\*Não andar ansiosa por coisa alguma\*  
  
\_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 entendimento,  
guardará os seus corações e as suas mentes em Cristo Jesus.\_ Filipenses 4:6,7  
  
A ansiedade é um sentimento que nos leva a extrema exaustão, porque ficamos  
demasiadamente preocupadas, e com isso surgem fatores que atrapalham nosso viver diário.  
Porém, o Senhor tem zelado por suas filhas e Ele diz que não devemos nutrir esse sentimento,  
orientando-nos a orar, suplicar e render ação de graças, apresentando nossos pedidos ao  
Soberano. Mas, será que fazemos isso ou nos deixamos sufocar, surgindo o medo, a angústia e  
tudo o mais que a ansiedade pode gerar?  
  
Independentemente dos fatores que nos cercam, nunca deveremos esquecer a quem  
servimos. Logo, apesar dos problemas, não fiquemos encurraladas. Oremos, suplicando,  
rendendo ação de graças, de maneira a apresentar todos os nossos pedidos ao Pai, e assim,  
testificaremos mudanças em nossos corações, fechando as brechas, mesmo que o medo bata  
insistentemente à porta. Porém, pela fé não abriremos, as portas da mente estarão cerradas  
com o poder dado pelo Espírito Santo. Amém.  
  
E, consoante as atitudes praticadas começaremos a entender, mediante a Palavra de Deus,  
sobre o socorro sempre presente no tempo de aflição, da segurança e proteção, do descansar a  
sombra do Todo Poderoso e de tantas verdades acerca do Altíssimo. O Espírito Santo nos  
auxiliará a viver pela fé, dependendo do Pai, crendo que nada é impossível para Ele, e a  
ansiedade irá se desvanecendo, dando espaço à paz que excede todo entendimento.  
  
Ante isso, o Senhor vem nos ensinar que colocar todas as nossas necessidades diante Dele, nos  
firmará em Cristo, o qual nos fará ter um coração sempre agradecido, sabendo que a confiança  
em Deus fechará as portas da mente, para que não paire o medo, a angústia ou algum  
sentimento que nos leve a duvidar do poder do nosso Pai. Amém.  
  
Guia Coutinho  
  
Rede Entre Amigas  
  
Igreja Cidade Viva  
  
www.cidadeviva.org