

Através da mensagem de uma estampa

Anastasia Ngumuta, médica e
dona de casa, Nairobi, Quênia

21/05/2018

Sou médica numa clínica privada de Nairobi, Quênia. Sou casada e tenho quatro filhos de 24, 23, 20 e 11 anos e meio.

Nasci e fui criada numa zona rural do distrito de Machakos do Quênia. O meu pai tinha um trabalho humilde em Nairobi e durante a maior parte

do tempo, os meus sete irmãos e eu vivíamos com a nossa mãe. A minha mãe trabalhava arduamente no campo numa zona semi-árida.

Ensinaram-nos às minhas irmãs e a mim a trabalhar muito e a valorizar a vida familiar: éramos uma família feliz.

O meu pai diferenciava-se pois prezava e educava as filhas, numa zona e numa época em que as filhas não eram muito valorizadas. Quando o meu pai morreu, eu tinha 18 anos, e a minha mãe passou uma época muito difícil para manter os estudos das minhas irmãs mais novas perante a oposição de alguns familiares.

Casei-me cedo, quando estava no primeiro ano de Medicina. Seguindo o exemplo dos meus pais, trabalhei muito nos meus estudos e, ao mesmo tempo, consegui ter uma família que ia crescendo. Curiosamente, foi

enquanto estudava na Universidade que tive a sorte de receber uma estampa de São Josemaria. Não me lembro se alguém me falou dele ou não, mas fui atraída pelos seus ensinamentos: a estampa indicava que fundara o Opus Dei, caminho de santificação no cumprimento dos deveres correntes da vida. Rezei essa estampa fielmente ao longo dos anos, porque me emocionava a mensagem da oração.

Em dado momento comprei um exemplar de “Caminho” e li-o um pouco, mas não me interessei muito. Foi quando o nosso terceiro filho começou a frequentar o primeiro ciclo do escola primária Strathmore que aprendi “este caminho de santificação fazendo as coisas correntes”. Admirei a maneira como se ocupavam dos alunos e o esforço que os professores assumiam para nos fazerem participar na educação dos nossos filhos. Era assombroso

que as reuniões com os pais fossem convocadas fora das horas laborais dos professores e nem sequer nos cobravam nada!

Quando tive conhecimento de uma viagem para assistir à beatificação de São Josemaria, decidi, sem mais, ir a Roma como amiga do Opus Dei e, desde então, a minha vida mudou por completo. Precisamente antes da viagem assisti pela primeira vez a uma recolecção que me emocionou profundamente e me abriu novos horizontes. Com o tempo, adquiri vários livros de São Josemaria e sobre a sua vida e li-os com grande interesse.

Comecei a encarar a vida de modo diferente. O esforço que exige trabalhar a tempo inteiro, ocupar-me do meu marido, dos meus filhos e de outros familiares já não produz o sentimento de frustração que costumava produzir. Descobri que a

alegria é compatível com o sofrimento.

O facto de saber que todos somos filhos e filhas de Deus e irmãos e irmãs de Cristo ajuda-me também a tratar os meus doentes com respeito, atendendo às suas necessidades pacientemente. Vejo nos doentes o tesouro que São Josemaria dizia que eram, e procuro ensinar-lhes a oferecer o sofrimento a Nosso Senhor, ao mesmo tempo que faço o que posso para o aliviar. Durante o dia procuro dar-me conta de que trabalho para Deus, e não simplesmente pelo dinheiro e pelo prestígio.

Logo de princípio apercebi-me de como São Josemaria amava a instituição do matrimônio e ensinava que a família é a célula base da sociedade, e se se destrói a família, a sociedade desintegra-se. Por isso organizo o meu sobrecarregado

horário de modo a ganhar tempo para o meu marido e para os meus filhos.

Tive que privar-me de várias coisas para cumprir este princípio. Em certa altura renunciei a ser professora universitária, já que não podia fazê-lo bem e, ao mesmo tempo, ocupar-me dos meus filhos porque naquela época o meu marido trabalhava fora de Nairobi. Cada vez que me sentia tentada a lamentar a minha decisão, dizia para mim: se Deus me pede que me interesse pelas almas, o meu encargo tem de começar na minha família.

Agora não aceitaria um trabalho longe de casa, a não ser que pudesse mudar-me com a família, sem comprometer o seu bem-estar, por muito lucrativo que pudesse ser o emprego. Passamos o domingo em família; almoçamos e jantamos

juntos, e procuramos ir juntos à Missa.

Como não somos ricos, nas férias vamos para a nossa aldeia onde passamos o tempo com os meus sogros, visitamos a minha mãe e outras pessoas da família. Sempre que é possível, organizamos uma reunião para toda a família: pais, irmãos e irmãs e as respectivas famílias. Isto acarreta muito trabalho, mas estimulou-me saber que São Josemaria tinha em grande conta a vida familiar. Ensinou-nos a aprender o exemplo da Sagrada Família que teve uma vida simples mas cheia de esperança e de alegria.

Sempre que me faltam forças, com a graça de Deus levanto-me, e volto a começar tal como dizia São Josemaria “Nunc coepi”, “Agora começo”.

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/atraves-da-
mensagem-de-uma-estampa/](https://opusdei.org/pt-br/article/atraves-da-mensagem-de-uma-estampa/)
(16/02/2026)