



Rede Mundial de Oração do Papa
PORTUGAL

PELA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO

1. Cântico de entrada

2. Introdução

Hoje vamos rezar pelas pessoas que se debatem com pensamentos suicidas, para que encontrem ajuda eficaz e redescubram o valor da vida.

(Silêncio orante para cada um rezar e interiorizar o tema)

3. Pensamentos suicidas

São muitas as causas de pensamentos suicidas: não aceitação da vida, das contrariedades, das fragilidades próprias, ou rejeição agressivas dos outros, medo do futuro, dificuldades psicológicas mais profundas, má formação da consciência, falta de amparo e de amor nos que os rodeiam, situações económicas graves, etc. Quantas pessoas passam anos em pensamentos horríveis de suicídio, por variadas razões, e quando a crise é grave, o sofrimento é tão profundo que lhes parece que o suicídio é a única solução. Urge prevenir, urge dar-mo-nos conta e ajudar, urge salvar vidas. A vida é dom precioso do Criador. Velar pela vida é algo maravilhoso.

(Silêncio orante para cada um rezar e interiorizar o tema)

4. Oração

Senhor Jesus, que és a Vida,
que amas a vida de todos,
que vieste para que tenhamos vida,
que semeavas paz e alegria.
que curaste tantos doentes,
que libertaste tantos oprimidos,
vem em auxílio dos que pensam em suicidar-se,
liberta-os, ajuda-os a descobrir razões para viver,
fá-los encantar-se pela vida, apesar das dificuldades.
Mete todos no teu Coração magnânimo,
dá ânimo e coragem, alegria de viver.
Ámen.

5. Apoio comunitário

Os que sofrem, sobretudo os que pensam em suicidar-se precisam de encontrar apoio comunitário. O diálogo, o ter alguém que escute e apoie, o ajudar a resolver certas situações, o tentar marcar uma boa consulta médica podem ser pequenos passos para começar uma libertação interior, descobrir o valor da vida, ter capacidade para mudar a ideia suicida. Mecanismos de escuta, de possibilidade de desabafo, sobretudo em segredo ou mesmo anónimo, podem ser uma abertura grande para mudar a direção do pensamento e da vontade e ir encontrando razões para viver. A comunidade paroquial, ou de zona, ou até mais distante, para que a pessoa doente não sinta vergonha ou medo de se abrir, pode ajudar muito a prevenir o suicídio. Dialogar com alguém que já passou pela mesma situação, ouvir o seu testemunho pode ajudar a libertar-se.

(Silêncio orante para cada um rezar e interiorizar o tema)

6. Oração

Senhor Jesus, Bom Samaritano,
Te bendigo porque curas e salvas,
Te bendigo porque nos queres teus seguidores,
Te bendigo porque nos queres curadores,
artífices caridosos e vigilantes,
atentos e audaciosos, de coração magnânimo,
para escutar, tratar, evitar suicídios.
Ajuda-nos, em comunidade, em família,
a amar e servir com empenho,
inventando maneiras de prevenir situações,
que conduzam à morte, ao suicídio.
Ámen.

7. Amor que se abra à beleza

O amor de Deus veio até nós em Jesus, o Verbo encarnado, o amor feito homem, que nos amou e ama com amor divino e amor humano. A fé que conduz ao amor abre-nos à beleza da vida, à beleza do mundo criado por amor, à beleza que encanta, alegra, entusiasma, liberta, ilumina, pacifica. Só encontrando o amor descobrimos como a vida é bela, como ela não é nossa, mas de Deus, para o servir e amar, para servir e amar os outros. Prevenir o suicídio, ajudando a descobrir, com amor, com o nosso dom e entrega, a beleza de amar, a beleza da vida. Cada um de nós, aos olhos e ao coração de Deus, somos uma preciosidade. Precisamos de ajudar os outros, sobretudo os que têm pensamentos de suicídio, a perceber a beleza de serem amados.

(Silêncio orante para cada um rezar e interiorizar o tema)

8. Oração

Senhor, ajuda-nos a descobrir a beleza do amor,
beleza que nos enche a alma e o coração de paz,
de alegria, de felicidade, de divina consolação,
de gosto por viver, de encanto pela vida.

Ensina-nos, Jesus, o valor da vida bela,
dom do Pai Criador, que viu que tudo era bom.

Que o Espírito Santo nos ilumine, nos ajude
a perceber que o amor, o dom, a entrega
podem salvar vidas, semear esperança,
evitar suicídios, animar corações
Ámen.

9. Cântico final alegre e festivo

Proposta de *Dário Pedroso, sj*