

RECADOS DA TERÇA-FEIRA 06/09/22

Boa noite! **“Procurai primeiro as coisas de Deus e tudo o mais vos será acrescentado.”** Acreditemos nessa premissa e a mantenhamos em nossa mente, ativa diante de nossas ações!

...

Para nossa reflexão, retiramos do site da FEB – Federação Espírita Brasileira – um artigo sobre tema atual escrito por Divaldo Pereira Franco, pois ele assina a coluna no jornal citado na página da FEB.

Trata-se de um tema atualíssimo e preocupante, dadas as estatísticas que ouvimos e lemos: o **Suicídio**.

Estamos no mês da campanha de prevenção ao suicídio. Mas você sabe qual a origem do **SETEMBRO AMARELO**?

“No ano de 1994, um jovem americano chamado Mike Emme, com 17 anos, suicidou-se dirigindo seu carro amarelo.

“Seus familiares e amigos distribuíram no funeral cartões com fitas amarelas, oferecendo mensagens de consolo e solidariedade às pessoas que estivessem enfrentando o mesmo sofrimento do jovem e, de imediato, a mensagem se ampliou pelo mundo.

“O mês de setembro, dedicado à prevenção do suicídio, foi, então, denominado SETEMBRO AMARELO.

“A prevenção ao suicídio é um dever que não pode ser adiado, considerando-se esta terrível pandemia, que vem destruindo existências preciosas em toda parte do planeta.

“Tem-se procurado entender por que o século da ciência e da tecnologia, nos seus mais altos níveis, apresenta, simultaneamente, os conflitos do vazio existencial, da indiferença pela vida e a fuga terrível pelo autocídio.

“As estatísticas são assustadoras, exigindo providências urgentes, especialmente nos lares cuja estrutura moral vem-se deteriorando com velocidade.

“A destruição da família, o desrespeito às tradições, a desconsideração com a velhice, a sexolatria, o exagerado culto ao corpo e a violência têm substituído todos os valores que constituem pilares (pilares) de segurança emocional, deixando sem sentido a existência.

“O ser humano encontra-se numa terrível encruzilhada, sem haver conseguido encontrar um rumo digno para sair da situação em que se debate, tombando no desânimo e na frustração, que o levam à depressão, ao suicídio.

“Torna-se urgente a volta ao lar, à escola e aos ideais que dão sentido emocional e espiritual à existência física.

“Ao lado deles, a fé religiosa, que vem desaparecendo com a volúpia do materialismo, também responde pelo tremendo caos que nos assusta.

“A irresponsabilidade de alguns indivíduos frustrados e perturbados mentalmente faz a exaltação ao suicídio como ato de coragem e de desprezo pela vida.

“A cada 40 segundos, no mundo, ocorre um suicídio, alcançando o índice de 800 mil por ano, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS).

“São muitas as causas do suicídio, especialmente as de natureza mental, começando pelo transtorno de humor. Além dos psiquiátricos, existem os de natureza obsessiva, provocados por Espíritos do mal.

“Busquemos todos enfrentar o problema abordando-o com clareza, explicando os efeitos infinitamente perturbadores para aqueles que fogem da luta e sofrem no Além, bem como estimulando o respeito pelos valores da educação e da vida.

“O suicídio não resolve os dramas existenciais, porque a vida continua e cada qual é feliz ou desgraçado na Espiritualidade, conforme haja vivido e desencarnado.

“Se nos permitirmos o desenvolvimento do amor, lograremos conseguiremos viver uma existência feliz.”

O intuito de trazer esta reflexão, que se iniciou com a leitura do *site* da FEB, é atentarmos para algo que pode estar ocorrendo ao nosso lado e não nos demos conta.

A informação é a melhor maneira de atacarmos a ignorância e esta é o pior inimigo ao se tentar ajudar alguém.

Segundo a OMS, 90% dos casos de suicídio podem ser evitados, então, saibamos o que são alguns sinais de que alguém próximo a você tem comportamento suicida:

- **a pessoa diz que não tem razões para viver:** é mito pensar que quem avisa não faz. Os números crescentes não mentem, então, atenção;

- **a pessoa isola-se do convívio em sociedade:** somos seres que naturalmente buscamos relações sociais; se alguém próximo está se tornando mais e mais distante, é sinal de alerta;

- **a pessoa passa a dormir demais ou de menos:** o sono regulado é um fator importante para a regulação do humor; fique atento;

- **a pessoa fala que é um fardo para os outros:** quem está em sofrimento acredita que faz as outras pessoas sofrerem também, então, perceba esses sinais;

- **a pessoa se comporta de maneira arriscada ou irresponsável** com a própria vida;

- **a pessoa tem frequentes variações de humor:** oscilações extremas podem tornar a pessoa vulnerável;

- **a pessoa aumenta o uso de álcool ou drogas:** quando a realidade necessita ser amenizada ou suspensa (pelo uso de artifícios) é sinal de que o sofrimento está num nível elevado para aquela pessoa.

Fonte: site Vincular -

http://www.vincularpsicologia.com.br/noticia/vincular/27/Setembro_Amarelo__o_que____quando_come_ou__como_participar

Alguns números:

Uma em cada 100 mortes ocorre por suicídio, revelam estatísticas da OMS.

A cada 40 segundos alguém se suicida no mundo.

O suicídio é a segunda principal causa de morte entre jovens com idade entre 15 e 29 anos.

79% dos suicídios no mundo ocorrem em países de baixa e média renda.

No Brasil, uma pessoa se suicida a cada 45 minutos e para cada morte ocorrem 20 tentativas.

4% dos adolescentes brasileiros apresentam sinais depressivos e 1 a cada 4 crianças já apresentou indícios da doença.

Enquanto o mundo está conseguindo diminuir as taxas de suicídio (redução de 36% entre 2000 e 2019), o Brasil enfrenta dificuldades para evitar o crescimento ano após ano.

Fonte: <https://portal.fiocruz.br/noticia/pesquisa-analisa-o-perfil-do-comportamento-suicida-entre-jovens#:~:text=Segundo%20a%20OMS%2C%20o%20suic%C3%ADdio,da%20vida%20e%20da%20morte.>

Fonte: Agência Câmara de Notícias

Fonte: <https://www.camara.leg.br/noticias/818779-numero-de-suicidios-no-brasil-e-no-mundo-e-preocupante-diz-psiquiatra/>

Fonte: <https://www.plural.jor.br/colunas/focanojornalismo/casos-de-suicidio-no-brasil-seguem-em-crescimento/>

Procuremos ajuda ao menor sinal de que alguém próximo esteja em sofrimento. Se você não sabe o que fazer ou não é alguém próximo da pessoa, lembre-se de que o **CVV – Centro de Valorização da Vida** – pode ajudar com apoio emocional e de prevenção ao suicídio, **atendendo voluntária e gratuitamente, sob total sigilo, pelo telefone 188**. Ligação gratuita de qualquer telefone, fixo ou celular.

E redobre o seu orar e vigiar, esteja em sintonia com os Espíritos amigos, envolvendo em sua oração o ser em sofrimento.

Estejamos atentos, cuidando uns dos outros.

...

Na sequência, assistiremos a uma **palestra em vídeo** com nosso irmão **Haroldo Dutra Dias**, intitulada **Conhece-te a Ti mesmo** (52 min.).

Muito obrigada, fiquemos com Jesus!