

VI- DEPRESSÃO – Parte 2

INTRODUÇÃO



© 1960 United Feature Syndicate, Inc.

P.S. – Esta aula é uma continuação. Para compreender suas aplicações precisa considerar a primeira parte, e ainda entender o que foi explanado na primeira parte do curso.

IV- ENTENDENDO UM POUCO A DINÂMICA DA DEPRESSÃO

⇒ O salvo precisa conhecer a dinâmica da depressão e saber como lidar adequadamente com seus elementos:¹

Circunstâncias	Aspectos físicos	Pecado pessoal	Mundo caído
- Pressões, frustrações, maus tratos, saudades, preocupações. - Perdas a) Reais b) Abstratas - Ambiente de formação e/ou convívio - Situação atual do mundo	- Predisposição natural - Falta de sono, alimentação imprópria, exercício físico insuficiente - Efeito colateral de medicamentos - Doenças diversas: hipoglicemia, hepatite, disfunções glandulares; anemia; etc. - Alterações hormonais; parto; cirurgias.	- Desobediência a princípios bíblicos - Falta de boa mordomia no corpo, das finanças, do tempo - Alvos para a vida inadequados	1Jo 5.19 – mundo jaz no maligno - Ef 2.2 – mundo perdido 1Pe 5.8 – Satanás adversário 2Tm 3.1-5 – Tempos difíceis

¹ Davi Smith, Pré Conferência SBPV, 1998.

- » Todas essas manifestações produzem reações, positivas ou negativas. Essas reações ajudam a perceber a resposta que o coração/desejo humano está dando a elas.

⇒ **Existe um conjunto de fatores que podem contribuir para o abatimento**

- » O crente não está imune a passar por períodos de abatimento, embora ele possa ter a certeza de que Deus não permitirá nada em sua vida que ele não possa suportar sem pecar. (2Co 4.8-10)

2Co 4:8-10 Em tudo somos atribulados, porém não angustiados; perplexos, porém não desanimados;⁹ perseguidos, porém não desamparados; abatidos, porém não destruídos;¹⁰ levando sempre no corpo o morrer de Jesus, para que também a sua vida se manifeste em nosso corpo.

⇒ Duas alternativas básicas: **abatimento SOB controle ou abatimento NO controle.**

a) Alegria no Senhor

- » Abatimento é contrastado com alegria no Senhor
2Co 6:10 entristecidos, mas sempre alegres; pobres, mas enriquecendo a muitos; nada tendo, mas possuindo tudo.
- » A alegria no Senhor está acima das circunstâncias
Fp 4:11 Digo isto, não por causa da pobreza, porque aprendi a viver contente em toda e qualquer situação.
- » A alegria no Senhor requer uma disposição pessoal
Fp 4:4 Alegrai-vos sempre no Senhor; outra vez digo: alegrai-vos.
- » A alegria no Senhor é fruto de um andar em comunhão com ele
Rom 15:13 Que o Deus da esperança os encha de toda alegria e paz, por sua confiança nele, para que vocês transbordem de esperança, pelo poder do Espírito Santo. (NVI)
At 13:50-52 Mas os judeus instigaram as mulheres piedosas de alta posição e os principais da cidade e levantaram perseguição contra Paulo e Barnabé, expulsando-os do seu território.⁵¹ E estes, sacudindo contra aqueles o pó dos pés, partiram para Icônio.⁵² Os discípulos, porém, transbordavam de alegria e do Espírito Santo.

b) Respostas bíblicas ao abatimento

- » Quando a depressão vem pelo pecado pessoal – Sl 32; 51
 - A solução é arrependimento
- » Quando circunstâncias adversas nos atingem sem que sejamos responsáveis por elas – Rm 8.22,25
 - É legítimo “gemer”, mas com esperança
- » Quando há sofrimento físico e emocional – Lm 3.22-23
 - Ainda pode ter um coração grato e confiante para com Deus, embora suas emoções estejam perturbadas

V- INVESTIGANDO A RAIZ DO PROBLEMA – A RESPOSTA DO CORAÇÃO

⇒ Sintomas - normalmente aquilo que se costuma identificar como depressão:

Físico	"Espiritual" (pensamentos, motivações, emoções)
✓ Alteração do peso, do apetite e do sono	✓ Falta de esperança
✓ Diminuição da concentração mental	✓ Amargura
✓ Choro por motivo indeterminado	✓ Culpa
✓ Falta de energia, cansaço, apatia	✓ Sentimento de falta de valor pessoal
✓ Improdutividade, lentidão motora	✓ Pensamentos pessimistas:
✓ Lentidão do pensamento e falha da memória	"perspectiva monocromática; reducionista (tudo está perdido, tudo está errado, etc.)"
✓ Hipocondria	✓ Preocupação constante
✓ Expressão abatida	✓ Angústia
✓ Interesse diminuído na maioria das atividades	✓ Medo do futuro
✓ Lentidão ou agitação na fala	✓ Indecisão, confusão íntima
✓ Irregularidade no ciclo menstrual	✓ Isolamento
✓ Problemas gastro-intestinais	✓ Ideação suicida

- » Qual a diferença entre essas manifestações descritas como depressão com a tristeza normal? Nenhuma
- » A pergunta a ser feita sobre essas definições e manifestações é o que é causa ("patologia") e o que é sintoma?

⇒ Respostas do coração – Mc 7.20-23
Jesus mostra que os males vem de dentro

- » Algumas perguntas ajudam a investigar os interesses de uma pessoa:
Perguntas Do Tipo Raio X²

1. O que você mais ama? Odeia?
2. O que você quer, deseja, almeja, anseia e sonha?
3. O que você busca, almeja, persegue? Quais são seus alvos e suas expectativas?
4. Onde você deposita suas esperanças?
5. O que você teme? O que não deseja? Você se preocupa com o quê?
6. O que você sente vontade de fazer?
7. O que você necessita? Quais são as "necessidades percebidas"?
8. Quais são seus planos, metas, estratégias e intenções, e o que pretende realizar?
9. O que o faz funcionar?
10. Onde você encontra refúgio, segurança, conforto, escape, prazer?

"Tristeza é a dor para a qual existem fontes de consolação. Ela resulta da perda de algo bom entre várias coisas, de modo que, se você experimentar um revés profissional, poderá achar consolo na família para atravessar a dor. O desespero, por sua vez, é inconsolável, pois provém da perda de algo essencial. Quando você perde a fonte suprema de seu significado ou esperança, não existem fontes alternativas às quais se voltar. Isso acaba com você" (Timothy Keller. Deuses Falsos, p. 13)

"Há grande diferença entre tristeza e desespero, uma vez que o desespero é a tristeza insuportável. Na maioria dos casos, a diferença entre os dois é a idolatria" (p.26)

² David Powlison. UMA NOVA VISÃO, E.C.C., Cap.7

VI- MODELO BÍBLICO PARA LIDAR COM O ABATIMENTO DO CORAÇÃO

Pv 14.13 – “Até no riso tem dor o coração, e o fim da alegria é tristeza”.

⇒ Há esperança em circunstâncias desesperadoras - 2Co 4.8-9; Hb 10.23

⇒ A fonte da esperança

- Rm 15.4 – A Palavra de Deus é um antídoto poderoso contra a depressão
- Sl 84.11-12 – A bondade soberana de Deus é uma âncora para a alma abatida
- Rm 5.2 – A provação é uma flecha que aponta a direção da esperança

VII- MODELO BÍBLICO PARA LIDAR COM O ABATIMENTO DO CORAÇÃO – Estudo de caso em Lamentações 3

***** Esta conclusão fecha o assunto desta aula mas também completa o conteúdo proposto do curso**

Uma das questões mais discutidas entre os salvos é: POR QUE O FILHO DE DEUS SOFRE, POR QUE ELE TEM QUE ENFRENTAR PROVAÇÕES?

Através da vida do profeta Jeremias, vamos responder essa pergunta. -

- O profeta chegou num estado de profundo desconsolo (Lam 3.1-18)
- O que ele havia feito para merecer isto?
 - ✓ Jr 1.4-7 - Deus o vocacionou, de maneira espetacular, para ser um profeta, em dias espiritualmente, muito difíceis para a nação de Israel.
 - ✓ vv.8-10 - Deus promete que não o deixaria, e o livraria.
 - ✓ vv.11-16 - Deus revela o juízo que traria contra Israel.
 - ✓ vv.17-18 - Deus declara que o profeta sofreria e enfrentaria provações
 - ✓ v.19 - MAS, Deus promete ao profeta Seu livramento e Sua presença, i.e., Deus promete vitória, não baseada nas expectativas humanas, mas em Seu plano para a vida de Jeremias.
- Vamos entender um pouco mais do contexto em que o profeta viveu:
 - ✓ O profeta tinha 20 anos quando foi chamado para o ministério.
 - ✓ O rei de Judá era Josias, que assumiu o trono com 8 anos de idade, e foi fiel ao Senhor, quando seus antecessores haviam sido infiéis, traiçoeiros e completamente idólatras.
 - ✓ Após a morte do rei Josias, Jeremias começou a ser perseguido pelos profetas, pela sua própria família, que se voltou contra ele, e por todos de sua cidade.
 - ✓ Ele profetizava uma mensagem de julgamento divino contra o reino que havia se tornado apóstata, enquanto os outros profetas (mais velhos e populares) pregavam paz e prosperidade.
 - ✓ Por pregar paz e prosperidade todos os profetas eram considerados patriotas, enquanto Jeremias era considerado um traidor ao profetizar guerra e tribulação iminente.
 - ✓ Deus cumpre sua palavra, e por causa da idolatria, levou cativo o povo de Judá para a Babilônia (586 aC.). O profeta foi deixado na cidade, preso num tipo de jaula.

Mas, depois foi capturado e levado para o Egito, que também havia sido dominado pelos babilônicos.

- Lamentações 3 – expõe o coração quebrado do profeta. Ele havia pregado por 40 anos ao povo, debaixo de muita perseguição, provação e sofrimento, tentando evitar que fossem levados cativos. No entanto, viu seu povo sendo deportado para Babilônia, e sua nação sendo destruída pelo inimigo pagão.
- Ao ouvir esta breve descrição da vida do profeta Jeremias a interrogação que fica é: **DEUS É JUSTO EM PERMITIR O SOFRIMENTO DO SEU SERVO? Afinal de contas: POR QUE O FILHO DE DEUS SOFRE?** 3 razões:

1-O FILHO DE DEUS SOFRE PORQUE FAZ PARTE DO PLANO DE DEUS

- Ao chamar o profeta, Deus foi preciso nas instruções (Jr 1.14,19)
- Quando Jesus treinava os apóstolos, ele também disse a mesma coisa (Jo 15.20)

2-O FILHO DE DEUS CONTINUA SOFREDO PORQUE SE ESQUECE DO PLANO DE DEUS

- Jeremias estava sofrendo (Lm 3.17-18)
"Tirou-me a paz; esqueci-me do que significa prosperidade."
- O profeta havia se esquecido das palavras que o Senhor havia lhe dito, 40 anos antes: "...do norte se estenderá o mal..." e "...eles pelejarão contra ti..." ; mas olha a promessa: "...mas não prevalecerão, porque eu sou contigo, diz o Senhor, para te livrar". (Jr 1.14;19)
- Ele não estava considerando as palavras do Senhor. Ao passo, que sua concentração estava em seu povo levado cativo para longe, e sua cidade totalmente destruída.

3-UM DOS PLANOS DE DEUS NO SOFRIMENTO DE SEUS FILHOS É O CRESCIMENTO ESPIRITUAL

- Deus disse a Jeremias que estaria com ele e o livraria (Jr 1.19). Deus sempre esteve presente!
- E Jeremias diminui seu sofrimento, quando decidiu confiar em Deus

"Embora não possamos determinar as circunstâncias de nossas vidas, podemos estabelecer nossa reação a elas" (A.W.Tozer)

- Ele toma uma decisão: Ora rogando a Deus por força espiritual e não por livramento
 - a) Ele força sua memória em busca de Deus - Lam 3.19-20 – "Lembro-me da minha aflição e do meu delírio, da minha amargura e do meu pesar. Lembro-me bem disso tudo, e a minha alma desfalece dentro de mim."
 - b) Deus traz a sua memória aquilo que pode lhe dar esperança – vv.21-26 – "Todavia, lembro-me também do que pode dar-me esperança: Graças ao grande amor do Senhor é que não somos consumidos, pois as suas misericórdias são inesgotáveis. Renovam-se cada manhã; grande é a tua fidelidade! Digo a mim mesmo: A minha porção é o Senhor; portanto, nele porei a minha esperança. O Senhor é bom para com aqueles cuja esperança está nele, para com aqueles que o buscam; é bom esperar tranqüilo pela salvação do Senhor."

"Quando nos agarramos em Deus, permitimos que nossa teologia quanto à graça e misericórdia se torne real em nossos corações"

P.S.:v.27 – "É bom que o homem suporte o jugo enquanto é jovem."

"Embora não possamos determinar as circunstâncias de nossas vidas, podemos estabelecer nossa reação a elas" (A.W.Tozer)