

## **Sérgio: “A minha vida cristã tem mais sentido, cada dia”**

Em Valparaíso, região V do Chile, um grupo de jovens estudantes de escolas e universidades que frequentam o centro de formação do Opus Dei Viloalle estão a realizar uma iniciativa que começou há mais de oito anos após um encontro casual com Sofia Zárate. Conheça a história de Sergio Cabezas, um jovem voluntário deste projeto.

09/05/2025

Sofia é uma reconhecida voluntária e cuidadora de idosos vulneráveis na região. Em 2016, conheceu um grupo de jovens junto da Igreja Matriz que a estavam a ajudar a transportar alguns materiais para um orfanato. Assim nasceu uma amizade que perdura até hoje.

Todos os sábados, não importa o que aconteça, um grupo acompanha Sofia enquanto ela explora as colinas de um Valparaíso escondido, onde encontram idosos esquecidos, que vivem na solidão e na pobreza, atormentados por doenças.

Sofia, que é um exemplo de liderança feminina, juntamente com jovens do centro de formação de *Viloalle*, como Sérgio, visitam as habitações dos idosos para tomar um café, preparar

o almoço, fazer algumas tarefas domésticas, conversar sobre a vida e, finalmente, ver o rosto de Cristo naqueles que mais precisam.

A história de Sofia e Sérgio (Chile) faz parte do projeto multimédia “A Viagem da Viagem”, projeto que comemora os 50 anos da catequese de São Josemaria nas Américas. A seguir, reproduzimos a sua história.

---

Sou Sérgio Cabezas, tenho 20 anos e sou estudante de Engenharia. Estudo em *Viloalle*, aqui em Viña del Mar.

Acho que essas visitas a Valparaíso me ajudaram muito, porque através delas aprendemos realmente a dar-nos aos outros.

A realidade pode ser um pouco dura às vezes, mas o que Cristo nos pede naquele momento é algo tão simples

como um sorriso para aquela senhora, uma chávena de café, um abraço, uma piada... Coisas que são básicas para nós, mas incríveis para aquelas pessoas.

Quando faço essas visitas e as trago para a minha vida pessoal, também penso em como, com a minha profissão, um dia poderei dar trabalho e pagar a cada pessoa o que ela merece.

Que essa pessoa possa viver com dignidade, ter o seu próprio ambiente e também aproveitar a vida. Isso é fundamental.

É necessária ajuda material para que as pessoas vivam com dignidade, mas também é muito importante – especialmente para nós – dar-nos aos outros. Em última análise, esse é o chamamento à santidade: dar-se aos outros.

**Um ideal de família e de serviço**

Quando um dia me casar e tiver uma família, gostaria que essa família tivesse o selo do serviço. Que haja uma dedicação constante ao próximo no casal.

Sei que o exemplo do casal deve ser muito trabalhado, mas gostaria que os meus filhos tivessem esse exemplo e também pudessem dizer um sim a Cristo, seguindo esse caminho de felicidade que realmente vale a pena viver.

Às vezes deito-me tarde depois de uma festa, como nas sextas-feiras. Custa mais levantar no sábado. Se se começa a pensar – “devo ir ou não?” – geralmente não se vai.

Mas se uma pessoa se comprometer e se levantar, sair com os amigos e fizer coisas, tudo muda. Divertimo-nos, e as pessoas que visitamos gostam de estar connosco.

Sofia Zárate: “Estes rapazes do Opus Dei são maravilhosos para mim. Representam Jesus Cristo, porque me dão força, me dão energia. Conheci-os junto da Igreja Matriz. Estou nesta atividade há mais de 30 anos e, desde que os conheci, nunca deixaram de vir acompanhar-me. Nunca. Graças a Deus, o Senhor deu-nos o dom do serviço: amar e servir o próximo, como diz o primeiro mandamento: amar a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a nós mesmos”.

Posso dizer que minha vida cristã tem cada dia mais sentido. E sim, sou mais feliz, porque entendi – e vi na prática – o que Cristo nos ensinou: que devemos dar-nos aos outros.

minha-vida-crista-tem-mais-sentido-  
cada-dia/ (21/01/2026)