

Rezar pelos amigos: o melhor acordo do mundo

Um jovem colombiano, psicólogo e professor universitário, foi para Espanha fazer um doutoramento, sem imaginar que regressaria com um projeto debaixo do braço. Hoje, essa iniciativa transforma a vida de dezenas de crianças, universitários e idosos no seu país.

21/03/2026

Nasci a 5 de março de 1990 em Ibagué e, embora ali não se celebre a «Cincomarzada» como em Saragoça, a minha mãe costumava dizer que me tornei um «filho madrugador e trabalhador» por ter nascido numa segunda-feira ao amanhecer. Juan José cresceu numa família onde aprendeu com os pais o valor do trabalho e, com as duas irmãs, a difícil mas enriquecedora arte de ser o irmão do meio.

A sua casa teve sempre um toque internacional e boémio. «A minha avó Mapy, uma curiosa incansável, casou com Narcís, um pintor catalão que encheu a nossa infância de histórias e de deslumbramento», recorda Juan José. Talvez por isso, ou porque a sua irmã mais velha, Carolina, vive lá há quase duas décadas, Espanha esteve sempre presente no mapa da sua vida.

Depois de se licenciar em Psicologia, começaram as viagens de quatro horas de autocarro entre Ibagué e Bogotá para fazer o mestrado. Uma vez concluído, «em 2017, regressei à minha cidade natal como docente universitário a tempo inteiro.

Descobri que a docência é uma arte: no início a minha autoridade era rígida, mas com o tempo aprendi que a autoridade se conquista com confiança e coerência».

Embora o doutoramento parecesse o passo lógico, Juan José não queria endividar-se nem complicar a vida. Mas os planos de Deus são sempre surpreendentes. «Em 2022 recebi um e-mail inesperado de Saragoça (Espanha) animando-me a candidatar-me a uma bolsa. Fui selecionado entre mais de oito mil candidatos e, em setembro de 2023, cruzei o Atlântico para fazer um doutoramento em Economia».

Na entrevista de admissão ao doutoramento fizeram-lhe uma pergunta provocadora: «Que sabe de Economia um psicólogo?». Ele, sem hesitar, respondeu que os últimos prémios Nobel tinham integrado ambas as disciplinas. Essa resposta valeu-lhe a admissão... e um ano completo de Economia.

Faltava ainda o mais básico: onde dormir. A irmã procurou, procurou, até que encontrou a única opção disponível: a Residência Miraflores. Antes de o admitir, o diretor da Residência perguntou-lhe se sabia o que era o Opus Dei. Juan José respondeu com toda a franqueza: «Soa-me a seita». Mesmo assim, abriram-lhe as portas.

Na mesinha de cabeceira descobriu um livro: Caminho. «Fez-me lembrar um livrinho de orações que a minha mãe me ofereceu quando era pequeno». «Esse exemplar acabou

por viajar oito mil quilômetros, até minha casa em Ibagué», confessa com cumplicidade.

«Embora nunca tenha sido especialmente piedoso, dormir sob o mesmo teto que o Santíssimo tocou-me profundamente». Entre a curiosidade e a procura, Juan José deixou-se acompanhar pelo sacerdote da Residência e por Perico, um numerário de quem se tornou muito amigo. «Sem grandes discursos, Perico ensinou-me que a verdadeira vida espiritual tem muito a ver com o serviço», afirma. Perico trabalhava promovendo programas de voluntariado ou P.L.S. (Programas de Liderança Social), e essa experiência marcou-o profundamente. «Falava com as crianças e os adolescentes que vinham com histórias difíceis, rotulados por diagnósticos e com poucas oportunidades. Aprendi que, para muitos deles, serem escutados

valia mais do que qualquer medicamento».

«Terminei a minha fase de estudos em Saragoça e voltei para Ibagué em junho de 2024. Passado pouco tempo comecei a assistir a palestras e atividades num centro do Opus Dei. Pouco depois tornei-me cooperador. Entre outras coisas, pareceu-me o melhor acordo do mundo: rezar pelos meus amigos e eles rezarem por mim».

Descobrir a minha vocação como supranumerário foi algo de muito diferente. Nos meios de formação e no acompanhamento espiritual encontrei paz e compreendi que o meu caminho até Deus se chamava Mónica, a minha mulher, e passava pelo matrimónio.

Mas faltava semear o aprendido. Em agosto, Juan José propôs à sua universidade criar o P.L.S. Colômbia. Em março de 2025, tornou-se o

primeiro programa formal de voluntariado da região e apoiava 45 crianças vulneráveis através de um programa baseado em três pilares: **Cabeça** (apoio académico), **Corpo** (desporto como alternativa às dependências) e **Coração** (serviço aos mais necessitados).

No final desse ano, Perico e um colega seu viajaram até à Colômbia a fim de conhecerem o projeto: 60 voluntários universitários apoiavam crianças com deficiências e visitavam semanalmente mais de 180 avós. «Ações tão simples como “dar com a colher” (alimentar quem não consegue fazê-lo sozinho) tornam-se experiências profundamente transformadoras para os jovens».

«Recentemente, graças a uma doação, conseguimos o impulso económico necessário para dar o passo seguinte e constituir-nos como fundação. Não sei o que o futuro me

reserva, mas sei que esta aventura de servir é apaixonante».

Para Juan José, «Miraflores — essa Residência que parecia ter caído do Céu — mostrou-me que Deus pode tornar-se muito próximo se nos rodearmos de pessoas boas. Por isso, para mim, Miraflores não foi apenas uma Residência: foi o início de uma vida diferente».

.....

pdf | Documento gerado
automaticamente a partir de [https://
opusdei.org/pt-pt/article/rezar-pelos-
amigos-o-melhor-acordo-do-mundo/](https://opusdei.org/pt-pt/article/rezar-pelos-amigos-o-melhor-acordo-do-mundo/)
(22/03/2026)