

“DEUS É A MINHA FORÇA NA LUTA CONTRA O DESÂNIMO”

Salmos 77:1-10

Texto Base:

1 "Eu grito bem alto para Deus; grito, e ele me ouve." 2 "Nas horas de aflição eu oro ao Senhor; durante a noite, levanto as mãos em oração, porém não encontro consolo." 3 "Penso em Deus e começo a gemer; começo a pensar e fico desanimado." 4 Deus não me deixa dormir. Estou tão preocupado, que não posso falar. 5 Penso nos dias que já passaram e nos anos que se foram há muito tempo. 6 Gasto as noites em pensamentos profundos, começo a meditar e a mim mesmo faço estas perguntas: 7 "Será que o Senhor vai nos rejeitar para sempre? Será que ele nunca mais vai ficar contente conosco? 8 Será que deixou de nos amar? Será que a sua promessa não tem mais valor? 9 Será que Deus esqueceu de ser bondoso? Será que a ira tomou o lugar da sua compaixão?" 10 Então eu disse assim: "O pior de tudo é que o Deus Altíssimo não quer nos ajudar mais como antes." (Sl.77:1-10 NTLH)

A desesperança tem sido um tema constante na vida de muitos e falar sobre o futuro é uma perda de tempo.

A reunião na igreja estava para ter o seu início, quando o pastor recebe uma notícia: seu filho acabara de sofrer um acidente de trânsito e de falecer no local. Esse pastor havia perdido a sua filha meses antes devido a um câncer e, agora, o seu filho que estava vindo com a família à reunião também estava morto, e a sua família, levada para o hospital!

Como pastor, ele havia ajudado muitas pessoas a superarem suas crises, mas, agora, ele se encontrava abalado, sem forças, desanimado e, nos dias que se seguiram, incapaz de dormir. A perda foi demais para ele!

1. Sentir-se triste e desanimado não é ausência de crença em Deus

Há pessoas que sofreram muitas perdas como as que estão enfrentando o mesmo neste exato momento! Todas elas estão convivendo com uma dor interior intensa, a qual esmaga a alma. Essa dor é como uma corda bem apertada em volta do pescoço que vai asfixiando, e o pensamento é de que ela nunca irá afrouxar.

Viver desanimado ou deprimido é o mesmo que se sentir prostrado, depressivo e desalentado o tempo todo. Infelizmente, muitos cristãos negam esse estado de alma, pensando que, se fossem espiritualmente maduros, nunca enfrentariam tal condição psicológica. Qual é a razão desse pensamento?

Em algumas igrejas locais, é vergonhoso se sentir triste ou deprimido, pois o veredito é que a pessoa está vivendo em pecado. Essa é uma suposição enganosa e sutilmente diabólica. Esses pensamentos simplistas (ingênuos, sem uma base real) fazem com que pessoas deprimidas escondam os seus verdadeiros sentimentos, em vez de aprenderem a andar na Verdade e na Luz que é Jesus.

A verdade é que muitos, ao longo da vida, experimentarão várias crises emocionais profundas, devido às adversidades que a vida impõe. Quando a condição espiritual dessas pessoas se encontra prejudicada ou fraca, elas terão grandes dificuldades para lidar com esse "monstro interior" e se vergarão aos efeitos de suas desconfiças ou suspeitas.

2. O foco na luta contra o desânimo está na causa e não nos efeitos

O desânimo ou a depressão é um distúrbio ou desordem de nossa disposição emocional. O efeito desse distúrbio é visível pela tristeza persistente, opressão ou sentimentos de vazio e que vêm acompanhados por pensamentos de desespero, desamparo e até de suicídio. A ideia que esse estado de alma imprime sobre a vida é a de que ela é má e sempre será assim.

DEUS É A MINHA FORÇA NA LUTA CONTRA O DESÂNIMO!"

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP 02913-090 – Fone: 11 3977-9928
Walter de Lima Filho – Domingo: 14/02/2021 – www.comunidadehebrom.com.br

Tudo o que eu disse acima não é a causa do desânimo, mas os sintomas. Infelizmente, muitos procuram nas igrejas a libertação para os sintomas e não se preocupam com a causa dos mesmos. Na melhor das hipóteses, o alívio será temporário!

Ao lidarmos com o desânimo, nós devemos focar na causa e não no efeito. Muitos, ao desprezarem a causa do seu desânimo, se prendem aos efeitos e demonstram sintomas graves como:

- **FÍSICOS:** a queda do nível de energia, distúrbios do sono, queda do nível de atividade, queixas somáticas (de dores pelo corpo), perda do apetite.
- **MENTAIS E EMOCIONAIS:** tristeza, desespero, irritabilidade, baixa tolerância à frustração ou insucessos, isolamento, padrões negativos de pensamento, pensamentos de morte e suicídio.

Muitos vão às igrejas locais e pedem orações, a fim de se livrarem dos efeitos do desânimo. Ao receberem orações, essas pessoas se sentem psicologicamente aliviadas e, por não se fortalecerem espiritualmente, o estado seguinte será pior que o anterior.

Portanto, não basta lutarmos contra os efeitos da depressão ou do desânimo, mas é necessário que enfrentemos a causa desses sintomas. Entretanto, como nós enfrentaremos a causa que nos deprime com uma fé prejudicada ou fragilizada?

3. Acreditar em Deus não basta para lutar contra o desânimo ou a depressão

O nosso texto base fala de Asafe, um homem que pede socorro a Deus por se sentir deprimido e que não consegue dormir. Ele é um exemplo de alguém que acredita em Deus, mas que está enfraquecido na fé e, por essa razão, não consegue enfrentar a causa da sua condição emocional com atitudes corretas.

3.1. Ele afirma que Deus o ouve. (v.1)

📖 1 EU GRITO BEM ALTO para Deus; grito, e ELE ME OUVE." (NTLH)

3.2. A seguir, ele passa a caminhar por suposições. Primeiro, ele diz que a causa da sua insônia é a ajuda divina que não lhe é dada. (v.2-4)

📖 2 "NAS HORAS DE AFLIÇÃO EU ORO ao Senhor; durante a noite, levanto as mãos em oração, porém NÃO ENCONTRO CONSOLO." 3 "PENSO EM DEUS e começo a GEMER; começo a pensar e fico DESANIMADO." 4 Deus não me deixa dormir. ESTOU TÃO PREOCUPADO, que não posso falar. (NTLH)

3.3. Em seguida, ele enche a sua mente com as coisas do seu passado e passa a duvidar ou questionar tanto a compaixão como a misericórdia de Deus. (vs.5-10)

📖 5 PENSO nos dias que já passaram e nos anos que se foram há muito tempo. 6 Gasto as noites em pensamentos profundos, começo a meditar e a mim mesmo faço estas perguntas: 7 "SERÁ que o Senhor vai nos rejeitar para sempre? SERÁ que ele nunca mais vai ficar contente conosco? 8 SERÁ que deixou de nos amar? SERÁ que a sua promessa não tem mais valor? 9 SERÁ que Deus esqueceu de ser bondoso? SERÁ que a ira tomou o lugar da sua compaixão?" 10 Então eu disse assim: "O PIOR DE TUDO É QUE O DEUS ALTÍSSIMO NÃO QUER NOS AJUDAR MAIS COMO ANTES." (NTLH)

4. Deus é a Esperança a todos os que Nele confiam e dependem Dele

Eu não sei se você está vivendo ou não em uma situação adversa, mas, caso esteja, como responderá a ela? O homem é espírito, alma e corpo. O corpo sempre expressa o conteúdo da alma (mente), e esta, o que está no espírito humano. Deus é Espírito e, por ser esta a Sua natureza, Ele habitará no espírito de quem Nele crê e deseja obedecê-Lo. Quando o cristão

DEUS É A MINHA FORÇA NA LUTA CONTRA O DESÂNIMO!”

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP 02913-090 – Fone: 11 3977-9928
Walter de Lima Filho – Domingo: 14/02/2021 – www.comunidadehebrom.com.br

anula a ação de Deus em seu espírito, não é porque deixou de acreditar Nele, mas deixará de viver pela fé, porque se rende aos seus anseios psicológicos. Então, o corpo expressará esses anseios.

Quando procuramos viver pela ajuda divina (Cristo em nós) que está no nosso espírito, a alma será alimentada pela mente de Deus e nossas atitudes corporais expressarão o poder da força divina. Vamos ler as palavras de Paulo:

 7 [...] nós que **TEMOS** esse **TESOURO ESPIRITUAL** somos como potes de barro **PARA QUE FIQUE CLARO** que o poder supremo pertence a Deus e não a nós. 8 **MUITAS VEZES** ficamos aflitos, **MAS** não somos derrotados. Algumas vezes ficamos em dúvida, **MAS** nunca ficamos desesperados. 9 Temos muitos inimigos, **MAS** nunca nos falta um amigo. Às vezes somos gravemente feridos, **MAS** não somos destruídos. (2 Co.4:7-9 NTLH)

O meu desejo é que todos nós busquemos a vontade de Deus e que tenhamos atitudes que revelem a nossa obediência a Ele. Somente Nele e por Ele é que poderemos vencer a causa e os efeitos do nosso desânimo ou depressão.

 Ó SENHOR Deus, **ENSINA-ME O QUE QUERES** que eu faça, e **EU TE OBEDECEREI FIELMENTE!** **ENSINA-ME A TE SERVIR** com toda a devoção. (Sl.86:11 NTLH)

Que Deus nos abençoe!