

opusdei.org

# Už žmones, kenčiančius nuo depresijos

Lapkričio mėnesį Šventasis  
Tėvas kviečia melstis, kad  
kenčiantys nuo depresijos ar  
perdegimo žmonės rastų  
šviesos ir sulauktų visų  
pagalbos.

2021-11-09

Dėl pervargimo ir streso daug kas  
patiria didelį psichinį, emocinį ir  
fizinį išsekimą. Liūdesys, apatija ir  
dvasinis nuovargis galiausiai apima

nereta, mėginantį lėkti šiuolaikiniu tempu.

Stenkimės padėti išsekusiems ir netekusiems vilties žmonėms. Kartais tiesiog tyliai juos išklauskime. Nereikia tokiam žmogui sakyti: „Ne, gyvenimas nėra toks. Paklausk manęs, žinau, ką tau daryti“. Recepto nėra.

Taip pat nepamirškime, kad, be psichologinės paramos, kuri yra naudinga ir veiksminga, gali padėti ir Jėzaus žodžiai. Į galvą ir širdį ateina šios eilutės: „Ateikite pas mane visi, kurie vargstate ir esate prislėgti: aš jus atgaivinsiu!“

Melskimės, kad kenčiantys nuo depresijos ar perdegimo žmonės rastų šviesos ir sulauktų pagalbos, kuri sugrąžintų jiems norą gyventi.

Nuotrauka: Francisco Moreno -  
Unsplash

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
lt-lt/article/uz-zmones-kenciancius-nuo-  
depresijos/](https://opusdei.org/lt-lt/article/uz-zmones-kenciancius-nuo-depresijos/) (2025-04-04)