

Prevenção contra o suicídio

Quando a ideia de suicídio, porventura, te assome à cabeça, reflete, antes de tudo, na Infinita Bondade de Deus, que te instalou na residência planetária, solidamente estruturada, a fim de sustentar-te a segurança no Espaço Cósmico.

Em seguida, ora, pedindo socorro aos Mensageiros da Divina Providência.

Medita no amor e na necessidade daqueles corações que te usufruem a convivência.

Ainda que não lhes conheças, de todo, o afeto que te consagram e embora a impossibilidade em que te reconheces para medir quanto vales para cada um deles, é razoável ponderes quantas lesões de ordem mental lhes causarias com a violência praticada contra ti mesmo.

Se a idéia perniciosa continua a torturar-te, mesmo que te sintas doente, refugia-te no trabalho possível, e que te mostres útil aos que te cercam.

Visita um hospital, onde consigas avaliar as vantagens de que dispões, em confronto com o grande número de companheiros portadores de moléstias irreversíveis.

Vai pessoalmente ao encontro de algum instituto beneficente, a que se recolhem irmãos necessitados de assistência total, para os quais alguns momentos de diálogo amigo se transformam em preciosa medicação.

Lembra-te de alguém que saibas em penúria e busca avistar-te com esse alguém, procurando-lhe aliviar a carga de aflição.

Comparece espontaneamente aos contatos com amigos reeducandos que se encontram internados em presídios pelo seu conhecimento, de maneira a prestares a esse ou aquele algum pequenino favor.

Não desprezes a leitura de alguma página esclarecedora, capaz de renovar-te os pensamentos.

Entrega-te ao serviço do bem ao próximo, qualquer que ele seja e faze empenho em esquecer-te, porque a voluntária destruição de tuas possibilidades físicas, não só representa um ato de desconsideração para com os outros, como também será o teu recolhimento compulsório à intimidade de ti mesmo, no qual, por tempo indefinível, permanecerás no envolvimento de suas próprias perturbações.

EMMANUEL

Francisco C. Xavier – extraído do livro “Pronto Socorro”

(Texto copiado de <http://www.forumspirita.net/fe/outros-temas/prevencao-contra-o-suicidio/#.XW0Dsy5KjIU>)