

Помощь находящимся в депрессии

I. Любите друг друга

1. Участвуйте в жизни друг друга

Евр. 2:17-18, «Он должен был во всём уподобиться братьям, чтобы быть милостивым и верным Первосвященником пред Богом, для умилоствления за грехи народа. Ибо, как Сам Он претерпел, быв искушён, то может и искушаемым помочь».

2. Поймите глубину страдания ближнего

3. Позвольте ближним честно говорить об их страхах, беспокойствах и разочарованиях.

Пс 12:1-2 «Доколе, Господи, будешь забывать меня вконец, доколе будешь скрывать лицо Твоё от меня? Доколе мне слагать советы в душе моей, скорбь в сердце моем день и ночь? Доколе врагу моему возноситься надо мною?»

4. Будьте терпеливы

II. Утверждайте страждущих в надежде

1. Ободряйте истинами Писания

Пс 22:1-3, «Господь- Пастырь мой; я ни в чём не буду нуждаться. Он покоит меня на злачных пажитях и водит меня к водам тихим. Подкрепляет душу мою, направляет меня на стези правды ради имени Своего.»

Пс 41:6, «Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога, ибо я буду ещё славить Его, Спасителя моего и Бога моего.»

2. Давайте библейскую надежду и утешение на основании Божьих обетований

1 Кор 10:13, «Вас постигло искушение не иное, как человеческое; и верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести.»

Фил 4:13, «Всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе»

Рим 8:31-35- кто отлучит нас от любви Божией? Никто!

Пс 39:1-5, 12-18; Пс 41, 42, 72:23-28, Рим 15:4,13; Плач Иеремии 3:19-26.

3. Поощряйте страждущих проповедовать себе Евангелие

4. Убеждайте доверять любви, мудрости и всемогуществу Бога

Рим 8:28-30

5. Учите молиться псалмами плача

Псалмы 6, 12, 21, 30, 37, 50.

6. Поддерживайте личный контакт, проявляйте терпеливое участие и поощряйте других верующих делать то же самое

Евр. 10:24-25а, «Будем внимательны друг ко другу, поощряя к любви и добрым делам. Не будем оставлять собрания своего, как есть у некоторых обычай; но будем увещевать друг друга...»

III. Поощряйте друг друга стремиться к главной цели жизни

1. Главная цель жизни- угождать Богу.

Кол. 1:10, «чтобы поступали достойно Бога, во всём угождая Ему, принося плод во всяком деле благом и возрастая в познании Бога»

Рим. 8:28-29

Гал. 5:22

2. Пользуйтесь ресурсами Божьей благодати

- a. Слово: **2-Тим. 3:15-17**
- b. Молитва: **1-Фесс. 5:17, Фил. 4:6**
- c. Церковь: **Еф. 4:11-16**

3. Учите доверять Богу и подчиняться Его Слову

1-Петра 5:6-7, «Итак, смиритесь под крепкую руку Божия, да вознесёт вас в своё время. Все заботы ваши возложите на Него, ибо Он заботится о вас».

4. Помогайте расти в освящении

- a. Страх и беспокойство

Пс 55:4, «Когда я в страхе, на Тебя я уповаю.»

Матф 6:31-34

- b. Гнев

Иаков 1:20, «... гнев человека не творит правды Божией»

Еф. 4:26, «... солнце да не зайдёт во гневе вашем».

- c. Подавляющее горе

- d. Горечь

Евреям 12:15, «Наблюдайте, чтобы кто не лишился благодати Божией; чтобы какой горький корень, возникнув, не причинил вреда, и чтобы им не осквернились многие».

- e. Непрощение и обида

Еф. 4:32, «Но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас».

- f. Вина

Притчи. 28: 13

Притчи 28:1

- g. Потеря смысла жизни

1- Кор 1:26-31, «... хвалящийся хвались Господом».

5. Вдохновляйте любовью Христа

2-Кор. 5:14-15b, «Ибо любовь Христова объемлет нас...А Христос за всех умер, чтобы живущие уже не для себя жили, но для умершего за них и воскресшего»

6. Воспитывайте благодарное сердце

1-Фесс. 5:18, «**Во всём** благодарите; ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе».

7. Обращайте внимание на физическое состояние здоровья

8. Поощряйте выполнять поставленные задачи, даже если это тяжело

Фил 4:9, «Чему вы научились, что приняли и слышали и видели во мне, то исполняйте- и Бог мира будет с вами.»

Луки 9:23, «...если кто хочет идти за Мной, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною.»

9. Поощряйте служить ближним.

Рим 12:19-21

2-Кор. 1:3-7

IV. Дополнительные тексты Священного Писания

1. Псалмы 26, 33, 41, 42, 45 - дают утешение и силу во времена испытаний/искушений.
2. Псалмы 6,12, 21,22, 30,37,50, 54, 68, 87 - учат, как взывать к Господу.
3. Луки 18:18-24: Иисус учит, что надежда должна быть в Нём, а не в земных благах.
4. Римлянам 8 глава: Нет осуждения тем, которые во Христе. Бог использует все обстоятельства, чтобы сделать нас подобными Христу, ничто не может отделить нас от любви Христа.
5. 1- Кор 10:13-14: Всегда есть выход из искушения; грех не может и не должен быть источником решения проблем.
6. 2 -Кор 5:6-15, Кол. 1:10: цель нашей жизни угождать Богу и жить для Того, Кто умер за нас.
7. 2 -Кор 4:8-18: способность смотреть на страдания через призму вечности утешает в страдании.