

# CORAGEM

## para sofrer

TODA PESSOA TEM MAIOR CAPACIDADE  
DO QUE ACREDITA PARA EVITAR  
CERTOS SOFRIMENTOS E PARA  
TRANSFORMAR O MAL EM BEM

◆ Pe. José Alem, cmf ◆

**É** fácil perceber que há diferentes maneiras de reagir a tudo aquilo que nos acontece na vida, mas é sobretudo quando o sofrimento nos atinge, nas suas mais variadas expressões, que manifestamos o que pensamos da vida, o que a dor pode revelar de nós e de nossos ideais.

Pense como você reagiu quando foi traído por um amigo ou como viveu a experiência da morte de uma pessoa querida, ou quem sabe diante de uma situação de ofensa, de divisão ou quando se sentiu ferido na sua sensibilidade. E como vivemos diante da dor da humanidade, nos seus mais variados aspectos, como a fome, a violência, as catástrofes, as injustiças, as doenças, sofrimentos tantos, enfim...

Difícil dizer que alguém não tenha se deparado com as dores do mundo que fazem mal tanto a quem vive as situações dolorosas como àqueles que de algum modo as acompanham. Para alguns, essas situações são desafiadoras; para outros, simplesmente desencorajadoras.

Diante da dor não ficamos indiferentes: revolta ou conformismo, esperança ou desespero, luta ou abandono, tentativas ou acomodação.

Reserve tempo para pensar no assunto. O que você faz diante da dor?

Como a enfrenta, o que faz para superá-la? Como se sente quando a dor atinge você de uma maneira próxima ou direta?

É certo que diante da dor todos nós temos a sensação forte da perda do equilíbrio, da harmonia interior, quem sabe até do sentido da vida. O que todos sentem, diante da dor, em cada uma das suas expressões, é a impressão da ausência de Deus e a perda da paz.



**Refletir sobre a dor,  
reconhecer nela luzes e  
forças para continuar  
a viver com esperança,  
reconquistar a paz  
perdida e, sobretudo,  
saber que mesmo  
que tudo pareça dor  
somente existe um  
amor maior, que a tudo  
dá valor e sentido,  
é o grande desafio**



Pessoas que sofreram podem relatar experiências tantas quantas são as possibilidades da vida e podem repetir

palavras de sabedoria e testemunhar que “A dor me deu mais que me teriam dado os sucessos que não consegui”.

Diante dos desafios da vida, temos três possibilidades: revoltar-nos, abater-nos ou enfrentá-los. Se nos revoltamos, fazemos de uma situação um problema que vai crescendo com nossa revolta. Se nos abatemos, deixamos o sofrimento tomar conta, como se dominasse e não tivéssemos capacidade de reação. A revolta aumenta a dor, o abatimento reduz a vida à dor. Porém, se soubermos aceitar, convivemos com a realidade sem perder o sentido da vida e dos valores que ela revela além da dor, apesar da dor.

Alegria de viver nos dá coragem para sofrer. A coragem de assumir o sofrimento faz a vida mais plena e com isso aprendemos a ter um olhar mais profundo para dar respostas mais profundas.

Aprendamos com o mistério da vida a descobrir quanto a vida é bela, apesar de tudo.

A dor, o sofrimento, são situações e possibilidades comuns a todas as pessoas, de qualquer condição. O sofrimento, seja físico, emocional, moral, da própria existência, constitui uma condição normal e básica da vida. Negá-lo é, em última análise, uma

ilusão, uma utopia que, caso se concretizasse, deixaria a existência sem sustento. Não se trata de promover o sofrimento, mas de afirmar a sua inegável existência e a sua inevitável presença na vida humana.

A cada dia somos bombardeados com a ideia e a suposta solução de uma vida só de prazer e de satisfação, livre de qualquer sofrimento e de qualquer dor. Parece haver tantas maneiras de chegar a experimentar a “plenitude do prazer” que é uma tolice sofrer. Curiosamente, esquecemos a nossa própria realidade humana, nós a esvaziamos, ou acabaremos por esvaziá-la, daquilo que a redime e que a eleva, pois todo sofrimento, entendido na sua possibilidade, tem a capacidade de manifestar um sentido mais elevado da vida. Porém, frequentemente afastamo-nos da sua identidade e sentido.

A vida humana é uma realidade dinâmica, isto é, em permanente movimento, aberta a novas descobertas sobre o valor da própria existência. Essa dinâmica se desenvolve com base em valores que se manifestam como realidades permanentes e estáveis, eternas. O amor sempre será amor; a solidariedade, o respeito, a família, por exemplo, sempre representarão a mesma realidade a que se referem.

Quando assumo um valor, eu o reconheço como um bem em si e o constituo um bem para mim; ele adquire, então, um sentido pessoal singular. Assim, torna-se parte de minha existência pessoal. Desse modo, os valores constituem o fundamento mais estável, o terreno onde a vida vai se desenvolver.

A necessidade de reconhecer e assumir valores e deixar-se orientar por eles é um desejo básico da vida e é estimulada pela necessidade natural de descobrir sentido em tudo aquilo que devo viver. Em mim, em você, em cada pessoa palpita uma necessidade, uma verdadeira fome de sentido. Essa fome de sentido é tão natural à nossa humanidade quanto a nossa necessidade e fome de alimento, de conhecimento, de afeto, de segurança, de convivência, de felicidade.

O ser humano pode ser definido como alguém em permanente busca de sentido para sua vida. É um “buscador de sentido”. Essa condição é tão espontânea quanto natural a qualquer ser humano; se não for satisfeita, pode deixar a vida vazia, com graves danos e consequências.

O ser humano é um ser “incompleto”, que vive e luta para se completar. Vai alcançando seu objetivo ao longo da vida, de muitas maneiras, muito especialmente por meio e a partir dos vínculos que vai constituindo.

Se a vida de algum ser humano é baseada em valores verdadeiros que o inspiram e orientam sua vida, certamente isso lhe dará condições de descobrir um sentido que completa sua existência; caso contrário, o vazio tomará conta e pode gerar uma insatisfação permanente que nada poderá preencher.

A busca e a descoberta do sentido da vida não se fazem sem sofrimento, sem dor, sem passar por experiências destituídas de prazer. ●

Imagem: nyankings99 / Adobe Stock