opusdei.org

Encontrar Cristo na doença

Gostaria de explicar como me tem ajudado o exemplo e os ensinamentos de São Josemaria para tentar santificar a minha doença e encontrar Cristo nela.

31/08/2022

Farei uma consideração prévia. Durante estes anos falei algumas vezes com diversos doentes com mais experiência da dor do que eu. Parece-me que os doentes ou os deficientes têm em comum a falta de saúde, mas somos diferentes em

quase tudo o resto. Há um núcleo comum do espírito de São Josemaria em que todos os doentes prestamos atenção - aqueles com quem falei, e eu também; mas depois, segundo o tipo de lesão e segundo o modo de ser de cada um, ajudam-nos mais certos aspectos da sua vida e dos seus textos.

Por exemplo, falando, já há um tempo em Pamplona, destas questões com um cego que agora está ficando surdo, ele reparava em pontos diferentes dos meus, que sou paraplégico. Isto levou-me a admirar mais ainda a riqueza da mensagem de São Josemaria. Passo a explicar alguns aspectos, mas há muitos outros.

Quais os ensinamentos de São Josemaria que me têm ajudado a encontrar Cristo na doença, a dar sentido à própria doença? Há anos, quando saí da Clínica depois do

acidente, inscrevi-me numa associação de deficientes. Aí informaram-me sobre as metas que pensavam atingir: supressão de barreiras arquitetônicas, subsídios. Deram-me conselhos práticos para o uso da cadeira de rodas. Ensinaram-me a sair e a entrar no carro com independência. Tudo isso é muito útil, mas não vai ao fundo da questão. A chave é dar sentido à deficiência em si, dar sentido ao sofrimento.

Neste particular, a ideia de São Josemaria que me ajudou desde o momento do acidente foi: “estar na cruz é ser Cristo, e por isso filho de Deus” (Sulco, 70). São Josemaria une a cruz de Cristo com a alegria por sermos filhos de Deus. Jesus Cristo, o Filho de Deus, sofrendo a morte na cruz redimiu toda a humanidade, e deu sentido e eficácia à dor. Então, quando estamos na nossa cruz, no sofrimento, podemos ser mais Cristo

e portanto, mais filhos de Deus, mais amados por Deus Pai. Somos mais felizes e também mais eficazes porque ajudamos a redimir o mundo.

Se Deus quer que a cadeira de rodas e o que isso acarreta me ajudem a ser mais Cristo, mais amado por Deus Pai e mais eficaz, então a doença tem sentido, vale a pena. Já não se é feliz *apesar* da cadeira de rodas, mas é-se feliz *porque* se está na cadeira de rodas. É uma mudança relevante. E a consequência é simples: dar graças a Deus por estar na cadeira de rodas.

As outras ideias surgem de um episódio passado no Equador em 1974 que me contaram numa ocasião e que considerei na oração muitas vezes. Tinham decorrido já várias semanas de catequese esgotante, para São Josemaria, por diferentes países da América do Sul. Estava em Quito seriamente doente com o “mal

de altura” e com outras complicações. Quando alguém comentou com ele que lhe dava pena a situação em que se encontrava, disse-lhe estas ou outras palavras parecidas: “Mas eu estou me divertindo muito em Quito! Estou muito contente. Jesus, eu aceito viver condicionado nestes dias e toda minha vida e enquanto você quiser que eu viva. Você me dará a graça, a alegria e o bom humor para me divertir muito, para servi-lo e para que a aceitação dessas pequenas coisas seja uma oração cheia de amor”.

Desta recordação julgo que se podem extrair pelo menos quatro consequências: aceitar a vontade de Deus; descobrir que Ele nos dá a graça proporcional às nossas limitações, superá-las com alegria; ver que no fundo são insignificâncias. Vou deter-me nelas por um momento:

Aceito viver condicionado: Recordo que, ao sair da unidade de cuidados intensivos depois do acidente, comecei a reabilitação. Era provável que ficasse paralítico, mas não era certo. Entre os acidentados que estavam na reabilitação, eram frequentes os comentários sobre o tempo de recuperação e as possíveis sequelas. Repetir aquela frase ajudou-me. “eu aceito viver condicionado, paralítico, nestes dias, toda minha vida e enquanto você quiser”. Então enfrentei a reabilitação com mais tranquilidade. Põem-se os meios, sabendo que a recuperação não será um minuto antes, nem um minuto depois, nem um milímetro mais, nem um milímetro menos daquilo que Deus quiser. E que isso será o melhor para mim. Ajuda-me repetir duas jaculatórias que aprendi meditando o exemplo de São Josemaria: “Tudo é para bem” e “Senhor, serve-Te de mim como quiseres”.

Você me dará a graça, a alegria e o bom humor. Há graça proporcional para cada doença. Em situações mais duras, há mais ajuda de Deus. Se antes do acidente, me tivessem dito que ia ficar paralítico aos 29 anos, teria achado muito penoso. Agora vejo que é muito mais fácil do que parecia, porque há ajuda abundante da parte de Deus.

O Fundador do Opus Dei acrescenta: **para me divertir muito.** Isto para mim foi uma surpresa. Pede alegria e bom humor para uma pessoa se divertir na doença. Na minha opinião, isto é um ponto importante. Não se trata de *suportar* a cruz, mas de a *amar*. Parece-me um exercício muito saudável, espiritual e humanamente falando, o esforço por tentar ver o aspecto positivo, agradável, das próprias limitações e sofrimentos, A cadeira de rodas proporciona bastantes ocasiões para nos exercitarmos desta maneira. E

isto é mais fácil de viver depois de termos visto que no sofrimento podemos ser Cristo. Tentar unir-se a Cristo na cruz com alegria, parece-me um ensinamento de São Josemaria muito atrativo. Cristo sofreu na Cruz para me poupar sofrimentos.

Que a aceitação dessas pequenas coisas seja oração. Insiste na ideia das insignificâncias. Eu traduzo esta ideia por: “Não se queixe, também não é para tanto”. Não só porque há pessoas que sofrem mais, mas, sobretudo, porque Jesus Cristo é o que mais e melhor venceu o sofrimento.

Como conviver com a deficiência na vida corrente?

Trata-se de viver em cada dia tudo o que anteriormente foi dito. Apresento alguns pontos breves que aprendi de São Josemaria.

Frequentar os sacramentos (a Eucaristia, a Confissão) e a oração. Com efeito, nos sacramentos e na oração recebemos as forças para crescer na vida cristã e, concretamente, para ver a doença de um modo sobrenatural. Ajuda-me muito meditar as páginas do Evangelho (toda a vida de Cristo e, em concreto, a sua Paixão e a sua compaixão para com a dor alheia), bem como os escritos de São Josemaria, e tantos outros textos que ajudam a dar sentido à dor, especialmente a Carta “Salvifici doloris” de João Paulo II, de 11 de Fevereiro de 1984.

Recomeçar uma vez e outra sem desanimar. Sabendo que as coisas nunca saem bem à primeira, pelo menos para mim. Umas vezes você conseguesmelhor e outras pior.

Alguns recordarão um diálogo do Fundador do Opus Dei com uma

pessoa paralítica na Argentina. Depois de a animar a oferecer a doença, dá-lhe um conselho cheio de senso comum e sobrenatural, se você precisar de alguma coisa, pede. Ter a humildade de pedir ajuda física e espiritual. Vencer a ideia de não querer incomodar. Mas também que nos ajudem a evitar manias no carácter; egoísmos, preguiças e caprichos no comportamento, que podem tomar forma com a desculpa de uma doença crônica. Neste sentido, é muito importante a ajuda dos que estão mais perto de nós: a ajuda familiar (além da ajuda médica). Aqui tenho que agradecer ao Opus Dei (que é a minha família) todos os cuidados e atenções destes anos, essenciais para levar bem a doença. Também isto é uma herança de São Josemaria. Agradeço também o tratamento cheio de delicadeza e respeito que recebi na Clínica Universitária de Navarra, onde

aprenderam de São Josemaria a ver Cristo no doente.

Durante os primeiros meses de recuperação, a atividade externa fica muito reduzida. E pensamos que será sempre assim. Depois vemos que não é para tanto, porque passam os anos e aqui estou surpreendentemente num congresso internacional em Roma. Naquela época, não teria conseguido sequer imaginar esta situação. Quando pensava que a minha atividade diária iria ficar muito reduzida, ajudou-me recordar que “todos os trabalhos são iguais diante de Deus; tudo depende do amor com que se realizem” (Sulco, 487).

A doença como trabalho profissional. Devemos procurar ser bons doentes. No meu caso, um bom paraplégico. Isto implica obedecer aos médicos e tentar desenvolver ao máximo as potencialidades que tenho. Se é

possível dirigir, fazê-lo vencendo o medo inicial pelo acidente, se existe a possibilidade de ser autônomo nas necessidades pessoais, consegui-lo; aprender a superar as barreiras arquitetônicas na medida do possível. E assim com tudo o resto.

Certa vez, perguntaram-me: você ficou um pouco chateado com São Josemaria porque não conseguiu a sua cura? Ou: como não intercedeu ele para o curar? Depois de tudo o que foi dito, a resposta é clara: assenta-me bem a cadeira de rodas. A paraplegia (ou qualquer outra doença) é a oportunidade que Deus dá para adquirirmos uma série de virtudes sobrenaturais e humanas que de outro modo não teríamos adquirido. Permite-nos desenvolver - não digo que seja fácil – a paciência, a visão sobrenatural a capacidade de sacrifício, o agradecimento pelas ajudas, humildade, perseverança, etc. Também - e não é pouco - ganhar

em purificação pelos próprios defeitos e obter méritos para o Céu. Este é o favor que me concedeu São Josemaria: perdi muito pouco fisicamente, e ele ajudou-me a enriquecer-me espiritualmente.

Além disso, quando Deus não concede certas coisas, sempre costuma acrescentar: “basta-te a minha graça” (2 Cor 12, 9).

Texto publicado nas Atas do Congresso *A Grandeza da Vida cotidiana,* Vol IX**, EDUSC, 2003.**

Guillermo Juez, biólogo, filósofo e sacerdote, Espanha

---

pdf | Documento gerado automaticamente de https://

opusdei.org/pt-br/article/sou-paraplegico-ha-mais-de-20-anos/
(07/12/2025)