

# W depresji

Czasami są w życiu chwile, kiedy dopada nas depresja, kiedy upadamy i nie mamy siły się podnieść. Bywa, że nawet do końca nie wiemy dlaczego tak się dzieje. Inni ludzie potrafią cieszyć się drobiazgami, czasem spędzanym z przyjaciółmi, pracą, a nam nic się nie udaje, każdy dzień wydaje się taki sam jak poprzedni. Jak się z tego wyrwać? Gdzie szukać pocieszenia i pomocy? Nie będę rozwodził się na ten temat, ale podzielę się z Wami treścią pewnego przekazu otrzymanego przez medium w Paryżu:

*„Ludzie mówią o nieszczęściu. Wszyscy go doświadczyli i sądzą, że znają każde jego oblicze. Ja zaś przybywam, aby wam powiedzieć, że niemal wszyscy są w błędzie i że prawdziwe nieszczęście nie jest wcale tym, co ludzie – to znaczy ci nieszczęśliwcy – o nim myślą. Widzą je w ubóstwie, w tym, że nie mają węgla na opał, że grozi im wierzyciel, że po uśmiechającym się aniołku pozostała jedynie pusta kołyska. Widzą je w łzach, w trumnie, za którą idzie się z zakrytym czołem i pękniętym sercem, w strachu i zdradzie, w nędzy wynikającej z pychy, która chciała się odziać w purpurę, a ledwie kryje swą nagość za łachmanami próżności. Te wszystkie sytuacje i wiele innych ludzie nazywają w swoim języku nieszczęściem. Tak, to nieszczęście dla tych, którzy nie widzą nic poza chwilą obecną.*

*Ale prawdziwe nieszczęście tkwi w konsekwencjach określonej rzeczy bardziej niż w niej samej. Powiedzcie mi, czy zdarzenie pozytywne w danej chwili, ale z którym wiążą się przykre skutki, nie*

jest naprawdę czymś gorszym niż zdarzenie, które początkowo jest naprawdę przykre, ale z którego koniec końców wynika coś dobrego? Powiedzcie mi, czy burza łamiąca wasze drzewa, nie jest raczej szczęściem niż nieszczęściem, czyni przecież powietrze zdrowszym, rozpraszając szkodliwe dla zdrowia opary, mogące spowodować śmierć?

Z tego wynika, że aby ocenić daną rzecz, trzeba zobaczyć, jakie niesie ze sobą skutki. To znaczy, że w celu stwierdzenia czy coś jest szczęściem czy nieszczęściem dla człowieka, należy wznieść się ponad życie na Ziemi, gdyż to po śmierci będzie można odczuć konsekwencje tego, co nas obecnie spotyka. Wszystko, co krótkowzroczni ludzie nazywają nieszczęściem, kończy się wraz z fizyczną śmiercią i czeka za nie nagroda w przyszłym życiu.

Wyjawię wam, pod jaką formą istnieje jeszcze nieszczęście – to forma piękna i atrakcyjna, którą przyjmujecie i pragniecie ze wszystkich sił waszej zwiedzonej fałszywymi pozorami duszy. Nieszczęściem jest radość, przyjemność, hałas, próżne poruszenie, szalona satysfakcja płynąca z małostkowych ambicji uciszających głos sumienia, dławiących w zarodku nasze myśli, tak otępiających człowieka, że ten nie jest w stanie dostrzec przykrości. Nieszczęście to opium zapomnienia, które przywołujecie waszymi pragnieniami.

Miejcie nadzieję – wy, którzy płaczecie! Bójcie się – wy, którzy się cieszyacie, tylko dlatego że wasze ciało zaznaje radości! Nie można oszukać Boga. Nie uniknie się przeznaczenia. A życiowe próby – ci wierzyciele bardziej bezwzględni niż wygłodniała sfora psów, czyhają na wasz pozorny spokój, by rzucić was nagle w wir agonii prawdziwego

*nieszczęścia – tego, które zaskakuje duszę osłabioną obojętnością i egoizmem.*

*Niech spirytyzm oświecili wam drogę i rzuci blask na to, co jest prawdą, a co błędem; na wiedzę, którą zatraciliście przez wasze oślepienie. Postępujcie jak dzielni żołnierze, którzy nie myślą o ucieczce z pola walki, przedkładając niebezpieczny trud bitwy nad spokój, który nie jest w stanie zapewnić im ani zaszczytów, ani awansu. Cóż znaczy dla żołnierza strata broni, ekwipunku i munduru w czasie bitwy, jeżeli tylko wyszedł z niej zwycięsko i pełen chwały! Cóż znaczy dla kogoś pokładającego ufność w przykrości, pozostawić na polu walki swojego życia pieniądze i cielesne okrycie, jeżeli tylko jego dusza wchodzi w blasku do królestwa niebieskiego?*  
(DELFINA DE GIRARDIN, PARYŻ 1861)



A dla osób, które nie lubią za dużo czytać, polecam film, w którym współczesne brazylijskie medium Divaldo Franco dzieli się swoimi refleksjami na temat depresji:

**Podjmując decyzję**

Gnębi cię jakiś problem i nie potrafisz znaleźć odpowiedniego rozwiązania? Przede wszystkim zadaj sobie następujące pytania:

- 1) Czy to, co wahać się zrobić, może komuś zaszkodzić?**
- 2) Czy może to być dla kogoś użyteczne?**
- 3) Czy gdyby ktoś uczynił to wobec mnie, byłbym zadowolony?**

Jeśli dana rzecz dotyczy tylko nas samych, można sprawdzić, czy przeważają korzyści czy nieprzyjemne konsekwencje, które mogą z niej wynikać.

Gdy dotyczy innej osoby i kiedy czyniąc dobro wobec kogoś, możemy skrzywdzić innego człowieka, należy również rozważyć sumę dobra i zła, aby zdecydować czy należy się powstrzymać, czy może zacząć działać. W końcu nawet w najkorzystniejszych przypadkach należy sprawdzić towarzyszące jej okoliczności i możliwości, gdyż rzecz z zasady dobra, może przynieść negatywne skutki, gdy znajdzie się w nieporadnych rękach i gdy nie korzysta się z niej w sposób ostrożny i przezorny. Zanim podejmiemy decyzję, zbadajmy swoje siły i środki do zrealizowania danej rzeczy.

W każdym przypadku możemy prosić o pomoc naszego Ducha Opiekuna i wspomnieć tę mądrą maksymę: „Gdy masz wątpliwości, powstrzymaj się od działania”.  
(źródło: *Ewangelia według spirytyzmu*)



Uśmiechnij się, zmartwienia w niczym nie pomogą