

Co zrobić, jeśli bliską ci osobę trapią myśli samobójcze?

Jeśli bliską ci osobę trapią myśli samobójcze,
zadzwoń do stowarzyszenia Samaritans
lub skonsultuj się ze swoim lekarzem (GP).

SAMARITANS

1850 60 90 90 (Republika Irlandii)

08457 90 90 90 (UK)

Parafia, do której należysz, również będzie w stanie
zapewnić wam duszpasterską pomoc i wsparcie.

Osoby z poważnymi zaburzeniami umysłowymi
wymagają wykwalifikowanej opieki
oraz konsultacji psychiatrycznej.

Więcej szczegółów na temat źródeł problemu oraz
wsparcia dla osób dotkniętych zaburzeniami
psychicznymi można znaleźć na stronie
stowarzyszenia Samaritans www.samaritans.org
oraz naszej własnej www.dayforlife.org

Turning the Tide of Suicide

www.3ts.ie

National Office for Suicide prevention

www.nosp.ie

Irish Association of Suicidology

www.ias.ie

Pieta House

www.pieta.ie



Dzień Życia celebrowany jest corocznie w
Kościele katolickim w Irlandii, Szkocji, Anglii i
Walii i poświęcony jest promowaniu świętości
ludzkiego życia od jego poczęcia do naturalnego
kresu. www.dayforlife.org

Dzień Życia Modlitwa

Dziękujemy Ci Panie za dar życia.
Pomóż nam wyrazić wdzięczność za to,
że obdarowałeś nas ludzką godnością
i że mamy wspólny udział w dziele stworzenia.

Pozwól nam poprzez swoją łaskę
cieszyć się z owoców naszego życia,
służąc sobie nawzajem w duchu szczodrości
poprzez Jezusa Chrystusa, Pana Naszego.
Amen.



Potrzebujemy małych i większych nadziei, które dzień
po dniu podtrzymują nas w drodze. Jednak bez
wielkiej nadziei, która musi przewyższać pozostałe, są
one niewystarczające. Tą wielką nadzieją może być
jedynie Bóg, który ogarnia wszechświat, i który może
nam zaproponować i dać to, czego sami nie możemy
osiągnąć.

(Papież Benedykt XVI, Spe Salvi 31)

DZIEŃ ŻYCIA • 4 PAŹDZIERNIKA 2009

„Ponieważ drogi jesteś w moich oczach”

IZAJASZ 43, 4



DZIEŃ ŻYCIA
4 PAŹDZIERNIKA 2009



IRISH CATHOLIC
BISHOPS' CONFERENCE
COMHANNAL EASPAID CAITLIEACH ÉIREANN

Dzień Życia – dzień poświęcony promowaniu świętości ludzkiego życia od jego poczęcia do naturalnego kresu – w tym roku skupia się wokół tematu samobójstwa. Co roku na terenie Zjednoczonego Królestwa oraz Republiki Irlandii śmiercią samobójczą ginie blisko 6 tys. osób. W ciągu ostatnich lat statystyki zaczęły maleć, jednak ich wyjątkowo wysoki współczynnik nadal odnotowuje się w Irlandii Północnej oraz Walii.

Tegoroczny Dzień Życia, nawiązując do tematu zdrowia psychicznego, którego dotyczyły obchody Dnia Życia w 2008 roku, ma na celu podniesienie świadomości znaczenia rodziny oraz społeczności parafialnej w pomocy tym, którzy zmagają się problemami natury umysłowej. Jego zadaniem jest ukazanie bezpodstawności mitów towarzyszących zagadnieniom chorób psychicznych, depresji oraz samobójstw. Dzień Życia podkreśla wagę uzmysławiania ludziom potrzeby szukania profesjonalnej pomocy, jeżeli odczuwają trwałe niepokój związany z myślami samobójczymi.

Według Kościoła, każde życie jest cenne i powinno trwać nieprzerwanie

Codziennie życiowe sprawy są wielkim darem, który należy szanować i cenić. Nasz los jest nierozdzielnie związany z Jezusem Chrystusem poprzez wiarę, wzbogaconą sakramentami i opieką parafialnej społeczności. „Ja przyszedłem po to, aby miały życie i miały je w obfitości” (Jan 10, 10). Jezus zachęca nas, byśmy prosili Go o to Życie. Słowa Ewangelii mają ukazać, że niezależnie od przebiegu naszego życia, nie zostaniemy pozbawieni miłości Boga w Jezusie Chrystusie. Ból, nawet życiowa tragedia – nigdy nie są ostatnim słowem Boga.

Ktoś może pomyśleć, że życie jest na tyle bolesne i pozbawione nadziei, że nie jest warte trwania. Ale z odpowiednią pomocą i wsparciem te odczucia mogą osłabnąć. „Samobójstwa nigdy nie należy idealizować, promować i zachęcać do jego popełnienia. Z drugiej strony próba samobójcza jest ostatecznym czynem zdesperowanej osoby, zatem powinna być przyjmowana raczej ze współczuciem niż potępieniem” (Cherishing Life 181).

Katechizm Kościoła Katolickiego mówi: „Nie powinno się tracić nadziei dotyczącej wiecznego zbawienia osób, które odebrały sobie życie. Bóg, w sobie wiadomy sposób, może dać im możliwość zbawiennego żalu. Kościół modli się za ludźmi, którzy odebrali sobie życie” (KKK 2283).

Dlaczego niektórzy ludzie myślą o samobójstwie?

Myśli samobójcze i uczucie rozpacz nie są rzadkie, ale większość ludzi nie pozwala im sobą zawładnąć. Budzą się one u niektórych po nieprzewidywanych i bolesnych doświadczeniach, jak śmierć bliskiej osoby, zakończenie związku, utrata pracy, presja finansowa, wykorzystanie emocjonalne lub seksualne. Czasem objawiają się w postaci głębokiego strachu, który powoduje, że dotknięte nim osoby nie są w stanie sprostać zaistniałej sytuacji i stawić czoła problemom, które zakłóciły spokój ich umysłu. Zdarza się, że samobójcze myśli pojawiają się bez widocznej przyczyny.

Ludzie dotknięci poważnymi chorobami psychicznymi, jak schizofrenia, zaburzenia afektywne dwubiegunowe, depresja kliniczna czy

wielkie cierpienie. By móc radzić sobie z poczuciem beznadziei, osoby te potrzebują wiele miłości, troski i wsparcia ze strony rodziny i przyjaciół, a także szerszej społeczności.

Pomaganie w samobójstwie nie stanowi rozwiązania problemu; pogłębia uczucie bezsilności chorego i podważa wartość absolutną każdego ludzkiego życia. Asystowanie przy samobójstwie jest nielegalne. Każda zmiana w prawie może doprowadzić do wzmożenia prób o pomoc w odebraniu sobie życia, szczególnie ze strony osób wrażliwych i podatnych na wpływy, jak osoby starsze, niepełnosprawne, pogrążone w depresji czy nieuleczalnie chore.

„Kościół jest coraz bardziej świadomy presji, które pchają ludzi do podejmowania prób samobójczych i które redukuje moralną winę ich działań”

(Cherishing Life, 182)

osoby uzależnione od alkoholu lub narkotyków są bardziej podatne na uleganie myślom skłaniającym do odebrania sobie życia. Osoby te mogą potrzebować specjalistycznej opieki medycznej oraz szczególnej troski ze strony najbliższego środowiska. Jeśli członkowie rodziny lub przyjaciele zauważą niepokojące objawy u chorego, powinni osobiście zgłosić problem do specjalisty.

Ludziom, którzy cierpią na nieuleczalne choroby lub są głęboko niepełnosprawni, może się wydawać, że ich życie nie ma znaczenia, że są ciężarem dla swoich rodzin. Niekiedy obawiają się, że w chwili śmierci będzie im towarzyszyć

Czasami myśli samobójcze może wywołać poczucie opuszczenia przez Boga, braku wartości i znaczenia życia oraz wewnętrznej pustki. Może je wzbudzić również przytłaczające poczucie winy, niska samoocena, niepewność oraz brak bezpieczeństwa. Modlitwa, możliwość przeprowadzenia duchowej rozmowy, sakrament pojednania, wsparcie ze strony rodziny i parafialnej społeczności są w takich chwilach bardzo istotne.