

opusdei.org

## **As pessoas que sofrem de depressão**

“Rezemos para que as pessoas que sofrem de depressão ou de esgotamento extremo recebam o apoio de todos e recebam uma luz que as abram à vida”.

Assista ao Vídeo do Papa e, caso conheça alguém que esteja passando por alguma dessas situações, compartilhe as palavras do Papa Francisco.

22/11/2021

A sobrecarga de trabalho e o estresse laboral fazem com que muitas

peças experimentem uma exaustão extrema, um esgotamento mental, emocional, afetivo e físico.

A tristeza, a apatia, o cansaço espiritual acabam dominando a vida das pessoas que estão sobrecarregadas com o ritmo de vida atual.

Procuremos estar perto daqueles que estão esgotados, daqueles que estão desesperados, sem esperança, muitas vezes simplesmente escutando em silêncio, porque não podemos chegar e dizer a uma pessoa: "Não, a vida não é assim. Escuta-me, vou te dar a receita". Não existe receita.

E, além disso, não esqueçamos que, junto com o imprescindível acompanhamento psicológico, útil e eficaz, as palavras de Jesus também ajudam. Vem-me à mente e ao coração: "Vinde a mim, todos vós que estais cansados e oprimidos, e eu vos darei descanso". Rezemos para que

as pessoas que sofrem de depressão ou de esgotamento extremo recebam o apoio de todos e recebam uma luz que as abram à vida"

Se você quiser ver mais vídeos e outros conteúdos sobre as intenções de oração do Papa, você os encontrará em [ovideodopapa.org](https://ovideodopapa.org)

Com a colaboração de Vatican News e Association Of Catholic Mental Health Ministers (Associação de Ministros Católicos de Saúde Mental) <https://catholicmhm.org/>

.....

pdf | Documento gerado automaticamente de <https://opusdei.org/pt-br/article/as-pessoas-que-sofrem-de-depressao/> (07/04/2026)