

# Para encher-se de alegria

Em tempo de Páscoa, a mensagem de alegria caracteriza a vida do cristão. São Josemaria ajuda-nos a descobri-la:

05/06/2018

Experimentas uma alegria interior e uma paz que não trocarias por nada. Deus está aqui: não há coisa melhor do que contar-Lhe as penas, para que deixem de ser penas.

*Forja, 54*

A alegria de um homem de Deus, de uma mulher de Deus, há de ser transbordante: serena, contagiosa, cativante; em poucas palavras, há de ser tão sobrenatural, tão pegadiça e tão natural, que arraste outros pelos caminhos cristãos.

*Sulco, 60*

Tu, que vives no meio do mundo, que és um cidadão como os outros, em contacto com homens que dizem ser bons ou ser maus...; tu, tens que sentir o desejo constante de dar aos outros a alegria de que gozas, por seres cristão.

*Sulco, 321*

Antes “divertias-te” muito... - Mas agora, que trazes Cristo em ti, a tua vida encheu-se de sincera e comunicativa alegria. Por isso atrais outros. - Freqüenta-O mais, para chegares a todos.

A alegria é um bem cristão. Só desaparece com a ofensa a Deus, porque o pecado é fruto do egoísmo e o egoísmo é causa de tristeza. Mesmo então, essa alegria permanece no rescaldo da alma, pois sabemos que Deus e sua Mãe nunca se esquecem dos homens. Se nos arrependemos, se brota do nosso coração um ato de dor, se nos purificamos no santo sacramento da penitência, Deus vem ao nosso encontro e perdoa-nos. E já não há tristeza: é muito justo *regozijar-se, porque teu irmão tinha morrido e ressuscitou; estava perdido e foi encontrado.*

*É Cristo que passa, 178*

*Rejuveneceste! De fato, percebes que o trato com Deus te devolveu um pouco à época simples e feliz da juventude, até mesmo à segurança e alegria - sem criancices - da infância espiritual... Olhas à tua volta e*

*verificas que acontece outro tanto aos demais: vão passando os anos desde o seu encontro com o Senhor e, com a maturidade, robustecem-se uma juventude e uma alegria indeléveis.*

*Não estão jovens: São jovens e alegres! Esta realidade da vida interior atrai, confirma e subjuga as almas. Agradece-o diariamente "ad Deum qui laetificat iuventutem" - ao Deus que enche de alegria a tua juventude.*

*Sulco, 79*

A tristeza é a escória do egoísmo. Se queremos viver para o Senhor, não nos faltará a alegria, mesmo que descubramos os nossos erros e as nossas misérias. A alegria penetra na vida de oração, e de tal maneira que a certa altura não há outro jeito senão romper a cantar: porque amamos, e cantar é coisa de enamorados.

*Amigos de Deus, 92*

Refugia-te na filiação divina: Deus é teu Pai amantíssimo. Esta é a tua segurança, o ancoradouro onde lançar a âncora, aconteça o que acontecer na superfície deste mar da vida. E encontrarás alegria, fortaleza, otimismo... vitória!

*Via Sacra, VII, 2*

Aprendamos a obedecer, aprendamos a servir. Não há maior fidalguia do que entregar-se voluntariamente a servir os outros. Quando sentimos o orgulho que revere dentro de nós, a soberba que nos leva a pensar que somos super-homens, é o momento de dizer *não*, de dizer que o nosso único triunfo há de ser o da humildade. Assim nos identificaremos com Cristo na Cruz, sem nos sentirmos aborrecidos ou inquietos, nem com mau humor, mas alegres, porque essa alegria, o esquecimento de nós mesmos, é a melhor prova de amor.

## *É Cristo que passa, 19*

Não é verdade que, mal deixas de ter medo à Cruz, a isso que a gente chama de cruz, quando pões a tua vontade em aceitar a Vontade divina, és feliz, e passam todas as preocupações, os sofrimentos físicos ou morais?

É verdadeiramente suave e amável a Cruz de Jesus. Não contam aí as penas; só a alegria de nos sabermos corredentores com Ele.

### *Via Sacra, II*

Olhai para Maria. Jamais criatura alguma se entregou com tanta humildade aos desígnios de Deus. A humildade da *ancilla Domini*, da escrava do Senhor, é a razão pela qual a invocamos como *causa nostra laetitiae*, como causa da nossa alegria. Eva, depois de pecar por ter querido na sua loucura igualar-se a Deus, escondia-se do

Senhor e envergonhava-se: estava triste. Maria, ao confessar-se escrava do Senhor, é feita Mãe do Verbo divino e enche-se de júbilo. Que este seu júbilo, de Mãe boa, nos contagie a todos nós: que nistosaiamos a Ela - a Santa Maria -, e assim nos pareceremos mais com Cristo.

Amigos de Deus, 109

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/article/para-encher-  
se-de-alegria/](https://opusdei.org/pt-br/article/para-encher-se-de-alegria/) (02/02/2026)