passaram a ser obrigatórias em 2011. Além disso, atendimentos de depressão tiveram alta de 663% nessa faixa etária contra alta de 301% para os meninos da mesma faixa etária. Em relação a ansiedade, o aumento foi de 398% para meninas dessa faixa ante 251% dos meninos. Já no grupo de 15 a 19 anos, somente em casos de suicídio homens tiveram um aumento maior.

“Sabemos que meninas vão sofrer um efeito maior, especialmente se estiverem consumindo conteúdos que mexem com a autoestima delas, com a questão corporal, ou se elas passam por violências dentro das redes sociais”, afirma a psicóloga Karen Scavacini, fundadora do Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio e mestre em saúde pública na área de saúde mental pelo Karolinska Institutet, na Suécia.

Ela diz que, para a maioria dos jovens, o celular virou uma “extensão do braço.” “A forma de uso e a relação desse jovem com a tecnologia é diferente da nossa. Eles precisam dessa sociabilização, e essa sociabilização tem acontecido muito pelas redes. Mas, infelizmente, eles ainda não sabem lidar com o que acontece lá dentro.”

Para ela, o uso de mídias sociais sem orientação ou conscientização, combinado ao tempo de exposição às

telas, pode ser relacionado a comportamentos de autoagressão, sintomas depressivos e de ansiedade, estresse, baixa satisfação com a vida e baixa autoestima. Além disso, crianças também se espelham nos pais, que precisam se educar sobre o tempo de tela na frente dos filhos.

Segundo ela, todos os problemas merecem atenção. Os transtornos podem evoluir não só para desequilíbrio mental profundo, mas também para impactos físicos. O transtorno de pânico, por exemplo, pode ter sudorese e taquicardia como consequência.

“A resistência ao atendimento psicológico tem diminuído. Aquela coisa de dizer que é apenas frescura já não é tão forte. Claro que ainda há muito para desmistificar, mas o autocuidado tem falado mais alto. Basta ver os números.”

Por tanto como já diz o velho ditado, todo cuidado é pouco.

Foram utilizados os microdados do SUS que geraram um registro de acompanhamento de trabalho dos Centros de Atenção Psicossocial (RAAS – Psicossocial). Os transtornos foram classificados de acordo com o campo de “CID Principal” (CID refere-se à classificação internacional de doenças – CID-10). Os códigos utilizados na reportagem foram: Ansiedade: transtornos fóbico-ansiosos e outros transtornos ansiosos; Depressão: episódios depressivos, transtorno depressivo recorrente e distímia; TDAH: transtornos hiper-cinéticos; Bipolar: transtorno afetivo bipolar; Distúrbio alimentar: transtorno de alimentação; TOC: transtorno obsessivo-compulsivo; Esquizofrenia: esquizofrenia, transtorno esquizotípico e

transtornos esquizoafetivos; A reportagem considerou pacientes únicos por transtornos em cada ano, utilizando os campos “CNS\_PAC” (número do Cartão Nacional de Saúde), o transtorno e o ano do atendimento. Isso foi feito para não contar múltiplas vezes o mesmo paciente que passou por vários atendimentos. Tabulou-se o número de atendimentos de acordo com o sexo, ano do atendimento, faixa etária dos pacientes e transtorno. Esse número foi ponderado pela população da faixa etária segundo a projeção do IBGE de 2018 presente no site do Datasus para cada ano.

### **Atendimento de ferimentos auto infligidos**

A partir de 2011 tornou-se compulsória a notificação de violência autoprovocada, assim todo caso é anotado no Sistema de Informação de Agravos de Notificação. Utilizando os microdados para notificações de violências desse sistema, filtrou-se casos de violências autoprovocadas e casos recorrentes e tabulou-se o número de atendimentos de acordo com o sexo, data da ocorrência e faixa etária dos pacientes. A população da faixa etária foi ponderada segundo a projeção do IBGE no site do Datasus para cada ano.

### **Internação por ferimentos auto infligidos**

A análise partiu dos microdados do Sistema de informação Hospitalar do SUS. Foram considerados

casos em que o CID-10 da causa primária ou secundária tinham códigos CID-10 de X60 a X84 (o uso de causa secundária é justificado pelas normas do SIH/SUS). Se individualizou cada a internação a partir do número da Autorização de Internação Hospitalar (AIH) e se tabulou o número de atendimentos de acordo com o sexo, data da internação e faixa etária dos pacientes. A população da faixa etária foi ponderada segundo a projeção do IBGE no site do Datasus para cada ano.

### **Taxa de suicídio**

Por tabulação feita a partir dos microdados do Sistema de Informação de Mortalidade do SUS, foram filtrados casos em que a causa principal tinha códigos CID-10 de X60 a X84. A população da faixa etária foi ponderada segundo a projeção do IBGE no site do Datasus para cada ano.

Durante a pandemia de Covid-19, um dos principais assuntos — além das vacinas e dos sintomas causados pelo coronavírus — foi a saúde mental. As restrições de circulação adotadas para evitar a propagação do vírus trouxeram à tona a importância de prestar atenção no que acontece dentro da cabeça.

Mesmo com a volta da população à “vida normal”, o assunto continua relevante. Segundo dados do Ministério da Saúde, o número de pessoas com ansiedade generalizada aumentou mais de 200% na rede pública desde o ano anterior à pandemia. Em 2019, 71.293



peças procuraram atendimento com o quadro ansioso e, em 2023, o número saltou para 274.682.

Os casos de depressão aumentaram 34% no mesmo período. Já o transtorno de pânico teve alta de 93%.

É muito importante colocarmos sempre no contexto que Deus é nosso maior refúgio. Ainda que obtendo muito conhecimento ou até mesmo tendo condições e acesso a alguns tratamentos e acompanhamento por especialistas, é sempre bom sabermos que, além de todo esses recursos, temos que centralizar nossa fé e esperança em nosso Senhor Jesus Cristo. Somente Ele é capaz de fazer tudo aquilo que nenhum tratamento ou especialista pode fazer.





## EM QUE DEVEMOS APOIAR NOSSA FÉ?

**I**remos abordar um dos assuntos mais relevantes, não só porque fala de “fé”, mas porque entra em um conflito de gerações, religiões, raças e classes.

Fé é uma palavra que significa “confiança”, “crença”, “credibilidade.” A fé é um sentimento de total crença em algo ou alguém, ainda que haja falta de algum tipo de evidência que comprove a veracidade da proposição em análise.

Ter fé implica uma atitude contrária à dúvida e está intimamente ligada à confiança. Em algumas situações, como problemas emocionais ou físicos, ter fé significa ter esperança de que algo mudará positivamente, para melhor.

A palavra fé tem origem no grego *pistia*, que indica a noção de “acreditar.” No Latim *fides*, remete à “fidelidade.”

No contexto religioso, a fé é uma virtude daqueles que aceitam como verdade absoluta os princípios difundidos por sua religião. Ter fé em Deus é acreditar na sua existência e na sua onisciência. A fé é também sinônimo de religião ou culto. Por exemplo, quando falamos da fé cristã ou da fé islâmica.

A fé cristã implica crer na Bíblia Sagrada, na palavra de Deus, e em todos os ensinamentos pregados por Jesus Cristo, o enviado de Deus. Na Bíblia há inúmeras referências ao comportamento do cristão que age com fé. Uma das frases sobre o tema afirma que A fé é o firme fundamento das coisas que se esperam, e a prova das coisas que não se veem (Hebreus 11:1)

Você talvez já tenha se deparado com a pergunta “o que é fé?”. A fé é uma crença profunda e pessoal em algo que não pode ser provado ou visto empiricamente. É uma confiança inabalável em algo maior do que nós mesmos, seja em um poder superior, em uma ideia ou em um princípio moral.

A fé é uma força motivadora na vida de muitas pessoas em todo o mundo, muitas vezes guiando suas decisões e escolhas. Ela pode ser encontrada em diferentes contextos, como na religião, na espiritualidade, na filosofia e até mesmo na ciência.

Embora a fé possa variar em intensidade e objeto de crença, ela geralmente envolve a disposição de confiar e acreditar em algo que não pode ser visto ou experimentado diretamente. Isso pode trazer consolo e esperança em momentos difíceis, bem como fornecer um senso de propósito e significado para a vida.

No entanto, a fé também pode ser desafiada por eventos ou experiências que parecem contradizer ou desafiar as crenças estabelecidas. Nesses momentos, a pessoa com fé pode enfrentar um conflito interno, questionando sua crença e lutando para manter sua crença.

Em última análise, a fé é uma experiência profundamente pessoal que pode trazer benefícios e desafios

A Bíblia também nos ensina que a fé não é apenas uma crença intelectual, mas uma resposta pessoal a Deus. Ela é uma atitude de coração que se manifesta em ações práticas e obediência. O livro de Tiago, capítulo 2, diz: “A fé, se não tiver obras, está morta em si mesma.”

A Bíblia apresenta muitos exemplos de pessoas que viveram por essa motivação, como Abraão, Moisés, Davi e os apóstolos. Esses indivíduos confiaram em Deus, mesmo diante de grandes desafios e provações, e suas vidas foram transformadas.

No Novo Testamento, a fé em Jesus Cristo é vista como a única maneira de ter acesso a Deus e à vida eterna. Acreditar em Jesus como nosso Salvador e Senhor é a base de toda a fé cristã.

Em resumo, no contexto da Bíblia ela é uma confiança pessoal em Deus e em sua Palavra, que se manifesta em ações práticas e obediência. É a base da vida cristã e a única maneira de ter acesso a Deus e à vida eterna por meio do sacrifício de Jesus Cristo.

### **Qual a importância de se ter fé?**

Para a Bíblia, ter fé é extremamente importante. Acreditar em Deus e em suas promessas é visto como

a base da vida cristã e a única maneira de ter acesso a Deus e alcançar a salvação.

Em primeiro lugar, a Bíblia ensina que é necessário cultivar esse sentimento para se aproximar de Deus. Em Hebreus 11:6, lemos: “Sem fé é impossível agradar a Deus, pois é necessário que aquele que se aproxima de Deus creia que Ele existe e que é galardoador dos que o buscam.” Portanto, ela é um requisito fundamental para a vida espiritual e para a comunhão com Deus.

Além disso, a fé é uma resposta à graça de Deus. Efésios 2:8-9 diz: “Porque pela graça sois salvos, mediante a fé; e isto não vem de vós; é dom de Deus; não de obras, para que ninguém se glorie.” A salvação, portanto, não é algo que podemos alcançar por nossos próprios esforços, mas é um presente de Deus que recebemos por Jesus Cristo.

A Bíblia também ensina que a fé é necessária para enfrentar as provações e os desafios da vida. Em Coríntios 5:7, lemos: “Porque andamos por fé, e não por vista.” A fé nos ajuda a ver além das circunstâncias presentes e a confiar em Deus, mesmo quando não entendemos o que está acontecendo

Por fim, a Bíblia nos ensina que a fé é acompanhada por obras. Tiago 2:17 diz: “Assim também a fé, se não tiver obras, por si só está morta.” A fé genuína se manifesta em ações práticas de amor ao próximo e obediência a Deus.

## Textos bíblicos que falam da fé

A fé é um tema central em toda a Bíblia, e há muitas passagens que falam sobre essa temática, como em Hebreus 11. Este capítulo é conhecido como a “galeria da fé”, pois apresenta uma lista de pessoas do Antigo Testamento que viveram pela fé. Ele descreve como a fé dessas pessoas as levou a agir de maneiras incríveis e alcançar grandes coisas para Deus.

A seguir estão dois versículos que auxiliam no entendimento do que é fé:

“Porque concluímos que o homem é justificado pela fé, independentemente das obras da lei.”

Romanos 3:28

Este versículo ensina que a salvação é alcançada pela fé em Jesus Cristo, não pelas obras da lei.

“Porque pela graça sois salvos, mediante a fé; e isto não vem de vós; é dom de Deus; não de obras, para que ninguém se glorie.”

Efésios 2:8-9

Estes versículos ensinam que a salvação é um presente de Deus que recebemos pela fé em Jesus Cristo, não por nossos próprios esforços.

Em meio às adversidades que enfrentamos ao longo de nossa jornada, é fundamental cultivar uma fé inabalável em Deus. Através da fé, encontramos força, esperança e consolo para enfrentar os desafios que surgem em nosso caminho. A Bíblia nos oferece uma série de versículos que nos inspiram a manter nossa confiança em Deus, mesmo diante das maiores provações.

Em Filipenses 4:13, somos lembrados de que “tudo posso naquele que me fortalece.” Essa passagem nos mostra que, com Deus ao nosso lado, somos capazes de superar qualquer obstáculo. Não importa quão difícil seja a situação, podemos encontrar força e coragem em Deus para enfrentá-la de cabeça erguida.

Outro versículo que nos traz conforto é Isaías 41:10, que diz: “Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou o teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a minha destra fiel.” Essas palavras nos asseguram que Deus está sempre ao nosso lado, nos fortalecendo e nos sustentando. Podemos confiar em sua fidelidade e em seu poder para nos auxiliar em tempos difíceis.

Ainda em tempos de adversidade, Tiago 1:2-4 nos encoraja a considerar as tribulações como motivo de alegria. Parece contraditório, mas a Bíblia nos ensina que as dificuldades que enfrentamos têm o poder de nos moldar e nos tornar mais perseverantes. A fé em Deus nos permite enxergar além das circunstâncias presentes, confiando que Ele está trabalhando em nós e através de nós.



Além disso, em 2 Coríntios 4:16-18, somos encorajados a não nos deter nas adversidades momentâneas, mas a fixar nossos olhos na eternidade. “Por isso não desanimamos; pelo contrário, mesmo que o nosso homem exterior se corrompa, contudo, o nosso homem interior se renova de dia em dia. Porque a nossa leve e momentânea tribulação produz para nós eterno peso de glória, acima de toda comparação, não atentando nós nas coisas que se veem, mas nas que se não veem; por que as que se veem são temporais, e as que se não veem são eternas.” Esses versículos nos lembram que, apesar das adversidades, nossa fé em Deus nos conduz a uma esperança duradoura e a uma recompensa eterna.

Ainda neste assunto, vamos aprender mais sobre fé com alguns dos mais conhecidos textos e histórias da Bíblia Sagrada.

Por exemplo: Abraão é uma das figuras mais importantes da Bíblia e um exemplo inspirador de fé para todos nós. Em Hebreus 11:8-12, podemos ver claramente como a fé de Abraão o levou a fazer coisas extraordinárias e confiar em Deus em todas as circunstâncias. Neste tópico, vamos explorar o exemplo de fé de Abraão e o que podemos aprender com ele.

Abraão foi um dos primeiros patriarcas do Antigo Testamento e é considerado um dos pais fundadores do povo de Israel. Ele nasceu em Ur, na Caldéia, e foi chamado por Deus para deixar sua terra e ir para um lugar que ele nunca havia visto antes. Abraão confiou em Deus e obedeceu a sua voz, tornando-se um exemplo de fé para todos nós.

## **A fé de Abraão o levou a agir**

Quando Deus o chamou para sair de Ur, Abraão confiou em sua voz e partiu para uma jornada desconhecida. Ele não sabia para onde estava indo ou o que iria encontrar, mas confiou em Deus e seguiu em frente.

## **A fé de Abraão o levou a perseverar**

Ele enfrentou muitos obstáculos ao longo de sua jornada, incluindo a esterilidade de sua esposa Sara e a necessidade de confiar em Deus para ter um filho. Mesmo assim, Abraão nunca perdeu a esperança ou a fé em Deus. Ele continuou acreditando em Deus e perseverando em sua jornada de fé.

## **A fé de Abraão o levou a confiar em Deus**

Abraão acreditou que Deus o havia chamado para uma jornada e confiou em sua voz para guiá-lo. Ele confiou em Deus para prover um filho, mesmo quando parecia impossível. Abraão sabia que Deus era fiel e que podia confiar nele em todas as circunstâncias.

## **A fé de Abraão o tornou justo**

Em Gênesis 15:6, lemos que “Abraão creu no Senhor, e isso lhe foi imputado para justiça.” Abraão foi justificado pela sua fé em Deus, e não pelas suas obras. Ele sabia que a salvação vinha pela fé e não pelas suas próprias ações.

## **A fé de Abraão foi testada**

Em Gênesis 22, lemos como Deus pediu a Abraão que sacrificasse seu filho Isaque como prova de sua fé. Abraão confiou em Deus e obedeceu, mas Deus parou o sacrifício no último momento. Este teste de fé foi um exemplo poderoso da confiança de Abraão em Deus e sua disposição de obedecer a sua vontade, mesmo quando não entendia completamente

## **O que podemos aprender com o exemplo de fé de Abraão?**

O exemplo de fé de Abraão nos ensina muito sobre como podemos crescer em nossa própria fé. Abaixo estão algumas lições importantes que podemos aprender com o exemplo de Abraão:

**Confie em Deus:** Abraão confiou em Deus, mesmo quando as circunstâncias pareciam impossíveis. Podemos aprender a confiar em Deus em todas as áreas de nossas vidas, sabendo que Ele é fiel e capaz de nos guiar.

**Aja pela fé:** A fé de Abraão o levou a agir e seguir em frente, mesmo sem saber o que o futuro reservava. Podemos aprender a agir pela fé, confiando que Deus está nos guiando em nossas jornadas.

**Persevere:** Abraão enfrentou muitos obstáculos, mas nunca perdeu a esperança ou a fé em Deus. Podemos aprender a perseverar em nossas próprias jornadas de fé, sabendo que Deus está sempre conosco.



Busque a justiça pela fé: Abraão foi justificado pela sua fé em Deus, e não pelas suas próprias obras. Podemos aprender a buscar a justiça pela fé, sabendo que somos salvos pela graça de Deus e não por nossas próprias ações.

Obedeça a Deus: Abraão estava disposto a obedecer a Deus, mesmo quando não entendia completamente suas instruções. Podemos aprender a obedecer a Deus em todas as áreas de nossas vidas, sabendo que Ele tem o melhor para nós.

Sabemos que nossa fé deve está fundamentada e centralizada em Cristo Jesus. Somos sabedores que de fato somente Deus pode fazer tudo que o homem já pode fazer, por este motivo sabemos que não há mais nada é nem ninguém que possa ser maior e mais Soberano que nosso Deus Pai.

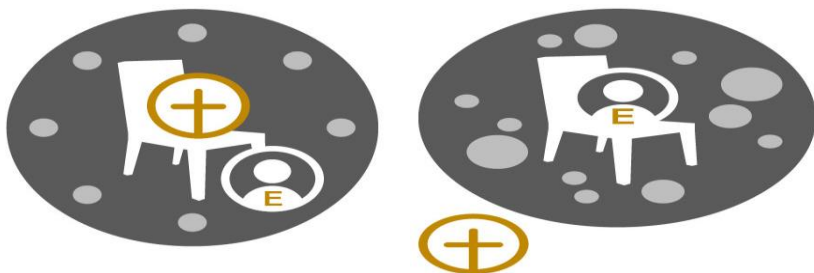
O que é preciso para se iniciar um relacionamento com Deus? Esperar que um raio caia? Devotar-se a obras de caridades em diferentes religiões? Tornar-se uma pessoa melhor para ser aceita por Deus? Nada disso. Deus deixou muito claro na Bíblia como podemos conhecê-lo. Aqui estão Quatro Princípios que irão explicar como você pode iniciar um relacionamento pessoal com Deus, agora mesmo...

### **Convite pessoal**

Cristo afirma: “Eis que estou à porta e bato. Se alguém ouvir a minha voz, e abrir a porta, entrarei...”

Receber a Cristo implica arrependimento, significa deixar de confiar em nossa capacidade para nos salvar, crendo que Cristo é o único que pode perdoar nossos pecados. Apenas saber que Jesus Cristo é o Filho de Deus e que morreu na cruz pelos nossos pecados, não é suficiente. É necessário receber a Cristo pela fé, por meio de uma decisão pessoal.

Há dois círculos representando dois tipos de vida: A vida controlada pelo “eu.” O “eu” no centro da vida. Cristo fora da vida. Interesses controlados pelo “eu”, geralmente, causando discórdias e frustrações.



A vida controlada por Cristo. Cristo no centro da vida. O “eu” fora do centro. Interesses controlados por Cristo, resultando em harmonia com o plano de Deus.

### **Descubra como:**

- Receber a vida eterna;
- Receber o perdão de Deus.

## **A fé pode mudar o plano de Deus?**

A resposta curta é que nada pode mudar o plano perfeito e soberano de Deus. No entanto, Deus pode e dá o dom da fé e trabalha através dela em indivíduos para realizar o seu plano. Assim, da nossa perspectiva humana, muitas vezes parece que o nosso exercício de fé muda a maneira como Deus age.

Por exemplo, Jesus às vezes curava pessoas e dizia: “A tua fé te salvou.” (Mateus 9:22; Lucas 17:19). Em Marcos 6:1–6 e Mateus 13:53–58, Jesus está ensinando em Sua cidade natal, Nazaré, e os moradores O rejeitam. Marcos diz: “Não pôde fazer ali nenhum milagre, senão curar uns poucos enfermos, impondo-lhes as mãos. Admirou-se da incredulidade deles. Contudo, percorria as aldeias circunvizinhas, a ensinar.” (Marcos 6:5–6). Assim, a Bíblia contém exemplos de Deus agindo (ou não agindo) em resposta direta à fé das pessoas (ou falta dela). A fé de um indivíduo muda o plano de Deus? Do ponto de vista humano, parece que Jesus, Deus Filho, fez algo diferente com base no nível de fé em outra pessoa. No entanto, da perspectiva de Deus, Ele já sabia a quem curaria e a quem não curaria. Nesse sentido, o plano de Deus não foi alterado.

A dificuldade com a questão de saber se a fé muda o plano de Deus toca na questão mais ampla da vontade de Deus e da escolha humana. Deus conhece todas as coisas, e Ele tem um plano perfeito. No entanto, Ele também ordena que as pessoas façam certas coisas, cumprindo assim o seu plano por meio dos humanos. Além disso, Deus permitiu que o pecado entrasse no

mundo e permite o sofrimento ainda hoje. Essas coisas não fazem parte da vontade por decreto de Deus, mas são parte da sua vontade permissiva. O plano final de Deus para a humanidade e o caminho que Ele deve seguir para realizar esse plano são muito maiores e mais complexos do que possamos compreender. Há espaço tanto para os mandamentos de Deus para nós quanto para a sua presciência de como responderemos aos seus mandamentos.

Jesus ensinou: “Em verdade vos digo que, se tiverdes fé e não duvidardes.... Se a este monte disserdes: Ergue-te e lança-te no mar, tal sucederá.” (Mateus 21:21). A fé é extremamente importante em nossa caminhada com Deus (Hebreus 11:6). Mesmo uma pequena quantidade de fé pode realizar grandes coisas – não porque a fé seja um poder especial que possuímos, mas porque o objeto da nossa fé, o próprio Deus, é todo-poderoso, e Ele nos pede para confiarmos nEle.

A fé também é importante na salvação, mas mesmo a fé que nos salva não muda o plano de Deus. Deus nos escolheu em Cristo antes da fundação do mundo (Efésios 1:4), e nós recebemos a fé como um dom (Efésios 2:8-9).

Após a salvação, continuamos a andar pela fé (2 Coríntios 5:7). E essa caminhada de fé continua a cumprir o plano de Deus: “Pois somos feitura dele, criados em Cristo Jesus para boas obras, as quais Deus de antemão preparou para que andássemos nelas.” (Efésios 2:10). Do começo ao fim, o plano de Deus acontece, pois Ele usa pessoas cheias do Espírito e cheias de fé para produzir o seu fruto no mundo.



Hebreus 11 é conhecido como o capítulo da fé. Esta passagem fornece vários exemplos de personagens bíblicos que viveram para Deus pela fé. O autor de Hebreus enfatiza seus exemplos como modelos positivos para seguirmos. Apesar de suas muitas lutas e dificuldades, esses indivíduos mostraram que Deus estava trabalhando por meio da sua fé de maneiras que mudaram suas próprias vidas e o curso da história. Hebreus 11:30 descreve brevemente um evento na vida de Josué: “Pela fé, ruíram as muralhas de Jericó, depois de rodeadas por sete dias.” A fé de Josué mudou o plano de Deus? A marcha do exército finalmente persuadiu Deus a agir no sétimo dia? Ou Deus já tinha planejado derrubar os muros de Jericó o tempo todo? A resposta bíblica é que era a vontade soberana de Deus conquistar Jericó, e Ele usou um homem fiel e um povo obediente para realizar o Seu desígnio.

A fé não muda o plano final de Deus, mas é uma parte essencial da vida cristã (2 Coríntios 4:8). A fé abrange como conhecemos a Deus, como vivemos para Ele e como o compartilhamos com os outros.

Você pode se perguntar: mas será que Deus leva em consideração os meus sonhos? Ele sabe que almejo tanto determinada coisa? Sim. Deus conhece seu coração, sabe dos seus desejos e objetivos e é por isso que Ele supera aquilo que pedimos e planejamos. Porque Ele sabe o que é melhor.

“Porque os meus pensamentos não são os pensamentos de vocês, e os caminhos de vocês não são os meus caminhos, diz o SENHOR.”

(Isaías 55:8)

Os planos de Deus para nós são símbolos do seu amor. Confiar na vontade dEle faz com que os desafios pareçam mais fáceis, pois Ele vai estar sempre à frente para nos ajudar e direcionar nossos passos. É isso que escreveu o sábio Salomão. Você “traça o seu caminho, mas o Senhor lhe dirige os passos.” (Provérbios 16:9). A vontade divina deve ser nossa guia nesse mundo escuro, negá-la é o mesmo que ficar sem direção.

Tenha certeza daquilo que você que saiba mais ler para sua vida, mas nunca se esqueça de que fazer planos com Deus é muito melhor. Quem acredita em Deus não permite que seu coração seja abalado pela derrota, pois sabe que os planos dele são muito melhores que os nossos. As palavras de Jó dirigidas ao Senhor são muito oportunas neste momento:

“Então Jó respondeu ao SENHOR e disse: ‘Bem sei que tudo podes, e nenhum dos teus planos pode ser frustrado. Tu perguntaste: Quem é este que, sem conhecimento, encobre os meus planos? Na verdade, falei do que eu não entendia, coisas que são maravilhosas demais para mim, coisas que eu não conhecia. Disseste: Escute, porque eu vou falar; farei perguntas, e você me responderá. Eu te conhecia só de ouvir, mas agora os meus olhos te veem.’”

(Jó 42:1–6)

Então, você está pronto para viver os sonhos de Deus? Ore a Ele pedindo sua direção, pois Ele “é poderoso para fazer infinitamente mais do que tudo o que pedimos ou pensamos, conforme o seu poder que opera em nós.” (Efésios 3:20).





## ONDE PODEMOS ENCONTRAR DEUS?

**E**sta, dentre outras perguntas, nos faz parar para refletir, gerando mais algumas perguntas. Por isso, vamos ver algumas pesquisas e nos aprofundar nas sagradas escrituras sobre este tema, que com certeza irá impactar nossa vida.

A certeza de que Deus existe, para o cristão, é o maior sinal de sua fé. Pensando nisso, sabemos que, de fato, somente Ele é capaz de fazer aquilo que qualquer outro homem não será capaz de fazer. Assim, veremos alguns assuntos que nos mostrarão, através das escrituras, que Deus vai nos ajudar e nos ensinar, por sua poderosa Palavra.

Deus é o ser supremo, Criador de todo o universo. Ele não tem princípio nem fim, sabe todas as coisas, tem poder para fazer tudo. Deus é espírito, não tem limitações físicas. Deus é amor. Deus é pessoal.

Ao mesmo tempo, é possível conhecê-lo, mas também é impossível compreendê-lo de todo, pois Ele é muito maior e mais complexo que nós. A Bíblia é a revelação de Deus sobre quem Ele é.

## Como é Deus

As Escrituras nos dizem que Deus é amor, eterno, Santo, Todo-Poderoso, é o sustentador de todas as coisas. Apesar da sua soberania, poder e santidade, Deus deseja se relacionar com as pessoas, se comunicando através da sua Palavra.

Deus é um Deus acessível. Ele é o Deus pessoal e amoroso que Deus se manifestou no mundo através da pessoa de Jesus Cristo e continua presente com os que creem, através do seu Espírito Santo. Veja outras características:

### Deus é amor

Ele sabe tudo que você está passando e quer ajudar. Seu amor não se ganha nem se merece, é incondicional (1 João 4:10). Isso significa que o amor de Deus não depende de você. Ele te ama mesmo se você não acredita que Ele existe! Deus quer que você o ame. Mas ninguém pode forçar outra pessoa a amá-lo. Isso seria uma imposição cruel, mas o amor é uma decisão pessoal.

Deus decidiu nos amar (Mateus 3:16). E Ele também deu a você uma escolha: amá-Lo ou não. Se você não escolher segui-lo nem o amar, Ele deixa você ir e seguir sua vida sem Ele. Mas se você mudar de ideias, Deus está sempre pronto para te receber de

braços abertos, como o Pai do filho pródigo (Lucas 15:20).

## **Deus é Espírito**

Baseado em 2 Coríntios 3:17, Ele não é material nem visível. Mas podemos ter algum vislumbre do Senhor a partir do que lemos em (Gênesis 1:26), que nós fomos feitos conforme a sua imagem e semelhança.

## **Deus é 3 pessoas (Pai, Filho e Espírito Santo)**

Deus é o único ser existente em 3 pessoas distintas e verdadeiras: Pai, Filho e Espírito Santo (Mateus 28:19). São iguais em poder e glória e os mesmos em substância e essência.

## **Deus é Santo**

Deus é majestosamente Santo (Isaías 6:3). Ele é impecável e não há nada de ruim em Deus. Ele é totalmente puro e separado do mal. Por isso também nos convida a sermos santos como Ele é (1 Pedro 1:15-16; Salmos 77:13).

## **Deus tem personalidade**

Ele ama, se alegra, fica triste, se zanga. Deus é criativo, tem sentido de humor e imaginação. Nós fomos criados à imagem de Deus, ou seja, a nossa capacidade racional e moral (coisas que outros animais não têm) são um reflexo da razão e moralidade de Deus (Gênesis 1:27).

## **Deus é um só**

Só existe um Deus, mas Ele se manifesta em três maneiras diferentes: Pai, Filho e Espírito Santo. A isso chamamos de Trindade. Não há outro Deus, Ele é único e todas as coisas estão sujeitas a Ele (Mateus 28:18-19).

## **Deus é infinito**

Ele sempre existiu e o seu tamanho é impossível de medir. Deus inventou o tempo e o espaço. Ele não está limitado por eles e já existia quando não havia tempo e espaço.



## **Deus é Todo-Poderoso**

Ele criou tudo o que existe no universo, cada detalhe. É por isso que o universo funciona de maneira tão perfeita, tudo tão complexo seguindo regras exatas (Isaías 40:28).

## **É o Deus vivo**

Deus é invisível, mas real (Jeremias 10:10). Ele não está inativo ou inoperante, mas vive e reina eternamente (Hebreus 10:31).

## **Deus vê tudo e sabe tudo**

Como não está limitado, Ele consegue ver tudo o que aconteceu, está acontecendo e vai acontecer em simultâneo.

## **Deus é perfeito**

Ele não falha, não erra, não faz coisas ruins e não muda. Nós mudamos com o tempo, temos novas experiências e mudamos de opinião, mas Deus é constante na sua perfeição. Podemos sempre confiar nEle (Hebreus 13:8).

## Posso conhecer Deus?

Sim, você pode conhecer Deus. Para nós é muito difícil entender o que Deus é, quem Deus é e como Deus é, por isso Ele decidiu revelar-se a nós de uma forma que dá para compreender. Deus se tornou num homem, Jesus Cristo. Ele viveu com outras pessoas como eu e você e provou que podemos conhecê-lo pessoalmente (João 1:14). Não é difícil, basta querer ser seu amigo e pedir perdão por rejeitá-lo. Deus também nos deixou a Bíblia, um livro todo que fala sobre Ele. Se você quer saber mais sobre Deus, leia a Bíblia.

Sem sombra de dúvidas a Bíblia Sagrada foi, é e sempre será o maior e melhor manual de instruções para toda humanidade.

Deus quer de nós adoração e amor. Todos nós fomos criados para viver em amor e louvar e adorar a Deus (Efésios 1:6). Mas, infelizmente, não só nós, mas toda a criação deixou de glorificá-Lo e de reconhecê-Lo como Deus (Romanos 1:21).

Ele também quer que vivamos de maneira santa e irrepreensível diante Dele (Efésios 1:4). Com a nossa natureza pecaminosa fazemos tudo aquilo que O entristece e desagrada. O homem cada vez mais se afasta do plano original Dele. Mas, quando o amor de Deus está em nossos corações, podemos fazer a vontade de Deus.

## **Amar a Deus**

O maior mandamento na Bíblia é amar a Deus sobre todas as coisas (Mateus 22:37-38). O amor agrada a Deus. Sem amor, nada do que fazemos tem valor. Somente quando amamos a Deus e vivemos em amor é que podemos fazer o que Deus quer.

### **Como voltar a fazer o que Ele quer, como era no início?**

Por causa do nosso pecado, a nossa tendência é agradar-nos a nós mesmos, os nossos desejos. Deus quer que todo o homem reconheça o seu estado pecaminoso e volte a ter uma relação pessoal com Ele, como era antes, desde o princípio, onde Adão glorificava-o e o amava. E isso só é possível por meio de Jesus Cristo. Por isso, é preciso:

Viver em novidade de vida, e de acordo com o que Ele planejou;

- ✓ Reconhecer que só Ele é Deus – Êxodo 20:2-5;
- ✓ Guardar os Seus mandamentos – João 14:21;
- ✓ Amar uns aos outros – João 15:12;
- ✓ Confessar a Cristo em nossos corações e o santificarmos – 1 Pedro 3:15;
- ✓ Propagar as Boas Novas de Salvação;

- ✓ Andar de acordo com o que fomos chamados – Efésios 4:1-2.

A lista parece grande, mas é o que a sua Palavra nos diz e pede para fazermos. Agradá-lo parece muito difícil, devido a quem somos e do que somos feitos, mas é um processo. Porém, o desejo de agradá-lo deve ser constante e real em nossas vidas. Deus nos ajuda a fazer o que é certo.

A vontade de Deus é trazer salvação. Deus nos ama e quer o melhor para nós. Sua vontade é boa e perfeita. Pela vontade de Deus, Jesus morreu e ressuscitou para dar vida eterna a todo aquele que crer.



Aquele que ama a Deus procura fazer a sua vontade. Devemos orar a Deus, pedindo que Ele nos ensine sua vontade. A vontade de Deus é que vivamos

de maneira santa, fazendo o bem e sendo gratos. Quem faz a vontade de Deus é abençoado.

Veremos alguns exemplos de textos bíblicos que podem nos ajudar a compreender melhor o que de fato Deus quer realmente de nós.

“Todo aquele que o Pai me der virá a mim, e quem vier a mim eu jamais rejeitarei. Pois descí dos céus, não para fazer a minha vontade, mas para fazer a vontade daquele que me enviou. E esta é a vontade daquele que me enviou: que eu não perca nenhum dos que ele me deu, mas os ressuscite no último dia. Porque a vontade de meu Pai é que todo aquele que olhar para o Filho e nele crer tenha a vida eterna, e eu o ressuscitarei no último dia.”

João 6:37-39

“Teria eu algum prazer na morte do ímpio? Palavra do Soberano, o Senhor. Ao contrário, acaso não me agrada vê-lo desviar-se dos seus caminhos e viver?”

João 6:37-40

“E nos revelou o mistério da sua vontade, de acordo com o seu bom propósito que ele estabeleceu em Cristo, isto é, de fazer convergir em Cristo todas as coisas, celestiais ou terrenas, na dispensação da plenitude dos tempos.”

Ezequiel 18:23

“É muito importante o homem ter o contato com Deus, somente através de orações, leitura da palavra podemos se aproximar verdadeiramente de Deus.”

Efésios 1:9-10

“Nem todo aquele que me diz: ‘Senhor, Senhor’, entrará no Reino dos céus, mas apenas aquele que faz a vontade de meu Pai que está nos céus.”

Mateus 7:21

“Tenho grande alegria em fazer a tua vontade, oh, meu Deus; A tua lei está no fundo do meu coração.”

Salmos 40:8

“Vocês, orem assim: Pai nosso, que estás nos céus! Santificado seja o teu nome. Venha o teu Reino; seja feita a tua vontade, assim na terra como no céu.”

Mateus 6:9-10

“Ele se afastou deles a uma pequena distância, ajoelhou-se e começou a orar: Pai, se queres, afasta de mim este cálice; contudo, não seja feita a minha vontade, mas a tua.”

Lucas 22:41-42

“Esta é a confiança que temos ao nos aproximarmos de Deus: se pedirmos alguma coisa de acordo com a vontade de Deus, ele nos ouvirá. E, se sabemos que ele nos ouve em tudo o que pedimos, sabemos que temos o que dele pedimos.”

1 João 5:14-15

“Quem é minha mãe, e quem são meus irmãos?”, perguntou ele. Então olhou para os que estavam assentados ao seu redor e disse: “Aqui estão minha mãe e meus irmãos! Quem faz a vontade de Deus, este é meu irmão, minha irmã e minha mãe.”

Marcos 3:33-35

“Porque Deus nos escolheu nele antes da criação do mundo, para sermos santos e irrepreensíveis em sua presença. Em amor nos predestinou para sermos adotados como filhos, por meio de Jesus Cristo, conforme o bom propósito da sua vontade, para o louvor da sua gloriosa graça, a qual nos deu gratuitamente no Amado.”

Efésios 1:4-6

“E orou: Senhor, Deus de Israel, não há Deus como tu em cima nos céus nem embaixo na terra! Tu que guardas a tua aliança de amor com os teus servos que, de todo o coração, andam segundo a tua vontade.”

1 Reis 8:23

Para se aproximar de Deus, é importante entender que isso depende de nós. Não existe uma fórmula mágica, mas algumas coisas são muito importantes para que a presença de Deus esteja conosco.

## **1. Ore: fale com Deus**

Em todo relacionamento deve haver muita conversa e Deus quer conversar conosco. Orar é falar com Deus. Mais do que fazer apenas pedidos, abra o seu coração, compartilhe com Ele seus sonhos, os seus medos, Ele é o seu melhor amigo.

Esse ato de confiança é uma demonstração de fé e de aproximação. Só nos abrimos com quem confiamos. Através da oração criamos intimidade com Ele. Como todo relacionamento, a conversa aumenta o elo de cumplicidade e confiança.

Dica: Separe um momento do seu dia para orar. Fale com Ele sobre o seu dia e como se sente. Clame pela sua presença, peça para ouvir a sua voz. Se não sabes falar com Deus, veja como orar e falar com Deus.

## **2. Estude a Bíblia Sagrada**

A Bíblia é a Palavra de Deus! Todas as palavras ali contidas foram registradas para edificar a nossa fé e nos guiar a vida eterna. Ler a Bíblia é uma forma de



conhecer a Deus e seus desígnios. Quanto mais lemos a Bíblia, mais nos aproximamos de Deus. Com a Bíblia conhecemos mais de Deus e mais de nós mesmos.

**Dica:** Programe-se para ler a Bíblia. Essa é uma forma organizada de ler e conhecer mais a Deus.

Nosso Deus é vivo e quer que nos relacionemos com Ele, essa condição é primordial. Não devemos tratar Deus com apatia, como se fosse apenas uma figura distante. Na Bíblia, vemos como Deus se relaciona com seu povo, como Ele se alegra e até mesmo fica triste. Sentimentos são frutos de relacionamento, por isso, devemos correspondê-lo.



### 3. Pratique a Palavra de Deus

A Bíblia é mais que um conjunto de livros, é um guia prático para todo cristão. Todo o conhecimento que recebemos de Deus é para ser colocado em prática. Do que adianta sabermos sobre o amor de Deus, se não

amamos? Através da Bíblia, recebemos conselho e instrução para a nossa conduta diária.

Quando obedecemos à Palavra de Deus, estamos nos aproximando verdadeiramente dele. Como Cristo disse em João 14:15: “Se vocês me amam, obedecerão aos meus mandamentos.” Se guardamos a Palavra, amamos a Deus.

**Dica:** Depois de toda leitura bíblica, reflita sobre que efeito prático a mensagem teve para você. A Palavra de Deus nunca volta vazia.

#### 4. Aproxime-se dos irmãos em Cristo

Como se aproximar de Deus sem fazer parte do seu corpo? Não dá. Quando estamos em comunhão com os irmãos, Deus se faz presente. Jesus disse em Mateus 18:20 que “onde se reunirem dois ou três em meu nome, ali eu estou no meio deles.” Estar em comunhão é estar com Deus.

**Dica:** Procure uma igreja, faça parte do corpo de Cristo. Nada mais perto de Deus do que ir a sua casa!

## 5. Aproxime-se do próximo

Do que adianta amar a Deus, os seus irmãos, se não amamos o próximo? Jesus disse em Marcos 12:30-31, que amar a Deus e amar ao próximo eram os maiores mandamentos. Se não amarmos o próximo, que vemos, como amar a Deus, que não vemos?

Não devemos amar o pecado, mas devemos ter compaixão do pecador. Um dia estivemos nessa condição. Quando ajudamos o próximo, estamos nos aproximando de Deus, pois estamos obedecendo aos seus mandamentos.

**Dica:** Tenha um coração disposto a ajudar. Tudo que fizer, faça como para Deus. Ame, pois você é amado.

## 6. Evite o pecado

Buscar a Deus está totalmente condicionado a se afastar do pecado. Conforme nos santificamos, nos aproximamos Dele. Por isso, se aproximar de Deus está diretamente ligado a processo de amadurecimento espiritual. Quando nos afastamos da mentira, dos excessos, da infidelidade, da inveja, a ira, da cobiça, nos aproximamos de Deus.

## 7. Pratique a gratidão

Quando deixamos de agradecer a Deus, estamos esquecendo tudo o que Ele já fez por nós. Só a Salvação já é motivo de gratidão eterna, por isso, é importante trazermos a memória tudo o que o Senhor já fez por nós. Seja grato: um coração agradecido atrai o coração de Deus.

## 8. Evite a frieza espiritual

Ficamos frios espiritualmente quando perdemos o interesse nas coisas de Deus. Isto é um sinal grave e perigoso. Quando perdemos a vontade de nos aproximarmos de Deus, estamos num processo de desvio. Se está nessa condição, procure por ajuda, fale com um irmão sobre este desinteresse e esfriamento espiritual.

Fale sinceramente com Deus, peça a sua provisão, Ele quer você perto dele! A passagem de Atos 3, onde trazem até Pedro e João um coxo que estava procurando por esmolas.

Esse homem trazido até eles pede algumas moedas, e é curado. No último texto eu falei sobre os apóstolos terem direcionado os olhos daquele homem para Deus. Hoje quero falar sobre o que ele buscava quando foi até eles.

“O qual, vendo a Pedro e a João que iam entrando no templo, pediu que lhe dessem uma esmola...”

Atos 3:3

A intenção daquele homem era receber uma ajuda para aquele momento. Algo que permitisse que ele se alimentasse naquele dia. E então, provavelmente, no dia seguinte ele estaria naquele mesmo lugar buscando novamente por suprimento para aquele novo dia e assim por diante.

Em nossas vidas nós também procuramos por soluções que acreditamos que resolveriam nossos problemas, mas na verdade só estão nos mantendo em um mesmo lugar, num ciclo vicioso. Se Pedro e João tivessem dado ao homem uma esmola, a vida dele continuaria a mesma. Ele continuaria achando que tudo bem ele viver daquele jeito, que a vida não tinha mais esperança, que ele realmente não poderia ir atrás de uma vida mais digna e que estar naquele lugar traria a provisão que ele precisava.

“E disse Pedro: Não tenho prata nem ouro...”  
(Atos 3:6).

É nesse momento do “não” de Deus que agimos como crianças mimadas. Ficamos tristes e fazemos birra porque Deus não nos deu o que pedimos e quando pedimos. O fato é que às vezes não nos damos conta de que pedimos algo pequeno e momentâneo. Isso acontece

Porque temos a visão do agora, e transferimos essa visão para Deus, limitando o que Ele enxerga em nossas vidas.

Quando olhamos o caminho de uma formiga, nós conseguimos ver onde ela está, por onde ela passou e o caminho que está à frente dela. Mas a formiga só consegue enxergar onde ela está, porque ela é pequena e conseqüentemente a visão dela sobre tudo também é.

Com essa visão total, você facilmente poderia dizer à formiga: “Pequena, não vá por aí, aquela direção é melhor, tem mais oportunidades no caminho.” Claro que isso nem se compara ao conhecimento que o Pai tem sobre o que se passou, o hoje e o porvir. Mas quero que você entenda melhor como a visão de Deus é completa.

“[...] Mas o que tenho isso te dou. Em nome de Jesus Cristo, o Nazareno, levanta-te e anda.”

Atos 3:6

Deus não quer te dar uma ajudinha. Ele não quer resolver o seu problema agora de forma rápida e simples, te deixando entrar em um ciclo vicioso de resolver o hoje e voltar à estaca zero todas as manhãs. Ele quer te dar uma solução permanente.

Talvez o coxo entendesse aquela ajuda momentânea como uma solução permanente. Um pouco contraditório, não?

Mas isso acontece com frequência em nossas vidas. Esse trecho da passagem eu leio como se fosse

o próprio Deus falando através daqueles homens: “Olha, filho. O que você me pediu Eu não tenho... porque para você Eu tenho muito mais!”

Não foque no “não” que você ouve de Deus. Entenda que é através dessa negativa que Ele está preparando um “sim” lindo, feito sob medida para você, algo que vai mudar sua caminhada por completo, não apenas a hora do seu almoço hoje.

“Visto como o seu divino poder nos deu tudo o que diz respeito à vida e piedade, pelo conhecimento daquele que nos chamou pela sua glória virtude. Pelas quais ele nos tem dado grandíssimas e preciosas promessas, para que por elas fiquéis participantes da natureza divina...”

2 Pedro 1:3-4

Nesse exemplo vemos que Deus sempre tem o controle de tudo e nossas vidas.





# COMO ACHAR O ANTÍDOTO PARA A CURA DA ALMA?

---

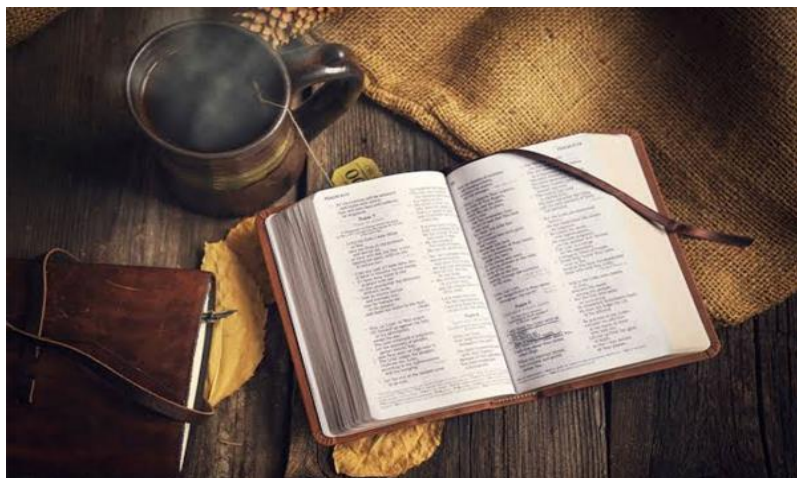
**A** cura da alma é a paz que Deus nos dá em meio aos momentos difíceis, como perdas e dores mentais. É a certeza de consolo e paz em meio às dificuldades: “Deixo a paz a vocês; a minha paz dou a vocês. Não a dou como o mundo a dá. Não se turbe o seu coração, nem tenham medo.” (João 14:27).

Vivemos em nossa sociedade tempos muito difíceis. As notícias, em sua maioria, consomem a nossa atenção e a nossa saúde. São guerras, fome, doenças, depressão, angústia e violência, tudo caminha confirmando o cenário profético previsto pela Bíblia, firmando a sua veracidade.

Está escrito: “Sabe, porém, isto: que nos últimos dias sobrevirão tempos trabalhosos. Porque haverá homens amantes de si mesmos, avarentos, presunçosos, soberbos, blasfemos, desobedientes a pais e mães, ingratos, profanos, Sem afeto natural, irreconciliáveis, caluniadores, incontinentes, cruéis, sem amor para com os bons, traidores, obstinados, orgulhosos, mais amigos dos deleites do que amigos de Deus, Tendo aparência de piedade, mas negando a eficácia dela. Destes afasta-te.” (2 Timóteo 3:1-5).

Este texto foi escrito pelo apóstolo Paulo no ano 64 d.C., mas revelam a realidade de um tempo complexo, cuja bússola aponta sempre para o tempo do fim. O capítulo 24:12 do livro do evangelho de Mateus afirma: “Devido ao aumento da maldade, o amor de muitos esfriará.”

Este cenário reflete nitidamente na saúde mental de todo ser humano, um grande conflito espiritual nos impacta diariamente. São centenas de milhares de pessoas em busca de cura mental, pessoas que estão buscando respostas para suas dores e um pouco de paz. E se você é uma destas pessoas, você está no lugar certo. Aqui você encontrará a cura para a sua alma ferida através de versículos da palavra de Deus.



Cura interior é um processo em que a ação do Espírito Santo sara as feridas da alma. Essas feridas têm sua origem em algum fato ruim do passado e a cura

oferece a oportunidade de o cristão restaurar-se e viver todo seu potencial. Esse processo tem contribuído para libertação de muitas pessoas e começa quando se toma uma atitude de reação contra os problemas interiores que aprisionam a mente e o comportamento.

Deus realiza uma obra completa, mas há crentes que ainda não descobriram isso. Todo ser humano tem uma história de vida e o que já fizeram contra você produziu feridas interiores que precisam ser saradas.

Somos a melhor pessoa para ajudar a nós mesmos. Se procurarmos ajuda em Deus, encontraremos, mas é preciso extrair forças de onde, aparentemente, não existem mais. É o Momento de ser tão forte como nunca foi, pois quem lhe fortalece é o Senhor: “faz forte ao cansado e multiplica as forças ao que não tem nenhum vigor”, Isaías 40:29. É sobre isso que conversaremos a partir de agora.

Cura interior é a cura do nosso homem interior: da mente, emoções, lembranças desagradáveis, sonhos. É o processo pelo qual, por meio da oração a Deus Pai, em nome do seu filho Jesus Cristo, somos libertos de sentimentos de ressentimento, rejeição, auto piedade, depressão, culpa, medo, tristeza, ódio, complexo de inferioridade, autocondenação etc.

Em Romanos 12:2, lemos o seguinte: “E não vos conformeis com este século, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente...”

A cura interior é a renovação de nossa mente, é a cura das feridas emocionais, e é o processo da conscientização da nossa situação. Certas áreas da

nossa vida precisam de um toque especial do Espírito Santo de Deus.

O ser humano é composto por três elementos:- corpo, alma, espírito. O corpo é o elemento pelo qual contactamos o mundo físico, ele é matéria, e precisamos dele no mundo material, recebemos um corpo para podermos viver nesta terra; Já a alma é o elemento com o qual contactamos a humanidade. É a sede da inteligência, dos sentimentos, da vontade, e das emoções do homem, e nela ficam localizadas as lembranças boas e más; O espírito é o elemento com o qual nos comunicamos com a divindade, é o único que pode nos levar a Deus. “O vento sopra onde quer, e ouves a sua voz; mas não sabes donde vem, nem para onde vai; assim é todo aquele que é nascido do Espírito.” (João 3:3-8).

A Palavra de Deus é uma fonte extraordinária, porque trabalha no íntimo do ser humano, trazendo a cura para a alma. Hebreus 4:12 diz: “Porque a palavra de Deus é viva e eficaz, e mais cortante do que qualquer espada de dois gumes, e penetra até a divisão de alma e Espírito, e de juntas e medulas, e é apta para discernir os pensamentos e intenções do coração.”

A nossa alma se compõe de: sentimento, vontade, consciência, pensamento, nestas áreas somos feridos, somos agredidos por outros seres humanos, ficando assim com a mente ferida, doente.

As próprias famílias são uma das fontes que podem levar a pessoa a ter uma enfermidade na alma. A família é a espinha dorsal da estrutura da

personalidade do indivíduo, é o seu primeiro relacionamento e, portanto, a sua referência.

Antes mesmo de nascer, a criança já recebe como herança a influência de seus pais, e, com o tempo, outras influências se acumulam com a herança sociológica, a psicológica e a espiritual.

Isto significa que uma família pode transmitir boas influências a uma pessoa tornando a sua personalidade estruturada. Como pode também acontecer o contrário, transferir más influências e a pessoa adquirir personalidade desestruturada.

Inegavelmente, tanto no aspecto genético como no espiritual, nós somos o reflexo dos nossos parentes, com os quais convivemos. Quando temos um lar desestruturado, com certeza enfrentaremos alguns problemas quando adultos.

O ser humano é dotado de inteligência, de vontade própria, de sentimento e de livre-arbítrio, o que o torna responsável por suas próprias escolhas. A pessoa, por tomar decisões erradas na vida, por assumir procedimentos errados, pode atrair para si muitas doenças na área emocional, porque o remorso, o arrependimento e a culpa doem, e as consequências são inevitáveis.

"Por que se queixaria o homem vivente, o varão por causa do castigo dos seus pecados?"

Lamentações 3:39

O homem muitas vezes convive com o sentimento de insatisfação consigo mesmo. É o caso de pessoas que tentaram agradar seus pais com toda dedicação, mas nunca conseguiram.

Sempre ficavam aquém do resultado esperado, tiravam sete na prova, porém, tinha que ser um 10, arrumavam a cama do jeito que uma criança é capaz de arrumar, mas sempre lhe era exigido mais e nunca estava bom para o adulto. Isso os levava a sentimentos de incompetência, lhes fazendo lutar incansavelmente para serem os melhores, mas nunca conseguiam, e, por isso acabavam frustrados, desanimados e o faziam carregar um fardo enorme, causando uma ferida que precisa ser curada.

Algumas pessoas sofreram muitas mágoas, desejaram ser amadas, admiradas, mas só receberam desprezo, descaso, se tornaram pessoas muito sensíveis, por isso querem muita atenção. Ou então ela pode se tornar uma pessoa durona, autoritária, que camufla seus sentimentos, se esconde atrás de uma couraça, achando que o chorar ou o se emocionar são sentimentos negativos.

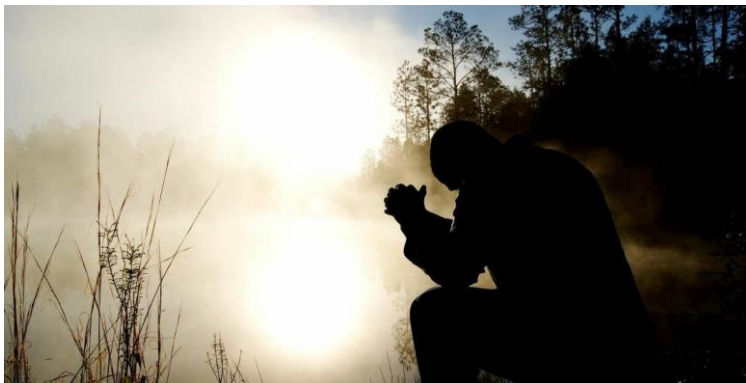
Muitas mágoas que nos ocorrem neste mundo são difíceis de serem definidas. Elas fazem parte da vida que levamos neste plano decaído. Muitas crianças são humilhadas, rejeitadas e depreciadas pelos seus próprios familiares.

Quando os sentimentos de ódio, raiva e medo são lançados numa mente infantil e ali infeccionam, tornando-se gangrena, e um dia chegam a afetar toda a personalidade, quando já adulto ela sofre por ter que

conviver com esta situação, que parece ter passado, mas na realidade está lá ainda guardada no fundo do seu arquivo, às vezes comentários que geraram medo e timidez.

Por não saber lidar com o perdão de Deus, as pessoas não conseguem perdoar a quem lhes causou algum mal. Por terem dificuldades de entender, compreender e receber a grandeza da graça de Deus, têm dificuldades de praticar a graça, de amar as pessoas. Não sabem receber e, conseqüentemente, não sabem dar!

Este tipo de pessoa vive amargurada, complexada, cheia de ódio, sentimentos de vingança, em relação àqueles que, na sua história de vida, lhe machucaram! Como não sabem vivenciar a graça, não conseguem viver com seus sentimentos de amor, de perdão, de renúncia, de tolerância. Todo ser humano tem problemas. Alguns são pequenos, fáceis de serem resolvidos.



Outros parecem que não têm tamanho, que nunca serão solucionados. Esses podem gerar consequências sérias e para a vida inteira. Seus efeitos podem atrapalhar um casamento, a profissão, a capacidade de aprendizado, relacionamento social e, principalmente, a vida espiritual. Então, livremo-nos deles.

Para tanto, observemos que há problemas do passado que não foram solucionados ou foram mal resolvidos, e hoje impedem de termos a vida abundante prometida por Jesus. Com o tempo, o problema parece que vira uma necessidade pessoal, e aí, a pessoa perde o controle da situação e até da trajetória de sua vida. Chegamos a pensar em desistir do Cristianismo, ou da vida. Aparentemente, é como se não houvesse solução.

Situações negativas não devem ter domínio sobre o percurso da vida de um cristão: “Lançando sobre ele toda vossa ansiedade, que ele tem cuidado de vós.” (1 Pedro 5:7).

Entenda que problemas não são necessidades. Fale com Deus sobre essas questões. Permita que o Espírito Santo sare as feridas de sua alma, quebre o jugo que pesa sobre seu pescoço e abra o caminho para a vida abundante (Fp 4:19; Sl 51:3).

Mais cedo ou mais tarde, todos passam pela experiência da lamentação. Os problemas geram lamentações, incertezas e palavras negativas, que são sementes ruins no dia a dia da vida Cristã.



Essa semeadura negativa produzirá consequências más (Provérbios 29:25), porque as palavras têm poder de condicionar a mente do ser humano e levá-lo à destruição: “A boca do insensato é a sua própria destruição, e os seus lábios, um laço para a sua alma.” (Provérbios 18:7).

Por isso, troque as lamentações pela oração.

Viver reclamando, dar a impressão de que nada vai bem, aparentar que a vida nunca foi boa, que as coisas sempre deram erradas, etc., são alguns tipos de lamentações e isso gera desarmonia em relação às coisas boas. O Senhor disse para Moisés: “Por que clamas a mim? Dize aos filhos de Israel que marchem.” (Êxodo 14:15).

O vocábulo hebraico *tsa’aq*, traduzido por ‘clamas’, é o mesmo que lamentação. Porque estavam reclamando da vida, esqueceram-se da promessa de libertação. Por isso, troque as reclamações pela oração.

A filosofia popular afirma que “o medo é a certeza da desgraça que está para acontecer, não tenha medo, pois ele pode dominar você.” O medo gera pavor, receio, insegurança, tensão, lamento.

Muitas vezes conosco isso também acontece. Porém, as lamentações acabam por afetar negativamente nosso mundo interior e nossa fé. A oração dá outra direção à vida do cristão. Em vez de continuar recuando, o Espírito Santo o fortalece, levando-o para frente, estimulando-o a continuar marchando. A oração toca o coração do Senhor, que sara nossas enfermidades (Salmos 103:1-5).

“Quando se aproximaram de Jesus, viram que o homem de quem haviam saído os demônios estava assentado aos pés de Jesus, vestido e em perfeito juízo, e ficaram com medo. Os que o tinham visto contaram ao povo como o endemoninhado fora curado.” (Lucas 8:35-36).

O exemplo do gadareno é um referencial poderoso de cura da alma, de cura e libertação. Ele vivia tão oprimido que a convivência com ele já era impossível. As feridas da alma o deixaram agressivo. Ele causava pânico nas pessoas, de tal maneira que destruía correntes e vivia nos sepulcros.

No entanto, o poder da palavra do Senhor Jesus Cristo foi suficiente para promover cura e libertação em sua alma ferida. A cura interior promovida pela poderosa palavra de Deus é conclusiva.

As pessoas que o viram após a cura e a libertação encontraram uma pessoa totalmente diferente. O desejo de Deus é promover a cura da alma ferida pela manifestação do seu poder, de sua bondade, de sua misericórdia.

## **Cura da alma através do perdão**

“Se perdoarem os pecados de alguém, estarão perdoados; se não os perdoarem, não estarão perdoados.”

(João 20:23)

Diversas pessoas estão precisando de cura interior por não conseguirem liberar perdão. É determinante que entendamos o conceito de perdão na Bíblia para ver quais os passos que devemos dar em busca da cura da alma através do perdão.

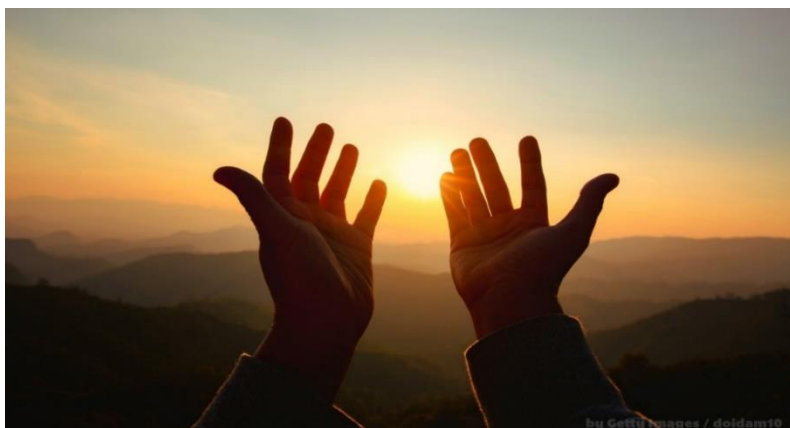
“Enviou-me a curar os quebrantados do coração, a pregar liberdade aos cativos, e restauração da vista aos cegos, a pôr em liberdade os oprimidos.” (Lucas 4:18–19). Deus não quer dar uma solução temporária para você, como somente a cura do seu físico ou só das emoções, mas uma cura total e permanente. Ele é um Deus completo.

Pode ser que você não entenda uma crise emocional que está tendo, por exemplo, mas com certeza ou ela está afetando sua vida espiritual e física ou ela foi gerada por uma delas. Assim é com todas nossas crises, como: material, da saúde ou santidade, relacional, na vida com Deus, emoções etc. Tudo o que você faz está ligado nas três dimensões.

Que Deus te dê sabedoria, não negligencie sua vida e cuidado com as emoções, físico e espírito. Lembre-se, Jesus levou sobre si todas as nossas dores e enfermidades. Nossa cura, conquistas, respostas e milagres são a nossa fé aplicada a palavra de Deus. Como o coxo que buscava a cura física, mas Jesus lhe trouxe a cura nas três dimensões.

A cura 'integral' para nossa vida já foi conquistada, os céus estão abertos, creia, receba e viva o melhor final de ano da sua vida! Somos seres humanos. Biblicamente entendemos que somos seres que têm corpo, alma e espírito, mas algo que precisamos entender é que os três não trabalham isoladamente, pelo contrário, são intrinsecamente entrelaçados, ou seja, tudo o que acontece com um afeta diretamente ou indiretamente os outros dois.

Seria como pegar a cor verde, que é a mistura das cores azul e amarela, e querer separá-los novamente. Nosso ser é assim também, não existem caixas separadas para o corpo, alma e espírito.



Entendendo isso, fica mais claro compreender o texto do homem coxo na porta formosa no livro de Atos: "Disse Pedro: Não tenho prata nem ouro, mas o que tenho, isto lhe dou. Em nome de Jesus Cristo, o Nazareno, ande. Segurando-o pela mão direita, ajudou-o a levantar-se, e imediatamente os pés e os tornozelos do homem ficaram firmes. E de um salto pôs-se de pé e começou a andar. Depois entrou com eles no pátio do

templo, andando, saltando e louvando a Deus.” (Atos 3:6-8).

Veja como Jesus cura o homem integralmente. Ele andou porque ficou fisicamente curado, saltou porque suas emoções foram curadas e louvou a Deus porque ficou fisicamente restaurado. A obra de Deus para aqueles que o querem é completa. Essa cura da alma em que o homem tanto necessita verdadeiramente está na pessoa de Jesus Cristo, o Salvador. Através da meditação na palavra de Deus e levando uma vida de oração, encontraremos a cura.

Vejamos um pouco do que a Bíblia nos diz sobre esta temática:

“Porventura, já de todo rejeitaste a Judá? Ou repugna a tua alma a Sião? Por que nos feriste de tal modo que já não há cura para nós? Aguardamos a paz, e não aparece o bem; e o tempo da cura, e eis aqui turbção.”

Jeremias 14:19

”Eis que todas as almas são minhas; como o é a alma do pai, assim também a alma do filho é minha: a alma que pecar, essa morrerá.”

Ezequiel 18:4

“E seguiram-no grandes multidões, e curou-as ali.”

Mateus 19:2

“E ferirá o Senhor ao Egito, ferirá e o curará; e converter-se-ão ao Senhor, e mover-se-á às suas orações, e os curará.”

Isaías 19:22

“E enviou-os a pregar o reino de Deus, e a curar os enfermos.”

Lucas 9:2

“Eles, porém, calaram-se. E, tomando-o, o curou e despediu.”

Lucas 14:4

“Pois fartou a alma sedenta, e encheu de bens a alma faminta.”

Salmos 107:9

“Porque satisfiz a alma cansada, e toda a alma entristecida saciei.”

Jeremias 31:25

“E foram ter com ele no templo cegos e coxos, e curou-os.”

Mateus 21:14

“E para que tivessem o poder de curar as enfermidades e expulsar os demônios.”

Marcos 3:15

“Como também os atormentados dos espíritos imundos; e eram curados.”

Lucas 6:18

“E trouxe-o aos teus discípulos; e não puderam curá-lo.”

Mateus 17:16

“Tempo de matar, e tempo de curar; tempo de derrubar, e tempo de edificar.”

Eclesiastes 3:3

“E os escribas e fariseus observavam-no, se o curaria no sábado, para acharem de que o acusar.”

Lucas 6:7

“E expulsavam muitos demônios, e ungiam muitos enfermos com óleo, e os curavam.”

Marcos 6:13

“A alma do preguiçoso deseja, e coisa nenhuma alcança, mas a alma dos diligentes se farta.”

Provérbios 13:4

“Alegra a alma do teu servo, pois a ti, Senhor, levanto a minha alma.”

Salmos 86:4

“A ti, SENHOR, levanto a minha alma.”

Salmos 25:1

“E, respondendo Jesus, disse: Deixai-os; basta. E, tocando-lhe a orelha, o curou.”

Lucas 22:51

“A alma farta pisa o favo de mel, mas para a alma faminta todo amargo é doce.”



Provérbios 27:7

“E sucedeu que, acabando ele de falar com Saul, a alma de Jônatas se ligou com a alma de Davi; e Jônatas o amou, como à sua própria alma.”

1 Samuel 18:1

“Espera-se a paz, mas não há bem; o tempo da cura, e eis o terror.”

Jeremias 8:15

“E aquele homem foi, e anunciou aos judeus que Jesus era o que o curara.”

João 5:15

“Clamou, pois, Moisés ao Senhor, dizendo: Ó Deus, rogo-te que a cures.”

Números 12:13

“Têm todos o dom de curar? Falam todos diversas línguas? Interpretam todos?”

1 Coríntios 12:30

“Famintos e sedentos, a sua alma neles desfalecia.”

Salmos 107:5

“Louvai ao Senhor. Ó minha alma, louva ao Senhor.”

Salmos 146:1

“Jesus, sabendo isso, retirou-se dali, e acompanharam-no grandes multidões, e ele curou a todas.”

Mateus 12:15

“E Jesus, tomando a palavra, falou aos doutores da lei, e aos fariseus, dizendo: É lícito curar no sábado?”

Lucas 14:3

“E, saindo eles, percorreram todas as aldeias, anunciando o evangelho, e fazendo curas por toda a parte.”

Lucas 9:6

“Ajuntam-se, escondem-se, marcam os meus passos, como aguardando a minha alma.”

Salmos 56:6

“A minha alma consome-se de tristeza; fortalece-me segundo a tua palavra.”

Salmos 119:28

“A preguiça faz cair em profundo sono, e a alma indolente padecerá fome.”

Provérbios 19:15

“Então invoquei o nome do Senhor, dizendo: Ó Senhor, livra a minha alma.”

Salmos 116:4

“A sua alma morre na mocidade, e a sua vida perece entre os impuros.”

Jó 36:14

“A minha porção é o Senhor, diz a minha alma; portanto esperarei nele.”

Lamentações 3:24

“A minha alma te segue de perto; a tua destra me sustenta.”

Salmos 63:8

“A nossa alma espera no Senhor; ele é o nosso auxílio e o nosso escudo.”

Salmos 33:20

“Para desviar a sua alma da cova, e a sua vida de passar pela espada.”

Jó 33:18

“A alma generosa prosperará e aquele que atende também será atendido.”

Provérbios 11:25

“E se abrires a tua alma ao faminto, e fartares a alma aflita; então a tua luz nascerá nas trevas, e a tua escuridão será como o meio-dia.”

Isaías 58:10

“Sobe a Gileade, e toma bálsamo, ó virgem filha do Egito; debalde multiplicas remédios, pois já não há cura para ti.”

Jeremias 46:11

“E, quando ouviu falar de Jesus, enviou-lhe uns anciãos dos judeus, rogando-lhe que viesse curar o seu servo.”

Lucas 7:3

“E, quando vinha chegando, o demônio o derrubou e convulsionou; porém, Jesus repreendeu o espírito imundo, e curou o menino, e o entregou a seu pai.”

Lucas 9:42

“Cegou-lhes os olhos, e endureceu-lhes o coração, A fim de que não vejam com os olhos, e compreendam no coração, E se convertam, E eu os cure.”

João 12:40

“E, chamando os seus doze discípulos, deu-lhes poder sobre os espíritos imundos, para os expulsarem, e para curarem toda a enfermidade e todo o mal.”

Mateus 10:1

“E, apegando-se o coxo, que fora curado, a Pedro e João, todo o povo correu atônito para junto deles, ao alpendre chamado de Salomão.”

Atos 3:11

“E percorria Jesus toda a Galileia, ensinando nas suas sinagogas e pregando o evangelho do reino, e curando todas as enfermidades e moléstias entre o povo.”

Mateus 4:23

Quando estamos necessitando de cura na alma, nada que satisfaça o ego pode nos curar. A cura da alma não tem a ver com os bens que possuímos ou os lugares que vamos ou quão bonitos somos. Somente Deus pode fazer a obra real acontecer.

## DEUS ESQUECEU DO HOMEM OU O HOMEM QUE ESQUECEU DE DEUS?

---

**V**ocê e eu podemos nos esquecer de muitas coisas nesta vida. Tem gente que já se esqueceu de um compromisso marcado, de uma reunião agendada, de um aniversário importante, de tomar o remédio na hora certa e até de pagar uma conta qualquer. Tem gente esquecida, que esquece o tempo todo. Esquece onde estacionou o carro, esquece onde colocou a chave da casa, esquece onde guardou o documento que precisa com urgência, esquece o nome de quem não poderia esquecer jamais, esquece de buscar o filho na escola e esquece de que domingo é dia de escola dominical e de culto na igreja.

Alguns dos esquecimentos mencionados acima acontecem mesmo e nos deixam incomodados, outros, às vezes, são pura negligência ou falta de cuidado. Eu sei que, com o passar dos anos, o esquecimento pode se tornar um companheiro indesejado que com frequência se põe ao nosso lado. Conheço quem já tenha esquecido a panela no fogo, o fogão ligado, o nome dos filhos, a porta aberta da casa, a consulta no médico, a visita agendada e até mesmo o aniversário da sogra. Esqueceu de tomar a vacina, de colocar o cinto de segurança e de usar os sapatos iguais.

Esquecimento pode ser engraçado ou extremamente desagradável. Ele pode ser inocente ou perigoso. Esquecer com frequência requer ajuda, esquecer de vez em quando faz parte da vida. A Bíblia diz que até mesmo uma mãe pode se esquecer de seu filho. É muito difícil, mas pode acontecer. A mente humana é complexa e o coração é enganoso. O que nos anima, no entanto, é que o nosso Deus jamais se esquece: “Eu não me esquecerei de ti.” (Isaías 49:15). Aliás, Deus só se esquece de uma coisa: dos pecados que confessamos e dos quais nos arrependemos (Jeremias 31:34). Deus os lança, como disse o poeta: “No mar do esquecimento.”

Deus jamais se esquece de suas promessas e todas elas têm em Cristo o “sim” ou o “amém” (2Co 1:20). Deus prometeu estar conosco todos os dias de nossa vida (Mateus 28:20). Deus prometeu que nada poderá nos separar do seu amor que está em Cristo Jesus (Romanos 8:39). Deus prometeu cuidar de cada uma das nossas necessidades (Fp 4:19). Deus nos prometeu forças para as contradições da vida (Fp 4:13). Deus prometeu não rejeitar a nossa oração e nem afastar de nós a sua graça (Salmos 66:20). Deus prometeu nos guardar do maligno (2Ts 3:3). Deus nos prometeu a vida eterna, o céu e uma morada com Cristo (Jo 3:15-16; 2Pe 3:13; Jo 14:2).

Talvez seja importante dizer que o aparente silêncio de Deus não significa esquecimento. Também precisamos ressaltar que o Senhor, às vezes, trabalha nos bastidores, por trás do palco do que se vê com os olhos nus e humanos, do que se ouve com os ouvidos ou se percebe com os sentidos de forma geral. Deus tem



o seu caminho da providência e nenhum dos planos dEle pode ser frustrado (Jó 4:2). O não esquecimento de Deus é mais do que a capacidade intelectual que Ele tem e que às vezes nos foge. É o seu cuidado, a sua atenção e o seu agir em nossa direção.

Você e eu podemos nos esquecer de buscar a Deus em oração. Você e eu podemos nos esquecer de louvar a Deus em gratidão. Ainda assim, Ele continua atento ao nosso viver e absolutamente consciente da fragilidade do nosso ser. Veja bem, não devemos nos esquecer de nossa devoção ao Senhor, mesmo porque Ele espera que depositemos nEle a nossa confiança, no entanto, a despeito de nossas fraquezas, o Senhor continua fiel em todas as suas promessas e a sua obra começada em nós será completada até o dia de Cristo Jesus (Fp 1:6). Deus não se esqueceu disso.

Pode ser que ao acordar hoje pela manhã você tenha se esquecido de algo importante que deveria ter feito. Nós somos assim. Saiba, no entanto, que quando você acordou hoje, Deus não se esqueceu de Suas misericórdias para com a sua vida. Aliás, elas se renovaram nesta manhã (Lm 3:22-23). Durante todo o dia a bondade e a misericórdia acompanharão você e a noite você poderá dormir em paz, porque o Senhor é quem guarda a sua vida. Fique tranquilo. Ele não vai se esquecer, pois nem mesmo um cochilo qualquer o fará demover (Salmos 121).

O homem se esquece...

“Guarda-te não te esqueças do Senhor, teu Deus, não cumprindo os seus mandamentos, os seus juízos e

os seus estatutos, que hoje te ordeno (...) Antes, te lembrarás do Senhor, teu Deus, porque é ele que te dá força para adquirires riquezas; para confirmar a sua aliança, que, sob juramento, prometeu a teus pais, como hoje se vê.” (Deuteronômio 8:11 e 18).

Deus se lembra...

“Porque Deus não é injusto para se esquecer da vossa obra, e do trabalho e do amor que para com o seu nome mostrastes, enquanto servistes aos santos; e ainda servis.” (Hebreus 10:6).



Nosso Deus é vivo e quer que nos relacionemos com Ele, essa condição é primordial. Não devemos tratar Deus com apatia, como se fosse apenas uma figura distante. Na Bíblia, vemos como Deus se relaciona com seu povo, como Ele se alegra e até mesmo fica triste. Sentimentos são frutos de relacionamento, por isso, devemos correspondê-lo.

Para se aproximar de Deus, é importante entender que isso depende de nós. Não existe uma fórmula mágica, mas algumas coisas são muito importantes para que a presença de Deus esteja conosco.

Existem algumas coisas que, de fato, afastam o homem de Deus. É muito importante nós termos ciência de que são essas coisas como o pecado original e sua influência na natureza do homem, acrescentando à sua natureza divina a natureza humana pecaminosa e, investigamos sua transferência a todos os seres humanos, suas consequências e como ela acontece dos pais para os filhos, de geração em geração. Portanto, o pecado está ligado ao comportamento humano. Esse estudo busca compreender e analisar a imagem e semelhança, a personalidade e a genética.

Na imagem e semelhança, o estudo enfocou a imagem de Deus, e a semelhança de Adão com Deus. As informações foram coletadas através de pesquisas bibliográficas, arquivos bíblicos, monografias e sites sobre psicologia e assuntos relacionados ao comportamento humano perante Deus.

O homem vive uma nova fase, fase de mudanças drásticas, que incluem conceitos como a cultura e as

habilidades e do domínio da tecnologia. Essas alterações afetam todos os níveis da vida.

## O princípio da tentação e do pecado

“E plantou o senhor Deus um jardim no Éden, do lado oriental, e pôs ali o homem que tinha formado. Gênesis 2:8, tomou, pois, o senhor Deus o homem, e o pôs no jardim do Éden para lavra e guardar.” (Gênesis 2:15). É muito difícil compreender o pecado e mesmo a tentação sem ter em conta esses pontos.

Portanto, primeiramente, Deus é o único e legítimo Senhor do homem (Gênesis 1:26 – Isaías 45:18). Segundo, o homem é um ser livre e o mundo criado para expressar a sua liberdade. É livre a semelhança de Deus (Gênesis 1:26 – Hebreus 2:6-8). Terceiro, a prova da parte de Deus é para que o homem pela sua capacidade respeite os limites que lhe foram dados na criação (Gênesis 2:16-17).

Entretanto, é impossível separar o pecado da tentação? Por que antes do pecado esta sempre a tentação? E pode haver tentação sem pecado?

“E ordenou o Senhor Deus ao homem, dizendo: De todo a árvore do jardim comerás livremente, mas da árvore do conhecimento do bem e do mal, dela não comerás; porque no dia em que dela comeres, certamente morrerás.” (Gênesis 3:1-4; Gênesis 2:16-17).

“Mas a serpente, mais sagaz que todos os animais selváticos que o Senhor Deus tinha feito, disse à mulher; E assim que Deus disse: Não comereis de toda a árvore do jardim? Disse a serpente a mulher: certamente não morrereis.” (V.4)

Certamente há várias razões para afastar-se da vontade de Deus, mas no mínimo há três tipos de pecado, que são: a rebeldia, imaturidade ou fraqueza espiritual e a ignorância.

Rebeldia é uma atitude mostrada em pensamentos, sentimentos, palavras e atos.

Imaturidade traz consigo a total fraqueza espiritual, e a ignorância, ignorar a vontade de Deus, não sabendo que está fazendo o mal.

Portanto, não há escolhido que vá contra a vontade de Deus, mas se afasta do seu plano (1Tm 1:12-13 e At 17:30). Moisés foi um bom exemplo de condutor de autoridade.

Entretanto, uma única vez, Moisés tomou essa autoridade sobre si mesmo. Uma única vez, ele assumiu a posição de autoridade sobre o resto e agiu do alto desta posição. Em vez de permitir que Deus trabalhasse por meio dele, agiu como uma figura com autoridade própria. Por causa disto, trouxe-lhe um custo muito alto.

Sendo assim, vendo o que esse ato de autoridade posicional custou a Moisés, deveríamos examinar

nossas próprias vidas e autoridades hoje (DYER, 2007, P. 114). Conforme DYER (2007), todas as formas são pecado. Porém, quando a Bíblia fala em pecado, está falando em pecado por: rebelião, Imaturidade ou fraqueza espiritual. Portanto o que comete pecado está em rebelião contra Deus.

A desobediência é resistir à vontade de Deus, e a maldade deliberada consciente que rompe a relação entre Deus e o homem (Isaias 59:2; Romanos 8:7).

“Uma grande parte da obra de Deus em nossas vidas é expor o pecado. Seu propósito é que nos vejamos como realmente somos nos arrependamos de todos os nossos pecados e sejamos transformados pela obra do Espírito Santo.” (Jo 16:8).

“Entretanto, assim como por um só homem entrou o pecado no mundo, e pelo pecado a morte, assim também a morte passou a todos os homens porque todos pecaram.” (Romanos 5:12).



## O que é pecado

O termo tem origem no grego "*hamartáno*" e no hebraico "*hhatá*", ambos significando 'errar' um alvo ou um objetivo determinado. Em latim, a expressão se transforma em "*peccátu*." Assim, essa palavra possui uma conotação religiosa e espiritual, referindo-se ao não cumprimento dos desígnios de Deus e à violação de suas revelações.

Assim, pecado são todas as ações que desagradam a Deus e confrontam a sua palavra.

Também são usados outros termos como: rebelar-se ou passar dos limites estabelecidos, fazer algo que causa dano, tristeza ou dor, criar uma cilada para uma pessoa cair, se deixar seduzir por coisas erradas, se opor à justiça e errar. Você não encontrará na Bíblia uma

relação do que é pecado e o que não é, seria uma lista interminável.

Por isso, ela apresenta vários conceitos sobre o pecado para a sua auto avaliação. Sendo assim, somos capazes de discernir entre o que é certo e o errado. Nunca podemos esquecer que toda escolha tem uma consequência boa ou má e, ainda, que daremos conta a Deus de todas elas.

“[...] Não erreis: Deus não se deixa escarnecer; porque tudo o que o homem semear, isso também ceifará.” (Gálatas 6:7).

“Alegra-te jovem, na tua mocidade, e recreie-se o teu coração nos dias da tua mocidade, e andas pelo caminho do teu coração, e pela vista dos teus olhos, sabe, porém, que todas estas coisas te trarão Deus a juízo.” (Eclesiastes 11:9).

## **A origem do pecado**

Segundo estudiosos da Bíblia, o primeiro pecado foi cometido no Céu, quando houve a rebelião de anjos liderada por Lúcifer. Há também consenso de que a



origem do pecado humano foi terrível escolha de Adão e Eva no jardim do Éden.

Na tentação do homem e da mulher percebemos o seguinte processo: Insinuação, que Deus era demasiado e severo, dúvida quanto ao perigo de comer o fruto, é finalmente, o tentador acusou Deus de ser egoísta.

No entanto, o propósito de Deus ao proibir o fruto consistia em testar a fidelidade do homem. Porque o perigo habita naquilo que não podemos tocar. Não é pecado ser tentado, mas é errado ceder à tentação.

Sendo assim, “foge também das paixões da mocidade, e segue a justiça, a fé, o amor, e a paz com os que são de coração puro, invocam o Senhor.” (2 Timóteo 2:22). “Portanto, submetam-se a Deus, resistam ao diabo, e ele fugirá de vocês.” (Tiago 4:7).

## **As terríveis consequências do pecado**

Ao ceder à voz de satanás, o homem escolhia agradar a si mesmo, desobedecendo deliberadamente a Deus. Esse primeiro pecado trouxe consequências terríveis, das quais citados:

Adão e Eva conheceram pessoalmente o mal: “Seus olhos foram abertos” (Gênesis 3:7), a comunhão e a amizade com Deus foram interrompidas e fugiram de sua presença, o que chamamos de morte espiritual.

“[...] mas não coma da árvore do conhecimento do bem e do mal, porque no dia em que comer certamente você morrerá.” (Gênesis 2:17).

Portanto, o homem deixou de ser inocente, tendo uma natureza corrompida, sua mente ficou suja e passou a ter vergonha do seu próprio corpo (Gênesis 3:10). Então, Adão quis culpar a Deus pela companheira que Ele havia lhe dado (Gênesis 3:12).

O pecado trouxe consequências individual e coletiva que se estendeu até nós. As principais consequências do pecado original são a morte (Romanos 6:23) e o afastamento de Deus (Romanos 3:23). Não pecamos contra o mandamento, mas pecamos contra uma pessoa. O pecado não é uma ofensa contra uma alma vivente e mata os relacionamentos. No entanto, não há remédio capaz de trazer os mortos à vida, senão Cristo Jesus.

# O ANTÍDOTO PARA TODOS OS MALES DA HUMANIDADE

---

**D**e forma plena e com todas as certezas existentes, faz-se necessário enfatizar que Jesus Cristo foi, é e sempre será o antídoto para todos os males existentes na Terra.

## A mensagem sobre o “pão da vida”

Jesus afirmou ser o “pão da vida” que veio para dar vida aos homens. Isso significa que Ele é para a alma o que o pão é para o corpo: seu alimento. Assim como o pão alimenta o organismo físico, Jesus Cristo é quem satisfaz o espírito dos que acreditam nEle.

Na passagem de João 6:25-59, Jesus ensina acerca do pão da vida. Este pão dá a vida, não só materialmente, mas espiritual e eternamente. O contexto da história nos mostra que a multidão estava à procura dEle porque realizara a 1ª multiplicação dos pães e dos peixes. As pessoas tinham comido fartamente do pão dado por Jesus e esperavam receber novamente.

Os judeus aguardavam ansiosos pelo líder libertador prometido, que os pudessem livrar do domínio

romano (João 6:14-15). A carência material era grande, muitas famílias viviam com recursos escassos. E, ao verem que Jesus havia alimentado uma multidão de milhares de pessoas, imaginaram que se iniciaria uma revolução: um rei milagroso que dá comida a todos chegou! Mas, muito mais que alimentar os corpos, Jesus veio trazer o alimento para a alma humana.

### **Pão como símbolo de Cristo**



O pão é um alimento necessário. Outras coisas podem ser dispensadas da alimentação humana, mas todos precisam de pão. Jesus não é um luxo que somente os ricos podem ter. Ele é o pão sem o qual o homem não pode viver.

É um alimento simples e nutritivo. O pão é acessível a todos: todas as faixas etárias e todos os

tipos de pessoas. Jesus é simplesmente a vida para todos, jovens, velhos, fracos, fortes...

O pão é uma comida que precisamos diariamente. Alguns alimentos podem ser ocasionais. Mas o “pão de cada dia”, todos os dias é importante para manter o corpo saudável.

Pão para ser partilhado em abundância. Nas mesas, ainda que simples, o que se espera é ter fartura de pão para fortalecer aqueles que dele se alimentam. Jesus é esse alimento abundante que dever ser absorvido e repartido com fartura.

Pão para consumo pessoal e na comunidade. Pessoalmente precisamos de Jesus e precisamos partilhar esse pão com outros famintos. O pão não foi feito para estar escondido num armário ou exposto numa vitrine. Ele precisa ser ingerido, diariamente, para dar sustento e vida.

## **As “fomes” do homem**

O homem vive em busca de satisfazer suas necessidades. E considerando integralmente a sua totalidade, sabemos que ele possui pelo menos 3 tipos de fomes:

Fome natural – Esse tipo está relacionado a todas as necessidades básicas do homem. É a busca pela satisfação física e pessoal. Isso é, fome do corpo (pão, água – necessidades básicas), fome emocional

(felicidade, paz, pertença, sentido, segurança) e fome mental (intelectual, vontade, verdade, justiça etc.).

Fome antinatural – Esse é o tipo de apetite criado pela nossa natureza caída, contrário à vontade do Criador (que nos fez à sua imagem). É uma necessidade alimentada por coisas que nos fazem mal. Em vez de buscar pela satisfação legítima da nossa existência, ambiciona-se por “comidas falsas”, ilusões, excessos, drogas, delírios, desejos malignos e coisas sem sentido real / original.

Fome sobrenatural – Essa é uma fome diminuída e sufocada por muita gente. Trata-se da fome da alma. Aqueles que não a notam ainda estão “mortos espiritualmente” (Efésios 2:1). Esse anseio é revivificado por Cristo, quando vamos até Ele com fé. Essa fome real (espiritual que projeta para toda a vida) é satisfeita quando nos alimentamos do “pão da vida” – Jesus. Assim, por Ele, somos totalmente satisfeitos (Jo 6:35), nossa fome e sede de justiça serão saciadas (Mateus 5:6). Se Jesus for a nossa única fonte nutricional, jamais sentiremos desejos por “*junk foods*” do mundo.

## O pão de Deus

A origem de todo o bem provém de Deus. Ele é o provedor amplo de todas as bênçãos, tanto espirituais como temporais que temos. Além do sol, do ar, da água, do pão, da natureza, Ele nos deu o que é essencial para a existência plena. Ele forneceu Aquele que ao seu ver

é central e necessário para todos terem vida: Jesus Cristo.

Deus, o autor da criação, revelou o que era preciso para nós “funcionarmos” direito. Jesus é a chave que nos mantém conectados à vida sempre. Ele é o alimento capaz de sustentar meros humanos até a eternidade.

Jesus é superior ao maná. O pão que caía do céu e supria o povo de Israel no deserto não foi a maior provisão concedida de graça. O maná satisfaz as necessidades corporais deles durante um tempo (Êxodo 16:35), mas Jesus satisfaz as necessidades espirituais para sempre (Jó 6:57-58).

### **Alimentando-se de Cristo**

Alimentar-se do “pão da vida” é a comunhão do espírito com o Salvador, e não a alimentação física. A fé é meio de absorver a provisão de Deus. Isso significa alimentar-se da verdade de Cristo através da fé (Romanos 10:17; Salmos 37:3). Jesus é a solução para os seus problemas, pois Ele é o caminho que nos guia para superá-los. Ele é a verdade que nos liberta das ilusões e nos mostra a realidade. Ele é a vida que nos preenche de esperança e força para enfrentarmos qualquer adversidade. Lembre-se de que Jesus é maior que os problemas, e com fé nEle, você encontrará a solução para suas preocupações.

Deus é maior que todos os inimigos! Em Jesus você já venceu.

Nesse momento, os problemas podem parecer não ter fim, mas Deus promete vitória. Não desista! Fique firme em Jesus e Ele vai lhe dar uma solução. Deus pode mudar qualquer situação. Ele não vai te abandonar.

Deus resolve tudo, basta crer.

“Se podes?”, disse Jesus. “Tudo é possível àquele que crê.” (Marcos 9:23).

Quando entregamos nossas preocupações a Deus, estamos, de fato, reconhecendo Sua soberania sobre todas as circunstâncias. Através da fé, colocamos nossos problemas nas mãos de Deus, permitindo que Ele os mova de acordo com sua vontade. Deus é o mestre do impossível, e sua capacidade de transformar situações desesperadoras em vitórias é infinita, basta crer.

Deus sempre terá o controle de tudo, cabe nos reconhecer que de fato Ele é o antídoto para todos os males, seja do corpo físico, da alma e do espírito.

Nosso Deus é muito maior que qualquer problema. Venha, aproxime-se de Deus, Ele quer um relacionamento com você e fazer parte da sua vida. Lembre-se que Deus nunca se afastou e muito menos se esqueceu de nós. Por conta do pecado, o homem se afastou de Deus, mas o Senhor sempre está disposto a nos perdoar.



Pare, pense, volte a aproximar-se dEle. E grandes coisas Ele fará.

Deus é nosso verdadeiro antídoto.

Que a paz esteja convosco. Amém!



Impressão

