

5_Долаючи депресію_2

Текст: Єремії 11:18-20, 15:10, 15-21.

Тема: Долаючи депресію

Горе мені, мати, навіщо ти мене народила? Чоловіка, який судить, і розсуджує всю землю. Ані я не допоміг, ані мені ніхто не допоміг. Моя сила зникла між тими, що мене проклинають.

Єремії 15:10 УТТ

Вступ:

- Що таке депресія?
- Який вихід пропонують медики/психотерапевти?
- Що Біблія пропонує?

Зміст:

A. Що таке депресія?

1. Слово «депресія» походить від французької і значить давити – давити вниз. Encyclopedia Britannica визначає депресію наступним чином - настрій і емоційний стан якому притаманні сумом, бездіяльністю, і зменшенням здібності насолоджуватись життям. Людина яка переживає депресію зазвичай відчуває один чи декілька з наступних симптомів: сум, безнадія, песимізм, занижена самооцінка, зменшення або повна втрата здібності насолоджуватися життям, втрата енергії і життєвої сили, повільність думок і дій, втрата апетиту, поганий сон або безсоння.
2. Депресія відрізняється від простого суму, горя чи печалі, які є нормальною емоційною реакцією на втрату близької людини або чогось дорогого. Але депресією вважається коли цей настрій триває задовго.

B. Який вихід пропонують медики/психотерапевти?

1. Джейн Дріпер, кореспондент ББС, продемонструвала дослідження спеціалістів із Британії, США і Канади в статі «Антидепресанти виявилися неефективними». Проаналізувавши результати клінічних досліджень фармацевтичних компаній, спеціалісти прийшли висновків, що 4 найбільш приписуємих антидепресантів по ефективності дорівнюють плацебо – пігулкам пустушкам. Але британцям за год було виписано 12 мільйонів рецептів на антидепресанти.
2. Лікарі психотерапевти інколи дають доволі кумедні поради, як от Олена Шевченко радить «повисіти до низу головою на турніку, і бажано на природі, або навіть пригнути з парашутом». А у статі «10 способів як побороти стрес на роботі» Kate Lorenz як одну із порад пропонує дихати глибше.

C. Що Біблія пропонує? Ілюстрація із життя Єремії може бути прикладом виходу із депресії.

1. Стіна плачу та молитовний платок за переданням приписують Єремії. З того що він каже можна легко помітити ознаки депресії. **Проклятий день, в якому я народився в ньому. День, в який мене породила моя мати, хай не буде милий. Проклята людина, що сповістила моему батькові, кажучи: Тобі народився хлопчик, радісний день! Нехай та людина буде, як міста, які Господь знищив у гніві й не розкаявся, нехай почує крик вранці та голосіння в полудень, бо не вбив мене в лоні, і не стала мені моя мати моїм гробом і лоном вічного зачаття. Чому це я вийшов із лона, щоб побачити страждання та болі, і мої дні закінчилися в соромі?** Єремії 20:14-18

D. Довіра

1. Одна із причин депресії – порушені довірливі відносини з Богом. **Єремії 11:18-20 Тоді я побачив їхні задуми. А я, як незлобне ягня, ведене на жертву, не**

знав. Задумали проти мене злий задум, кажучи: Давай кинемо дерево в його хліб і викинемо його із землі живих, щоб його ім'я більше і не згадали! Господи, Який судиш праведно, Який досліджуєш серця і нирки, нехай побачу я помсту від Тебе на них, бо до Тебе я відкрив моє оправдання!

2. Історія з отруєнням викликала шок у пророка. Можливо причина зговору була пов'язана з підтримкою реформ царя Йосії і священицька родина з якої був Єремія вважала його за зрадника.
3. Він мусив засвоїти важливий урок для себе, що він не може покладатися на людей, а лише на Бога. **до Тебе я відкрив моє оправдання.**
4. Приклад билини в пустелі, яка скорчена і вижена палючим сонцем і рослина, яка при водах. **Проклята людина, яка має надію на людину і опирається на нього тілом свого рамена, а від Господа відійде його серце! І він буде, як билина в пустелі, не побачить, коли прийде добро, і поселиться на узбережжях, у пустелі, у соляній землі, яка не заселена. Та благословенна людина, яка поклала надію на Господа, і Господь буде його надією. І він буде, як родюче дерево при водах, і у вологості випустить своє коріння, і не злякається, коли прийде спека, і в нього буде розлогий стовбур, він не побоїться в рік посухи і не перестане давати плоду. Єремії 17:5-8.**
5. Практичні висновки, що треба довіряти Богу і на 100 відсотків можна покластися тільки на Нього. Зрозумійте мене правильно, можна і потрібно мати гарних друзів, але покладатися у всьому довіряти можна лише одному Богу, який ніколи не засмутить і не підведе.

Е. Послух

1. Ситуація з покупкою поля. **Ось доходять до міста вали, щоб здобути його, й місто віддане буде у руку халдеїв, що воюють із ним, через меч, і голод, і моровицю... І що говорив Ти, стається, і ось Ти це бачиш. А Ти ж був сказав мені, Господи Боже: Купи собі поле за срібло, і засвідч купівлю свідками. Ось місто віддане буде у руку халдеїв... Єремії 32:24-25 UBIO**
2. Місто було оточене, вороги захопили землю, яку хитрий родич продає Єремії і Бог каже щоб пророк зробив покупку, яка здавалась би такою безглуздою. Але він мав близькі і довірливі відносини з Богом і був слухняний тому що Бог казав йому робити. Довіра виявляється в послуху.

Ф. Відвертість

1. Він знав правильне богослов'я і відповіді, але був відвертий у своїх молитвах до Господа. **Ти, Господи, праведний, щоб я говорив у захист до Тебе, однак говоритиму Тобі про суди. Як це, що щастя є на дорозі безбожних, — пощастило всім, хто неслухняний через переступи? Ти їх насадив, і вони закоренилися, народили дітей і принесли плід. Ти є близько до їхніх уст, та далеко від їхніх нирок. І Ти, Господи, знаєш мене, Ти дослідив моє серце перед Собою. Очисти їх на день їхнього вирізання. Аж доки плакатиме земля, і висохне вся трава поля від злодіянь тих, які на ній живуть? Пропали худоба і птахи, бо вони сказали: Бог не побачить наших доріг! Єремії 12:1-4 УТТ** Тому і нам не варто ховати свої почуття перед Богом, а слід відкривати своє серце.

Г. Покаяння

1. Стан пророка
 - а. **Горе мені, мати, навіщо ти мене народила? Чоловіка, який судить, і розсуджує всю землю. Ані я не допоміг, ані мені ніхто не допоміг. Моя сила зникла між тими, що мене проклинають. Єремії 15:10 УТТ**
 - б. Він жаліється що взагалі народився в цей світ, що рівноцінно зреченню свого покликання як пророка.

- с. Господи, згадай мене, відвідай мене і помстися за мене перед тими, що мене переслідують, не будь довготерпеливим. Пізнай, що я за Тебе прийняв погорду від тих, що неслухняні Твоїм словам. Поклади їм край, а мені Твоє слово буде на веселість і радість мого серця, бо на мені прикликано Твоє Ім'я, Господи Вседержителю. 17 Я не сів у зборі тих, що глумилися, але я стерігся від лиця Твоєї руки. Я сам сидів, бо я наповнився гіркотою. Чому ті, що мене засмучують, мене перемагають? Моя рана велика, як явилікуюся? Справді стала мені як оманлива вода, що не має довіри. 19 Через це так говорить Господь: Якщо повернешся, то відновлю тебе, і станеш перед Моїм обличчям. І якщо виведеш шляхетне з нікчемного, то будеш, як Мої уста. І вони повернуться до тебе, а ти не повернешся до них. І дам тебе для цього народу, як мідний захисний мур, і воюватимуть проти тебе, і не здолають тебе, тому що Я є з тобою, щоб тебе спасати. Єремії 15:15-20 УТТ
- d. Він вважає що заради Бога він страждає, а це ніщо інше як непряме звинувачення Бога. Він не мов каже «це все із-за тебе».
- e. Себе він бачить дуже гарним і таким що він любить Боже Слово 15:16 і не має нічого спільного з грішниками 15:17. І йому не зрозуміло як такий гарний чоловік як Єремія став як пересохла водойма 15:19.
- 2. Бог закликав Єремію до покаяння 15:19
 - а. Єврейське слово *шув* – повернутися, 4 рази зустрічається в цьому тексті і Бог обіцяє що він поверне пророка до служіння і він стане прикладом для інших.

Заключення: для виходу з депресії потрібна наступна ціпочка:

ДОВІРА→ПОСЛУХ→ВІДВЕРТІСТЬ→ПОКАЯННЯ