

# El sentido del dolor

Yo te voy a decir cuáles son los tesoros del hombre en la tierra para que no los desperdicies: hambre, sed, calor, frío, dolor, deshonra, pobreza, soledad, traición, calumnia, cárcel...

11/02/2014

Yo te voy a decir cuáles son los tesoros del hombre en la tierra para que no los desperdicies: hambre, sed, calor, frío, dolor, deshonra, pobreza, soledad, traición, calumnia, cárcel...

## **La respuesta definitiva**

Ante esas pesadumbres, el cristiano sólo tiene una respuesta auténtica, una respuesta que es definitiva: Cristo en la Cruz, Dios que sufre y que muere, Dios que nos entrega su Corazón, que una lanza abrió por amor a todos. Nuestro Señor abomina de las injusticias, y condena al que las comete. Pero, como respeta la libertad de cada individuo, permite que las haya. Dios Nuestro Señor no causa el dolor de las criaturas, pero lo tolera porque — después del pecado original— forma parte de la condición humana. Sin embargo, su Corazón lleno de Amor por los hombres le hizo cargar sobre sí, con la Cruz, todas esas torturas: nuestro sufrimiento, nuestra tristeza, nuestra angustia, nuestra hambre y sed de justicia.

*Es Cristo que pasa, 168*

**Las aflicciones unen a Cristo**

Si —ante la realidad del sufrimiento— sentís alguna vez que vacila vuestra alma, el remedio es mirar a Cristo. La escena del Calvario proclama a todos que las aflicciones han de ser santificadas, si vivimos unidos a la Cruz.

Porque las tribulaciones nuestras, cristianamente vividas, se convierten en reparación, en desagravio, en participación en el destino y en la vida de Jesús, que voluntariamente experimentó por Amor a los hombres toda la gama del dolor, todo tipo de tormentos. Nació, vivió y murió pobre; fue atacado, insultado, difamado, calumniado y condenado injustamente; conoció la traición y el abandono de los discípulos; experimentó la soledad y las amarguras del castigo y de la muerte. Ahora mismo Cristo sigue sufriendo en sus miembros, en la humanidad entera que puebla la tierra, y de la

que Él es Cabeza, y Primogénito, y Redentor.

*Es Cristo que pasa, 168*

## **Cursar la asignatura del dolor**

Todo un programa, para cursar con aprovechamiento la asignatura del dolor, nos da el Apóstol: “*spe gaudentes*” —por la esperanza, contentos, “*in tribulatione patientes*” —sufridos, en la tribulación, “*orationi instantes*” —en la oración, continuos.

*Camino, 209*

Une el dolor —la Cruz exterior o interior— con la Voluntad de Dios, por medio de un “fiat!” generoso, y te llenarás de gozo y de paz.

*Forja, 771*

Bendito sea el dolor. —Amado sea el dolor. —Santificado sea el dolor...  
¡Glorificado sea el dolor!

## **Sufrir con alegría**

Si unimos nuestras pequeñeces —las insignificantes y las grandes contradicciones— a los grandes sufrimientos del Señor, Víctima —¡la única Víctima es El!—, aumentará su valor, se harán un tesoro y, entonces, tomaremos a gusto, con garbo, la Cruz de Cristo.

—Y no habrá así pena que no se venza con rapidez; y no habrá nada ni nadie que nos quite la paz y la alegría.

*Forja, 785*

## **Ante el dolor ajeno**

No pases indiferente ante el dolor ajeno. Esa persona —un pariente, un amigo, un colega..., ése que no conoces— es tu hermano.

—Acuérdate de lo que relata el Evangelio y que tantas veces has leído con pena: ni siquiera los parientes de Jesús se fiaban de El. — Procura que la escena no se repita.

*Surco, 251*

### **Con la ayuda de María**

Admira la reciedumbre de Santa María: al pie de la Cruz, con el mayor dolor humano —no hay dolor como su dolor—, llena de fortaleza.

—Y pídele de esa reciedumbre, para que sepas también estar junto a la Cruz.

*Camino, 508*

No estás solo. —Ni tú ni yo podemos encontrarnos solos. Y menos, si vamos a Jesús por María, pues es una Madre que nunca nos abandonará.

*Forja, 249*

.....

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/el-sentido-del-  
dolor-rezar-con-san-josemaria/](https://opusdei.org/es/article/el-sentido-del-dolor-rezar-con-san-josemaria/)  
(14/01/2026)