



Balta Lelija

30 de março de 2023
ITINERÁRIO QUARESMA
Dia 37: “O sofrimento e a serenidade”

Estamos a apenas três dias do início da Semana Santa e nosso itinerário quaresmal está chegando ao fim. Gostaria de dedicar a meditação de hoje ao tema de como lidar com o sofrimento da maneira correta, que sem dúvida é uma das lições mais difíceis na nossa caminhada de seguimento de Cristo. Para tratar deste tema usaremos uma excelente meditação do Padre Gabriel de Santa Maria Madalena, O.C.D. de seu livro "Intimidade Divina". Além disso, aqueles que desejem aprofundar o assunto podem encontrar uma palestra sobre "Como Lidar com o Sofrimento" no seguinte link: <https://www.youtube.com/watch?v=0DCyIKZwJ1U> (em espanhol)

O segredo de suportar o sofrimento corretamente consiste em grande parte no esquecimento e na negação de si mesmo; em não pensar em si e naquilo que está sofrendo, mas em entregar-se a Deus. Aquele que se preocupa com seus sofrimentos e concentra sua atenção neles, torna-se incapaz de suportá-los com serenidade e coragem. Jesus disse: "A cada dia basta o seu mal" (Mt 6,34). Portanto, tentemos suportar as dores e os sofrimentos que Deus coloca em nosso caminho um momento após o outro, dia após dia, sem pensar no que sofremos ontem e sem nos preocuparmos com o que iremos sofrer amanhã.

Mesmo que o sofrimento seja grande, não o superestimemos e nem lhe demos importância demasiada; não cedamos à tendência doentia de mimar o nosso próprio sofrimento; não nos detenhamos em olhar para ele, dissecá-lo e ponderá-lo em todos os seus detalhes. Desta forma eliminaríamos o espírito de sacrifício e perderíamos a força para aceitar e superar o sofrimento. Aqueles que se preocupam demasiadamente com a sua própria dor muitas vezes se tornam insensíveis e indiferentes ao sofrimento alheio.

Para lutar contra as tendências egocêntricas, é necessário sair de si mesmo e do círculo do seu próprio sofrimento, e preocupar-se com o sofrimento do próximo. Em momentos de desânimo, o esforço para ajudar o próximo é um meio muito eficaz de encontrar a força para carregar a própria cruz. Devemos ter sempre em mente que nunca estamos sozinhos no sofrimento. Se nosso sofrimento é grande, nunca faltam pessoas que sofram ainda mais. Nossos sofrimentos são uma gota no oceano da dor de toda a humanidade e são praticamente nada se comparados à Paixão de Jesus.

Quem se preocupa muito com o seu próprio sofrimento, acaba tornando-o ainda mais amargo, afoga-se nele e permite que cada impulso generoso se desvaneça. Por outro lado, aquele que é capaz de esquecer de si mesmo, mantém o seu equilíbrio e é sempre capaz de pensar mais nos outros do que em si mesmo. Assim, permanece aberto ao amor e à

magnanimidade para com Deus e o próximo. A alma esquecida de si mesma sabe sofrer com grande coragem e tira proveito do sofrimento para a sua santificação.

Apesar de todos os esforços para ir além do próprio sofrimento e esquecer as tristezas, podem surgir momentos de angústia tão profunda, e de escuridão tão densa, que a pobre alma não sabe como seguir em frente, muito menos quando o horizonte se torna cada vez mais escuro e sombrio ao invés de brilhar. Em tais casos nada resta senão atirar-se às escuras nos braços de Deus. Somos tão pobres e fracos que sempre precisamos de apoio. Mesmo quando a alma se esquece de si mesma e deixa de pensar em si, ela ainda precisa de alguém que a apoie e que pense nela. Esse alguém é Deus. Ele nunca se esquece; Ele conhece o nosso sofrimento até as suas últimas profundezas; Ele vê a nossa necessidade e fraqueza e está sempre pronto para ajudar aquele que se refugia Nele.

É claro que também podemos buscar algo de consolo e ajuda nas criaturas, mas não nos enganemos: elas nem sempre saberão nos compreender e nem estarão à nossa disposição a todo momento. Mas se nos dirigimos a Deus nunca ficaremos desapontados. Mesmo que a nossa situação não mude ou o sofrimento não acabe, Ele consolará os nossos corações interiormente, mesmo que seja de forma oculta e silenciosa, e nos dará a força para seguirmos caminhando.

"Descarrega teu fardo no Senhor e Ele cuidará de ti" (Sl 54,23). Devemos adotar esta atitude de abandono nas horas de sofrimento, e tanto mais quanto mais duramente formos atingidos. Um sofrimento maior deve ser acompanhado de uma entrega maior a Deus; assim, não sucumbiremos.

Muitas almas exageram e fazem de seus sofrimentos um drama, pois são incapazes de reconhecer neles a mão paterna de Deus e não acreditam o suficiente na Sua Divina Providência.

Se nossa vida com todas as suas circunstâncias, inclusive as mais dolorosas, não estivesse nas mãos de Deus, então teríamos toda a razão para temer. Porém, como tudo está nas mãos de Deus, não devemos ter medo ou nos amedrontar. A alma que está segura em Deus e se abandona Nele é capaz de ficar tranquila mesmo nos maiores sofrimentos, de aceitar mesmo os acontecimentos mais trágicos com serenidade, de sofrer com calma e coragem, porque Deus sempre a sustenta.

Meditação sobre a leitura do dia: <http://es.elijamission.net/2019/04/11/>