

# A experiência da dor

Mesmo que a dor seja uma das experiências mais comuns da vida, sempre nos surpreende e continuamente nos exige aprender e nos adaptar às novas circunstâncias.

20/01/2013

Ninguém pode se considerar “expert” na dor; sempre tem uma dimensão original: na forma como se manifesta, em suas causas, e nas diversas reações que desencadeia. Muitas vezes nos encontramos sofrendo profundamente por

motivos e razões que nunca esperávamos.

O Santo Padre João Paulo II escreve: “O sofrimento humano suscita compaixão; suscita também respeito, e a seu modo, temor. De fato, nele está contido a grandeza de um mistério específico [...] o homem, em seu sofrimento, é um mistério intangível” (1). A principal peculiaridade da dor humana é que coloca uma interrogação existencial. “Dentro de cada sofrimento experimentado pelo homem, e também na profundidade do mundo do sofrimento, aparece inevitavelmente a pergunta: por que? É uma pergunta acerca da causa, da razão; uma pergunta acerca da finalidade (para quê); definitivamente, acerca do sentido” (2).

De fato, quando se começa a busca pelo sentido da dor, o ser humano se questiona sobre o sentido da sua

própria existência e trata de esclarecer o alcance e o significado da sua própria liberdade. “Posso rejeitar a dor? Posso, por acaso, fixar uma distância da dor, eliminá-la? A dor imprime à vida seu sentido efêmero” (3).

Esta experiência humana nos move a buscar a ajuda de outras pessoas e a oferecer, ao mesmo tempo, nossa assistência. A experiência da dor nos ensina a prestar mais atenção a outras pessoas (4). A dor marca a diferença entre uma pessoa madura e equilibrada, que é capaz de enfrentar obstáculos e situações difíceis, e uma pessoa que se deixa levar e absorver por suas próprias emoções e sensações.

## **A interação mútua entre a dor e o amor**

“Não esqueças que a Dor é a pedra de toque do Amor” (5). Esta afirmação incisiva e profunda de São Josemaria

Esquivá está relacionada com as diferentes reações diante da dor.

Existe uma relação entre a maneira em que cada pessoa vive a dor e sua forma de amar, porque somente se aceita a dor quando se capta que seu sentido é o amor. Só assim se pode chegar a excluir: "Bendita seja a dor. Santificada seja a dor[...] Glorificada seja a dor!" (6).

No escritos de São Josemaria, o mistério da dor é uma constante pedra de toque; converte-se em ocasião para um encontro face a face com Deus, que se fez Homem para ensinar-nos a viver como homens.

Ao escolher a Encarnação, Jesus Cristo quis experimentar todo o sofrimento humanamente possível para ensinar-nos que o amor pode superar qualquer classe de dor. Em uma das passagens de Caminho, São Josemaria expressa: Todo um programa para cursar com

aproveitamento a matéria da dor, nos dá o Apóstolo: “spe gaudentes” – na esperança, alegres; “in tribulatione patientes” – pacientes na tribulação; “orationi instantes” – na oração, perseverantes” (7).

A dor é um ponto de encontro entre a alegria da esperança e a necessidade da oração. Os cristãos aceitam a dor com a esperança de um deleite futuro. São plenamente conscientes de seus limites e confiam na ajuda que se implora a Deus na oração.

Não se trata do convencimento da própria capacidade de enfrentar as dificuldades por si mesmo, nem de adotar a posição pessimista daquele que pensa que o sofrimento é a última e inevitável estação no caminho da vida, “Se sabes que estas dores – físicas ou morais – são purificação e merecimento, abençoa-as” (8).

O sofrimento é um cruzamento de caminhos, um lugar de passagem; não é nunca uma estação final.

Assim, a oração se converte em um momento importante onde o sofrimento encontra seu sentido e, com a graça de Deus, converte-se em alegria (9).

O efeito purificador da oração se faz realidade porque, cada vez que o homem reza, experimenta a misericórdia de Deus e compartilha suas preocupações e problemas, recebendo ao mesmo tempo um sinal quase intangível de seu Amor: “Meu Deus, ensina-me a amar! - Meu Deus, ensina-me a orar!” (10).

A relação entre a dor e o amor é muito forte. Aqueles que amam e que se “forjam no fogo da dor” encontram a alegria (11), “O Amor é também a fonte mais plena da resposta à pergunta sobre o sentido do sofrimento” (12). São Josemaria

costumava dizer: “Quero que sejas feliz na terra. – Não o serás se não perdes esse medo à dor. Porque, enquanto 'caminhamos', na dor está precisamente a felicidade" (13). Esta é uma afirmação tão nítida que marca o caminho para a felicidade, para o fim último do homem.

Sem dúvida, há momentos nesta jornada em que a experiência da dor forja a vida de um homem. Já não se trata de uma questão de aceitação ou rejeição da dor, mas de aprender a considerar o sofrimento como parte de nossa própria existência e como parte do plano de Deus para cada um de nós.

“O sofrimento é também uma chamada a manifestar a grandeza moral do homem, sua maturidade espiritual" (14). Afortunadamente, com sua liberdade e sua racionalidade o homem pode

enfrentar com êxito os acontecimentos dolorosos.

Para poder fazê-lo, deve alcançar um nível mais alto de maturidade pessoal, ganho que não se produz de maneira passiva e tão pouco pode

considerar-se como definitivamente alcançada. : É necessário reunir todos os recursos espirituais e adotar uma atitude apropriada. Como afirma Viktor Frankl, a capacidade para sofrer forma parte da própria educação; é uma fase importante do crescimento interior e também de auto-organização (15).

Atualmente, a incapacidade para enfrentar a dor e o sofrimento, físico ou espiritual, provém precisamente da falta de 'cultura do sofrimento". Inicialmente, são os pais que temem que seus filhos enfrentem o sacrifício. Como consequência, se vêem tentados a dar-lhes tudo e de forma imediata. Pensam que sempre



haverá tempo para sofrer mais adiante ou guardam a ilusão de que estes momentos não chegarão nunca para eles (16).

É difícil entender como uma pessoa pode resistir ao advento imprevisto de uma dor intensa sem havê-la experimentado antes. De fato, essas pessoas estão mais propensas a sofrer crises nervosas e depressões.

O sofrimento experimentado por São Josemaria em sua própria família foi um modo muito prático de adquirir a maturidade que outros só alcançam depois de muitos anos. Sua biografia é exemplar. Esteve seriamente enfermo em sua infância; teve que enfrentar a morte de três de suas irmãs; contemplou o sofrimento de seu pai diante das consequências de uma crise econômica; se viu obrigado a mudar-se para outra cidade com a conseqüente mudança de estilo de vida.

Logo, voltou a experimentar o sofrimento no seminário, dor que, acrescida a muitas horas de oração ante o Santíssimo Sacramento, o fez amadurecer espiritualmente. As múltiplas provas internas e externas que o Senhor lhe enviou, requereram uma grande dose de espírito de sacrifício; inclusive a perseguição que sofreu durante a fundação do Opus Dei. Sofreu além disso de diabetes, enfermidade que o deixou exausto durante muitos anos.

De certa forma poderíamos dizer que não se lhe poupou nada. São Josemaria sempre teve a capacidade de entender o sofrimento e dor alheios devido a sua própria experiência pessoal e não simplesmente por conhecimento teórico.

Enfrentou o sofrimento com fé e valentia, e com uma grande paciência humana e sobrenatural.

## **Os enfermos são um tesouro**

“Os testemunhos da cruz e da ressurreição de Cristo tem transmitido à Igreja e à humanidade um específico Evangelho do sofrimento. O próprio Redentor escreveu este Evangelho antes de tudo com o próprio sofrimento assumido por amor, para que o homem 'não pereça, mas que tenha vida eterna'. Este sofrimento, junto com a palavra de seu ensinamento, converteu-se em um rico manancial para quantos participaram nos sofrimentos de Jesus na primeira geração de seus discípulos e confessores e logo, nas que se sucederam ao longo dos séculos”(17).

O Santo Padre João Paulo II crê que aqueles que sofrem são protagonistas privilegiados do Evangelho da Dor, que Jesus Cristo em pessoa começou a escrever com sua própria dor. Cada pessoa que sofre traz este Evangelho

à vida com sua própria dor pessoal. É um Evangelho vivo, que nunca terminaremos de escrever, e que verdadeiramente nos capacita para reconhecer ao próprio Deus em cada um dos que sofrem.

Em sua profecia do Julgamento Final, nosso Senhor nos disse: “Dirá então o Rei aos que estiverem à Sua direita: Vinde benditos de Meu Pai, possuí o Reino que vos está preparado desde a criação do mundo, porque [...] enfermo, e Me visitastes [...] Senhor, quando é que nós Te vimos enfermo [...] e fomos visitar-Te? [...] o Rei respondendo, lhes dirá: Em verdade vos digo que todas as vezes que vós fizestes isto a um destes Meus irmãos mais pequenos, a Mim o fizestes" (18).

Consciente da identificação entre Cristo e os enfermos, São Josemaria sempre tentou transmitir àquelas

peessoas próximas dele, um especial carinho pelos enfermos.

Constantemente repetiu que amava a Deus e aos demais com o mesmo coração. Sabia como amar aos outros através de Deus e eles, por sua vez, o aproximavam mais de Deus.

Os enfermos ocupavam um lugar especial no coração de São Josemaria, porque em cada um deles via a imagem de Cristo que sofre. Por esta razão, cada um lhe atraía, de uma maneira misteriosa e forte, à corredenção.

Na oração, imaginava-se a si mesmo como um dos Apóstolos, desejando reparar por sua fuga no momento da Cruz. Para reparar por estas deserções que haviam aumentado tanto os sofrimentos de Jesus, desejava que os enfermos fossem amados da mesma maneira como uma mãe ama com ternura a seu filho, e que nunca os deixassem sós.

“Como sempre, quando um filho meu encontra-se enfermo, digo àqueles que vivem ao seu lado que devem cuidar-lo de tal maneira, que não sinta falta dos cuidados de sua mãe que está longe, e que naqueles momentos, devemos ser como sua mãe para esse filho meu".E em outro momento, “ Mesmo sendo pobres, nunca devemos poupar nada no cuidado de nossos irmãos enfermos. Se fosse necessário, roubaríamos um pedacinho do céu para eles e o Senhor nos perdoaria" (19).

“Criança. – Doente. – Ao escrever estas palavras, não sentis a tentação de as pôr em maiúsculas?

É que , para uma alma enamorada, as crianças e os doentes são Ele" (20). Os enfermos são um tesouro, costumava dizer, porque ao viver o asceticismo sorridente, que era tão apreciado por São Josemaria, o

enfermo pode converter seu padecimento em oração.

Converte-se em um tesouro para outros também porque, ao cuidar dele, praticam a virtude da caridade e se enriquecem tanto quanto o cuidado que prestam, sendo o melhor que podem oferecer. A enfermidade é um tesouro para a Igreja porque cada pessoa enferma participa na Paixão de nosso Senhor na Cruz (21).

O enfermo em estado grave, ao aproximar-se do encontro pessoal com Deus, dirige-se para este instante de uma maneira especial. Este encontro tem um efeito de purificação profunda e, ao mesmo tempo, de paz.

“Este homem está morrendo. Já não há nada a fazer...” Foi há anos, num hospital de Madrid.

Depois de se confessar, quando o sacerdote lhe dava a beijar o seu crucifixo, aquele cigano dizia aos brados, sem que conseguissem fazê-lo calar-se: — Com esta minha boca podre, não posso beijar o Senhor! — Mas se daqui a pouco vais dar-Lhe um abraço e um beijo muito forte, no Céu! ... Viste maneira mais maravilhosamente tremenda de manifestar a contrição?" (22).

Este episódio da vida do Fundador resume de forma ideal sua atitude frente à morte e a dor. O valor purificador do sofrimento do cigano adquire uma dimensão ilimitada e, junto com a graça do sacramento da Penitência, a morte perde o espectro do temor. Converte-se, em troca, na oportunidade que a fé de todo homem espera: a de poder contemplar a Deus face a face, não como Juiz, mas como Pai amoroso que nos espera para abraçar-nos.



## **Profissionais em contato com a dor**

Não é fácil enfrentar a situação de pessoas que sofrem diariamente e, ao mesmo tempo, manter um interesse vivo por seus problemas e suas tristezas. Nestas circunstâncias existe o risco de manipular a dor de forma anônima, tentando aliviar falsamente a atmosfera na qual devem viver diariamente os profissionais da medicina.

Podem-se encontrar enfermeiras muito competentes a quem a dor já não lhes afeta profundamente. Em lugar de ver o paciente como um ser humano, com uma visão integral de suas necessidades, centram sua preocupação no que se requer para responder às necessidades clínicas da pessoa.

Os médicos também se encontram frequentemente em perigo de considerar aos pacientes desde um ponto de vista meramente

pragmático, limitando sua atenção ao diagnóstico e as opções terapêuticas.

Exceto o contato com o enfermo durante as etapas de diagnóstico e planejamento de tratamento, os médicos são invisíveis, absorvidos por atividades administrativas, cursos, consultas com colegas e conferências.

As palavras do Fundador do Opus Dei a um cirurgião ortopedista são significativas. O médico lhe perguntou como era possível evitar a rotina em sua profissão: “Vive na presença de Deus, como seguramente já fazes. Ontem visitei uma pessoa enferma a quem quero com todo o coração de pai, e entendo o grande trabalho sacerdotal que vós os médicos fazeis. Porém não te orgulhes disto, porque todo mundo tem alma sacerdotal! Necessitas colocar em prática vossa alma sacerdotal! Quando lavas as mãos,

quando usas teu jaleco branco, quando colocas as luvas, pensa em Deus e em seu sacerdócio real, ao qual São Pedro se refere. Só assim evitarás a rotina no trabalho. Farás bem ao corpo e também para a alma" (23).

O trabalho dos médicos e das enfermeiras é uma realização ininterrupta e intangível do que levou a cabo nosso Senhor durante sua vida na terra. Seus milagres o demonstram: os cegos podiam ver; os mudos podiam fala; os surdos podiam ouvir; os coxos, caminhar. Curou aos epiléticos e aos leprosos, inclusive ressuscitou mortos.

Um médico ao ler o Evangelho, não pode evitar de perceber a profunda compaixão de Jesus quando se aproximava dos enfermos, tomando Ele a iniciativa para ir ao seu encontro e atendendo sempre as suas súplicas. Sem dúvida, o Senhor

estabeleceu sim uma condição: fé, uma fé humana e sobrenatural nEle.

Quando no Evangelho aquele pai pergunta por que os Apóstolos não puderam curar seu filho, Jesus responde que a causa foi sua falta de fé (24). Atualmente, os médicos esquecem com frequência a necessidade fundamental de estabelecer uma relação de verdadeira confiança com seus pacientes. Estes se vêem estimulados a pôr sua confiança nos medicamentos mais que na pessoa que os administra. A burocratização inapropriada na prática médica pode efetivamente destruir a relação médico-paciente e reduzi-la a um mero intercâmbio de informação e prescrições, onde as estatísticas tomam o lugar da comunicação interpessoal.

São Josemaria Escrivá recordava aos médicos a dimensão única que

possui sua relação pessoa com o paciente, e os estimulava a evitar cair na rotina de seu trabalho. Os incitava a manter seu coração em sintonia com o coração de Deus. Não se tratava de sentimentalismo, mas de forte convicção de que não se pode exercer a profissão médica como se fosse qualquer outra profissão, nem sequer movido meramente pelo amor à ciência.

Em uma ocasião, algumas enfermeiras lhe perguntaram como poderiam melhorar seu trabalho, e ele respondeu: “Necessitamos de muitas enfermeiras cristãs. Vosso trabalho é um sacerdócio, muito mais que o trabalho de um médico. Disse muito mais porque vós tendes a delicadeza, a proximidade de estar sempre perto do paciente. Creio que para ser enfermeira, se requer uma verdadeira vocação cristã. Para aperfeiçoar esta vocação, requer-se

estar cientificamente preparada e ter uma grande delicadeza". (25)

Em outra oportunidade, explicou ainda mais a abordagem anterior: "Que Deus os abençoe! Pensais que estais cuidando da Sagrada Família de Nazaré e que a pessoa enferma é Jesus [...] Ou pensais que é sua Mãe. Tratai-os com amor, com cuidado, com delicadeza. garanta-lhes de que não precisem de nada, especialmente ajuda espiritual [...] Eu rezo por vós porque penso no bem ou no mal que podeis fazer. A uma pessoa que está espiritualmente preparada, pode-se lhe falar de seu estado com franqueza. Porém se este não é o caso, deveis aproveitar qualquer oportunidade para ajudar-lhes a se aproximarem da Confissão e receber a Comunhão. E chegará o momento em que a pessoa que está enferma, desejará que lhe diga que vai ao Céu. Eu mesmo conheço alguns belos exemplos" (26).

Mais de uma vez, São Josemaria enfatizou a dimensão sacerdotal deste trabalho: "Impressiona-me quando me dizem algo que muitos de vós conheceis. Os médicos devem fazer o que fazem os bons confessores, porém na esfera material. Os médicos devem não só preocupar-se com o estado físico do paciente mas também com o de sua alma" (27).

## **O prestígio profissional, uma maneira de dar glória a Deus**

O Fundador do Opus Dei sabia como aplicar a chamada universal à santidade à profissão médica. Para buscar a santidade no trabalho, , devemos levar a cabo o trabalho com perfeição com competência profissional. "àquele que puder ser sábio, não lhe perdoamos que não o seja" (28). "A santidade compõe-se de heroísmos. - Portanto, o que se nos pede no trabalho é o heroísmo de

“acabar” bem as tarefas que nos comprometem, dia após dia, ainda que se repitam as mesmas ocupações. Senão, não queremos ser santos!” (29).

São Josemaria se referia também com frequência a necessidade de que o médico tenha alma sacerdotal.

“Afirmas que vais compreendendo pouco a pouco o que quer dizer “alma sacerdotal”... Não te zangues se te respondo que os fatos demonstram que só o entendes em teoria. - Cada dia te acontece o mesmo: ao anoitecer, no exame, tudo são desejos e propósitos; de manhã e à tarde, no trabalho, tudo são objeções e desculpas. É assim que vives o “sacerdócio santo, para oferecer vítimas espirituais, agradáveis a Deus por Jesus Cristo?” (30).

Também entendeu a conexão entre santidade e os interesses do intelecto



humano: “Se tens de servir a Deus com a tua inteligência, para ti estudar é uma obrigação grave.” (31) e “Põe um motivo sobrenatural na tua atividade profissional de cada dia, e terás santificado o trabalho” (32).

E de novo, dirigindo-se aos médicos, São Josemaria dizia: “Imita-O, e desta maneira, sereis mais refinados, mais cristãos cada dia: não só mais doutos, inclusive mais que um especialista, muito mais, como um dos discípulos de Cristo” (33).

São Josemaria convidava as enfermeiras e médicos a comparar seu trabalho com o de um sacerdote. Falava de seu trabalho atribuindo-lhes o qualificativo de missão sagrada, por sua proximidade com os que sofrem, que são imagens de Cristo na Cruz. Seu afeto e atenção nos recordam o amor compassivo de

Jesus pelos enfermos durante sua vida terrena.

Por estas razões, São Josemaria Escrivá se referiu com clareza a necessidade de viver a vocação de médico e enfermeira com uma atitude verdadeiramente profissional: com perícia científica, com cuidado amoroso de uma mãe e com esperança humana e sobrenatural.

Torna-se difícil entender realmente a enfermidade se não se experimentou sua carga, ao menos uma vez na vida, e se não se tem vivido esses momentos nos quais surgem a tentação de cair na ira ou na rejeição.

São Josemaria está capacitado para falar tão claro e caridosamente a propósito do sofrimento e a dor porque os experimentou em sua própria vida. Pode conviver com o sofrimento e a dor porque acreditava

no amor de Deus. Confiava em Deus com a mesma confiança que um menino pequeno tem com seu Pai. Transmítia claramente esta atitude em sua pregação e suas ações falavam tão eloquentemente como suas palavras. Qualquer um que procure a São Josemaria e lhe confie sua dor e sua tristeza aprenderá a confiar seu sofrimento a Deus.

**P. Binetti**

-----

## Notas

1. JOÃO PAULO II, Carta Apostólica, Salvifici doloris, 4.
2. Ibidem, 9.
3. C.S. LEWIS, Diário di un dolore, Milão 1990, p. 40.
4. Cf. Forja, 987.
5. Caminho, 439.

6. Ibidem, 208.
7. Ibidem, 209.
8. Caminho, 219.
9. Cf. Salvifici doloris, 18.
10. Forja, 66.
11. Cf. Forja, 816.
12. Cf. Salvifici doloris, 13.
13. Caminho, 217.
14. Cf. Salvifici doloris, 14.
15. Cf. V. FRANKL, Homo Patiens, Brezzo di Boderò 1979, p. 98.
16. Cf. A. MACINTYRE, Tras la virtud, Barcelona 1987, pp. 34-35.
17. Cf. Salvifici doloris, 25.
18. Mt. 25, 34-41.

19. Cf. G. HERRANZ, " Sin miedo a la vida y sin miedo a la muerte. Palabras de Monseñor Josemaría Escrivá de Balaguer y Albás a médicos y enfermos", em AA.VV., En memoria de Mons. Josemaría Escrivá de Balaguer, cit., p. 164.

20. Caminho, 419.

21. Cf. P. URBANO, O Homem de Villa Tevere, Barcelona 1994, p. 235.

22. Via Sacra, III, 4.

23. Cf. G. HERRANZ, "Sin miedo a la vida ...", cit., pp. 158-159.

24. Cf. Mt. 17, 14-20.

25. Cf. G. HERRANZ, "Sin miedo a la vida...", cit., p. 159.

26. Cf. ibidem, p. 161.

27. Cf. ibidem, p. 159.

28. Caminho, 332.

29. Sulco, 529.

30. Sulco, 499.

31. Caminho, 336.

32. Ibidem, 359.

33. Cf. G. HERRANZ, "Sin miedo a la vida...", cit., p. 160.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/a-experiencia-  
da-dor/](https://opusdei.org/pt-br/article/a-experiencia-da-dor/) (23/01/2026)