

Caminho da Sabedoria

Bispo Abner Ferreira



■ **site:**
odia.ig.com.br/colunas/
caminhodasabedoria

■ **e-mail:**
caminhodasabedoria@
odia.com.br

Bispo, Pastor Presidente, Advogado, Jornalista, articulista e Escritor

PACIÊNCIA

O QUE FAZER ENQUANTO SE ESPERA?

A velocidade espantosa com que tudo acontece neste século, graças ao aparato tecnológico de que desfrutamos, faz com que as pessoas tenham sempre pressa e queiram tudo “pra ontem”. E como muitas coisas não funcionam assim, o acúmulo de situações estressantes acaba gerando muita ansiedade. Essa é uma doença que atinge mais de 264 milhões de pessoas em todo o mundo, de acordo com os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS). E o Brasil está no topo do ranking de países com a maior taxa de pessoas com ansiedade no mundo. A ansiedade aflige indivíduos em diferentes faixas etárias e se manifesta independentemente da posição social ou cultural.

Muitos esperam a aquisição da casa própria, outros pelo par perfeito, alguns esperam a realização profissional. Tem gente esperando para ter um filho, ou uma resposta positiva do médico. São muitos os casos em que a espera é inevitável. E, de fato, esperar não é tarefa fácil pra ninguém. A pergunta que cabe é: o que fazer enquanto se espera? No dicionário, o vocábulo esperar significa: “ter esperança em”. Acredite, ter esperança em Deus é uma boa opção sempre.

Para os psicólogos, a maneira de pensar tem relação direta com a forma pela

qual você se sente. O grande problema é que a ansiedade pode afetar grandemente a vida de alguém, e ela pode se tornar o resultado de traumas, estresse, doenças físicas, psicossomáticas e até mesmo desencadear a depressão. Alguns eventos estressantes e traumas, podem contribuir muito para o aumento da ansiedade, muito provável que em vários momentos da vida sua mente tenha sido invadida por uma enxurrada de pensamentos negativos.

O medo de errar e de perder o controle são exemplos clássicos. É simplesmente



te cansativo e estressante estar sempre convencido de que alguma coisa pode acontecer de errado, ou sofrer com o medo de não poder controlar aquilo que acontecerá no futuro. São cargas emocionais desnecessárias das quais precisamos nos livrar imediatamente.

O fato é que coisas boas demoram mesmo para acontecer. Mui-

tas vezes, acreditamos que a vida nos diz “não”, quando na verdade ela está nos dizendo apenas “espere”. Começar um negócio, por exemplo, pode ser bem rápido, mas fazer dele um sucesso, demanda tempo. Um estudante de Medicina, para se tornar um especialista e contribuir significativamente para a sociedade, leva em torno de oito anos de estudo.

“Podemos comparar a vida com uma árvore, onde plantamos semente e regamos até que ela possa crescer e dar frutos”
ABNER FERREIRA

Normalmente, uma árvore leva seis anos para chegar na sua fase adulta e começar a dar frutos suculentos e robustos.

Podemos comparar a vida com uma árvore, onde plantamos uma semente e regamos por bastante tempo até que ela possa crescer e dar frutos, pois o aprendizado para crescermos como pessoas acontece em fases. Não adianta tentar pular etapas.

Tudo acontece no seu tempo e traz um aprendizado necessário. Respeite cada fase e etapa da vida e não se apresse. “Para tudo há uma ocasião certa; há um tempo certo para cada propósito debaixo do céu” (Eclesiastes 3.1).

Entregue as suas ansiedades a Deus. “Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os seus corações e as suas mentes em Cristo Jesus. Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas” (Filipenses 4:6-8).

Que Deus te abençoe!

Coluna publicada aos domingos

MAIS FÁCIL DE VENDER.
MAIS FÁCIL DE ACHAR.
MAIS FÁCIL DE COMPRAR.

CLASSIMAIS
LIGUE E ANUNCIE: 2532-5000 O DIA

Bons Momentos!
Do jeito que a Vida deve Ser!

JUSCELINO 2797-2700
2697-0697-2796-3736

NOVA IGUAÇU 2767-6161
2767-2877

VIA LIGHT 3763-7878
3773-1566

www.artpao.com.br

ART-PÃO
Confetteria
Padaria e Lanchonete

A informação na palma da sua mão.

Assine já!

CONDICÕES ESPECIAIS!

Assine pelo 98921-4985 ou pelo QR Code.

Você bem informado a todo instante. Seja no tablet, no notebook, no celular ou no impresso. **Seja assinante O DIA agora mesmo.**

O DIA

Fiocruz pretende importar 10 milhões de novas doses da vacina contra a covid-19

Nuno Vasconcellos

Paloma SAVEDRA

Washington RODRIGUES

Fábia OLIVEIRA

O DIA

Um time de colunistas de primeira.

Informação com relevância, precisão e credibilidade.