

- Dia Nacional de Prevenção de Arritmias Cardíacas e Morte Súbita
- Dia do Psicopedagogo
- Dia do Supermercado

ALIVIO DIVINO PARA O CORAÇÃO



O que você pensa quando ouve falar que gente famosa morre de problema cardíaco? A arritmia cardíaca é uma condição caracterizada pela falta de ritmo nos batimentos do coração. Ela pode ser sintoma de algum problema (físico ou psicológico) para o organismo ou fruto de um desequilíbrio do próprio órgão.¹ Nos primeiros 10 meses de 2020 morreram mais de 340 mil pessoas no Brasil por problemas cardíacos². Note que são três causas principais: problemas físico, psicológicos e desequilíbrio do próprio órgão, chamado coração.

Fazer exercícios, tomar os remédios regularmente com demais cuidados é importante para manter-se fora dessa estatística. Claro que de qualquer modo a morte tocará a vida de cada ser humano. No entanto cuidemos do que podemos cuidar.

O que chama atenção são os cuidados psicológicos, isto é, da mente, da alma. Sua forma de pensar a respeito de si, do próximo, dos acontecimentos, suas angustias e preocupações, afetam o funcionamento do seu organismo em geral e de seu coração em particular. Agora considerando as notícias que chegam a você todo santo dia, suas necessidades pessoais e familiares, as preocupações com a vida comum; são suficientes para abalar a saúde mental e conseqüentemente física, e aí o coração.

Jesus, em tempos antigos alertou: **“Tende cuidado de vós mesmos, para que jamais vos suceda que o vosso coração fique sobrecarregado com as conseqüências da libertinagem, da embriaguez e das ansiedades desta vida terrena, e para que aquele Dia não se precipite sobre vós, de surpresa, como uma armadilha. Pois ele certamente virá sobre todos os que vivem na face de toda a terra.”**³

Note a enorme pressão para você se embriagar com todo tipo de diversão, oportunidade de descanso, e alternativas de prazer. Escolher o que cabe no seu bolso e tempo para viver um pouco disso, já é fonte de ansiedade. E as preocupações no presente, com o futuro então, consomem outro tanto de energia tão necessária para compromissos de hoje.

Então, trabalhar, casar, divertir-se, gozar a vida precisa acontecer com sobriedade, com alguns limites. Identifique sua dificuldade com seus limites diante de Cristo para encontra-LO com alegria, sem culpa e medo quando Ele voltar.

- Resposta a pergunta: **Qual a diferença entre supermercado e igreja?**
- Tarefa para Hoje: **Não trate a frequência a igreja como se fosse ao supermercado. Conheça os propósitos da igreja.**

¹ Leia mais em: <https://saude.abril.com.br/medicina/o-que-e-arritmia-cardiaca-causas-sintomas-e-tratamentos/>

² Leia mais em: <http://www.cardiometro.com.br/>

³ [Lucas 21:34-35](#) Escrito por Lucas, um médico por volta de 59—75 d.C. mostra como Jesus estava em contato com as pessoas pobres, com os necessitados e com os que são desprezados pela sociedade.