

"OMGAAN MET DEPRESSIE" (Psalm 42:1-12)

CH Spurgeon zei ooit tegen zijn congregatie:

"Zing bij mooi weer! Elke vogel kan dat. God prijzen als alles goed gaat is alledaags werk...Liederen van de dag zijn van de mens, maar God zelf geeft liederen in de nacht. O kom, laten we tot de Heer zingen onder de wolken; Laten we zijn lof uitstorten in de vuren! Laten we hem prijzen onder depressies — Laten we hem vergroten als ons hart zwaar is. Het geloof gelooft in God als er niets is om haar te steunen dan de naakte belofte."

REALITEIT VAN DEPRESSIE

- De psalmist in Psalm 42
 - voelde de realiteit van depressie.

^{6a} **Wat buigt gij u neder, o mijn ziel,
en zijt gij onrustig in mij?**

- Mozes

Numeri 11:14,15 (NBG1951)

- Naomi was zo depressief
 - dat ze de mensen in Bethlehem vroeg
 - om haar Marah bitterheid te noemen. **Ruth 1:20**

- Elia

1 Koningen 19:10 (NBG1951)

-De huilende profeet Jeremia
Jeremia 20:7 (NBG1951)

Jeremia 20:9 (NBG1951)

WORTELS VAN DEPRESSIE

Twee zienswijzen

**(1) WE BEGINNEN ONZE OMSTANDIGHEDEN ALS GROTER DAN GOD TE
ZIEN –**

Psalmen 42:8 (NBG1951)

Psalmen 42:10,11 (NBG1951)

(2) WE BEGINNEN ONZE OMSTANDIGHEDEN ZONDER GOD TE BEKIJKEN –

(vgl. 1 Samuël 27:1 (NBG1951))

REMEDIE VOOR DEPRESSIE

Filippenzen 4:4 (NBG1951)

⁴Verblijdt u in de Here te allen tijde! Wederom zal ik zeggen: Verblijdt u!

Handelingen 16:22–25 (NBG1951)

DUS HOE VINDEN WE EEN REMEDIE ALS DEPRESSIE TOESLAAT? –

John Bunyan zei een keer: "Hoop is nooit ziek als het geloof goed is."

Dit is te vinden in drie basisgebieden:

1. BRENG TIJD DOOR MET GOD –

- om je te concentreren

-op wat:

-God heeft gedaan,

-wat God doet

-en wat God heeft beloofd

-

2 Korintiërs 1:8–11 (NBG1951)

En:

Abraham Lincoln zei: *"Ik ben vele malen op mijn knieën gedreven door de overweldigende gedachte dat ik nergens anders heen kon."*

Psalmen 42:6 (NBG1951)

De Engelse auteur Joseph Addison merkte op: *"Onze echte zegeningen verschijnen ons vaak in de vorm van pijnen, verliezen en teleurstellingen."*

(a) PERSOON VAN GOD

(b) BELOFTEN VAN DE LEVENDE GOD

2. BRENG TIJD DOOR MET GODS VOLK –

Spreuken 27:17 (NBG1951)

Prediker 4:9–10 (NBG1951)

Hebreeën 10:24–25 (NBG1951)

Spreuken 15:23 (NBG1951)

3.BRENG TIJD DOOR IN DIENST –

Prediker 9:10 (NBG1951)

Ray Pritchard wijst erop:

"Je kunt niet eeuwig in bed blijven. Iemand moet de vloer dweilen. Iemand moet het vuilnis buiten zetten. Iemand moet het kantoor openen. Iemand moet het licht aandoen. Iemand moet de rekeningen betalen. Iemand moet de motor repareren. Iemand moet de gegevens invoeren. Iemand moet de verkooppresentatie maken. Iemand moet de kaarten bekijken. Iemand moet de lesplannen maken. Iemand moet de patiënten zien. Iemand moet de papieren beoordelen. Laat je ontmoediging je er niet van weerhouden om te doen wat je weet dat je moet doen. Als je je grote beloftes niet kunt nakomen, hou je dan aan je kleine beloftes. Als je het grote plan niet kunt volgen, volg dan het kleine plan. Als je geen tien stappen in de toekomst kunt zien, neem dan twee of drie stappen. Of zet gewoon de volgende stap voor je."

CONCLUSIE

-Er zijn momenten

Pritchard wijst erop,

"Wie kan het pad van de Heer volgen? Dat kan je niet. Ik kan niet. Niemand kan dat. Het is genoeg om te weten dat we van Hem zijn. Hij weet wat Hij doet. Hij weet waar we zijn. En als het allemaal voorbij is, zullen we precies zijn waar Hij wil dat we zijn, met Hem voor altijd in de hemel. Wat gaat er vandaag of morgen gebeuren? Ik weet het niet. Wat gaat er volgende week of volgende maand gebeuren? Ik weet het niet. Wat gaat er volgend jaar of over tien jaar gebeuren? Ik weet het niet. Maar ik ken Iemand die dat wel doet..... Ik weet niet wat de toekomst in petto heeft, maar ik weet Wie de toekomst heeft. En we kunnen Hem vertrouwen.

Hebreeën 13:5 (NBG1951)

Dank U voor Eeuwige Amen.