



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado,
você é uma nova criação | 1

Vivemos em uma época em que a dor se tornou, quase sem percebermos, um cartão de visita. As feridas do passado — rejeições, traições, fracassos, pecados — não são mais apenas lembradas: são exibidas, repetidas, transformadas em identidade. Mas do ponto de vista da fé católica tradicional, há uma verdade revolucionária que quebra essa lógica: **sua ferida não define quem você é.**

E mais ainda: **Deus não te chama pelo seu trauma, mas pela sua redenção.**

1. O grande engano do nosso tempo: identificar-se com sua ferida

Hoje somos ensinados — explicitamente ou implicitamente — a “abraçar nossa dor” até construir nossa identidade sobre ela. Surgem assim frases como:

- “Sou uma pessoa quebrada”
- “Sou assim por causa do que me fizeram”
- “Meu passado me define”

Mas essa visão, embora aparentemente terapêutica, esconde uma armadilha espiritual profunda: **ela te prende àquilo de que Cristo veio te libertar.**

Do ponto de vista teológico, isso é problemático, porque contraria a essência do Evangelho. O cristianismo não é a religião do trauma... **é a religião da redenção.**

2. A verdade que muda tudo: você é uma nova criação

O apóstolo São Paulo expressa isso com clareza impressionante:

“Se alguém está em Cristo, é nova criação; as coisas antigas já passaram; eis que se fizeram novas.”
(Segunda Carta aos Coríntios 5,17)



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado, você é uma nova criação | 2

Essa afirmação não é poética. É ontológica. É real.

Quando uma pessoa entra em comunhão com Cristo — especialmente através do Batismo e da graça — acontece algo radical:

- Você não é uma versão melhorada do seu antigo eu
- Você não é uma “pessoa traumatizada em processo”
- **Você é uma nova criação**

Isso significa que sua identidade mais profunda não está mais no que você sofreu, mas no que Cristo fez em você.

3. Cristo não veio para validar sua ferida... Ele veio para curá-la

É importante dizer claramente: **Deus não nega a sua dor**, mas também não quer que você viva escravo dela.

Jesus Cristo não se aproxima do homem ferido para dizer: “Defina sua vida por isso.” Ele se aproxima para dizer: “Levanta-te.”

- Ao paralisado: “Levanta-te e anda”
- Ao cego: “Recupera a vista”
- Ao pecador: “Vai e não peques mais”

Cristo nunca absolutiza a ferida. **Ele a atravessa, a redime e a transforma.**

4. O perigo espiritual de falar mais da ferida do que da cura

Existe um risco real — e muito atual —: **ficar preso na narrativa da dor.**

Quando alguém fala constantemente sobre o que lhe fizeram, sobre o que sofreu, sobre o que perdeu... mas quase não fala da graça, do perdão ou da cura, acontece algo interior:



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado, você é uma nova criação | 3

- A identidade de vítima é reforçada
- A esperança enfraquece
- A ação da graça é bloqueada

Não se trata de negar o passado. Trata-se de **não viver ancorado nele**.

Do ponto de vista pastoral, isso é fundamental:
lembrar não é o mesmo que reviver constantemente.

5. A visão cristã do passado: redimido, não apagado

O cristianismo não propõe uma amnésia emocional ou espiritual. Deus não apaga magicamente sua história. Ele faz algo muito maior:

□ Ele a redime

Isso significa que:

- Seu passado não desaparece
- Mas perde seu poder de definir você
- E se torna um instrumento de graça

Como diz a tradição espiritual:

“Deus escreve certo por linhas tortas.”

Mesmo suas feridas — quando verdadeiramente entregues a Deus — podem se tornar:

- Fonte de humildade
 - Caminho de santificação
 - Porta para ajudar os outros
-

6. Você não é seu passado: você é filho de Deus

Aqui está o núcleo de tudo: **sua identidade não está na sua história, mas na sua filiação divina.**



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado,
você é uma nova criação | 4

Se você reduz sua identidade ao que aconteceu com você, está se olhando de baixo.
Mas se você se olha a partir de Deus, descobre algo infinitamente maior:

- Você não é “o abandonado” → você é amado
- Você não é “o fracassado” → você é redimido
- Você não é “o pecador sem saída” → você é chamado à santidade

A teologia católica é clara:

a graça não apenas perdoa, ela eleva.

7. Chaves práticas para parar de viver a partir da ferida

Esse caminho não é automático. Exige decisão, graça e luta espiritual. Aqui está um guia concreto:

1. Organize sua linguagem

O que você diz constrói sua identidade.

- ☐ “Sou assim por causa do que aconteceu comigo”
 - ☐ “Isso aconteceu comigo, mas não define quem eu sou”
-

2. Confesse mais a obra de Deus do que sua dor

Fale sobre como Deus está te curando, não apenas sobre o que você sofreu.

3. Recorrer aos sacramentos

Especialmente:

- Confissão → quebra as correntes do passado



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado,
você é uma nova criação | 5

- Eucaristia → fortalece sua nova identidade
-

4. Pratique o perdão (mesmo que seja difícil)

O ressentimento te prende ao passado. O perdão te liberta.

5. Pare de se recrear na ferida

Nem toda lembrança é saudável. Algumas precisam ser entregues, não alimentadas.

6. Procure direção espiritual

Um bom guia espiritual ajudará você a não confundir cura com vitimismo.

8. Um aviso necessário: curar não é negar a dor

Não se trata de espiritualizar tudo nem de negar o sofrimento. A dor é real. As feridas existem.

Mas há uma diferença radical entre:

- **Reconhecer uma ferida**
e
- **Transformá-la em sua identidade**

O primeiro é necessário.

O segundo é destrutivo.



Pare de usar sua ferida como identidade: você não é seu passado,
você é uma nova criação | 6

9. A verdadeira liberdade: viver a partir de Cristo, não do passado

O mundo dirá: “Expresse-se a partir da sua ferida.”

Cristo diz: **“Viva a partir da sua redenção.”**

E isso muda tudo.

Porque, no final, a pergunta não é:

□ “O que aconteceu com você?”

mas

□ “Quem é você em Cristo?”

Conclusão: pare de olhar para trás para começar a viver de verdade

Você não é seu trauma.

Você não é seu pecado.

Você não é sua história quebrada.

Você é uma nova criação em Cristo.

E quanto antes você parar de falar mais da sua ferida do que da sua cura, mais cedo começará a experimentar a verdadeira liberdade dos filhos de Deus.

Porque o cristianismo não é a história do que fizeram com você...

é a história do que Deus está fazendo com você.