

## Flutuação de Sobrevivência

A luz do sol resplandecia na piscina à minha frente. Eu ouvi um instrutor falando com um aluno que já estava na terra há algum tempo. Ele que está ficando cansado. Quando você está cansado e em águas profundas, use a flutuação de sobrevivência.”

Algumas situações na vida exigem que invistamos energia mental, física e emocional de forma intensa demais. Davi descreveu uma época em que seus inimigos o ameaçavam e ele sentia o peso emocional da ira deles. Ele precisava escapar da aflição que estava vivenciando.

Conforme processava seus sentimentos, Davi encontrou uma forma de descansar mesmo com seus pensamentos inquietos. Ele disse: “Confia os teus cuidados ao Senhor, e ele te susterá...” (Salmos 55:22). Reconheceu que Deus nos sustenta se ousarmos entregar nossos problemas a Ele. Não precisamos ter o controle de todas as situações e tentar construir um resultado — isso é exaustivo! Deus está no controle de todos os aspectos de nossa vida.

Em vez de tentar fazer tudo o que pudermos, sozinhos, podemos encontrar descanso em Deus. Algumas vezes é tão simples, basta pedir a Ele que lide com os nossos problemas. Podemos então parar, relaxar e desfrutar do entendimento de que o Senhor nos sustém. — Jennifer Benson Schuldt

Fonte: Nosso Pão Diário