

AFASTANDO A TRISTEZA

Os estados depressivos, caracterizados por profunda tristeza, angústia, desânimo, degeneração das forças orgânicas e psíquicas, tendentes a conduzir ao desgosto pela vida, têm causas atribuídas à vivência de situações aflitivas.

Afastamento de pessoas queridas, violência, danos patrimoniais, frustrações, medos, sentimentos de culpa, falta de reconhecimento pessoal, falência da autoestima com expressões de insegurança e timidez, seriam alguns dos fatores determinantes dos quadros tão generalizados e graves das depressões.

A prevenção e o tratamento da depressão têm contado com o esforço científico multidisciplinar, que busca evitar, atenuar e reverter os quadros de sofrimento com diferentes abordagens.

Esclarece a Doutrina Espírita que as inquietações do espírito têm causa no próprio espírito, que reage às circunstâncias com as suscetibilidades peculiares de sua condição evolutiva, não havendo sofrimentos injustificáveis perante as leis justas e amorosas de Deus.

Se a realidade presente revela as consequências danosas do passado equivocando, significa também oportunidade gerada pela Sabedoria Divina para o despertar das forças da alma imortal, encaminhando-a no destino da sua felicidade.

Jesus, sublime consolador, abençoou as aflições humanas situando suas causas no orgulho e no egoísmo, solidarizou-se com os infelizes dispondo-se a ser o caminho para a superação da dor e prescreveu a solução bendita da caridade, ensinando a alma a afastar a própria ao afastar a tristeza da alma alheia.

A capacidade de amar é efetivamente divino recurso que o Criador da Vida concedeu a todas as criaturas e que Jesus veio indicar como remédio para as aflições de agora e para a conquista perene da alegria de viver.