

Não Tema

Seja Forte e Corajoso

Josué 1.1-9 (NAA)

¹Depois que Moisés, servo do SENHOR, morreu, o SENHOR falou a Josué, filho de Num, auxiliar de Moisés, dizendo: ²— Moisés, meu servo, está morto. Prepare-se, agora, e passe este Jordão, você e todo este povo, e entre na terra que eu vou dar aos filhos de Israel. ³Todo lugar em que puserem a planta do pé eu darei a vocês, como prometi a Moisés. ⁴O território de vocês irá desde o deserto e o Líbano até o grande rio, o rio Eufrates, estendendo-se através de toda a terra dos heteus e até o mar Grande, na direção do poente do sol. ⁵Ninguém poderá resistir a você todos os dias da sua vida. Assim como estive com Moisés, estarei com você. Não o deixarei, nem o abandonarei. ⁶Seja forte e corajoso, porque você fará este povo herdar a terra que, sob juramento, prometi dar aos pais deles. ⁷Tão somente seja forte e muito corajoso para que você tenha o cuidado de fazer segundo toda a Lei que o meu servo Moisés lhe ordenou. Não se desvie dela, nem para a direita nem para a esquerda, para que seja bem-sucedido por onde quer que você andar. ⁸Não cesse de falar deste Livro da Lei; pelo contrário, medite nele dia e noite, para que você tenha o cuidado de fazer segundo tudo o que nele está escrito; então você prosperará e será bem-sucedido. ⁹Não foi isso que eu ordenei? Seja forte e corajoso! Não tenha medo, nem fique assustado, porque o SENHOR, seu Deus, estará com você por onde quer que você andar.

“Há uma barata enorme na cozinha!”

Imagine que você está em casa, deitado no sofá, no andar de cima, e a sua esposa está em outro cômodo. Ela berra o seu nome. Tudo o que ela disse foi o seu nome. Nada mais. Mas o modo como ela o pronunciou fez com que você saltasse do sofá, pulasse vários degraus da escada e corresse para encontrá-la. Você a encontra ao dobrar o corredor. Seus olhos estão arregalados e ela está ofegante. Você pergunta: “O que houve? Você está bem?”.

Você temia que ela tivesse se machucado ou que um ladrão tivesse entrado na casa. “O que está acontecendo?”. Então ela responde: “Há uma barata enorme na cozinha. Tentei matá-la, mas ela voou para cima de mim. Amor, é enorme. A maior que já vi!”.

Nesse momento, você sente alívio por ela estar segura, mas também fica irritado por todo aquele alarde ter sido causado por um inseto. Uma barata! Então... O medo diminui, mas a angústia interna não desaparece imediatamente. A situação cria uma tensão; sua esposa percebe que você está revirando os olhos. Enquanto busca o chinelo, ela insiste: “Amor, era muito grande. Muito grande”.

O susto causado por uma barata difere do medo gerado por crises externas, traumas ou desequilíbrios na química cerebral. Embora a origem biológica do pânico seja distinta de um sobressalto momentâneo, o impacto físico do susto preserva sua dose de pavor.

A natureza e a extensão do medo

O medo é uma emoção forte e complexa. Ele pode nos levar a agir, falar e sentir de maneira rápida e intensa. O medo não desaparece depressa e, por vezes, há boas razões para isso. Ele é complicado porque nem todos tememos as mesmas coisas. Em certas ocasiões, sequer temos certeza do motivo pelo qual sentimos medo de algo. Em outros momentos, nosso corpo e nossa mente reagem

com temor por uma variedade de razões. Às vezes, o medo é pernicioso; outras vezes, a ausência de temor é que o é.

O medo é extremamente comum. Alasdair Groves e Winston Smith, em seu livro **Untangling Emotions** [Organize suas emoções; ed. Fiel], explicam que a quantidade de palavras diferentes que possuímos para designar o medo é reveladora.

Termos como inquieto, preocupado, nervoso, ansioso, tenso, apreensivo, assustado, amedrontado, em pânico, aterrorizado e petrificado ocupam pontos distintos em um espectro, mas todos expressam alguma versão da mesma experiência central... O medo está em toda parte. Todos lidam com ele. (págs. 142-143, Kindle Edition)

Não existe uma única pessoa que não lide com o medo de alguma forma. E também precisamos reconhecer, com compaixão, que o medo é complexo. Certamente não sou um especialista no assunto, e é fundamental reconhecer que as estratégias para lidar com o medo são igualmente complexas. Uma única mensagem ou uma série de sermões pode ser transformadora para alguns. Para outros, ela será apenas parte de um processo muito maior que estão vivenciando. De qualquer modo, espero que seja útil.

Não tema

Estamos estudando o que a Bíblia diz sobre o medo, a preocupação e a ansiedade ao analisar cinco questões fundamentais:

1. Quem está no controle?
2. O que é o medo?
3. No que devo crer?
4. Como devo orar?
5. O que devo pensar?

No dia 31 de janeiro, no culto de vigília para o ano novo, iniciamos esta série abordando a questão do controle e como ela se relaciona com circunstâncias desafiadoras e com as promessas de

Deus. Desafiei vocês a memorizar **Isaías 41.10** (NAA) como nosso texto base:

Não tema, porque eu estou com você; não fique com medo, porque eu sou o seu Deus. Eu lhe dou forças; sim, eu o ajudo; sim, eu o seguro com a mão direita da minha justiça.

Agora, analisaremos o tema do medo e o que um texto específico, em um momento determinado da história bíblica, diz a respeito. Estamos no livro de Josué, capítulo 1.

Moisés está morto

Assim como na primeira mensagem desta série, há circunstâncias específicas por trás da passagem de hoje. Moisés foi o líder designado por Deus no êxodo dos israelitas do Egito. Ele conduziu Israel através do Mar Vermelho e em suas caminhadas pelo deserto. Sua liderança foi marcada pela mansidão (Nm 12.3) e pela intimidade com Deus (Êx 33.11).

Números 12.3 (NAA) Moisés era um homem muito manso, mais do que qualquer outro sobre a terra.

Êxodo 33.11 (NAA) O SENHOR falava com Moisés face a face, como quem fala com o seu amigo. Depois Moisés voltava para o arraial. Porém o moço Josué, seu auxiliar, filho de Num, não se afastava da tenda.

Os israelitas estavam prontos para entrar na Terra Prometida. Contudo, quando enviaram espiões para obter informações, o relatório de dez deles gerou medo, pânico e uma revolta contra Moisés (Nm 13-14). Eles estavam prestes a matar Moisés e Arão até que Deus interveio com uma demonstração repentina de sua glória no tabernáculo. A consequência dessa rebelião foi que nenhuma pessoa viva teve permissão para entrar na Terra Prometida — exceto os dois espiões fiéis: Josué e Calebe.

Em outro momento crítico, o povo ameaçou Moisés por causa da sede. Moisés reagiu. O receio em relação ao povo e a frustra-

ção o dominaram. Ele feriu a rocha em vez de falar com ela (Nm 20). Resultado: Moisés também não poderia entrar na Terra Prometida.

Josué era o assistente direto de Moisés. O livro que traz o seu nome registra a entrada dos israelitas na Terra Prometida. As pessoas envolvidas na rebelião anterior morreram. O maior líder da história de Israel também se fora. Josué é chamado por Deus para atravessar o rio Jordão e iniciar a conquista da terra.

Pense bem:

Sucedendo Moisés, Josué lidera um grupo de pessoas difíceis, com um histórico comprovado de queixas e insurreição. Ele está entrando em uma terra com cidades fortificadas e terreno desconhecido. Assume o lugar do líder que confrontou o Faraó, recebeu os Dez Mandamentos e encontrou-se pessoalmente com Deus.

Portanto, não é de surpreender que Deus fale diretamente à realidade do medo e da ansiedade neste texto.

Definindo o medo

Iniciemos nossa análise de Josué 1 definindo o que queremos dizer com “medo”. Por ser uma emoção tão comum, pode ser difícil compreender exatamente do que estamos falando.

Primeiro, podemos começar pelo oposto do medo. E aqui Josué apresenta o que ele é. Por três vezes, encontramos estas palavras:

- “Seja forte e corajoso” (v. 6)
- “Tão-somente seja forte e muito corajoso” (v. 7)
- “Não foi isso que eu ordenei? Seja forte e corajoso!” (v. 9)

A palavra hebraica para “forte” (*chazaq*) refere-se a fortificação e resistência. Ela descreve o ato de tornar-se firme para não ceder a pressões externas. Ser forte pressupõe confronto ou resistên-

cia; ninguém precisa ser fortificado se não houver uma força contrária. Já o termo “corajoso” (*amats*) indica prontidão e determinação para avançar mesmo diante do que é temível.

Essas ordens mostram que ser “forte e corajoso” é uma reação excepcional. Deus não pede que Josué simplesmente “se sinta bem”, mas ordena uma postura de rigidez e prontidão que não é natural para quem enfrenta o desconhecido. O esperado seria Josué sentir-se frágil. Paralisar-se. No entanto, Deus o instrui a assumir uma firmeza que as circunstâncias, por si só, não produzem. Era para resistir e avançar. Era para ser forte e corajoso.

Compreender isso é fundamental por duas razões.

Primeiro, lidar com o medo é a condição humana normal. Embora alguns precisem ajustar como enfrentam esse sentimento, não devem se recriminar por lutar contra ele. Deus repete a ordem três vezes a Josué justamente porque sabe que o enfrentamento do medo é a nossa realidade básica.

Segundo, nem todo medo é ruim. O assunto é complexo porque a Bíblia alterna entre o imperativo “Não tema” e a instrução para que se tema. Vejam estes exemplos:

- E Israel viu o grande poder que o SENHOR havia usado contra os egípcios; e o povo **temeu** o SENHOR e confiou no SENHOR e em Moisés, seu servo. (Êx 14.31)
- Sigam o SENHOR, seu Deus, e **temam** somente a ele. Guardem os seus mandamentos, deem ouvidos à sua voz, sirvam-no e sejam fiéis a ele. (Dt 13.4)
- Pois quem nos céus é comparável ao SENHOR? Entre os seres celestiais, quem é semelhante ao SENHOR? Deus infunde grande terror na assembleia dos santos; é **temível** sobre todos os que o rodeiam. (Sl 89.6-7)
- O **temor** do SENHOR é o princípio do saber, mas os insensatos desprezam a sabedoria e o ensino. (Pv 1.7)

- E assim, conhecendo o temor do Senhor, procuramos persuadir as pessoas, mas somos plenamente conhecidos por Deus. E espero que também sejamos reconhecidos na consciência de vocês.(2Co 5.11)

Portanto, é possível notar por que o tema é complexo.

Existem tipos louváveis de medo. De fato, há momentos em que a ausência de medo é, na verdade, pecaminosa. Paulo, inclusive, fala de um tipo de ansiedade que é piedosa: “Além das coisas exteriores, ainda pesa sobre mim diariamente a preocupação com todas as igrejas.” (2Co 11.28).

Pais e mães oferecem advertências constantes porque a ausência de temor nos filhos é perigosa. Um pai indiferente a uma rua movimentada ou um consultor financeiro que ignora uma recessão são negligentes; neles, doses de medo e preocupação são ferramentas de proteção necessária. Mas não pode paralisar.

O termo hebraico para medo carrega o sentido de estremecer ou tremer. É uma reação gerada por algo observado e conhecido que produz uma resposta poderosa. No entanto, existe um medo que exerce controle excessivo, que usurpa o lugar de Deus.

O exemplo de Josué

Josué recebeu um chamado (1.2) e promessas específicas (1.3-5):

[O CHAMADO:] ¹Depois que Moisés, servo do SENHOR, morreu, o SENHOR falou a Josué, filho de Num, auxiliar de Moisés, dizendo: ²— Moisés, meu servo, está morto. Prepare-se, agora, e passe este Jordão, você e todo este povo, e entre na terra que eu vou dar aos filhos de Israel. **[AS PROMESSAS:]** ³Todo lugar em que puserem a planta do pé eu darei a vocês, como prometi a Moisés. ⁴O território de vocês irá desde o deserto e o Líbano até o grande rio, o rio Eufrates, estendendo-se através de toda a terra dos heteus e até o mar Grande, na direção do poente do sol. ⁵Ninguém poderá resistir a você todos os dias da sua vida. Assim como estive com Moisés, estarei com você. Não o deixarei, nem o abandonarei.

Incrível! A mesma promessa de Deus a Josué foi dada a Israel, em **Isaías 41.10**:

Não tema, porque eu estou com você; não fique com medo, porque eu sou o seu Deus. Eu lhe dou forças; sim, eu o ajudo; sim, eu o seguro com a mão direita da minha justiça.

E também foi dada por Jesus aos discípulos, em **Mateus 28.20**: “E eis que estou com vocês todos os dias até o fim dos tempos.”

No caso de Josué, a ordem para ser “forte e corajoso” (1.6, 7, 9) fundamentava-se no que Deus lhe havia comunicado. O medo pecaminoso consistiria em permitir que as percepções e sentimentos de Josué tivessem maior autoridade do que a palavra divina.

Por isso, o texto enfatiza a meditação constante no Livro da Lei (1.8). Josué precisava ser lembrado do que é verdade para que ela controlasse seus pensamentos e motivasse suas ações. O problema central não é a existência do medo, mas a autoridade que concedemos a ele sobre nossa vontade. Daí a importância da leitura, memorização, meditação e proclamação da palavra de Deus:

⁸Não cesse de falar deste Livro da Lei; pelo contrário, medite nele dia e noite, para que você tenha o cuidado de fazer segundo tudo o que nele está escrito; então você prosperará e será bem-sucedido.

Expressões do medo

Groves e Smith afirmam que o medo nos motiva a buscar segurança, controle e certeza. Embora esses objetivos sejam legítimos diante do perigo, eles podem se corromper — paralisando-nos. Esse é o ponto central — preste atenção! —: **O medo e a ansiedade dominam quando um impulso inicialmente útil se torna desordenado.**

Um passo importante para lidar com o medo é identificar sua reação habitual. Frequentemente, o temor assume o controle e dis-

torce suas habilidades naturais, levando você a exagerar em seus pontos fortes na tentativa de dominar as circunstâncias.

Considere estas cinco manifestações comuns:

1. **Pensar excessivamente:** O medo acelera o esforço intelectual. Você avalia opções, pondera riscos, elabora gráficos e consome informações exaustivamente. É uma tentativa de se proteger por meio do conhecimento total do cenário.
2. **Falar excessivamente:** O temor se manifesta na busca incessante por opiniões alheias. Você sente a necessidade de expressar cada angústia ou de obter a validação de terceiros como um escudo contra a incerteza.
3. **Trabalhar excessivamente:** O medo impulsiona o vício em trabalho (*workaholismo*). Você trabalha arduamente para preencher lacunas, tornar-se indispensável ou acumular recursos, acreditando que o esforço contínuo garantirá sua segurança.
4. **Emotividade excessiva:** O medo gera reações intensas e instáveis. Ele pode produzir a postura de “luta ou fuga”, manifestando-se como ira defensiva ou desânimo paralizante. Ambas são respostas emocionais que falham em resolver o problema real.
5. **Superproteção:** O medo assemelha-se à avareza ou ao acúmulo. Você tenta gerir a incerteza protegendo-se excessivamente ou controlando a vida daqueles que o cercam. Nesse estágio, o medo conduz à idolatria da auto-proteção. Mesquinhez.
6. **Fuga dopaminérgica:** O medo torna o silêncio e a própria companhia insuportáveis. Você recorre obsessivamente a telas, redes sociais, *streaming* ou comida e bebida não em busca de prazer real, mas de anestesia. É a tentativa de abafar a angústia com picos químicos artificiais e baratos. VEJA: Enquanto as outras manifestações tentam con-

trolar a realidade, esta tenta ignorá-la. É a sedação voluntária para não encarar a fonte do temor.

Essas expressões demonstram que o medo é complexo e, frequentemente, resulta do uso distorcido de capacidades que seriam boas em outro contexto ou noutra dosagem.

Passos práticos

Como podemos agir para enfrentar o medo? Sugiro quatro perguntas fundamentais baseadas em Josué 1:

1. O que está acontecendo?

A incumbência dada por Deus a Josué é direta: **Moisés está morto.** Essa é a realidade. Diante de Josué está a Terra Prometida. Então veja: O medo envolve circunstâncias concretas. Precisamos começar com clareza, sendo honestos sobre o fato de que os desdobramentos de nossas situações podem ser realmente difíceis.

2. O que Deus diz?

Questione-se sobre o que Deus prometeu. É necessário responder ao medo com as promessas bíblicas. Por isso, recomendei a memorização de **Isaías 41.10**. Você pode listar essas promessas e compartilhá-las com pessoas próximas.

Não tema, porque eu estou com você; não fique com medo, porque eu sou o seu Deus. Eu lhe dou forças; sim, eu o ajudo; sim, eu o seguro com a mão direita da minha justiça.

Se você ainda não é cristão, talvez essa confiança não pareça lógica. É possível que não compreenda como as promessas de Deus em Cristo se aplicam a situações temíveis, ou por que a afirmação de **Josué 1.9** — “Não tenha medo, nem fique assustado, porque o SENHOR, seu Deus, estará com você por onde quer que você andar.” — é plenamente cumprida em Jesus, que prometeu estar com os crentes todos os dias da nossa vida, até o fim dos tempos (**Mt 28.20**).

O que está acontecendo?

O que Deus diz? E...

3. Que atitude devo tomar?

Josué 1 foca na obediência. As ordens para que Josué fosse forte e corajoso visavam levá-lo à ação. É aqui que a fé se manifesta. Mesmo que a inquietação persista, devemos tomar atitudes baseadas na confiança, sejam elas pequenas ou grandes.

Isso pode envolver: (i) Gestos simples, como, por exemplo, levantar-se da cama ou decidir dormir; (ii) Não responder imediatamente a uma mensagem ou desligar o telefone por algumas horas; (iii) Medidas práticas, como buscar ajuda médica; e (iv) Atitudes de generosidade.

Você precisará avaliar quais medidas deve tomar com base em suas circunstâncias e no que está gerando o seu medo. Contudo, saiba do seguinte: a promessa de que Deus estará com você significa que você não precisa ser dominado pelo temor.

Não tema, porque eu estou com você; não fique com medo, porque eu sou o seu Deus. Eu lhe dou forças; sim, eu o ajudo; sim, eu o seguro com a mão direita da minha justiça. (Is 41.10)

O que está acontecendo?

O que Deus diz?

Que atitude devo tomar? E...

4. Como isso está me moldando?

É proveitoso observar como o enfrentamento do medo faz parte do plano de Deus para sua vida. Caminhar pela fé — em meio ao temor, triunfando sobre o medo — é um processo árduo. Josué estava diante do Jordão, com Jericó do outro lado, e uma nova etapa da história de Israel teria início ali. Tudo isso sem Moisés!

Deus prometeu que as circunstâncias difíceis da vida e o mundo quebrado (em nós e ao nosso redor) fazem parte de seu plano para nossas vidas. Podemos não ver agora.

Podemos não compreender. Podemos não gostar. E isso pode ser bastante assustador.

Contudo, aos que creem é dada esta promessa, confirmada na pessoa de Cristo: o Senhor, seu Deus, está com você por onde quer que você ande.

Cada medo levado ao Senhor, cada ansiedade ou pavor suportado sob o abrigo de suas asas, reforça nossa decisão de confiar. Isso significa que, pela misericórdia de Deus, mesmo os menores atos de fé se retroalimentam.

Como os Salmos demonstram repetidamente, cada pequena experiência da ajuda e da proximidade de Deus diante de nossos temores desperta um amor maior por ele, o qual, por sua vez, o Senhor cultiva amorosamente em uma fé mais profunda e em vidas transformadas — moldadas à imagem de Cristo.

O fundamento da nossa coragem

A ordem dada a Josué para ser forte e corajoso não era um apelo ao esforço próprio ou ao pensamento positivo. Era um chamado para fundamentar a vida na presença de Deus. Hoje, essa presença não é apenas uma promessa distante; ela se tornou realidade em Jesus Cristo, o Emanuel, o “Deus conosco”.

O medo perde sua autoridade sobre nossa vontade quando olhamos para o que Cristo realizou. Na cruz, Jesus enfrentou o abandono e o pavor extremo para garantir que nós jamais estivéssemos sozinhos. Ele suportou o julgamento, a ira de Deus, para que pudéssemos enfrentar qualquer circunstância — seja uma crise financeira, um trauma do passado, uma morte dolorosa, o sofrimento de alguém que amamos ou o medo do desconhecido — sob a proteção de um Pai que já provou ser fiel.

Saiba de uma coisa: se o medo tenta convencer você de que Deus é indiferente às suas necessidades, o evangelho de Jesus Cristo apresenta a prova definitiva do contrário. Ou seja: se Deus

resolveu o nosso maior dilema, que era a condenação eterna, ele certamente não nos desamparará nas angústias temporais. A nossa confiança não repousa em nossa capacidade de não sentir medo, mas na generosidade absoluta daquele que governa todas as coisas.

Como afirma o apóstolo Paulo, estabelecendo o fundamento final da nossa segurança:

“Aquele que não poupou o seu próprio Filho, mas por todos nós o entregou, será que não nos dará graciosamente com ele todas as coisas?” (**Romanos 8.32**)

Portanto, não tema. Confie no cuidado daquele que já entregou tudo por você. Seja forte e corajoso.

S.D.G. L.B.Peixoto.