



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO

I CONCURSO LITERÁRIO VITA ALERE
MEMÓRIA VIVA: HISTÓRIAS DE SOBREVIVENTES DE SUICÍDIO

CATEGORIA I: COMPORTAMENTO SUICÍDA

2º. Lugar

DEIXE PRA DEPOIS

Autor: Eduardo de Paula Barreto

Quando o inimigo

Cruel e traiçoeiro

Cresce em nosso íntimo

E nos faz seu hospedeiro

A batalha se torna injusta

Porque em nós incrusta

Toda a sua munição

A qual ele utiliza

Para tornar incisiva

A arma da depressão.

Talvez seja grande a sua dor

E maior ainda o seu vazio

Talvez a sua força interior

Tenha ficado pelo caminho

E você desista de lutar

Contra o inimigo que está



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO

Lhe conduzindo ao divã
Se quer cometer suicídio
Faço apenas um pedido:
Espere até amanhã.

E se quando amanhecer
Ainda estiver deprimido
Se esforce para entender
O que pode estar escondido
Dentro de cada sofrimento
E quem sabe lá dentro
Você encontre o antídoto
Mas se for mesmo se matar
Peço por favor para adiar
Para amanhã o seu epílogo.

Mas caso você acorde
E deprimido ainda esteja
E por isso ache que a morte
Seja bálsamo para a tristeza
Eleve os olhos aos céus
E repare que o denso breu
Passa quando o Sol o atinge



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO

Mas se mesmo assim
Quiser decretar o seu fim
Adie para o dia seguinte.

Adiando a sua partida
Sempre haverá a possibilidade
De que sequem as suas feridas
Diante das novas realidades

Que têm o poder de mudar
A maneira de se encarar
Tudo o que mina a alegria
Mas se ainda quiser morrer
Reserve hoje para viver
E adie a morte para outro dia.



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO
www.vitaalere.com.br

Assim o tempo passará
E a morte que você adiou
Naturalmente chegará
Para conduzi-lo ao Criador
E você verá romper o véu
Atrás do qual se escondeu
A razão das crises depressivas
Então tudo fará sentido



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO

E você ficará agradecido

Por ter valorizado a vida.



INSTITUTO
VITA ALERE
DE PREVENÇÃO E POSVENÇÃO DO SUICÍDIO
www.vitaalere.com.br