

Basta começar (7): Estar perto dos que sofrem

Podemos ajudar os doentes e idosos, oferecendo tempo e amor. Esta é a experiência de Hijung, que ensina informática a idosos nos Estados Unidos, e Willi, que toca violão na Alemanha. Ambos aparecem no sétimo vídeo da série “Basta começar. Maneiras de ajudar os outros”.

23/09/2016

Algumas ideias para ajudar a aproveitar melhor o vídeo, ou usá-lo em palestras, encontros com amigos, na sua escola ou na sua paróquia.

Perguntas para o diálogo

— Como você explicaria a importância das atividades que Hijung e Willi realizam? É preciso muita preparação para começar este tipo de iniciativas?

— Valdir, Antonia e Fernanda oferecem serviços profissionais, mas consideram que o mais importante não é o seu conhecimento. De acordo com eles, o que é mais importante quando atendem os seus pacientes?

— Qual é a importância da companhia e do carinho para os que estão sozinhos ou doentes?

— O que é preciso fazer para dar bons conselhos? Existem pessoas que podem estar precisando do seu conselho?

— Fernanda diz que qualquer pessoa pode ajudar os outros no lugar onde mora, fazendo o que mais gosta. Considerando a sua situação pessoal, você acha que ela tem razão? Por quê?

Propostas de ação

— Procurar informações sobre instituições que atendem idosos, doentes, crianças ou imigrantes e, na medida das suas possibilidades, oferecer ajuda e oração.

— Localizar ao seu redor as pessoas que precisam de companhia, carinho, amizade ou conselho, e pensar em maneiras de colocar-se a seu serviço.

— Cuidar dos doentes da família com espírito de serviço: preparar as refeições para eles, estar perto quando precisam de companhia, ter detalhes de carinho, etc.

— Pensar em formas delicadas de explicar aos doentes o valor santificante e redentor das suas circunstâncias: a sua oração tem um valor imenso para Jesus.

Meditar com a Sagrada Escritura

— Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, o Pai das misericórdias e Deus de toda consolação. Ele nos consola em todas as nossas aflições, para que, com a consolação que nós mesmos recebemos de Deus, possamos consolar os que se acham em toda e qualquer aflição (2 Cor 1, 3-4).

— Meus irmãos, de minha parte estou convencido, a vosso respeito, que sois cheios de bons sentimentos

e cumulados de conhecimento, de tal maneira que podeis admoestar-vos uns aos outros (Rm 15, 14).

— Bendigo o Senhor que me aconselhou; mesmo de noite meu coração me instrui (Salmos 16, 7).

— Quando chegou à porta da cidade, coincidiu que levavam um morto para enterrar, um filho único, cuja mãe era viúva. Uma grande multidão da cidade a acompanhava. Ao vê-la, o Senhor encheu-se de compaixão por ela e disse: “Não chores!”

Aproximando-se, tocou no caixão, e os que o carregavam pararam. Ele ordenou: “Jovem, eu te digo, levanta-te!” O que estava morto sentou-se e começou a falar. E Jesus o entregou à sua mãe (Lc 7, 12-16).

— Se alguém quer vir após mim, renuncie a si mesmo, tome sua cruz e siga-me. Pois quem quiser salvar sua vida a perderá; e quem perder sua

vida por causa de mim a encontrará
(Mt 16, 24-25).

Meditar com o Papa Francisco

— O pranto de Jesus é o antídoto contra a indiferença face ao sofrimento dos meus irmãos. Aquele pranto ensina-me a assumir a dor dos outros, a tornar-me participante do incômodo e do sofrimento de quantos vivem nas situações mais dolorosas [...]. O pranto de Jesus não pode ficar sem resposta por parte de quem acredita n'Ele. Como Ele consola, assim somos chamados nós a consolar (Meditação, 5/05/2016).

— Não podemos ser mensageiros do consolo de Deus se não experimentarmos primeiro a alegria de ser consolados e amados por Ele. Isto acontece sobretudo quando ouvimos a sua Palavra, o Evangelho, que devemos levar no bolso: não esqueçais isto! O Evangelho no bolso ou na bolsa, para o ler

continuamente. E isto dá-nos consolo: quando estamos em oração silenciosa na sua presença, quando nos encontramos com Ele na Eucaristia ou no sacramento do Perdão. Tudo isto nos conforta (Ângelus, 7/12/2014)

— O Senhor não nos fala só na intimidade do coração, fala-nos sim mas não só ali, fala-nos também através da voz e do testemunho dos irmãos. É deveras um dom importante poder encontrar homens e mulheres de fé que, sobretudo nos momentos mais complicados e importantes da nossa vida, nos ajudam a iluminar o nosso coração e a reconhecer a vontade do Senhor! (Audiência, 7/05/2014).

— Procurai ser sempre um olhar acolhedor, mão que ampara e acompanha, palavra de conforto, abraço de ternura. Não desanimeis devido às dificuldades e ao cansaço,

mas continuai a doar tempo, sorriso e amor aos irmãos e às irmãs que deles têm necessidade. Cada pessoa doente e frágil possa ver no vosso rosto o rosto de Jesus; e que também vós possais reconhecer na pessoa sofredora a carne de Cristo (Discurso, 9/11/2013).

— Como eu queria que fôssemos capazes de ficar ao lado do doente da maneira de Jesus, com o silêncio, com uma carícia, com a oração (Tweet, 29/07/2016).

— Oferecer testemunho da misericórdia no mundo de hoje é uma tarefa à qual nenhum de nós pode se subtrair (Tweet, 8/09/2016).

Meditar com são Josemaria

— Espera-me um doente, e não tenho o direito de fazer esperar um doente, que é Cristo (Novembro de 1972).

— Essas palavras que tão a tempo deixas cair ao ouvido do amigo que vacila; a conversa orientadora que soubeste provocar oportunamente; e o conselho profissional que melhora o seu trabalho universitário; e a discreta indiscrição que te faz sugerir-lhe imprevistos horizontes de zelo... Tudo isso é “apostolado da confiança” (*Caminho*, n. 973).

— Não podes ser apenas um elemento passivo. Tens de converter-te em verdadeiro amigo dos teus amigos: “ajudá-los”. Primeiro, com o exemplo da tua conduta. E depois, com o teu conselho e com o ascendente que a intimidade dá (*Sulco*, n. 731).

— A generalização dos remédios sociais contra as pragas do sofrimento ou da indigência [...] não poderá suplantar nunca, porque estes remédios sociais estão em outro nível, a ternura eficaz – humana e

sobrenatural – deste contato imediato, pessoal, com o próximo: com aquele pobre de um bairro vizinho, com aquele outro doente que vive a sua dor num hospital imenso, ou com aquela outra pessoa – rica talvez – que necessita de algum tempo de afetuosa conversa, de uma amizade cristã para a sua solidão (Carta, 24/10/1942).

— Quando estiveres doente, oferece com amor os teus sofrimentos, e eles se converterão em incenso que se eleva em honra de Deus e que te santifica (*Forja*, n. 791).

Textos e links para mais reflexão

— [Centro de Cuidados Laguna: qualidade de vida ante a morte](#)

— [Carta do Prelado \(setembro de 2016\)](#)

— "A partir de um nariz vermelho" -
Visitas a crianças doentes

— Centro Diurno para idosos
necessitados em Roma

— Áudio do Prelado sobre as obras
de misericórdia – Visitar e cuidar dos
doentes

— Seção “Jubileu da misericórdia”

R. Vera

Dígito Identidad

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/basta-
comecar-7-estar-perto-dos-que-sofrem/](https://opusdei.org/pt-br/article/basta-comear-7-estar-perto-dos-que-sofrem/)
(01/02/2026)