



ANSIOSOS?
POR QUÊ?



Quebra-gelo:

<https://www.youtube.com/watch?v=sLvul4U5Kx4>

O que Deus falou com você hoje?

Onde você está precisando mais do poder do Reino? Na sua vida espiritual, emocional ou na sua carne?

Você deseja que alguma área de sua vida seja mudada por Jesus?

PROPÓSITOS DE ORAÇÃO!

- Cada participante deverá apresentar seus pedidos.
- Oração pela casa anfitriã e pela multiplicação do GCEU.
- Oração por nossa igreja, seus pastores e líderes.
- Oração especial por nosso bairro, cidade e País

Participe das programações on-line de sua igreja.

Inscreva seu GCEU para o culto presencial

#Aigreiasomosnós!



FILIPENSES 4.6-8- Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus.

Introdução: Hoje vamos falar sobre a ansiedade e como podemos vencer ela com a palavra de Deus que nos orienta perfeitamente como lidar com todas as coisas, inclusive com a ansiedade que costumam dizer ser o “mal do século”.

Se você pudesse definir a ansiedade em uma frase qual seria?

Vocês se consideram pessoas ansiosas, porque?

Alguém disse que: Depressão é excesso de passado e Ansiedade é excesso de futuro. O Apóstolo Pedro escrevendo sobre ansiedade nos aconselhou: ***1 Pedro 5.7 “Lance sobre ele toda SUA ansiedade, PORQUE ele tem CUIDADO de vocês”.***

Vamos compartilhar 3 dicas práticas e bíblicas para conseguirmos lidar com a ansiedade:

1º NÃO SE PREOCUPE DEMASIADAMENTE COM A SUA PRÓPRIA VIDA - Em Lucas 12.22-23 Jesus está ensinando aos seus discípulos dizendo: ***“não se preocupem com SUAS próprias vidas, QUANTO ao que comer; nem com seus próprios corpos, QUANTO ao que vestir. A vida é mais importante do que a comida, e o corpo, mais do que as roupas.*** Se o próprio Deus cuida de coisas básicas, como as aves e os lírios, que dirá você, que ele mesmo diz **“VOCÊS TÊM MUITO MAIS VALOR”** que essas coisas.

2º VIVA UM DIA DE CADA VEZ - ***Mateus 6.34 “Não vos inquieteis, pois, pelo dia de amanhã, PORQUE o dia de amanhã cuidará de si mesmo. Basta a cada dia o seu mal”.*** Viva um dia de cada vez, e isso é um exercício diário que devemos fazer. Às vezes ficamos tão preocupados com o que vai acontecer amanhã, ou como vai ser como vai resolver “certo problema”, e sabe o que acontece na maioria das vezes? Nada do que pensamos acontece como achávamos que ia acontecer. Seja feliz hoje, seja grato pelo que Jesus está fazendo hoje, viva o presente com alegria, o seu futuro está nas mãos de Deus e sabe o que ele diz sobre ele em ***Jeremias 29.11 “Eu bem sei os pensamentos que tenho a vosso respeito, diz o Senhor; pensamentos de paz, e não de mal, para vos dar o fim que esperais”.***

3º VENÇA A INCREDELIDADE - Sabe outra coisa que precisamos fazer HOJE, é confiar o suficiente que aquele que nunca nos desamparou continua cuidando de nós, outro fator que gera ansiedade em nós é a FALTA DE FÉ no seu pai, é como se você não confiasse o suficiente. Vença isso, você tem um pai que cuida de todos os detalhes, será que você pode se lembrar nessa hora de algo que ELE já fez por você? ***Lamentações 3.21 “Quero trazer à memória o que me pode dar esperança”.*** Alimente sua FÉ. **CREIA SOMENTE.**

Conclusão: Saiba quem você é em Cristo Jesus, saiba para qual propósito ele te criou e que há **um tempo** certo para vivermos qualquer coisa, viva um dia de cada vez, sabendo que aquele que começou a boa obra em nossas vidas é FIEL para completá-la. Faça esse exercício diariamente na sua mente:

Deus está cuidando de mim e o meu futuro está nas mãos dele.