

Céard is féidir leat a dhéanamh má tá tú buartha faoi dhuine a bhfuil claontaí féinmharaíthe acu?

Má tá tú buartha faoi dhuine a bhfuil claontaí féinmharaíthe acu, cuir glao teileafóin ar na Samáraigh nó téigh i gcomhairle le do GP.

SAMÁRAIGH  
1850 60 90 90 (Éire)  
08457 90 90 90 (UK)

Beidh ar chumas an pharóiste áitiúil agus an sagart paróiste tacaíocht tréadach agus sóisialta a thairiscint. Más mí-eagair meabhrach tromchúiseach atá i gceist beidh gá le cúram síciatrach ildisciplíneach agus/nó le comhairleoireacht oilte.

Tá sonraí ar bhreis acmhainní agus tacaíocht le fáil ar shuíomh gréasáin na Samáarach  
[www.samaritans.org](http://www.samaritans.org)  
agus ar shuíomh gréasáin Lá don Bheatha  
[www.dayforlife.org](http://www.dayforlife.org)

Ag Casadh Taoide na Féinmharaíthe  
[www.3ts.ie](http://www.3ts.ie)

Oifig Naisiúnta um Fhéinmharú a Chosc  
[www.nosp.ie](http://www.nosp.ie)

Eagraíocht Éireannach um Eolaíocht na Féinmharaíthe  
[www.ias.ie](http://www.ias.ie)

Teach Pieta  
[www.pieta.ie](http://www.pieta.ie)



Déantar Lá don Bheatha a cheiliúradh gach bliain ag an Eaglais Chaitliceach in Éirinn, in Albain, sa Bhreatain agus sa Bhreatain Bheag. Lá atá ann chun tuiscint a chothú ar bhrí agus ar fhiúntas an bheatha daonna ag gach céim agus ag gach staid den saol: [www.dayforlife.org](http://www.dayforlife.org)

# Lá don Bheatha Paidir

Gabhaimid buíochas leat, a Thiarna,  
as bronntanas na beatha.  
Cabhraigh linn léirthuiscint a bheith againn do dhínit leithleach gach duine daonna agus don tairbhe indibhidiúil a dhéanann siad don saol, ag comhalladh an tasc a thug tú dóibh.  
Le do ghrásta, cuir ar ár gcumas a folláine a chur chun cinn, ag freastal ort i ngach aon duine trí spiorad na móraigeantachta,  
trí Íosa Críost ár dTiarna.  
Áiméan.

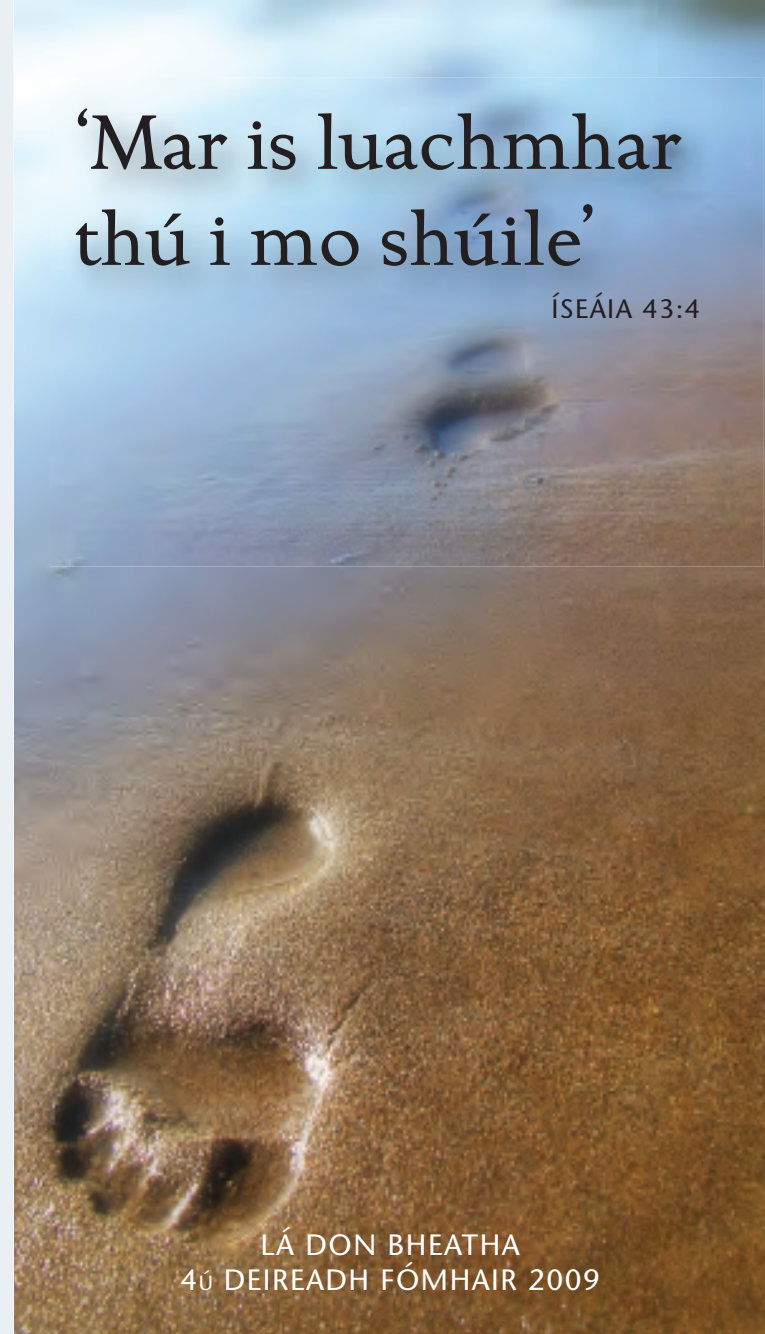


‘Is gá dóchas atá beag agus mór a bheith againn – is mar seo a théimid ar aghaidh lá i ndiaidh lae.  
Ach ní leor na nithe seo gan an ard dóchas, a sháraíonn gach rud eile.  
Dia amháin is ábhar don ard dóchas seo,  
Dia a chuimsíonn an réaltacht iomlán agus ar féidir leis a thabhairt dúinn an méid nach bhfuil ar ár gcumas amháin a sholáthar.’  
(Pápa Beinidict XVI, *Spe Salvi* n.31)

LÁ DON BHEATHA • 4ú DEIREADH FÓMHAIR 2009

# ‘Mar is luachmhar thú i mo shúile’

ÍSEÁIA 43:4



LÁ DON BHEATHA  
4ú DEIREADH FÓMHAIR 2009



IRISH CATHOLIC  
BISHOPS' CONFERENCE  
ICB MIONNA 'L TADY FÁG SAÍ FLÍEAPH 'BRY AME

**L**á don Bheatha – an lá atá tiomnaithe chun dínit na beatha ó ghiniúint go bás nádúrtha a cheiliúradh – cuirfidh sé an fócas i mbliana ar an féinmharú. Tá cothrom le 6,000 duine a fhaigheann bás in Éirinn agus sa Bhreatain gach bliain trí lámh a chur ina mbás féin. Tá an figiúr seo ag titim le blianta beaga anuas, ach amháin i dtuaisceart na hÉireann agus sa Bhreatain Bheag.

Chun cur le téama na bliana seo caite ar an meabhairshláinte, tá sé de aidhm ag Lá don Bheatha i mbliana feachtas a spreagadh ar an ról fíorthabhachtach a sholáthraíonn teaghlaigh agus baill de pharóistí tacúla chun tacaíocht a thabhairt dóibh siúd a bhfuil deacracht acu aghaidh a thabhairt ar an saol. Tá sé de aidhm ag an Lá seo freisin cabhair a thabhairt le líon na miotas a bhaineann le meabhairghalar, dúlagar agus féinmharú a íslíú. Cuireann sé an bhéim ar cé chomh tábhachtach is atá sé daoine a spreagadh chun cabhair proifisiúnta a fháil má tá siad buartha faoi mhothúcháin dianseasmhacha chun féinmharú.

### Creideann an Eaglais gur fiú beatha an duine

Is fiú an bheatha. Bronntanas luachmhar í ba chóir a chothú. Is ó chaidreamh beo le hÍosa Críost tríd an chreideamh, a thagann ár lánástacht agus ár gcinniúint, cothaithe ag na sacraimintí agus ag tacaíocht pobal na heaglaise. ‘Tháinig mise chun go mbeadh an bheatha acu agus go mbeadh sí acu go fial’ (Eoin 10:10). Tugann sé cuireadh dúinn an Bheatha seo a iarraidh uaidh. Is í teachtaireacht an tSoiscéil ná, pé ar bith a tharla dúinn, is cuma an méid a rinneamar, nach féidir linn a bheith scartha ó ghrá Dé in Íosa Críost. Ní riamh iad focail dheireanacha Dé – an phian, nó fiú an tragóid.

D’fhéadfadh duine a mhothú nach fiú an saol a chaitheamh toisc cé chomh pianmhar nó éadóchasach is a bheadh sé. Ach le cabhair agus le tacaíocht feiliúnach téann na mhothúcháin seo in éag. ‘Ní cóir riamh go mbeadh róimánsaíocht ag baint le féinmharú nó go ndéanfaí é a chothú nó a mhisiú. Ar an dtaobh eile de, má dhéanann duine iarracht ar féinmharú, is gníomh é go tipiciúil a thrialann duine atá gan dóchas agus ba chóir comhbhá in ionad milleán a thairiscint.’ (*Gean don Bheatha*, 181)

Deir *Caiticiosma na hEaglaise Caitlicí*: ‘Níor cheart deireadh dúile a bhaint de shlánú síoraí na ndaoine a chuir lámh ina mbás féin. Féadann Dia siocair aithreachais agus slánaithe a sholáthar dóibh ar bhealaí is eol dó féin amháin. Déanann an Eaglais guí ar son na ndaoine sin.’ (u. 2283)

## Cúis go smaoiníonn daoine ar an bhféinmharú

Ní neamhchoitianta é a bheith ag smaoineamh ar féinmharú ach ní ghníomhaíonn formhór na ndaoine ar na smaointe seo agus ar na mhothúcháin éadóchasacha seo. Uaireanta tagann na smaointe agus na mhothúcháin seo i ndiaidh méala, cliseadh caidrimh, caillteanas post, riachtanais airgeadais nó ag teacht i ndiaidh mí-úsáid mothúcháinach nó mí-úsáid ghnéasach. Uaireanta eile, is é eagla domhain atá ann nach mbeidís in ann déileáil le cibé a chuireann isteach ar shuaimhneas a n-intinne. Scaití tagann na smaointe seo gan cúis dhealraitheach ar bith.

Ar na cúiseanna is dealraithe le go mbainfeadh duine triail as féinmharú tá drochshláinte

nó gur ualach iad ar an teaghlach. Bíonn eagla ar dhaoine eile go mbeidh orthu fulaingt go mór roimh báis. Séard atá ag teastáil ón teaghlach, ó chairde agus ón chomhluadar i gcoitinne ná freagairt grámhar cúramach, agus an cúnamh ar féidir le cúram maolaitheach a thairiscint. Níl freagra le fáil i bhféinmharú cuidithe; ní dhéanfaí ach cur le mothú an éadóchais agus lagú a dhéanamh de dhearbhfhiúntas gach beatha daonna. Tá féinmharú cuidithe neamhdhleathach, agus dá dtiocfaidh athrú ar an dlí chuirfeadh sé seo brú níos mó ar dhaoine leochaileacha – agus seandaoine, daoine míchumasaithe, daoine faoi dhúlagar,

‘Tá tuiscint na hEaglaise ag dul i méid ar na brúnna a thugann daoine chun féinmharú a thrialadh agus go laghdótar ciontáil morálta dá bharr.’

(*Gean don Bheatha*, 182)

intinne tromchúiseach mar seitsifréine, neamhord dépholach agus dúlagar cliniciúil nó iad siúd atá spleách ar dhrugaí nó ar alcól. D’fhéadfadh go mbeadh cúram speisialta agus uaireanta dianchúram sláinte nó síceolaíoch ag teastáil uathu san ospidéal nó sa phobal. Uaireanta bíonn léargas lag acu ar a ríocht sláinte agus beidh gá ann cúram práinneach speisialta a lorg ag duine muinteartha, ag cara nó ag comhghleacaí.

D’fhéadfadh daoine éigin a bhfuil tinneas foirceanta orthu nó atá míchumasaithe go dona, a mhothú nach fiú a saol a chaitheamh

daoine a bhfuil tinneas foirceanta orthu ina measc – chun bás cuidithe a iarraidh.

Uaireanta tagann mhothúcháin féinmharaithe ón mhíthuisicint go bhfuil an duine cailte nó tréigthe ag Dia, ó easpa brí na beatha agus ó fholús inmheánach. D’fhéadfadh mothú ciontacht treascracha, nó lagmheas, nó neamhdhiongbháilteacht agus easpa comhchuspóir, a bheith taobh thiar de. Is tábhachtach iad an phaidreoireacht, deiseanna le haghaidh comhrá spioradálta, sacraimint na haithrí agus tacaíocht a bheith ar fáil ón dteaghlach agus ó phobal an pharóiste.