**SOCORRO, POR FAVOR!**

**George Vandeman**

**Para a maioria de nós é um ato estranho e incompreensível. Não podemos imaginar como as pessoas podem fazer isso consigo mesmas. Mas para alguns seres humanos angustiados, parece ser o único passo que podem dar, a única saída: o suicídio.**

**De que modo por fim à própria vida pode ser visto como uma solução? Como podem as pessoas encararem a aterradora probabilidade da morte e vê-la como resposta aos seus problemas?**

**Um número assustador de pessoas faz isso a cada ano. Existe algo que possamos fazer para ajudá-las a optar pela vida?**

**Temos sido informados dolorosamente do tremendo índice de crimes nas grandes cidades. Os jornais dão em manchetes diariamente assassinatos horrendos cometidos a cada dia por jovens criminosos e por razões cada vez mais triviais.**

**Outra tragédia, porém, atrai bem menos a atenção da imprensa. Você sabia que mais pessoas morrem por suicídio a cada ano do que por homicídio?**

**Cerca de trinta mil seres humanos nos Estados Unidos cometerão suicídio durante os próximos doze meses. Trinta mil pessoas virão a acreditar que a morte é melhor do que continuar a existir. Isso é estarrecedor! Mas a mais perturbadora de todas as estatísticas envolve os nossos jovens. O índice de suicídio entre os jovens de 15 a 24 anos aumentou grandemente nestas últimas décadas. Cerca de cinco mil adolescentes se matam a cada ano.**

**Cinco mil vidas jovens se acabam, pense nisso, e cerca de duzenos e cinqüenta mil jovens, um quarto de milhão, tentam sem sucesso, por fim à vida a cada ano. Podemos realmente aliviar tal tragédia?**

**Quão horrível deve parecer a vida para uma pessoa na flor da idade que começa a pensar em pôr fim em tudo. Alguma coisa está terrivelmente errada. Nós todos que estamos assistindo essa calamidade se desenrolar, perguntamos a nós mesmos: "Há alguma coisa que podemos fazer para ajudar? Há alguma coisa que uma pessoa pode fazer par impedir uma outra de cometer suicídio? Ou tudo isso simplesmente está fora de nosso controle?"**

**Bem, como vamos concluir, outras pessoas podem de fato ajudar aquelas que estão pensando em pôr fim à vida.**

**hoje vamos examinar alguns dos modos específicos de fazermos isso.**

**Em primeiro lugar, devemos entender que muitos dos que tentam se matar estão, na realidade, clamando por socorro. Estão morrendo por socorro. Eles querem que alguém se importe. Mesmo que possa transparecer que estão deixando todos de fora, eles precisam desesperadamente de outro ser humano para adentrar suas trevas e entendê-los.**

**Pensamentos de suicídio, são muitas vezes gritos distorcidos de socorro. Portanto, é melhor aprendermos a ouvir tais gritos e a entendê-los. Quanto mais cedo os ouvirmos, melhor. Acho que você concorda.**

**Existem certos sinais que indicam se um indivíduo pode ser um suicida. Muitas vezes a pessoa irá dizer a alguém que sente vontade de se matar. Ela deixa dicas quanto a pôr fim em tudo. Ela pode dizer que a sua família irá ficar melhor sem ela.**

**Temos que prestar atenção a essas declarações. Muitos de nós temos presumido que a pessoa está apenas deprimida e que acabará superando essa depressão, pensamos que suas dificuldades eventualmente passarão.**

**Isso pode ser verdade, mas o problema é que ela poderá procurar uma saída final antes que venha surgir qualquer outra solução. Ela pode chegar a concluir que a sua depressão é interminável.**

**Portanto, amigo, ouça cuidadosamente o que as pessoas dizem quanto elas estão profundamente deprimidas. Tente captar nisso gritos disfarçados de socorro.**

**Existem outro sinais para detectarmos um suicida. Muitas vezes, ele começa a se desfazer de seus bens pessoais. Ele distribuirá entre os amigos alguns itens que tenham significado especial.**

**Devemos ser sensíveis a quaisquer sinais quando uma pessoa estiver embrulhando suas coisas, pondo em ordem todos os seus negócios pendentes.**

**Após constatarmos que uma pessoa tenha se tornado suicida, podemos então começar a ajudar.**

**Falar com ela, ouvir, continuar falando, continuar ouvindo. Ouvir é maravilhoso; é uma fonte de vida. Vamos usar esse instrumento.**

**A pessoa desesperada pode não ser muito comunicativa a princípio. Ela muitas vezes se fecha em sua própria concha escura. Ela poder até ser hostil, mas fique junto dela. Ore por uma abertura, Deus responderá.**

**Tente entender a situação. A certa altura ela se abrirá. Se possível, encoraje-a a procurar ajuda profissional.**

**A psicólogo Edwin Shneidman vem fazendo suicidas desabafarem há 40 anos. Ele compilou detalhadas histórias mentais, chamadas Autópsias Psicológicas, que tem esclarecido porque as pessoas tiram a própria vida. Escrevendo em "Psicologia Hoje", o Dr, Shneidman recentemente apontou várias razões-chaves.**

**Primeira: o suicida está tentando fugir de uma dor intensa, às vezes física, geralmente psicológica. É o que devemos reconhecer quando comecármos a falar com ele. Sua dor é tão forte que domina tudo o mais.**

**Ouça agora as palavras de uma moça que saltou de um edifício e milagrosamente sobreviveu. Foi assim que ela explicou o que estava acontecendo em sua mente: "Eu estava tão desesperada! Eu senti que não podia enfrentar aquilo. Tudo era um terrível redemoinho de confusão. Eu pensei comigo mesma que só tinha uma coisa a fazer. Eu tenho que perder a consciência. É o único modo de fugir disso. O único meio de perder a consciência, eu pensei, é saltar de um lugar bastante alto. Fui até o quinoto andar, e tudo ficou muito escuro assim de repente, e tudo que eu pude ver foi a sacada. Subi nela e aí então simplesmente me soltei. Eu estava tão desesperada... Só havia desespero, horror e o silêncio de tudo. Não havia nenhum som e eu como que entrei em "câmara lenta" quando subi naquela sacada. Eu saltei, e foi como se estivesse flutuando... então, apaguei."**

**Essa mulher, como ela diz, "tinha que perder a consciência". Ela tinha que fugir daquele terrível redemoinho. Sua dor era tão grande que a única solução parecia ser ficar sem consciência.**

**Nosso primeiro trabalho na ajuda, é simplesmente fazer um coisa: diminuir sua dor.**

**A Dr. Shneidman, por exemplo, descobriu que se você reduzir o nível do sofrimento, mesmo que só um pouco, o suicida optará por viver.**

**Muitas vezes, apenas a presença de um amigo confortador, diminuirá o isolamento que uma pessoa desesperada sente, e assim, diminui a sua dor.**

**Portanto, fale, ouça, entenda. Procure meios de interferir naquilo que está causando seu desespero.**

**O profeta Isaías nos dá um lindo retrato do trabalho do servo do Senhor, que se aplica ao trabalho cristão no mundo. Isaías 61:1: "O Espírito do Senhor Deus está sobre mim, porque o Senhor me ungiu para pregar boas-novas aos mansos; enviou-me a restaurar os contritos de coração, a proclamar liberdade aos cativos, e a abertura de prisão aos presos."**

**Isto é o que o Espírito de Deus pode fazer por nosso intermédio. Podemos ser aquele que leva a cura ao desesperado. Podemos levar alívio àqueles que se debatem na prisão escura da depressão.**

**Qualquer um, com os recursos do Espírito, tem muito a dar àqueles cujo sofrimento os leva em direção ao suicídio. Nós temos o remédio; nós temos o bálsamo; nós temos o conforto.**

**Lembre-se, portanto, o primeiro passo na ajuda ao suicida, é diminuir o nível do sofrimento. Estar lá para dar ajuda e conforto.**

**Agora estamos prontos para o próximo passo.**

**Ele envolve outra característica daqueles que concluíram que precisam se matar. Trata-se de uma sensação de impotência e desesperança. Eles vêem suas opções grandemente limitadas.**

**Vejas as palavras de um rapaz que tentou se matar com uma pistola. Ele também sobreviveu milagrosamente e foi assim que tentou explicar o que estava acontecendo dentro de si, quando atirou em si mesmo:**

**"Eu tinha feito o que podia e continuava afundando. Fiquei por muitas horas buscando respostas, e não encontrava nenhuma. Então um amigo se ofereceu para me vender uma arma e eu a comprei. Naquele dia, comecei a dizer às pessoas. Minha mente ficou fixa naquele meu alvo. Meu pensamento era: `Breve estará tudo acabado.' Eu iria encontrar a paz que há muito buscava. A vontade de sobreviver e vencer tinha sido esmagada e derrotada. Eu senti que tinha agora o poder na mão para controlar o meu destino. Assim, preferi morrer a tentar mudar. Eu só conseguia pensar em mim e minha obsessão. A morte havia me engolido muito antes de eu ter puxado o gatilho. O mundo através dos meus olhos parecia morrer comigo. Chega uma ocasião quando todas as coisas cessam de brilhar. Quando os raios de esperança se perdem."**

**Trágico, trágico! Este jovem simplesmente não via esperança. Nenhuma outra saída além da morte. Ele fez tudo o que podia, ele pensou, mas continuava afundando.**

**O suicida falha tipicamente em fazer uma coisa muito importante: olhar para a variedade de respostas a seus problemas. Eles tendem a restringir drasticamente suas opções, vendo geralmente apenas dias possibilidades: Livrarem-se do problema completamente, ou tirarem a sua vida simplesmente. Seu sofrimento e desespero tiram-lhe todas as outras opções.**

**Após termos aliviado em pouco o sofrimento dessas pessoas, devemos tentar o próximo passo e ajudá-las a ampliar suas opções. Muitos de nós temos que fazer escolhas na vida que envolvem possibilidades desagradáveis. Você sabe disso tão bem quanto eu. Nosso objetivo é selecionar a menos dolorosa.**

**Fazer um suicida simplesmente escrever uma lista das possíveis opções para a sua situação às vezes consegue afastar aquele idéia fixa em sua mente. É nessa altura também, que eles podem se tornar mais abertos ao aconselhamento.**

**Isso é importante. Podemos fazer isso sozinhos, a menos, claro, que não entendamos de aconselhamento. Eles estarão mais prontos a aceitar ajuda profissional se este for o meio de descobrir mais soluções.**

**O que o suicida precisa desesperadamente é de ESPERANÇA .**

**Geralmente ele foi abatido por uma longa série de calamidades. Parece inútil prosseguir. Para ele, pelo menos, como é que as coisas poderão melhorar?**

**O que temos a fazer é persuadi-lo de que existe esperança; de que os dolorosos padrões do passado não têm que se repetir no futuro.**

**Sabe, essa é a parte principal das boas novas do evangelho. Nós não temos que ficar acorrentados ao passado. Não importa quantas vezes tenhamos fracassado, não importa quantos já tenham falhado conosco, Deus é capaz de nos dar o primeiro dia outra vez. Nosso Criador é o Deus dos novos começos.**

**Veja a entusiástica saudação de Pedro em sua primeira epístola: "Bendito o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo que, segundo a sua muita misericórdia, nos regenerou para uma viva esperança mediante a ressureição de Jesus Cristo dentre os mortos." I Pedro 1:3.**

**O Pai é especialista em novos nascimentos, novos princípios. Ele pode fazer o passado ir embora e aqueles que inicial um relacionamento com Ele, são nascidos de novo "para uma viva esperança".**

**É esta viva esperança que o desesperançado tanto precisa. Uma esperança no presente, uma esperança que o afeta agora mesmo onde ele está.**

**Ela é baseada em quê? É baseada na ressureição de Cristo. Esse, afinal, é o maior exemplo de Deus criando uma nova opção em uma situação aparentemente sem vitória.**

**Seu Filho foi rejeitado pelo povo escolhido. Até os amigos mais próximos de Jesus O tinham abandonado ou traído. Os pecados do mundo tinham tirado a vida do Filho de Deus. Parecia não haver, do ponto de vista humano, qualquer saída desta calamidade.**

**No meio desta escuridão, entretanto, Cristo irrompe do túmulo, vivo, saudável e triunfante.**

**Após suportar o pior que os homens cruéis Lhe haviam infringido, Jesus emergiu como o Salvador do mundo.**

**Deus vira as coisas de cabeça para baixo. Transforma tragédia em vitória. Ele conduz eventos caóticos para uma forma significativa. Este é o Deus que nos inspira com esperança. A viva esperança, como diz a Bíblia.**

**Devemos inspirar o desespero ao nosso redor com esse mesmo tipo de viva esperança.**

**Jamais nos quedamos contra a parede tendo Deus do nosso lado. Jamais estamos indefesos ou desesperançosos, seja qual for o inimigo contra nós, desde que estejamos em contato com o Deus da ressureição.**

**Há mais uma coisa que podemos fazer por um suicida e que é uma parte essencial numa solução a longo prazo: é ajudá-lo a adquirir senso de propósito para a sua vida.**

**Essas pessoas precisam mais do que apenas sobreviver aos seus problemas. Elas precisam de uma grande razão para continuarem com a luta. Precisam de algum alvo positivo em que se fixar.**

**Veja agora a experiência de um homem chamado Bill. Sua história nos mostra claramente que diferença, sentido e propósito se pode fazer numa vida afundando no desespero.**

**"Quando eu cursava o colégio, adquiri o hábito de contemplar o sentido da vida. Como resultado, me tornei um suicida. Creio que foi o idealismo da juventude, revoltando-se com os desastres comuns do mundo. Certas ocasiões eu mal conseguia encontrar sentido em seguir uma carreira, em estudar, ou em viver. No meio de tantos compromissos que existiam, eu me vi exposto na escola a essa idéia de aceitação sem senso de valores que eu simplesmente não conseguia aceitar.**

**"Era mentira aceitar o mal. Era mentira dizer que as coisas estavam bem. Comecei, então, a brincar com a idéia de pôr fim em tudo. Foi quando, no meio de minhas reflexões, surgiu um pensamento: se houvesse um homem que tivesse uma vida boa, uma vida completamente boa, isso faria toda a diferença.**

**"Eu já tinha, entretanto, viso provas suficientes que mesmo o melhor da humanidade escondia crueldade em seus bolsos.**

**"E se houvesse uma exceção? Isso faria a diferença. Andei com esse pensamento por uns tempos como meu último argumento contra o suicídio.**

**"Então fui até a casa da minha tia. Ela era uma mulher cristã, e me fez lembrar dos dias que eu freqüentava a Escola Dominical. Não disse muita coisa, foi o caráter dela, eu acho. De qualquer modo, todas aquelas histórias sobre Jesus voltaram à minha mente. Verdades que estavam trancadas no fundo da minha mente, de repente acordaram lá dentro e eu percebi que essa era a minha resposta. Jesus Cristo era o homem completamente bom que vivera uma vida digna. Isso era apenas uma pequena ilha de sentido no meio do meu triste mundo. Era uma razão para viver!**

**"Agora eu acho esta relação com esse Homem, esse Deus, Jesus Cristo, e isso faz toda a diferença."**

**Bill encontrou uma razão para viver, trata-se de um belíssimo testemunho. Ele encontrou algo que se tornou maior em sua mente do que todos os problemas que sempre o cercavam.**

**Nossa fé em Jesus Cristo é a razão mais poderosa que existe para viver. Até os sociólogos estão descobrindo isso.**

**O Dr. Ronald Maris, editor de um jornal de pesquisas sobre suicídio, falou recentemente em uma entrevista sobre os valores religiosos e o suicídio. Ele concordava com outros pesquisadores e suas descobertas de que o declínio nos valores religiosos entre os jovens os torna menos resistentes para enfrentar as dificuldades da vida.**

**As atividades religiosas, o Dr. Maris declarou, ajudam claramente a evitar o suicídio. A fé no Deus das Escrituras dá às pessoas propósito, algo pelo qual viver. O conteúdo das Escrituras nos dá esperança, sólida esperança.**

**É Deus quem nos diz através do profeta Jeremias: "Antes que eu te formasse no ventre materno, eu te conheci, e antes que saísses da madre, te consagrei..." Jeremias 1:5.**

**Deus diz a cada ser humano: "Você é especial para mim. Tenho um plano para você que ninguém mais pode realizar."**

**Precisamos divulgar essas boas novas com as pessoas desesperadas que nos cercam. A vida delas pode ter grande propósito.**

**O que sua religião diz àqueles que você encontra? Ela comunica esperança e ânimo ou é apenas mais um fardo?**

**Ela cura, orienta e dá esperanças ao coração partido, ou apenas o faz sentir-se culpado?**

**Temos que mostrar às pessoas que Deus pode lhes dar propósito, ele separou cada um de nós para Si.**

**Eu espero que cada um de nós possa ter esse tipo de fé hoje. Espero que as boas novas e os novos começos falem alto e claro através de nós àqueles gritos trágicos e distorcidos por socorro.**

**Não vamos deixar nenhuma deles ir embora sem ajuda.**