

## هذه المشاعر السيئة

في بعض الحالات، يكون الاكتئاب نتيجة للظروف المسببة للتوتر بطبيعتها. في مثل هذه المواقف، تكون الخطية متضمنة بطريقة غير مباشرة، عندما نفشل في الثقة في الرب ونتغلب على مشاعرنا السلبية بإيمان وطاعة. في ٢كو ٧: ١٩ يقول بولس إنه بغض النظر عن الظروف الضاغطة، إلا أن المؤمن يمكن أن يحتفظ بتوازنه الروحي مهما كان الموقف يائساً ومؤلاً. فالإكتئاب لا يجب أن يدفعنا للخطية.

أما بشأن الخطايا الاعتيادية، كالاندفاع نحو لعب القمار، وممارسة الشذوذ الجنسي أو إدمان المخدرات، فالإكتئاب نتيجة مباشرة للخطايا التي لم نعتزف بها. ولكن عادة هناك عوامل خارجية كالاضطهاد، قد تكون سبباً له أيضاً، كما يقول داود، حتى الخطايا الصغيرة نسبياً مثل التأجيل أو المماطلة قد تسبب الإكتئاب. والضغط الاجتماعي في العمل والبيت أو المدرسة تضع قيوداً على قدرة المرء على التعامل معها. فمن السهل أن تصبح مكتئباً.

ربما أكثر الأسباب شيوعاً للإكتئاب هو الصراع بين الحقيقة الموضوعية والاعتقادات الفردية والرغبات. إن الأزمة التي تدعى "أزمة منتصف العمر" للعديد من الرجال هو الاكتئاب الناتج عن إدراك أن خططهم المهنية لن تفلح. فالبيت الكبير بما فيه من حمام سباحة كبير وسيارات السباق ويخت، لن يكون في متناول أيديهم. والأحلام التي نسجوها بأن يصبحوا رؤساء مجالس إدارة للشركات قد ذهبت أدراج الرياح، وعدد كبير من الناس لا يريدون أن يقبلوا دوراً في الحياة أو مركزاً في العمل غير مجزٍ أو بغير نفوذ.

تكتئب ربّات البيوت عندما لا تقدم من الأدوار المنزلية سوى القليل من الإنجازات ويشتقن للهروب من المزيد من سنوات الملل. ولكن السيدات العاملات اللواتي آمن بتحقيق الحلم الأنثوي عن طريق الاستقلالية والفردية والنجاح