

## Uma dor nas costas

Estava começando a me resignar com as dores nas costas, quando encontrei o livro da beatificação do Bem-Aventurado Álvaro.

27/09/2016

Em meados de janeiro, uma dor nas costas me mantinha um pouco paralisado. Estava mancando e caminhando num ritmo muito mais lento que o normal; como a dor não cedia, decidi assumir que essas dores eram previsíveis e que eram um

sinal da minha idade avançada (75 anos!).

Resolvi fazer a limpeza do meu quarto pouco a pouco, desfazendo-me de papéis e publicações de que não precisava. Numa das primeiras sacolas que tirei, encontrei o livro que foi distribuído aos participantes da beatificação do bem-aventurado Álvaro e decidi voltar a lê-lo e reviver a atmosfera de 27 de setembro de 2014.

Deixei-o ao lado da minha cama e, numa ocasião em que não conseguia dormir por causa da dor, coloquei o livro – que tem na capa o rosto de D. Álvaro – debaixo das costas. Senti uma dor agudíssima que se concentrava na base da minha coluna e que dali parecia passar pelo livro e pela minha cama; logo consegui virar-me e conciliar o sono. A situação se repetiu durante três noites seguidas e depois a dor

desapareceu por completo. Tudo voltou ao normal e, inclusive, posso descer correndo as escadas!

Creio que o bem-aventurado Álvaro me curou (o problema é que ainda tenho que fazer a limpeza no meu quarto: talvez num destes dias D. Álvaro me ajude também com isto).

Dei o livro e uma estampa de Dom Álvaro a um amigo que conhece uma pessoa que sofre todo dia de dores nas costas. Rezo para que se cure através da intercessão de D. Álvaro. Também estou pedindo por um sacerdote que tem câncer. Bem-aventurado Álvaro, rogai por nós.

M. G. (Escócia)

---

Se você recebeu um favor através de Dom Álvaro e quer enviar o relato da

graça recebida, vá ao formulário on  
line

.....

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/uma-dor-nas-  
costas/](https://opusdei.org/pt-br/article/uma-dor-nas-costas/) (06/02/2026)