

# **Meditações: sexta-feira da 28ª semana do Tempo Comum**

Reflexão para meditar na sexta-feira da 28ª semana do Tempo Comum. Os temas propostos são: testemunhar a verdade com as obras; a sinceridade no acompanhamento espiritual; os fundamentos da vida espiritual.

- Testemunhar a verdade com as obras
- A sinceridade no acompanhamento espiritual
- Os fundamentos da vida espiritual

---

NUMA DAQUELAS pregações para as multidões, em que milhares de pessoas se aglomeravam à volta de Jesus, o Senhor, advertiu os Seus discípulos: “Tomai cuidado com o fermento dos fariseus, que é a hipocrisia” (Lc 12, 1). De fato, os fariseus eram como “sepulcros caiados”, que parecem bonitos por fora, mas por dentro só contêm morte. Pelo seu comportamento, escondiam a verdade ou a camuflavam com dupla intenção. As suas ações estavam contaminadas pelo orgulho, pois estavam mais preocupados com impressionar os outros do que com servi-los.

Depois de ter advertido contra o perigo da hipocrisia e da astúcia, o Mestre convidou os seus discípulos a viver continuamente na verdade: “Não há nada de escondido, que não venha a ser revelado, e não há nada

de oculto que não venha a ser conhecido. Portanto, tudo o que tiverdes dito na escuridão, será ouvido à luz do dia; e o que tiverdes pronunciado ao pé do ouvido, no quarto, será proclamado sobre os telhados” (Lc 12, 2-3). Jesus, que chama a si mesmo de “Caminho, Verdade e Vida” (Jo 12, 3), mostra-nos o verdadeiro caminho para chegar ao Reino de Deus: abraçar a verdade é o caminho para encontrar o amor, é o itinerário através do qual nos dirigimos para a verdadeira liberdade. Sem verdade não há caminho, não há vida. Ao contrário, ao procurarmos a verdade, encontramos a fé e o amor, porque, em última análise, a verdade é uma pessoa: o próprio Jesus Cristo.

Vivendo como filhos de Deus, manifestando o seu amor aos outros, damos testemunho da verdade que Jesus encarnou. “Perguntemo-nos: que verdade testemunham as nossas

obras como cristãos, as nossas palavras, as nossas escolhas? (...) Nós não somos homens e mulheres excepcionais. Mas somos filhos do Pai celeste, que é bom e não nos desilude e que tem no seu coração o amor pelos nossos irmãos. Esta verdade não é apenas uma palavra, é um modo de ser, um modo de viver, e vê-se em cada ato”<sup>[1]</sup>.

---

QUANDO perguntavam a São Josemaria qual era a sua virtude humana preferida, a resposta era sempre a mesma: a sinceridade. Seus escritos estão repletos de referências a esta virtude, que ele coloca no centro do desenvolvimento espiritual de um cristão que deseja seguir Cristo no meio do mundo. Assim, por exemplo, escreve: “Pediste-me uma sugestão para vencer as vossas batalhas quotidianas, e eu respondi-

vos: ao abrir a vossa alma, dizei antes de mais o que não gostaríeis que se soubesse. Desta forma, o demónio é sempre derrotado. – Abre a tua alma com clareza e com simplicidade, de par em par, para que entre – até ao último canto – o sol do Amor de Deus!”<sup>[2]</sup>.

No Evangelho, encontramos muitas pessoas que, depois de confiar a Jesus os seus medos e fragilidades, encontraram um novo impulso para a sua vida. No acompanhamento espiritual, temos um irmão que, caminhando ao nosso lado, nos ajuda a nos conhecermos melhor, procurando dar luz sobre as coisas que acontecem, para que possamos descobrir o que o Senhor quer nos dizer.

Na direção espiritual, a honestidade não se limita a contar as coisas que deram errado. Essa abertura de alma também está relacionada com a

manifestação dos nossos afetos e desejos mais profundos. Para isso, antes de tudo, é necessário ser sincero consigo mesmo. Descobrir esta dimensão interior das realidades que nos deixam alegres ou tristes é um conhecimento valioso para nós, porque indica onde está o nosso coração. E isso “exige a capacidade de parar, de ‘desligar o piloto automático’, para tomar consciência da forma como fazemos as coisas, dos sentimentos que nos habitam, dos pensamentos recorrentes que nos condicionam, muitas vezes sem percebermos”<sup>[3]</sup>.

---

A SINCERIDADE de vida é compatível com os erros e os defeitos, porque nos leva a não os esconder e a nos esforçarmos por corrigi-los. Esta simplicidade tinha para São Josemaria uma profunda raiz

evangélica: “Olha: os apóstolos, com todas as suas evidentes e inegáveis misérias, eram sinceros, simples..., também vós tendes misérias evidentes e inegáveis. – Oxalá não vos falte a simplicidade”<sup>[4]</sup>. —.

O fundador do Opus Dei dedicou uma das suas Cartas a falar da humildade na vida espiritual. Nela encorajava os seus filhos a reconhecer que tinham pés de barro e a não ter medo das fraquezas que pudessem experimentar. “Não nos enganemos: teremos misérias. Quando formos velhos, também: as mesmas más inclinações que tínhamos aos vinte anos. E a luta ascética será igualmente necessária, e teremos que pedir ao Senhor que nos dê humildade. É uma luta constante. *Militia est vita hominis super terram*. Mas a paz está justamente na guerra; a paz é consequência da vitória!”<sup>[5]</sup>. —.

Acrescentava, também, qual era o lugar onde podemos encontrar os fundamentos para a nossa luta pela santidade. “Para nós, a rocha é esta: piedade, filiação divina, abandono nas mãos de Deus, sinceridade e manter a cabeça na realidade constante da vida cotidiana: ‘Amo-te, Senhor, minha fortaleza. O Senhor é a minha rocha, o meu refúgio e o meu libertador’ (Sl 18, 2-3)”<sup>[6]</sup>. A consciência de que somos filhos de Deus nos dá a certeza de que Ele está sempre conosco e está atento às nossas necessidades. E a seu lado está a nossa Mãe, a quem podemos pedir ajuda para viver com a segurança de filhos amados.

.....

<sup>[1]</sup> Francisco, Audiência, 14/11/ 2018.

<sup>[2]</sup> São Josemaria, *Forja*, n. 126.

<sup>[3]</sup> Francisco, Audiência, 05/10/2022.



[4] São Josemaria, *Caminho*, n. 932.

[5] São Josemaria, Carta 2, n. 10.

[6] *Ibid.*, n. 7.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente de [https://  
opusdei.org/pt-br/meditation/  
meditacoes-sexta-feira-da-28a-semana-  
do-tempo-comum/](https://opusdei.org/pt-br/meditation/meditacoes-sexta-feira-da-28a-semana-do-tempo-comum/) (20/01/2026)