

ENCONTRO (QUEBRA GELO) (15 min) Você já teve que tomar decisão em momentos de estresse e pressão emocional? Como foi? A decisão foi boa ou problemática? Comente.

EDIFICAÇÃO. TOMADAS DE DECISÕES DEFINEM MEU FUTURO

Texto base. *Pv 11:14 Não havendo sábia direção, cai o povo, mas na multidão de conselheiros há segurança.*

Introdução. Nos momentos de pressão, geralmente, são tomadas as decisões mais ilógicas, mais irreflexivas e problemáticas da vida. “Não havendo sábia direção, cai o povo...” (Pv 11:14) quando falta sabedoria na tomada de decisão acontecem problemas. Decisões erradas motivadas por estresse geram outros problemas ainda maiores. Por isto a orientação é buscar conselhos em momentos de pressão. Segundo um grupo de cientistas portugueses, o **estresse deixa a pessoa no automático**. Estudo publicado na revista Science. Como exatamente isso acontece é o tema principal do trabalho publicado por Eduardo Dias-Ferreira, Nuno Sousa e seus colegas da Universidade de Minho. Este estudo indica que quando estamos sob pressão, temos a tendência de tomar decisões automaticamente sem usar a sabedoria da razão. Vamos analisar alguns casos bíblicos de pessoas que tomaram decisões sob pressão e perceber as que acertaram e as que erraram. Com isto, vamos nos autoanalisar e verificar se temos tomado decisões erradas sob pressão.

1. O caso dos discípulos de Jesus na crucificação. Os apóstolos fugiram, desapareceram no momento mais estressante da vida de seu líder. Só se houve falar de 3 discípulos de Jesus durante a prisão, julgamento e crucificação; Judas, João e Pedro. Judas muda de lado nos últimos minutos e entrega Jesus. Outro que não desapareceu foi João. *João 18:15 Simão Pedro e outro discípulo seguiam a Jesus. Sendo este discípulo conhecido do sumo sacerdote, entrou para o pátio deste com Jesus.* João acompanhou a crucificação como um convidado vip e sob proteção de um dos algozes de Jesus, um dos responsáveis pela crucificação de Jesus, o sumo sacerdote. Pedro não desapareceu, mas acabou negando Jesus. *João 18:25 Lá estava Simão Pedro, aquecendo-se. Perguntaram-lhe, pois: És tu, porventura, um dos discípulos dele? Ele negou e disse: Não sou.* Diante da pressão de talvez ser preso também, Pedro reagiu automaticamente através do medo e fez algo que jamais imaginou, jamais aceitaria que alguém tivesse feito. *Jo 13:37 Replicou Pedro: Senhor, por que não posso seguir-te agora? Por ti darei a própria vida. 38 Respondeu Jesus: Darás a vida por mim? Em verdade, em verdade te digo que jamais cantará o galo antes que me negues três vezes.* a maioria tem um planejamento inteligente pra vida, pra família, para o Reino de Deus enquanto não estão sob pressão, porém quando vem o estresse, as decisões são muito diferentes. Assim é num casamento, quando não se está debaixo de estresse e pressão, os planos são inteligentes, objetivos, coerentes, porém após a pressão vir as decisões mudam. Porém não deveria ser assim. Em momentos de elevada crise emocional tudo que se aprendeu durante anos parece desaparecer e só resta o automatismo da decisão no estresse que geralmente leva a uma decisão errada.

2. A pressão do tempo e o erro de Abraão e Sara. *Gn 16:1 Ora, Sarai, mulher de Abrão, não lhe dava filhos; tendo, porém, uma serva egípcia, por*

nome Agar, 2 disse Sarai a Abrão: Eis que o SENHOR me tem impedido de dar à luz filhos; toma, pois, a minha serva, e assim me edificarei com filhos por meio dela. E Abrão anuiu ao conselho de Sarai. Deus havia prometido dar filhos a Abraão, porém dez anos se passaram. Diante da pressão do tempo e sem entender como Deus faria cumprir sua promessa, Sara e Abraão tomam a decisão errada dele ter filhos com a serva Agar. Quando nos sentimos pressionados pelo tempo e não entendemos o tempo de Deus, temos a tendência de tomar a decisão errada e forçar um resultado pelo braço humano. Provérbios 19:2 Não é bom proceder sem refletir, e peca quem é precipitado. Abraão foi precipitado e atropelou o projeto de Deus. Não peque pela precipitação. Espere em Deus que ele fará.

3. A pressão da briga e desavença levou Ló a tomar uma decisão errada.

Gn 13:7 Houve contenda entre os pastores do gado de Abrão e os pastores do gado de Ló. 10 Levantou Ló os olhos e viu toda a campina do Jordão, que era toda bem regada (antes de haver o SENHOR destruído Sodoma e Gomorra), como o jardim do SENHOR, como a terra do Egito, como quem vai para Zoar. Motivado por brigas, Ló decidiu ir na direção que o levou a morar na cidade de Sodoma. Gênesis 19:26 E a mulher de Ló olhou para trás e converteu-se numa estátua de sal. Deus destruiu a cidade em que Ló foi morar e sua esposa acabou morrendo. Decisões motivadas por algo errado resultarão em algo ruim. Não devemos tomar decisões por mágoas, brigas, motivações erradas pois tudo isto trará seus resultados, por isto Jesus nos orientou a perdoar. Tiago 1:20 Porque a ira do homem não produz a justiça de Deus. Quando agimos na ira não tem Deus nesta ação, tem carne humana, tem obras da carne. (Gl 5:19-21).

4. A pressão causada pelo medo, pavor, fobias. Gênesis 3:10 Ele respondeu: Ouve a tua voz no jardim, e, porque estava nu, tive medo, e me escondi. O medo levou Adão a fugir da presença de Deus. O medo provoca estresse, e o estresse causa doenças. Quase todos conhecem o efeito placebo que consiste na pessoa acreditar que suposto remédio, mesmo sendo de farinha, vai lhe curar e isto realmente acontecer. Porém o contrário também é verdade. O processo contrário do placebo é Nocebo que em latim, significa "fazer mal," enquanto placebo significa "agradar". Trata-se basicamente do mesmo efeito, só que um é negativo e o outro, positivo. Ambos afetam as pessoas no ponto que elas menos podem controlar: o subconsciente. Um placebo gera a convicção de que o paciente será ajudado. Muitas vezes, um medicamento que não contém nenhuma substância ativa, como uma simples solução de água com açúcar, tem o mesmo efeito que um medicamento de verdade. O efeito placebo foi estudado a fundo enquanto o efeito negativo (Nocebo) começou a receber atenção somente nos últimos anos. Este conceito mostra que uma pessoa debaixo de forte estresse como o medo, potencializa as consequências negativas fazendo uma tempestade em copo d'água. 1João 4:18 No amor não existe medo; antes, o perfeito amor lança fora o medo. Ora, o medo produz tormento; logo, aquele que teme não é aperfeiçoado no amor.

Compartilhando. O que você aprendeu neste estudo? **Evangelismo.** Vamos orar pelo nosso OIKOS (GUPO PRÓXIMO).