**Ansiedade, Preocupação e Medo**

**Lição 11**

**(Versão 1.2)**

**AÇÕES ANTES DE TER MEDO**

6. Desenvolver o Temor do Senhor

Devemos desenvolver o temor (reverenciar) do Senhor Deus. O temor do Senhor é um respeito para com Deus, reconhecendo que Ele é santo, justo e amoroso. Ele sempre fará o certo.

Salmo 33:8

“*Tema toda a terra ao SENHOR; temam-no todos os moradores do mundo*. ”

Provérbios 9:10
“*O temor do SENHOR é o princípio da sabedoria, e o conhecimento do Santo a prudência*.”

Provérbios 14:26
“*No temor do SENHOR há firme confiança e ele será um refúgio para seus filhos*.”2

Provérbios 15:33
“O temor do SENHOR é a instrução da sabedoria, e precedendo a honra vai a humildade.”

Provérbios 8:13
“O temor do SENHOR é odiar o mal; a soberba e a arrogância, o mau caminho e a boca perversa, eu odeio.”

Eclesiastes 12:13

“*De tudo o que se tem ouvido, o fim é: Teme a Deus, e guarda os seus mandamentos; porque isto é o dever de todo o homem*. ”

NÃO devemos temer aquilo que o homem possa lhe fazer, o que Satanás possa lhe fazer ou o que as circunstâncias da vida possam-lhe fazer.

Mateus 10:28

“*E não temais os que matam o corpo e não podem matar a alma; temei antes aquele que pode fazer perecer no inferno a alma e o corpo*. ”

Números 14:9

“*Tão-somente não sejais rebeldes contra o SENHOR, e não temais o povo dessa terra, porquanto são eles nosso pão; retirou-se deles o seu amparo, e o SENHOR é conosco; não os temais*. ”

Salmos 46:1-3

“*1Deus é o nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente na angústia. 2Portanto não temeremos, ainda que a terra se mude, e ainda que os montes se transportem para o meio dos mares. 3Ainda que as águas rujam e se perturbem, ainda que os montes se abalem pela sua braveza. (Selá.)* ”

Provérbios 3:25-26

“*25Não temas o pavor repentino, nem a investida dos perversos quando vier. 26Porque o SENHOR será a tua esperança; guardará os teus pés de serem capturados*. ”

Salmos 23:4

“*Ainda que eu andasse pelo vale da sombra da morte, não temeria mal algum, porque tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me consolam*. ”

Salmos 56:11

“*Em Deus tenho posto a minha confiança; não temerei o que me possa fazer o homem*. ”

Salmos 118:6

“*O SENHOR está comigo; não temerei o que me pode fazer o homem*. ”

Você não deve ficar ansioso, se preocupar ou ter medo, pois estas coisas revelam a falta de confiança em Deus e o impede de ser espiritualmente frutífero e um bom testemunho de Deus.

**Resumo – Ações Certas**

AÇÕES ANTES DE TER MEDO.

1. Pedir perdão pela falta de confiança e medo.
2. Chegar a Jesus com mansidão e humildade.

3. Colocar Deus em primeiro lugar.

4. Focalize Sua Atenção em Cristo.

5. Desenvolver as Armas da Nossa Milícia

7. Desenvolver o Temor do Senhor

AÇÕES NA PRESENÇA DO MEDO

1. Buscar a ajuda de Deus

No momento que perceber que o medo está chegando em sua vida, eleve os seus pensamentos a Deus! Use os seguintes elementos de acordo com a sua necessidade.

“Oh Deus, eu necessito de sua ajuda para reagir corretamente. Perdoa-me pela falta de *fé*. Obrigado por mais uma oportunidade de melhorar e ficar mais como você. Ajuda-me a não ouvir a voz de Satanás, pois a tua Palavra diz: ‘Não estejais inquietos por coisa alguma’. Mostre-me o que eu devo fazer e eu vou tentar fazê-lo. ”

Quando os pensamentos pecaminosos (relacionados especialmente ao medo e a preocupação) lhe venham à mente em circunstancias imprevistas, confesse-os ao Senhor.

1 João 1:9

“*Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados, e nos purificar de toda a injustiça*.

2. Procurar a Vontade de Deus

Levante os seus pensamentos a Deus procurando saber o que deve fazer. Pergunte qual é a maneira certa para enfrentar esta situação.

3. Procurar o escape

Não esqueça da promessa de Deus:

1 Coríntios 10:13

“*Não veio sobre vós tentação senão humana; mas fiel é Deus, que não vos deixará tentar acima do que podeis, antes com a tentação dará também o escape, para que a possais suportar*. ”

Muitas vezes isso acompanha os passos um e dois. O escape do medo vem em várias maneiras:

* Oração
* Pensamento Certo Baseado na Bíblia
* Submissão a vontade de Deus
* Aceitação do desafio.

4. Focalize sua energia para fazer o certo e enfrentar seus medos.

Em todas as circunstancias da vida, você pode escolher entre seguir o caminho de Satanás (confiar em suas mentiras e sua sabedoria natural) ou seguir o caminho de Deus (confiar em Deus e na Sua sabedoria). Enfrente seus medos com a ajuda de Deus.

Diga a verdade sobre Deus e o que Ele tem dito sobre esta circunstância. Substitua seus "pensamentos negativos" de ansiedade com pensamentos positivos a respeito de Deus e do Seu amor e cuidado. Então focalize sua atenção e energia em cumprir as suas responsabilidades do presente.

Cumprir suas responsabilidades com a ajuda de Deus, não importa como você se sente. Pergunte a si mesmo: "O que eu estaria fazendo agora se eu não estivesse com tanto medo?” Entregue-se a Deus para fazer a Sua vontade agora. Em seguida, fazer o que você deve estar fazendo agora. Lembre-se, "*Aquele, pois, que sabe fazer o bem e não o faz, comete pecado*." (Tiago 4:17).

Claro que isso é difícil, mas não há outra saída a não ser enfrentar o seu medo e cumprir sua responsabilidade com a ajuda do grande Deus. Ele prometeu estar com você em tempos difíceis.

Ouvir Suas Palavras para você:

Isaias 43:2-5a

“*2Quando passares pelas águas estarei contigo, e quando pelos rios, eles não te submergirão; quando passares pelo fogo, não te queimarás, nem a chama arderá em ti. 3Porque eu sou o SENHOR teu Deus, o Santo de Israel, o teu Salvador; dei o Egito por teu resgate, a Etiópia e a Seba em teu lugar. 4Visto que foste precioso aos meus olhos, também foste honrado, e eu te amei, assim dei os homens por ti, e os povos pela tua vida. 5Não temas, pois, porque estou contigo;* ”

Coragem não é a ausência de medo. Ele está cumprindo suas responsabilidades com a ajuda de Deus, não importa como você se sente.

1. Agradecer a Deus

Seja grato pela oportunidade de ser um servo e bom testemunho de Deus na circunstancia atual.

Efésios 5:20

“*Dando sempre graças por tudo a nosso Deus e Pai, em nome de nosso Senhor Jesus Cristo*; ”

1 Tessalonicenses 5:18

“*Em tudo dai graças, porque esta é a vontade de Deus em Cristo Jesus para convosco*. ”

**Resumo – Ações Certas**

AÇÕES NA PRESENÇA DO MEDO

1. Buscar a ajuda de Deus

2. Procurar a Vontade de Deus

3. Procurar o escape

4. Focalize sua energia para fazer o certo e enfrentar seus medos.

5. Agradecer a Deus