

Revista ENSAIOS TEOLÓGICOS

Online ISSN 2447-4878



Ensaio Teológico está licenciada com uma Licença Creative Commons
Atribuição – Não Comercial – Sem Derivações - 4.0 Internacional

SOMBRAS DE UMA ALMA EM AGONIA

SOMERVILLE, Robert B. **Se sou cristão, porque estou deprimido? A jornada de um cristão pelo vale da sombra da morte.** Tradução de Samuel Fernandes do Nascimento. Eusébio: Peregrino, 2016.

Camila Ferreira Assumpção¹

A Editora Peregrino traz à luz a obra de Robert B. Somerville, *Se sou cristão por que estou deprimido? A jornada de um cristão pelo vale da sombra da morte*. Somerville serve como pastor mestre na Evangelical Free Church e como professor de aconselhamento bíblico no The Master's College. É graduado pelo King's College, mestre em Divindade pelo Trinity Evangelical Divinity School e doutor em aconselhamento bíblico pelo Westminster Theological Seminary. A obra é dividida em dez capítulos, que relatam a experiência do autor em dias que ele parecia estar mergulhado na escuridão da alma. O início de cada capítulo possui uma oração do livro Vale da Visão, as quais, segundo o autor, foram encorajadoras. Já o final de cada capítulo possui a história, ou seja, testemunho de terceiros que passaram pela depressão. O final da obra traz quatro apêndices com questões práticas para aqueles que lutam contra a depressão.

Inicialmente o autor relata a história da sua depressão. Para Somerville, foi inconcebível que, após trabalhar por trinta e cinco anos ajudando pessoas que estavam sem esperança, agora ele pudesse estar na mesma situação. Diante de tamanho sofrimento, a alegria da salvação parece ser um mero mito. Pensamentos que colocam em dúvida o “ser salvo” se aprofundam de tal forma na mente que se tornam verdades para o sofredor. Ele simplesmente

¹ A autora possui graduação em Teologia e pós-graduação em Docência do Ensino Religioso pela Faculdade Batista Pioneira. E-mail: fcamila80@yahoo.com.br

não consegue acreditar que, possuindo tantos pensamentos suicidas, possa, ainda assim, ser um filho de Deus. Um pequeno problema se torna gigante, pensamentos positivos são completamente sufocados, e a sensação de abandono é envolvente. A depressão afeta ricos e pobres, crentes e descrentes, fortes e fracos, simplesmente porque o homem é vulnerável.

No capítulo seguinte, Somerville aborda sobre “onde está a esperança?”. Não se trata sobre o que o homem pode fazer para obter esperança, mas em quem ele pode confiar. No passado, presente e futuro a esperança sempre estará na pessoa de Cristo. O cristão que possui a palavra de Deus, possui o que pode restaurar sua alma quebrada e solidificar sua fé. Nenhum isolamento traz conforto, por isso é fundamental que se mantenha um relacionamento com outros crentes e pessoas que igualmente já estiveram no chamado “inverno da alma”. Segundo o autor, todo cristão que está enfrentando a depressão precisa de um propósito, e o propósito deve ser amar a Deus em primeiro lugar. Mesmo em meio à dor, a glória pertence e deve ser dada ao Senhor.

Sequencialmente são relatadas as “lições da vida de Elias”. Elias era profeta, mas também um homem como qualquer outro. Logo após uma vitória contra 450 profetas de Baal, ele foge desesperadamente, com medo de uma rainha. Nesse frenético desespero, ele vê a morte como a única solução e pede que o próprio Deus atenda a este pedido. Isso significa que, mesmo após um sucesso, qualquer pessoa está sujeita a mergulhar na depressão. O medo é apenas mais um escorregador para a depressão. Mesmo estando sem qualquer resquício de esperança, Deus deu uma tarefa para Elias; desta forma, ao se levantar e enquanto cumpria sua tarefa, ele foi curado. De igual modo é com o cristão: não se deve esperar ter forças, no caminho Deus dará as forças necessárias e a cura.

No quarto capítulo, o autor aborda sobre o próprio título da obra “Se sou cristão, por que estou deprimido?”. As causas da depressão são muito abrangentes, mas elas podem ser classificadas como: pressões, enfermidades e o pecado. Seja qual for o motivo, o cristão precisa ter em mente que Deus continua trabalhando e que Deus ensina no sofrimento. Muitos personagens bíblicos, homens e mulheres tementes ao Senhor, passaram pelo vale sombrio da depressão, contudo eles recorreram à oração, ao Deus que ouve e perseveraram. Nenhum pecado é maior que a cruz e Deus é mestre em usar a depressão para o bem.

Em seguida, Somerville trata sobre “Como lidar com a culpa”. Toda culpa possui um propósito e Deus também a usa para trazer de volta o perdido. Porém, às vezes, o cristão se encontra na depressão devido ao que o autor chama de culpa inapropriada. Culpa inapropriada é quando a pessoa confessa seu pecado, mas não confia no poder de Jesus, que o redimiou e justificou. A culpa não pode resistir à confissão, ao arrependimento e, conseqüentemente, à majestosa graça de Deus. A salvação não depende do desempenho do cristão, ela já foi consumada por Cristo.

“O que está acontecendo com meu corpo e minha mente?”, o autor fala sobre os cuidados que devemos ter com ambos. O crente tem a obrigação de ser um exímio mordomo do seu corpo, não por vaidade, mas por compreender que ele possui apenas um corpo com o qual pode servir e obedecer a Deus. A medicação no período da depressão é importante, mas

não deve se tornar o principal recurso, alimentações equilibradas e exercícios são fundamentais. As necessidades espirituais também precisam ser visadas.

Lidar com os medos, preocupações e ansiedades, está intimamente relacionado com o processo de cura da depressão. Ter convicção da soberania de Deus em meio às avalanches de dificuldades é uma porta para a alegria no Senhor. Já tentar resolver todos os problemas do mundo é pedir para entrar em um colapso nervoso. Somerville é enfático ao dizer que o cristão precisa saber descansar em oração e descansar a mente no que vai ajudá-lo a vencer a batalha, ou seja, as coisas do alto.

No oitavo capítulo, o autor aborda “Como posso expressar a Deus minha profunda tristeza?”. É possível louvar a Deus diante das bênçãos e das lágrimas, no manancial e no deserto. Saber expressar a Deus a tristeza, requer intensidade no relacionamento com ele. Louvar a Deus nas adversidades da vida, não é algo que flui do coração do homem, isso só é possível devido à graça e misericórdia do Senhor. Reconhecer que se está no fundo do poço é o primeiro degrau para se sair dele. Às vezes, Deus, em seu maravilhoso senso de humor, tira tudo do crente, para que, então, só ele seja visto e somente nele seja depositada toda expressão de confiança.

Somerville relata que, apesar do sofrimento dos apóstolos, eles possuíam uma alegria focada em Cristo. Em um mundo que jaz em densas trevas, o cristão deve focar sua mente no Senhor. A vontade de Deus é perfeita em qualquer circunstância. Ela é igualmente perfeita no sofrimento e, por isso, a alegria nunca está fora de questão.

Enfim, o último capítulo é escrito por Mary Somerville, esposa do autor. Este capítulo fala sobre “Como cuidar dos que cuidam? Conforto para o cuidador”. Quando o cristão é cheio do conforto de Deus, ele transborda, atinge outros e isso traz libertação. O cuidador não precisa ser forte, ele só precisa ser dependente do Rei, sua força, coragem e esperança virão dele. Os fardos não precisam ser carregados sozinhos, ter pessoas dispostas a orar e dar conselhos de suas experiências acalenta a alma. Estar ao lado e permanecer amando aqueles que estão sem luz, alimentando-os com as verdades eternas, também é crer que o conforto virá. O sofrimento produz perseverança.

Somerville consegue através de sua obra revelar de forma graciosa o agir de Deus diante das adversidades da vida. O cristão sofre, mas este sofrimento não precisa se solidificar no desespero, ineficácia ou vergonha, Cristo é a esperança, salvação e glória. Obviamente ninguém gosta de andar pelo vale da sombra da morte, contudo este vale, às vezes, é necessário. A pergunta inicial não deve ficar no “por que estou deprimido?”, ela deve ir para “o que Deus tem para me ensinar diante de tamanho sofrimento?”. A sensação de abandono sempre borbulha na alma de quem sofre com a depressão, mas ele deve ser lembrado de que Deus está perto. As únicas objeções em relação à obra são referentes aos erros excessivos de grafia e de gênero presentes principalmente nas partes em que são relatados os testemunhos de terceiros. No mais, a obra é recomendável a pessoas que sofrem com a depressão, seus cuidadores, pessoas que exercem ministério pastoral, ministério de aconselhamento bíblico e curiosos como eu.