THE EQUALIZER
Official Student News Publication of Mabalacat City College

SPECIAL SHOWCASE

Okay Lang Maging Tao

World Suicide Prevention Day

By **Lance_EDITOR_2** · September 14, 2026 · 01:04 AM

World Suicide Prevention Day — Photo: Paglalapat ni Julia Ocampo

Hindi kailangang bawat segundo o minuto,
Kasing tibay ka ng makapal na lubid sa paningin ng ibang tao,
Hindi sa bawat panahon,
Umaraw, umulan, bumagyo kailangan magmukha kang kalmado,
Malaya kang managhoy, kung kasunod kapayapaan sa puso'y sigurado.
Hindi ka kailanman dapat magpakulong sa apat na sulok ng iyong kwarto,
Hindi kailangang bawat pagpapakatotoo ay limitado,
Datapuwa't ang puso sa iba ay huwag ikandado,

Na sa mundong punung-puno ng sakit at pighati, huwag kang magpatalo.
Palagi mo sanang ikrus sa iyong noo,
Hindi ka salamin na laging makintab at plakado,
Hindi ka robot na kinakailangang perpekto ang galaw bawat segundo,
Hindi ka tula sa isang libro na kinakailangang palaging magkatunog ang dulo.
Ikaw ay inilikha bilang perpektong imahe ng tao,
Sa pagiging matapang at matatag matatawag kang pulido.
At kailanman hindi ka sa iba delikado,
Dahil ang itinaling lubid ay puputulin mo nang todo.
Sa aking mga kapuwa, kapatid at kamag-aral;
Huwag ka nang magpatali sa mga salitang hindi naman totoo,
Mga salitang magpapalagot ng hininga dahil puro negatibo,
Isa kang huwarang tao na kinatawan ng salitang "pursigido".
At, tandaan sana na kahit mabagal, mabilis o bumaligtad ang ikot ng mundo,
Nandito ako, mananatili mong kaalyado.

Tags: Pampanitikan