opusdei.org

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.

pdf | Documento gerado automaticamente a partir de https://opusdei.org/pt-pt/article/conselhos-de-sao-josemaria-para-viver-o-jubileu-dos-jovens/ (26/11/2025)