# Depressão Espiritual

Por **David Martyn Lloyd-Jones**

O renomado pregador e pastor David Martyn Lloyd-Jones diz que ‹‹o que poderíamos chamar de “depressão espiritual”, com muita freqüência, é tratada nas Escrituras Sagradas››. Isso nos leva a conclusão que é um problema muito comum, e que parece ter afligido o povo de Deus desde o princípio, pois tanto o Velho Testamento como o Novo Testamento o descrevem e o tratam demoradamente. Isso, por si só, nos leva a concluir que este problema continua a afligir o povo de Deus de forma particular nos dias atuais.

Estamos tratando desse assunto aqui neste livro, para que aqueles que estão nesta condição, possam ser libertos de sua infelicidade, inquietação, desconforto e tensão, pois é muito triste saber que há cristãos que vivem a maior parte das suas vidas neste mundo em tal situação. Muitos cristãos parecem que estão carregando o mundo todo sobre seus ombros. Estão abatidos, tristes, perturbados, perplexos. Tudo parece estar em cima deles, esmagando-os. Eles não conseguem controlar as suas emoções, e chegam a ponto de perderem o apetite. Todos estamos familiarizados com esse fenômeno. Se alguém está ansioso ou preocupado, perde o apetite. De fato, a comida parece quase que repugnante.

Um dos problemas resultantes da depressão espiritual é que, com freqüência, quando sofremos dela, não estamos conscientes da impressão que está sendo transmitida a outros, e devemos nos preocupar com isso. É bom olhar para nós mesmos, tentando visualizar o quadro que estamos apresentando aos outros, como uma pessoa deprimida, chorosa, que não quer comer, nem ver ninguém, e está tão preocupada com seus problemas que comunica a todos um quadro de depressão e miséria.

● ‹‹No seu livro Depressão Espiritual Martyn Lloyd-Jones nos diz que existem quatro possíveis razões para a depressão espiritual, são elas››:

1°) Em primeiro lugar podemos descrever o temperamento.

Tratamos em primeiro lugar o temperamento porque, apesar de sermos cristãos e unidos num mesmo “corpo”, todos somos diferentes, e os problemas e dificuldades, as tribulações e perplexidades que enfrentamos são, em grande medida, determinada pelas diferenças de temperamento e tipos de personalidade. Todos participamos da mesma batalha e temos as mesmas necessidades básicas. Todavia, as manifestações do problema variam de um caso para outro, e de uma pessoa para outra. Não há nada mais fútil, ao tratar desse problema, do que agir com base na suposição de que todos os cristãos são idênticos em todos os aspectos. Não são – e Deus jamais planejou que fossem. Todos nós somos seres humanos, tendo basicamente a mesma constituição física, no entanto, sabemos muito bem que não há duas pessoas idênticas.

Podemos dividir os seres humanos em dois grupos básicos de pessoas – os introvertidos e os extrovertidos. Há um tipo de pessoa que está constantemente voltada para dentro de si mesma, e outro tipo cuja atenção está em geral voltada para fora. E é muito importante compreender, não só pertencemos a um desses dois grupos, mas também que o problema de depressão espiritual tende a afetar um desses grupos mais do que afeta ao outro. Isso não significa que essas pessoas sejam piores do que as outras. Na verdade, podemos sustentar com base que as pessoas que se destacaram de forma gloriosa na história da Igreja eram, muitas vezes, pessoas que passaram por esse problema. Alguns dos maiores santos eram introvertidos; o extrovertido é uma pessoa mais superficial.

Alguns de nós, por natureza e devido ao nosso temperamento, somos mais suscetíveis a esta doença chamada depressão espiritual do que outros. Pertencemos ao mesmo grupo de Jeremias, João Batista, Lutero, Timóteo e muitos outros. Com isso, observando a história bíblica e secular, podemos notar que o mundo se move na anormalidade. Deus levantou grandes líderes durante períodos difíceis de depressão espiritual, para conduzir o rumo da história da humanidade. Portanto, podemos dizer, “que tudo coopera para o bem dos que amam a Deus”, e entender que Deus pode usar até mesmo períodos profundos de depressão para trabalhar individualmente ou coletivamente com o seu povo.

2°) Em segundo lugar podemos descrever as condições físicas.

A condição física tem muita influência nisso tudo. É muito difícil marcar uma linha divisória entre esta causa e a anterior, porque o temperamento parece ser controlado, até certo ponto, por condições físicas, e na verdade há pessoas que parecem fisicamente vulneráveis ao problema da depressão espiritual. Em outras palavras, existem certas debilidades físicas que tendem a causar a depressão. Por exemplo, Charles Haddon Spurgeon, um dos maiores pregadores de todos os tempos, esse pastor era sujeito a depressão espiritual, e a explicação, no caso dele, sem dúvida era o fato de que ele sofria de gota, o problema que acabou causando a sua morte. Ele teve que enfrentar esse problema de depressão espiritual muitas vezes em sua forma mais intensa devido ao seu problema de saúde que ele herdou de seus ancestrais.

Estão incluídos nesse grupo de causas físicas: cansaço, esgotamento, estresse e qualquer outro tipo de doença. Não se pode isolar o físico do espiritual. Pois somos corpo, mente e espírito. Os melhores cristãos são mais propensos a ataques de depressão espiritual quando estão fisicamente fracos. E, se reconhecermos que nosso físico pode ser parcialmente responsável por nosso problema espiritual, e levarmos em consideração, será mais fácil tratar do espiritual.

3°) Em terceiro lugar podemos descrever o que poderíamos chamar de “reação”.

Reação a uma grande benção, ou uma experiência extraordinária ou fora do comum. Como exemplo nós temos o próprio Elias, que estaremos falando neste livro. Abraão teve uma experiência semelhante (Gn 15). Por isso quando alguém vem nos contar a respeito de alguma experiência extraordinária que teve, nos regozijamos com a pessoa, dando graças a Deus; porém passamos a observá-la atenta e apreensivamente depois disso, caso haja uma reação. Isso não precisa acontecer, mas pode se dar se não estivermos cientes dessa possibilidade. Se apenas compreendêssemos que quando Deus se agrada em nos dar uma bênção incomum, deveríamos redobrar nossa vigilância, então poderemos evitar essa reação. Alguns anos atrás aconteceu algo semelhante com uma pessoa que conhecemos. Esta pessoa estava com o filho muito doente no hospital, aliás, seu filho estava no CTI. Quando soubemos disso fomos ao hospital para visitá-lo; chegando lá a criança já estava no quarto, mas ainda necessitava de muitos cuidados. Quando eu entrei no quarto, o Espírito Santo me falou que era para ungir a criança que ele ficaria curado, mas antes de ungir e orar pela criança, Deus me falou para falar para mãe da criança que ela precisava retornar para os caminhos do Senhor e se arrepender dos seus pecados, pois a causa da doença do seu filho era ela, mas Deus, naquela tarde, curaria por completo seu filho. No mesmo instante, aquela mãe se reconciliou, com muitas lágrimas, reconhecendo o seu afastamento de Deus; então eu ungi seu filho e orei por ele. Dois dias depois, a criança que estava desenganada pelos médicos estava em casa completamente curada. Houve um grande avivamento naquela família, eles foram a várias igrejas testemunhar do milagre; no entanto, esse avivamento durou um pouco mais de três meses, e aquela mãe tão avivada estava novamente fria espiritualmente. Isso não é fatalismo, mas pode acontecer. Por isso a necessidade de vigilância.

4°) Em quarto lugar podemos descrever o ataque do diabo.

Ele pode usar nosso temperamento e nossa condição física contra nós. Ele nos manipula de tal forma que acabamos permitindo que nosso temperamento nos controle e governe nossas ações, em vez de nós mantermos o controle sobre ele. São incontáveis os meios pelos quais o diabo causa depressão espiritual. Temos que nos lembrar dele. O seu objetivo é deprimir o povo de Deus, de tal forma que ele possa ir ao homem do mundo e dizer: “olha aquele crente, você quer ser assim?” A estratégia do adversário de nossas almas, o adversário de Deus, é de nos levar à depressão e ao estado de espírito de perturbação e infelicidade.

‹‹Podemos resumir a questão desta forma: a causa básica de depressão espiritual é incredulidade, pois se não fosse por ela nem o diabo poderia fazer coisa alguma. É porque prestamos atenção ao diabo em vez de ouvirmos Deus, que caímos derrotados diante dos ataques do inimigo. Para vencermos todos estes obstáculos só existe um meio: “olhar firmemente para o autor e consumador da nossa fé: Jesus”››.

LLOYD-JONES, D. Martyn. Depressão Espiritual. 2ª- ed. Publicações Evangélicas Selecionadas. São Paulo: 1996