**COMO VENCER A TRISTEZA**

 **Neumoel Stina**

Quem viveu alguns anos já se encontrou com a tristeza várias vezes. É o tipo de sensação que nenhum de nós jamais gostaria de ter.

Há várias situações que provocam a tristeza. Por exemplo quando você perde coisas ou possessões, quando a sua empresa vai mal, ou a casa se vai em um negócio mal feito.

Quando de repente fica sem emprego, sem os amigos e você entra no mundo da solidão. Quando perde um parente através da morte ou do divórcio, parece que a tristeza é profunda e dói demais.

Em horas assim difíceis você recorre as promessas da Palavra de Deus? Ainda consegue acreditar no amor divino quando tudo esta escuro? O próprio Filho de Deus quando aqui esteve, passou por momentos de tristeza.

O profeta Isaías O chamou de homem de dores. Certamente apesar dos sentimentos de alegria por salvar a humanidade da morte, a tristeza da traição, o abandono dos apóstolos nos momentos cruciais do seu sofrimento, invadiram e machucaram o Seu coração.

Até o Seu querido Pai, que várias vezes O chamou de Filho Amado, teve que deixá-Lo sofrer para realizar a salvação da humanidade.

É bom saber que mesmo quando estamos tristes, podemos ter a certeza de Seu amor, e de Sua companhia ao nosso lado. Essa é uma das maravilhosas promessas que Ele nos deu. No livro do profeta Isaías capítulo 57:15: “Porque assim diz o Alto e o Sublime, que habita a eternidade, o qual tem o nome de Santo. Habito no alto e santo lugar, mas habito também com o contrito e abatido de espírito, para vivificar o espírito dos abatidos, e vivificar o coração dos contritos.”

Após Sua ressurreição, o Senhor deixou tudo para acompanhar a pé, dois discípulos que iam para a cidade de Emaus, que estavam vencidos pela decepção e pela tristeza.

Mais uma vez cumpriu a promessa, e mais do que isto, revelou a Sua consideração e o carinho por todas as pessoas tristes. (Luc 24:13)

Há outros exemplos bíblicos que são um conforto para os tristes e sofredores. Foi em um deserto que Deus supriu durante 40 anos, a um milhão de peregrinos, com o pão vindo do céu.

Foi durante um período de fome nacional que o Senhor mandou ao profeta Elias duas refeições diária transportadas por aves. Durante uma grande crise, houve farinha suficiente e azeite quase interminável para sustentar uma fiel e carente viúva, que pertencia ao povo de Deus. A extremidade humana é a oportunidade de Deus.

Amigo, se está faltando alguma coisa, coloque sua confiança no Senhor porque Ele não o abandonará. Quando você disser: o que vamos comer hoje ou amanhã?

Lembre-se das palavras de Jesus: “Vosso Pai Celestial sabe que necessitais destas coisas. Portanto não vos inquieteis com o dia de amanhã.” Mateus 6:31-33

Se está perdendo a saúde, lembre-se do Médico dos médicos. Aquele que curou a tantos enfermos, vai também reservar uma benção para você.

Lembre-se também que todas as coisas vão contribuir para o bem integral daqueles que buscam com sinceridade os caminhos de Deus. (Romanos 8:28)

Se o mundo hoje se tornou uma ameaça... Se a segurança e a paz estão cada vez mais distantes...Se o temor coletivo intranquiliza todas as classes.

Podemos sentir a paz descrita no evangelho de João 14:27: “Deixo-vos a paz, a minha paz vos dou; não vo-la dou como o mundo a dá. Não se turbe o vosso coração, nem se atemorize.”

Se hoje você está triste porque perdeu uma oportunidade e está se lamentando: por que aconteceu isto? Ah se eu tivesse feito isto ou aquilo! Eu deveria estar dormindo quando aceitei aquela proposta. Por que eu não disse não?

Amigo, quem acredita em Deus, pode sempre recomeçar, pode recuperar o tempo e as coisas perdidas. Recomeçar, ter forças para superar os obstáculos, são os desafios de todo aquele que crê. Em II Coríntios 6:2 está escrito: “Eis agora o tempo oportuno. Eis agora o dia da salvação.”

Vivemos num mundo de tristeza. Se você está triste porque sua imagem foi manchada e as pessoas não confiam mais em você...

Se está recebendo críticas e o seu mundo parece desabar, lembre-se que você é muito precioso para Deus.

O profeta Jeremias registra uma belíssima declaração de amor dedicada a você: “Com amor eterno eu te amei, por isso com benignidade te atraí.” Jeremias 31:3

Se está desolado porque a morte feriu o seu lar, lembre-se que Deus tem um remédio para isso também. Aquele Jesus que disse : Lázaro sai para fora!, vai dizer a mesma frase aos nossos queridos, no dia maravilhoso em que vai voltar ao mundo.

Naquele dia todas as nossas tristezas irão embora para sempre. Apenas precisamos acreditar. Acreditar na virada que Deus vai dar em toda essa situação.

O que precisamos é aprender a plantar esperança. A Bíblia diz:“Aquele que sai andando e chorando enquanto semeia, voltará com júbilo, trazendo os seus feixes.” Salmo 126:6.

“Ao anoitecer pode vir o choro, mas a alegria vem pela manhã.” Salmo 30:5

Há duas coisas que podem nos ajudar -

1. Jesus nos dá forças para suportar.

2. Jesus colocará fim ao sofrimento quando vier.

Graças a Deus podemos aguardar com fé a chegada dessa gloriosa manhã. E isso nos dá serenidade. Nenhuma tempestade é suficientemente forte para nos assustar quando sabemos que o nosso barco chegará ao Porto com segurança.

Não há tristeza que possa diminuir a alegria da bem-aventurança que nos aguarda. Louvemos ao Senhor, porque através dEle podemos hoje superar a tristeza.