

Lição 24 – Depressão – A noite difícil de amanhecer

“Por que você está assim tão triste, ó minha alma? Por que está assim tão perturbada dentro de mim? Ponha a sua esperança em Deus! Pois ainda o louvarei; ele é o meu Salvador e o meu Deus.” (Sl 42.11 – NVI)

Depressão tornou-se um mal comum. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 350 milhões de pessoas da população mundial, em maior ou menor grau, sofre desse mal.

O tratamento da depressão pode demandar tanto processo psicoterapêutico (psicólogos, psicanalistas ou conselheiros) como medicamentos e diagnóstico. A pessoa depressiva deve ser encaminhada aos médicos da área da Psiquiatria ou da Neurologia. Entretanto, a ação medicamentosa deve ser combinada com o trabalho terapêutico, que é essencial à cura.⁷

Nos casos de cunho psicológico, o medo, a ansiedade e a insegurança podem motivar o quadro de depressão. Os casos orgânicos, normalmente ocorrem quando há desequilíbrios de neurotransmissores como: serotonina, dopamina, e noradrenalina, que são responsáveis pela sensação de bem-estar.⁸

Alguns personagens bíblicos tiveram tristezas profundas como: Jó (Jó 3.11), Moisés (Nm 11.10-15), Davi (Sl 88.3), Elias (1 Rs 19.4), Jeremias (Jr 20.14-18), Jonas (Jn 4.1-3) Paulo (2 Co 1.8-9), além de outros. Mas vamos analisar o Salmo 42 dos Filhos de Coré.

1. Com quais palavras o Salmista exprime a sua melancolia? (vs. 5 e 11)
2. Como estava se sentindo? (vs. 7-10a)
3. Quais foram os motivos? (vs. 1-4, 9, 10b)
4. Quais são as duas atitudes do v.8 que o Salmista tinha diante de Deus?
5. A depressão afeta até a aparência das pessoas, como vemos em Salmos 6.7: *“Os meus olhos se consomem de tristeza; fraquejam por causa de todos os meus adversários.”* O que você acha da restauração de Deus?

7. Chaves, 2016, p. 28.

8. Idem.

6. De onde vem todo mal e desequilíbrio humano? (Gn 3)

7. E o fato de Jesus, no Getsêmani sentir profunda tristeza (agonia), como lemos em (Lc 22.44)? O que realmente aconteceu? Fraqueza ou virtude?

Aplicação:

Infelizmente, todos nós estamos sujeitos à depressão. Não significa que alguém está em pecado ao tê-la. Charles Spurgeon, o príncipe dos pregadores, também foi vítima dessa doença. Devemos cuidar do templo do Espírito Santo, o nosso corpo, fazendo o possível para que esteja sempre saudável.

Se estivermos com depressão ou ajudando alguém que esteja, lembremos de quem disse: “E eu estarei sempre com vocês, até o fim dos tempos.” (Mt 28.20 - u.p. – NVI).