

O drama da depressão.

A depressão é, certamente, a doença que provoca o mais agudo sofrimento. A palestrante e conferencista **Edméia Williams** define a depressão da seguinte forma: “Uma leve ausência de prazer e se estende até o mais profundo estado de desânimo no qual a pessoa deseja a morte”. Esse foi o caso do profeta Elias (I Reis 19.4) “Ele mesmo, porém, se foi ao deserto, caminho de um dia, e veio, e se assentou debaixo de um zimbro; **e pediu para si a morte** e disse: Basta; toma agora, ó SENHOR, a minha alma, pois não sou melhor do que meus pais”.

Não tenho dúvidas de que a depressão é a doença do século. Ela atinge a ricos e pobres, velhos e crianças, negros e brancos, religiosos e ateus. A depressão deixa suas vítimas sem forças, secas, vazias. O escritor **Andrew Solomon**, em seu livro **O demônio do meio dia**, diz que “a depressão precisa ser tratada como terapia, remédio e fé”.

A depressão é uma doença muito mal compreendida. Muitos confundem tristeza com depressão. No âmbito religioso, especificamente o evangélico, duas posições se tem tomado. Primeiro – é que a depressão é **fruto de distúrbios espirituais ou possessões demoníacas**. Esta visão ficou popularizada com o pregador pentecostal **Thomas Lee Osborn**. Ele ensinava que toda doença mental ou esquizofrenia é possessão demoníaca. Atribuir ao diabo todos os infortúnios acerca das doenças da mente é uma distorção do ensino bíblico. A segunda posição é que **a depressão é consequência direta de algum pecado**. O escritor reformado **Jay Adams**, delimitou a depressão como consequência de pecado cometido pelo paciente. É bom ressaltar que nem toda pessoa que passa por uma depressão está necessariamente vivendo na prática do pecado.

John White – ilustre escritor, no livro **As máscaras da Melancolia** diz: “Até os homens mais piedosos foram tomados de profundas depressões. Davi, Jeremias, Moisés, Jonas”. Elias, o grande profeta de Deus, que pregou contra o rei Acabe, e destruiu os profetas de Baal, entra em uma caverna e pede a morte. O que levou este homem que viu fogo do céu descer, cair num estado destes? Quero ressaltar alguns motivos para a nossa reflexão.

Primeiro – **Depressão após o sucesso**. A psicóloga **Ester Carrenho** que cunhou esta expressão. No livro de sua autoria **Depressão: tem luz no fim do túnel**, ela afirma: “Normalmente, diante de um desafio, o corpo passa a produzir um excesso de adrenalina para que a pessoa dê conta de executar todo o seu plano até ver o desafio cumprido. Uma vez que a tarefa está encerrada, a produção de adrenalina também cessa, trazendo para o corpo uma prostração e um cansaço de tal forma que algumas pessoas demoram alguns dias para se recuperarem novamente”. (Carrenho, Esther. **Depressão: tem luz no fim do túnel**. São Paulo: Editora Vida, 2007, p 184).

Nossos momentos mais vulneráveis muitas vezes surgem logo depois de uma grande vitória. Em I Reis 18, temos o registro da vitória de Elias sobre os profetas de Baal. Este incidente nos mostra com que rapidez passamos do alto da montanha do triunfo para o vale da provação.

Segundo – **Elias se afastou de relacionamentos encorajadores** (I Reis 19.3). “Temendo, pois, Elias, levantou-se, e, para salvar sua vida, se foi, e chegou a Berseba, que pertence a Judá; **e ali deixou o seu moço**”. Elias tinha um moço que o acompanhava, mas na hora da depressão quis ficar sozinho. É interessante observar como funciona a natureza

humana. Quando ficamos desmotivados, a primeira coisa que procuramos fazer é ficar sozinhos. A solidão não é uma boa companhia para quem está sozinho.

Terceiro – **Medo** (I Reis 19.3) “**Temendo, pois, Elias**, levantou-se, e, para salvar sua vida, se foi, e chegou a Berseba, que pertence a Judá; e ali deixou o seu moço”. O medo pode ser uma força destrutiva na vida de um ser humano. Diz John Maxwell: “**O medo gera mais medo** – O que há de mais traiçoeiro no medo é a sua capacidade de piorar”. O medo nos enfraquece. Harry Truman, 33º presidente dos Estados Unidos, observou: “O pior perigo que enfrentamos é o perigo de sermos paralisados por dúvidas e medos”. No caso de Elias, ele não teve medo quando desafiou Acabe. Não teve medo quando enfrentou os profetas de Baal no monte Carmelo. Entretanto, de forma inexplicável, ele fica assombrado com as ameaças de Jezabel.

Quarto – **Elias perdera a perspectiva de um futuro melhor** (I Reis 19.4). “Ele mesmo, porém, se foi ao deserto, caminho de um dia, e veio, e se assentou debaixo de um zimbro; e pediu para si a morte e disse: **Basta; toma agora, ó SENHOR, a minha alma**, pois não sou melhor do que meus pais”. A expressão Basta, nos mostra que Elias não conseguia enxergar nada de positivo no futuro. Pode ser que você esteja sem esperança e não enxergue nada de bom pela frente, e veja o futuro de forma sombria. Amado, tenho no seu coração a seguinte perspectiva: O melhor de Deus está para vir em sua vida. Quem dá a última palavra em nossa história de vida é o Senhor.

Como Elias saiu deste quadro? É possível vencer a depressão? Creio que é possível sim, com auxílio da Fé. Não quero aqui dizer que a terapia e o remédio não ajudam, seria irresponsabilidade minha propor isso. Entretanto, quero elencar algumas coisas que Elias precisou entender para sair daquele quadro.

Em primeiro lugar, **viva a expectativa do altíssimo em sua vida** (I Reis 19.4). “Ele mesmo, porém, se foi ao deserto, caminho de um dia, e veio, e se assentou debaixo de um zimbro; e pediu para si a morte e disse: Basta; toma agora, ó SENHOR, a minha alma, **pois não sou melhor do que meus pais**”. Observe que em momento algum, Deus pediu que Elias fosse melhor do que alguém. Quem disse que ele precisava ser? Ninguém disse que ele tinha de ser melhor que seus pais. Quando vivemos o que Deus planejou, projetou para a nossa vida, encontramos plena satisfação.

Satanás o inimigo de nossa alma tem por finalidade matar, roubar e destruir. Mas o Senhor, por intermédio de seu Filho Jesus Cristo, nos dá vida, e vida em abundância. Os planos de Deus para sua vida, seu casamento, sua família, são extraordinários (**Jeremias 29.11**) “Eu é que sei que **pensamentos tenho a vosso respeito**, diz o SENHOR; **pensamentos de paz e não de mal**, para vos dar o fim que desejais”.

Em segundo lugar, **não seja precipitado** (I Reis 19.4) “Ele mesmo, porém, se foi ao deserto, caminho de um dia, e veio, e se assentou debaixo de um zimbro; e **pediu para si a morte** e disse: Basta; toma agora, ó SENHOR, a minha alma, pois não sou melhor do que meus pais”. O filósofo **Heródoto** disse: “A precipitação é a mãe do fracasso”. Ser precipitado é agir ou falar sem pensar nas consequências daquilo que se faz, sem buscar a Deus (Provérbios 19.2) “Não é bom **proceder sem refletir**, e **peca quem é precipitado**”. Elias faz uma oração pedindo a Deus a morte, mas o projeto de Deus era levar transladado para o céu sem que ele passasse pela morte. Em suma: O que Deus tem para nós é sempre o melhor! Aleluia!

Em terceiro lugar, **Deixe Jesus tocar em você** (I Reis 19.5,7). “Deitou-se e dormiu debaixo do zimbro; **eis** que **um anjo** o **tocou** e lhe disse: Levanta-te e come. **Voltou segunda vez** o **anjo** do **SENHOR**, **tocou-o** e lhe disse: Levanta-te e come, porque o caminho te será sobremodo longo”. Elias no momento da depressão recebe a visita do “**anjo do SENHOR**”, título dado pelo Antigo Testamento a segunda pessoa da trindade, Jesus Cristo, o Filho de Deus (Teofania). Digno de nota é que o anjo do SENHOR toca em Elias pela segunda vez. O que isto ressalta? **Jesus não desiste de nós**.

Outra observação importante a ser feita é que **aquilo que temos de fazer Jesus não faz por nós**. Jesus tocou em Elias fazendo o que ele não poderia fazer. Mas levantar e comer – era com Elias. Cristo operou o maior milagre em sua vida (salvação). Entretanto, sair da caverna, comer é por sua conta.

Em último lugar, **não caminhe sozinho** (I Reis 19.19-21) “**Partiu**, pois, **Elias** dali e **achou** a **Eliseu**, filho de Safate, que andava lavrando com doze juntas de bois adiante dele; ele estava com a duodécima. Elias passou por ele e lançou o seu manto sobre ele. **20**. Então, deixou este os bois, correu após Elias e disse: Deixa-me beijar a meu pai e a minha mãe e, então, te seguirei. **Elias respondeu-lhe: Vai e volta**; pois já sabes o que fiz contigo. **21**. **Voltou Eliseu** de **seguir** a **Elias**, tomou a junta de bois, e os imolou, e, com os aparelhos dos bois, cozeu as carnes, e as deu ao povo, e comeram. **Então**, se **dispôs**, e **seguiu** a **Elias**, e **o servia**”.

Algo extraordinário Deus fez com Elias. Deus não deu a Elias apenas um sucessor: deu também um amigo próximo, pessoal, alguém que amava Elias e o compreendia suficientemente bem para servi-lo e encoraja-lo. Deus não nos criou para vivermos sozinhos numa caverna. Ele nos fez para vivermos em comunhão, amizade e comunidade com os outros. Fomos criados para fazer parte da vida uns dos outros. Termina com as palavras abençoadoras de Jesus: “Eu vim para que tenham vida e a tenham em abundância”. (João 10.10). Que Deus te abençoe em nome de Jesus!

Fraternalmente em Cristo
Pr. José Manuel Monteiro Jr.

Uma Família Servindo
ao Senhor com Alegria