



A Santa Sé

DISCURSO DO PAPA JOÃO PAULO II AOS PARTICIPANTES NA CONFERÊNCIA INTERNACIONAL SOBRE "A DEPRESSÃO"

Sexta-feira, 14 de Novembro de 2003

*Estimados irmãos
no Episcopado e no Sacerdócio!
Caros amigos!*

1. Estou feliz por me encontrar convosco por ocasião da Conferência Internacional organizada pelo Pontifício Conselho para a Pastoral no Campo da Saúde sobre o tema "A Depressão". Agradeço ao Card. Javier Lozano Barragán as gentis palavras que me dirigiu em nome dos presentes.

Saúdo os ilustres especialistas, vindos para oferecer o fruto das suas pesquisas sobre esta patologia, com a finalidade de favorecer o seu conhecimento mais profundo para assim consentir melhores cuidados e uma assistência mais idónea tanto aos interessados como às suas famílias. Penso, outrossim, com estima, em quantos se dedicam ao serviço dos doentes de depressão, ajudando-os a manter a confiança na vida. O pensamento, naturalmente, faz-se extensivo também às famílias que acompanham com afecto e delicadeza o seu parente querido.

2. O vosso trabalho, estimados Congressistas, mostraram os diferentes aspectos da depressão na sua complexidade: estes vão da doença profunda, mais ou menos duradoura, a um estado passageiro ligado a acontecimentos difíceis conflitos conjugais e familiares, graves problemas trabalhistas, solidão... que levam a um prejuízo ou até à ruptura das relações sociais, profissionais, familiares. A doença muitas vezes é acompanhada por uma crise existencial e espiritual, que leva a não perceber mais o sentido da vida.

O aumento dos estados depressivos tornou-se preocupante. Neles revelam-se fragilidades

humanas, psicológicas e espirituais que, pelo menos em parte, foram induzidas pela sociedade. É importante tomar consciência das repercussões que têm sobre as pessoas as mensagens veiculadas pelos meios de comunicação, os quais exaltam o consumismo, a satisfação imediata dos desejos, a corrida a um bem material sempre maior. É preciso propor novos caminhos, para que cada um possa construir a própria personalidade, cultivando a vida espiritual, fundamento da existência madura. A participação entusiasmada nas Jornadas Mundiais da Juventude mostra que as novas gerações procuram Alguém que possa iluminar o seu caminho quotidiano, dando-lhes a razão para viver e ajudando-as a enfrentar as dificuldades.

3. Vós destacastes: *a depressão é sempre uma provação espiritual*. O papel daqueles que cuidam de pessoas deprimidas, e não têm uma tarefa terapêutica específica, consiste sobretudo em ajudá-las a recuperar a auto-estima, a confiança nas próprias capacidades, o interesse pelo futuro, o desejo de viver. Por isso, é importante estender a mão aos doentes, fazer com que eles sintam a ternura de Deus, integrá-los numa comunidade de fé e de vida na qual possam sentir-se acolhidos, compreendidos, sustentados, dignos, numa palavra, amar e ser amados. Para eles, como para qualquer outro, contemplar Cristo e deixar-se "guiar" por Ele é experiência que os abre à esperança e os estimula a escolher a vida (cf. *Dt 30, 19*).

No percurso espiritual, *a leitura e a meditação dos Salmos*, nos quais o autor sagrado expressa em oração as suas alegrias e as suas angústias, pode ser de grande ajuda. *A recitação do Rosário* permite encontrar em Maria uma Mãe amorosa que ensina a viver em Cristo. *A participação na Eucaristia* é fonte de paz interior, tanto para a eficácia da Palavra e do Pão da vida, como pela inserção na comunidade eclesial. Sabendo muito bem quanto custa para uma pessoa com depressão o que para os outros parece simples e espontâneo, é preciso ajudá-la com paciência e delicadeza, recordando o conselho de Santa Teresa do Menino Jesus: "Os pequeninos fazem passos pequeninos".

No seu amor infinito, Deus está sempre perto daqueles que sofrem. A enfermidade pode ser *uma estrada para se descobrir outros aspectos de si mesmos* e novas formas de encontro com Deus. Cristo escuta o clamor daqueles cuja barca é ameaçada pela tempestade (cf. *Mc 4, 35-41*). Ele está presente junto deles para os ajudar na travessia e guiá-los em direcção ao porto da serenidade recuperada.

4. O fenómeno da depressão recorda à Igreja e a toda a sociedade como é importante propor às pessoas, e especialmente aos jovens, modelos e experiências que os ajudem a crescer nas dimensões humana, psicológica, moral e espiritual. Com efeito, a ausência de pontos de referência não pode senão contribuir para tornar a pessoa mais frágil, induzindo-a a considerar que todos os comportamentos se equivalham. Deste ponto de vista, o papel da família, da escola, dos movimentos jovens, das associações paroquiais é muito relevante devido à incidência que tais realidades possuem na formação da pessoa.

Portanto, é significativo o papel das instituições públicas para garantir condições dignas de vida, particularmente às pessoas abandonadas, enfermas e idosas. Igualmente necessárias são as políticas para a juventude, que visam oferecer às novas gerações motivos de esperança, preservando-as do vazio e dos seus perigosos substitutivos.

5. Queridos amigos, ao encorajar-vos a um renovado compromisso num trabalho tão importante junto dos irmãos e irmãs afectados pela depressão, confio-vos à intercessão de Maria Santíssima, *Salus infirmorum*. Que cada pessoa e cada família possa sentir a sua materna solícitude nos momentos de dificuldade.

A vós todos, aos vossos colaboradores e a quantos vos são queridos, concedo de coração a Bênção apostólica.