

---

Matutina para Mujeres | Miércoles 13 de Marzo de 2024 | Dichosos los que sufren

## Descripción



**Dichosos los que sufren**

## ¿Sabiendo sufrir, se sufre menos? • Anatole France

El sufrimiento tiene un sentido; lo que pasa es que, mientras sufrimos, somos incapaces de verlo. Por eso entrenamos a nuestro cerebro a huir del dolor y el sufrimiento. Y cuando nos golpea, nos acorralamos más a nosotras mismas haciéndonos esa pregunta que es en realidad un reproche a Dios y que en nada nos ayuda: ¿Qué he hecho yo para merecer esto? • Nada, seguramente no has hecho nada, pero esa no es la pregunta significativa. La pregunta acertada, en todo caso, iría en la línea de: ¿Tiene algún sentido este dolor? ¿Puede resultar algo bueno del sufrimiento que estoy pasando? •

La psiquiatra Marian Rojas Estapé<sup>28</sup> responde con un enfático ¿sí? • El sufrimiento tiene un sentido precisamente porque de él pueden derivar cuatro cosas que no solo resultan buenas, sino necesarias:

1. *El sufrimiento nos ayuda a reflexionar* en la esencia de muchas cuestiones de nuestra vida que estaban pasando sin examen moral. Cuando el dolor llega, nos fuerza a encontrarle sentido no solo a él, sino a nuestra forma de vivir. ¿Será que tiene sentido nuestra rutina diaria?
2. *El dolor posee un valor espiritual*, porque eleva nuestra visión de la vida, haciéndonos mirar con una óptica diferente, enseñándonos a apreciar lo que antes no valorábamos y haciéndonos más sensibles hacia el que sufre. ¿Será que nuestra visión de la vida es espiritual?
3. *El sufrimiento nos lleva a aceptar nuestras limitaciones*. A nuestro ego le cuesta admitir que somos vulnerables y tiende a poner nuestras opiniones personales en un pedestal para sentirse menos frágil. Nada como el dolor para darnos cuenta de que necesitamos ayuda, cariño, consuelo; solos, no podemos. ¿Será que tenemos conciencia de nuestra propia necesidad de Dios y del prójimo?
4. *El dolor nos transforma*, porque nos sensibiliza a la realidad del otro, haciéndonos más humanas, más capaces de sentir compasión.

El dolor y el sufrimiento, sanamente aceptados, nos liberan del egoísmo, nos hacen personas maduras, empáticas y crean a nuestro alrededor un lugar más acogedor para vivir y apropiado para predicar el evangelio y verlo florecer. Por eso los sufrimientos ligeros y efímeros que ahora padecemos producen una gloria eterna que vale muchísimo más que todo sufrimiento • (2 Cor. 4:17, NVI).

**¿El sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia, entereza de carácter; la entereza de carácter, esperanza? • (Rom. 5:3, 4, NVI).**

28 Marian Rojas Estapé, *Cómo hacer que te pasen cosas buenas* (Barcelona: Espasa, 2018), p. 33.