

# CRISTO E OS MEUS SENTIMENTOS



## **Texto Base:**

**“Sobre tudo o que se deve guardar, guarda o coração, porque dele procedem as fontes da vida.” Pv 4:23**

# Introdução

- ❖ Deus tem um ideal para nós com relação às nossas emoções: **melhorar os nossos sentimentos, diariamente, a fim de que possamos usufruir mais das oportunidades que Ele nos tem concedido.**

**“E não vos conformeis com este século, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente, para que experimenteis qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus.”**

**Rm 12:2**

# Emoções Básicas

**Raiva**

**Alegria**

**Angústia**

Decepção

Ódio

**Entusiasmo**

**Amor**

**Paixão**

aversão

Inveja

Constrangimento

**Confiança**

**Ira**

Medo

**Tristeza**

**Frustração**

Felicidade

Ciúme

Surpresa

**Esperança**

# As Emoções e os Sentimentos na Bíblia



- ❖ **Alegria:** uma das emoções positivas de nossa vida (Pv 15:13; 17:22; Lc 10:20; Jo 16:20,22)
- ❖ **Angústia:** sentimento natural de todo aquele que enfrenta problemas difíceis (Sl 118:5; Rm 8:35)
- ❖ **Confiança:** sentimento adquirido através de um exercício diário (Sl 40:4; Pv 25:19; II Co 3:4)

# As Emoções e os Sentimentos na Bíblia

- ❖ **Ira:** sentimento que, se não for controlado, pode destruir vidas (Ef 4:26; Rm 12:19; Hb 12:15)
- ❖ **Amor:** a emoção mais forte que podemos sentir (I Co 13; II Co 2:4; Ef 4:2; Fp 1:9; I Jo 3:18)

# Como nosso corpo “co-responde” aos nossos sentimentos e emoções?



Saúde

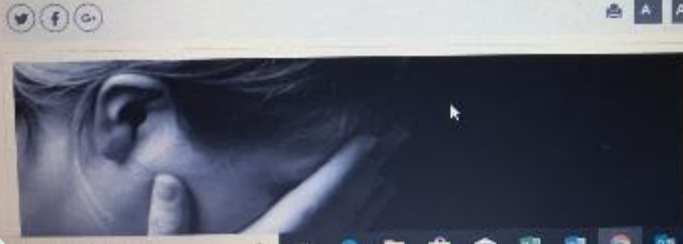
Notícias - Saúde

Qui, 02/08/2018 às 16:30 | Atualizado em: 02/08/2018 às 16:56

Brasil lidera ranking de transtorno de ansiedade e depressão. Mulheres são maioria

Bianca Carneiro\* | Foto: Shutterstock

Tags: depressão, ansiedade, estresse, psicologia, psicóloga



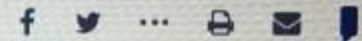
# A Relevância do Tema



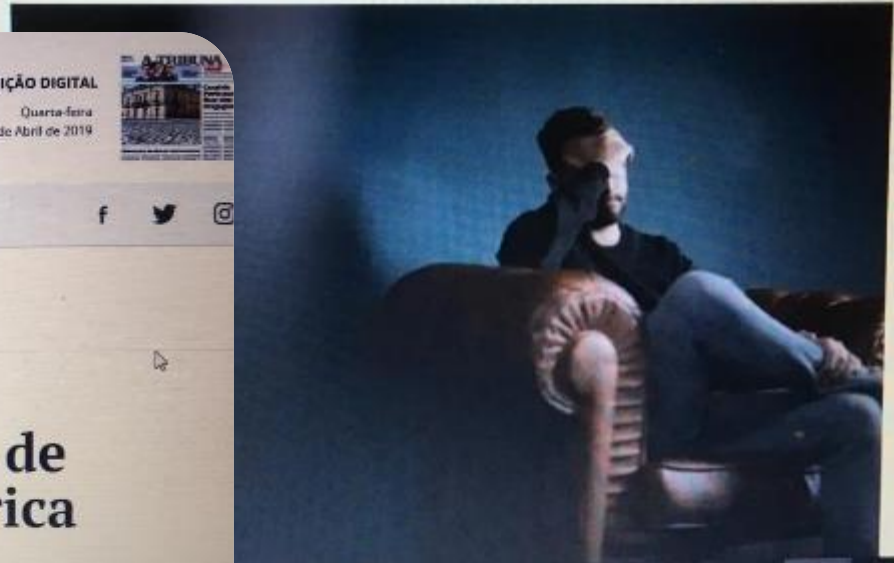
## Depressão será a doença mental mais incapacitante do mundo até 2020

CAMILA TUCHLINSKI - O ESTADO DE S. PAULO

10/10/2018, 12:07



Segundo a OMS, 300 milhões sofrem do transtorno no planeta; estigma ainda impede buscar por ajuda



## A TRIBUNA

EDIÇÃO DIGITAL

Quarta-feira  
3 de Abril de 2019



MEMU BUSCA

NOTÍCIAS ESPORTES SANTOS FC VARIEDADES OPINIÃO 10 KM AO VIVO



## Brasil tem o maior número de casos de depressão da América Latina

A doença deve se tornar o segundo maior problema de saúde no mundo em três anos



# A Relevância do Tema

## **Depressão:**

- ❖ 322 Milhões de Pessoas no Mundo
- ❖ 11,5 Milhões de Pessoas no Brasil

## **Transtorno de Ansiedade**

- ❖ 264 Milhões de Pessoas no Mundo
- ❖ 18,6 Milhões de Pessoas no Brasil

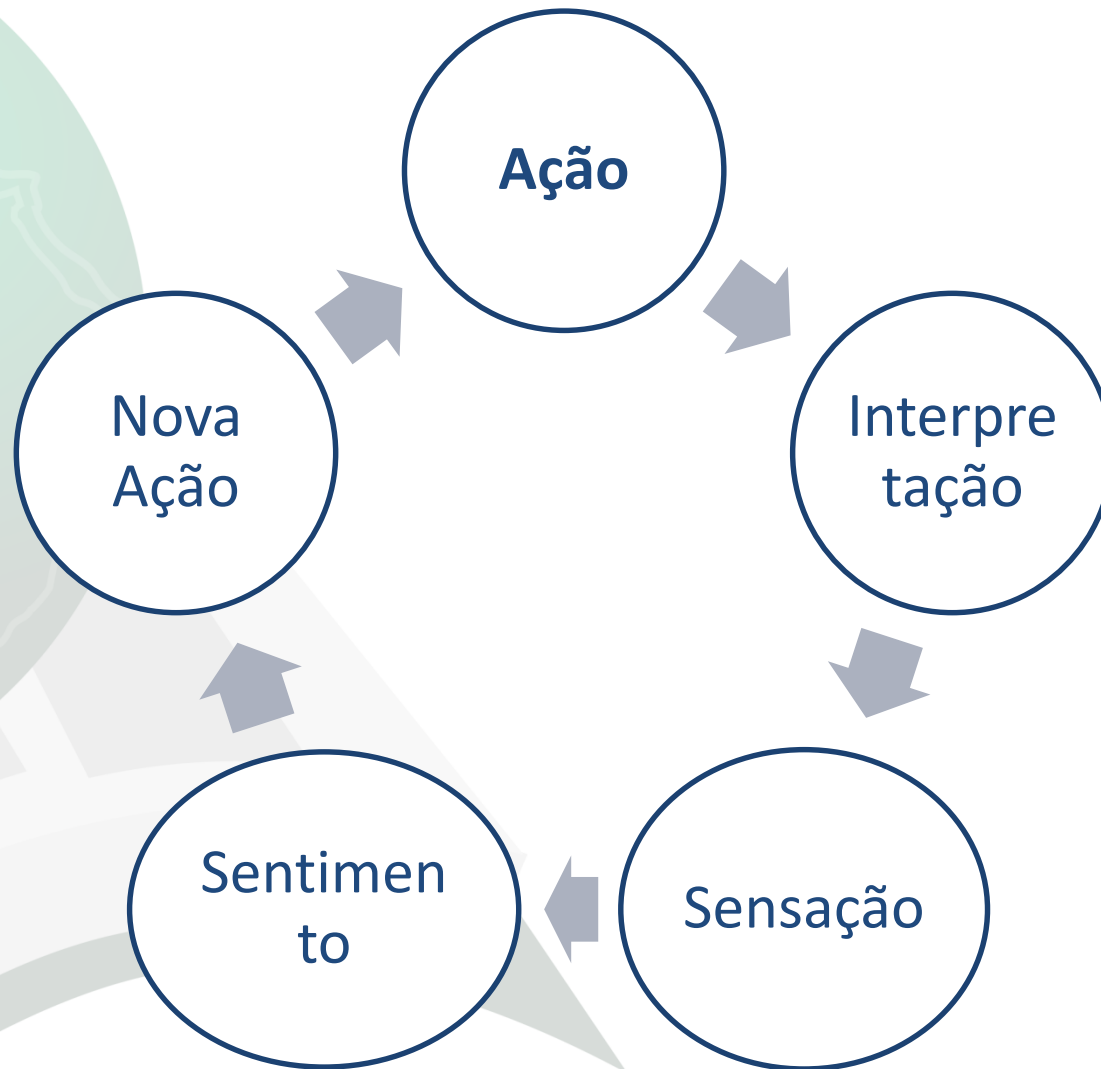
# A Relevância do Tema

## Suicídio

- ❖ 788 mil pessoas morreram por suicídio = quase 1,5% de todas as mortes no mundo;
- ❖ Na lista das 20 maiores causas de morte em 2015;
- ❖ Entre jovens de 15 a 29 anos, o suicídio foi a segunda maior causa de morte em 2015.

Fonte: Pesquisa divulgada em 23/02/2017  
Organização Mundial da Saúde (OMS)

# O Ciclo dos Nossos Sentimentos e Emoções



# As Emoções e os Sentimentos na Bíblia

## ❖ Depressão

❖ A gripe da doença mental

❖ Significado: “pressão de cima para baixo”

❖ Classificação segundo alguns estudiosos:

### **4 categorias:**

- estado afetivo de tristeza
- Sintoma
- Síndrome
- Doença

# As Emoções e os Sentimentos na Bíblia

## ❖ Depressão

- ❖ Classificação dentro da Psiquiatria e Psicologia: **Transtorno do Humor**
- ❖ Gera **Sufrimento, Limitação,**
- ❖ Afeta as 3 áreas (física, mental e espiritual)
- ❖ Afeta Relacionamentos

1Rs 19

# As Emoções e os Sentimentos na Bíblia

- ❖ **Ansiedade**
  - ❖ **Alguns Sinônimos: Aflição, Angústia, Sufocamento**
  - ❖ **Nível mais elevado: Transtorno de Ansiedade**
  - ❖ **TA mais conhecidos: Pânico, Fobia Especifica, Fobia Social, Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) e o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)**

# Conclusão:

O nosso **equilíbrio emocional** está intimamente ligado à **convicção** em nossa **mente** e **coração**

**C**onhecimento de quem Somos em Cristo Jesus;

**H**abilitados para toda boa Obra tendo o Espírito Santo em Nós;

**A**titudes concretas de vida que expressem nossa identidade regenerada.

**Vamos orar?**




**Deus abençoe!**

**[WWW.IGREJABATISTAAGAPE.COM.BR](http://WWW.IGREJABATISTAAGAPE.COM.BR)**

Preparado por Pba. Cidinha Mathias





Eu quero  
agradecer a sua  
atenção...

