

Conselhos de São Josemaria para viver o Jubileu dos Jovens

Recolhemos algumas ideias práticas inspiradas nos seus ensinamentos, para que este Jubileu dos Jovens marque um antes e um depois na vida cristã dos participantes.

26/07/2025

São Josemaria compreendeu que a santidade se cultiva no quotidiano, nos momentos ordinários. Um encontro com o Papa pode ser, sem

dúvida, um momento de graça inesquecível, se for vivido com espírito aberto e decidido.

De seguida, partilhamos algumas ideias práticas inspiradas nos seus ensinamentos, para que este Jubileu dos Jovens marque verdadeiramente um antes e um depois na tua vida cristã.

1. Coração universal: amor ao sucessor de Pedro

2. Deixa que o silêncio te fale no meio do ruído

3. Oferece o esforço da viagem como oração

4. Descobre Deus no pequeno, no “material”

5. Vive uma fé que seja “nova e antiga”

6. Examina-te todas as noites, dá graças e guarda o que viveste no coração

7. Acolhe todos com o coração aberto: aprende a olhar como Cristo

8. Partilha com os outros o que viveste

1. Coração universal: amor ao Sucessor de Pedro

«Como somos filhos de Deus, o nosso maior amor, a nossa maior estima, a nossa mais profunda veneração, a nossa obediência mais rendida, o nosso maior afeto, devem ser também para o Vice-Deus na Terra, para o Papa... Por isso digo tantas vezes: obrigado, meu Deus, pelo

amor ao Papa que colocaste no meu coração».

(Cartas I, n. 3, p. 20)

No Jubileu, terás diante de ti Leão XIV, sucessor de São Pedro. Reserva um momento para rezar por ele e pelas suas intenções. Assim, o encontro transforma-se num verdadeiro vínculo filial com a Igreja universal.

Talvez ainda não o conheças bem ou ainda não tenhas criado afeto por ele, pois está há pouco tempo à frente da Igreja e pode parecer-te uma figura nova. Mas que isso não te impeça de o amar com um coração filial: o Papa representa Cristo na Terra. Dedica um momento para rezar por ele e pelas suas intenções, e pede à Virgem Maria que alargue o teu coração para o amares cada vez mais. Assim, o encontro torna-se um vínculo real e profundo com a Igreja universal.

2. Deixa que o silêncio te fale no meio do ruído

«Nunca compartilharei a opinião – ainda que a respeite – dos que separam a oração da vida ativa, como se fossem incompatíveis. Os filhos de Deus têm de ser contemplativos: pessoas que, no meio do fragor da multidão, sabem encontrar o silêncio da alma em colóquio permanente com Nosso Senhor».

(Forja, n. 738)

«Onde quer que estejamos, no meio do bulício da rua... encontramo-nos numa simples contemplação filial, num constante diálogo com Deus».

(Cartas II, n. 6)

Num ambiente vivo e agitado, procura momentos de silêncio interior. Deus também te quer falar no meio do ruído.

3. Oferece o esforço da viagem como oração

«Um pequeno ato, feito por Amor, quanto não vale!»

(Caminho, n. 814)

«Oxalá saibas, diariamente e com generosidade, contrariar-te, alegre e discretamente, para servir e para tornar agradável a vida aos outros. Este modo de proceder é verdadeira caridade de Jesus Cristo».

(Forja, n. 150)

Caminhar ao sol, partilhar refeições, manter a ordem... cada gesto do

quotidiano pode tornar-se oração, se for feito por amor. Oferece cada dificuldade por uma intenção concreta.

4. Descobre Deus no pequeno, no “material”

«A tua vocação de cristão pede-te que estejas em Deus e ao mesmo tempo te ocupes das coisas da Terra, empregando-as objetivamente, tal como são, para as devolveres a Ele».

(Sulco, n. 295)

Não desprezes o lado mais comum e rotineiro do Jubileu: as deslocações, as refeições, as filas de espera. Tudo pode ser ocasião para oferecer, agradecer e viver com sentido.

5. Vive uma fé que seja “nova e antiga”

«O nosso espírito é assim, antigo como o Evangelho... e, como o Evangelho, novo... Bebemos o bom vinho envelhecido da autêntica doutrina católica...»

(Cartas II, n. 6, p. 31)

Vive o Jubileu como uma oportunidade para renovar a tua fé nas coisas de cada dia. Não é apenas uma experiência emotiva, mas um impulso para viver e partilhar o Evangelho todos os dias.

6. Examina-te todas as noites, dá graças e guarda o que viveste no coração

«Exame. – Tarefa diária. – Contabilidade que nunca descura quem dirige um negócio. E há negócio que valha mais do que o negócio da vida eterna?»

(*Caminho*, n. 235)

«Habitua-te a elevar o coração a Deus em ação de graças, muitas vezes ao dia. – Porque te dá isto e aquilo. – Porque te desprezaram. – Porque não tens o que precisas, ou porque o tens. Porque fez tão formosa a sua Mãe, que é também tua Mãe. – Porque criou o Sol e a Lua e este animal e aquela planta. – Porque fez aquele homem eloquente e a ti te fez difícil de palavra.... Dá-Lhe graças por tudo, porque tudo é bom».

(*Caminho*, n. 268)

«Não sabes que dizer ao Senhor na oração. Não te lembras de nada, e, no entanto, quererias consultá-l’O sobre muitas coisas. – Olha: durante o dia, toma algumas notas sobre os assuntos que desejas considerar na presença de Deus. E depois serve-te dessas notas na oração».

(*Caminho*, n. 97)

Faz, cada noite, um pequeno exame de consciência. Não te esqueças de terminar o dia agradecendo a Deus as muitas coisas boas que Ele te deu. Também te pode ajudar escrever uma frase ou pensamento desse dia. Assim, ao regressar a casa, terás uma “caixa de tesouros” espirituais para continuar a crescer e a falar com o Senhor na tua oração, para que aquilo que viveste no Jubileu permaneça contigo.

7. Acolhe todos com o coração aberto: aprende a olhar como Cristo

«O amor às almas, por Deus, faz-nos querer a todos, compreender, desculpar, perdoar... Devemos ter um amor que cubra a multidão das deficiências das misérias humanas. Devemos ter uma caridade maravilhosa, “*veritatem facientes in caritate*”, defendendo a verdade, sem ferir».

(Forja, n. 559)

«Não digas: essa pessoa aborrece-me.
– Pensa: essa pessoa santifica-me».

(Caminho, n. 174)

«Jesus, que eu seja o último em tudo... e o primeiro no Amor».

(Caminho, n. 430)

Vais conviver com pessoas muito diferentes. Olha com caridade, especialmente para aquelas que te custam mais. Também neles está Cristo. Vive este Jubileu como aquilo que é: uma grande oportunidade para deixares que Deus te transforme por dentro. Com a ajuda de São Josemaria, cada passo, cada sorriso, cada contrariedade pode tornar-se caminho de santidade.

8. Partilha com os outros o que viveste

«O apostolado é como a respiração do cristão: um filho de Deus não pode viver sem este pulsar espiritual».

(Cristo que passa, n.122)

«É preciso que sejas “homem de Deus”, homem de vida interior, de oração e de sacrifício. – O teu apostolado deve ser uma superabundância da tua vida “para dentro”».

(Caminho, n. 961)

O que viveste não é só para ti. Partilha com os teus amigos, com a tua família, na escola ou na universidade. Fala do que te comoveu, uma frase do Papa que te tocou profundamente, uma oração que te ajudou. O Jubileu continuará a dar frutos se partilhares o que recebeste com os outros.
