

opusdei.org

# Algo que amo, alguém que amo.

Olamide Akinyede,  
farmacêutica e treinadora de  
basquete, conta sobre sua  
paixão por treinar alunas e  
sobre como ela concilia esporte  
e fé.

28/11/2023

## *Olamide e seu time de basquete*

O basquete sempre foi apenas um esporte para mim, um esporte que amo de verdade, mas apenas um jogo.

Então encontrei o livro *Caminho* e a mensagem de São Josemaria sobre elevar todas as circunstâncias de nossas vidas a Deus, transformando cada atividade humana a partir de dentro. Entendi que mesmo enquanto jogo basquete, posso encontrar a presença de Deus. Então eu disse a nosso Senhor: “Senhor, de agora em diante... jogaremos basquete juntos!”. Agora, quando arremesso, digo a Ele “Senhor, esta cesta é para você”. E mesmo quando erro, eu digo: “Senhor, esse esforço que coloquei nessa jogada é para você”. Nada dado a Deus é desperdiçado.

No início isso era apenas uma descoberta pessoal, algo útil para mim. Comecei a jogar basquete com mais propósito! Logo depois notei que isso me dava a oportunidade de praticar sólidas virtudes humanas, que são a base para as virtudes sobrenaturais. Valores como

obediência, fidelidade, autocontrole, disciplina, otimismo, integridade, autoconhecimento, estabilidade emocional, gerenciamento de stress e trabalho em equipe faziam parte de meu jogo. Entendi que o esporte pode ser um canal importante para a formação pessoal, e se funcionou comigo, por que não ajudaria também os outros?

Poucos meses depois, minhas amigas e eu procuramos o diretor de uma escola do bairro com uma proposta: começar um clube de liderança e esportes. Nosso objetivo era ajudar meninas jovens a aprender e crescer em virtudes através do esporte. O diretor concordou e o clube decolou.

Eu estava entusiasmada. Tinha uma oportunidade de compartilhar algo que amo com outros, o que foi maravilhoso. Ainda mais, as meninas se tornariam melhores versões de si mesmas. E foi uma oportunidade

para lhes apresentar alguém que amo: Jesus.

Praticamos por quase duas horas uma vez por semana. Começamos cada encontro discutindo o tema central do dia, como por exemplo: trabalho em equipe, e dou exemplos práticos de como aplicá-lo na quadra. Essa discussão dura aproximadamente dez minutos. Depois focamos no plano de treinos para o dia. Dependendo de como for a prática, podemos precisar de uma reunião com o time durante o treino para reavaliar nosso desempenho. Ao final, refletimos sobre como foi o treino e encorajamos todas a compartilhar suas ideias e estabelecer propósitos ou objetivos para o próximo treino.

Percebi que mentorias individuais periódicas com as meninas são cruciais. Essas sessões as ajudam a internalizar as lições que têm no

clube e dá espaço para que elas tragam qualquer tópico que desejarem.

Esta tem sido nossa jornada nos últimos três meses, com exceção do período de férias. Mal começamos e já posso ver como está indo bem. Tem sido uma ótima experiência de aprendizado para todos nós. Estou aprendendo a ser mais paciente com as meninas, e elas, por sua vez, estão aprendendo a exigir mais de si mesmas. A unidade do time vem crescendo, assim como a consideração que têm umas pelas outras. Elas ouvem com mais atenção e melhoram a concentração, e desenvolvi um grande carinho por essas meninas.

Aprendi que cada aspecto de nossas vidas pode ser elevado a Deus e transformado em algo mais bonito. Estou muito entusiasmada com as

infinitas possibilidades que temos  
pela frente.

Olamide Akinyede

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/algo-que-amo-  
alguem-que-amo/](https://opusdei.org/pt-br/article/algo-que-amo-<br/>alguem-que-amo/) (10/04/2026)