

ESTUDO PARA GRUPOS E CÉLULAS

Tema: Confortado e restaurado por Deus.

Texto: Leia 1 Reis 19:3-15

Introdução

Elias está cansado, chateado e sozinho. Certamente seu desejo é de ser confortado e restaurado. Ele acaba de passar por um dos períodos mais intensos de sua vida: enfrentando os 450 profetas de Baal, invocando fogo do céu, vendo Deus trazer uma tempestade após anos de seca e fome, correndo 30 km à frente de uma carruagem, recebendo uma ameaça de morte da rainha, fugindo por cerca de 160 km e, finalmente, acabando sozinho no deserto.

Pergunte: Como Deus trata esse homem exausto?

Primeiro, ele ajuda Elias de uma forma muito prática: alimentando-o e deixando-o descansar.

Quando Elias começa a se sentir melhor, confortado e restaurado, Deus leva-o ao Monte Horebe, o monte de Deus. Foi aqui que Deus se encontrou e falou com Moisés através da sarça em chamas (Êxodo 3:1-2), deu a ele os Dez Mandamentos e confirmou sua aliança com o povo de Israel (Deuteronômio 5).

Nesse local, Elias teria sido lembrado das promessas de Deus e de sua fidelidade no passado. Mas, ao contrário de quando Deus apareceu a Moisés, uma ocasião em que houve vento, fogo e terremotos, desta vez, Deus aparece em uma brisa suave.

Finalmente, quando Elias está totalmente recuperado e renovado, Deus incumbe-o de uma nova tarefa importante, mostrando que ele ainda é precioso para Deus e que ainda pode ser usado por ele.

Depressão

Embora a palavra "depressão" não se encontre na Bíblia, há muitas referências ao desespero, à desesperança e à profunda infelicidade (por exemplo, em Lamentações e em muitos Salmos).

Deus compreende e oferece-nos alternativas: perdão, amor e esperança.

Devemos orar pelas pessoas que estão com depressão, mas, assim como acontece com as doenças físicas, Deus nem sempre age da maneira que esperamos. Às vezes, Deus cura as pessoas de suas doenças, mas ele frequentemente oferece restauração de outras maneiras.

Pergunte: Além de orar, o que mais podemos fazer para ajudar as pessoas na prática quando elas estiverem tendo dificuldade para lidar com a tristeza e a depressão?

É importante entender que o fato de uma pessoa não se curar da depressão nunca é culpa dela por não ter “fé suficiente”.

Para superar a depressão, pode ser necessária uma combinação de abordagens. Conversar com conselheiros treinados pode ajudar a mudar padrões de pensamento prejudiciais.

Os antidepressivos podem ajudar a equilibrar as substâncias químicas no cérebro que permitem que nos sintamos bem. A comunidade cristã pode ajudar nos casos de isolamento e solidão.

Apoio

Todos devem se sentir valorizados, independentemente daquilo pelo que estão passando. As visitas, as orações, os telefonemas e o apoio prático significam muito.

Pergunte: O que podemos fazer para ajudar as pessoas na prática quando elas estiverem tendo dificuldade para lidar com a tristeza e a depressão?

Não precisamos ser especialistas em saúde mental para ajudar. Podemos permanecer ao lado das pessoas que estão sofrendo e oferecer Jesus como fonte de esperança. Mateus 5:4 diz: “Bem-aventurados os que choram, pois serão consolados.”

Deus responde a Elias através de apoio prático: alimentos, bebida e descanso. A seguir, Deus delicadamente lembra Elias de sua fidelidade no passado e, finalmente, restaura-o dando-lhe uma nova tarefa.

Desafio

Esta semana, reserve um tempo para ler a Bíblia, meditar e orar. Pense sobre a seguinte pergunta:

O que podemos aprender com a forma como Deus interage com Elias?

Tempo de Oração | Comunhão | Informações Importantes