

**Joana (Lisboa):  
“Sempre fui católica,  
cumpria as regras,  
andava triste: sentia  
que me faltava  
alguma coisa”**

Joana é gestora e mãe de 4 filhos. Faltava-lhe o tempo para Deus e para formar-se e ajudar a equipa da sua filha nas Equipas de Nossa Senhora. Surpreendeu-a a felicidade autêntica da Dina, que já fazia parte da família e tinha cancro.

08/02/2022

Estudou no Liceu Francês e mais tarde na Universidade Católica Portuguesa. Em 1998 começou o seu percurso profissional como gestora e hoje trabalha numa consultora de tecnologias de informação. “A vida estava toda bem, mas faltava-me sempre qualquer coisa, não sei bem o quê”. Joana considera que teve um percurso na fé normalíssimo: “fiz tudo aquilo que tinha que fazer, com as idades que tinha que fazer: cumríamos com as regras”.

Mas parecia que faltava sempre alguma coisa, “aquele tempo de ligação”, aquele espaço a sós com Deus para rezar e olhar para a minha em 3D. “Às vezes as pessoas perguntavam: 'Andas triste? E eu dizia: sim'. Eu sentia-me verdadeiramente triste”. Sabia que

tinha recebido o dom da fé e “estava chateada comigo própria porque até certo ponto parece que me sentia uma ingrata”.

## **Um primo sacerdote e uma filha nas Equipas de Nossa Senhora**

Em 2010 um dos primos da família que é numerário do Opus Dei foi ordenado sacerdote em Roma. Já em Lisboa este primo desafiou-a a participar numa recolecção, uma atividade mensal, aberta a todos, um tempo de oração mais prolongado. “Na recolecção acabei por ter aquele tempo de ligação que precisava. Era aquele tempo para mim e para Deus que me restabelecia um bocadinho essa alegria”.

Mais tarde a sua filha quis entrar para as Equipas de Jovens de Nossa Senhora, e um dia confessou aos pais: "não temos equipa porque não há casais suficientes para nos acompanhar". Joana pensou

imediatamente: “Se eu estou a pedir a outro casal para acompanhar a equipa da minha filha como é que eu posso recusar fazer o mesmo para outros jovens?”. Eu não posso estar a pedir aquilo que eu não posso dar”.

E aceitou o desafio de ajudar na formação na fé de 15 jovens, amigos dos filhos. Foi desafiante arranjar tempo para a formação. “Eu levava a sério, ainda levo a sério as Equipas e, portanto, estudava e andava a formar-me e dei por mim a ir buscar livros por mim própria e a procurar coisas, mas completamente autodidata”.

## **Uma amiga com cancro: Fátima e Roma**

Dina é como se fosse da família. Um dia diagnosticaram-lhe um cancro. Ao início ainda havia esperanças. A Joana e a família procuram ajudá-la. A decisão foi rápida: “Vamos a Fátima à noite à procissão das velas.

Há-de haver uma resposta qualquer. Eu não sei bem qual é que é a resposta...”. Era a primeira visita da Dina a Fátima: “Foi uma coisa transcendente. Nós que já fomos tantas vezes. Às vezes esquecemos do que aquilo é”.

Infelizmente a doença de Dina agravou-se. “Percebi pelos médicos que tinha um curto tempo de vida”. E decidi que podia ajudá-la a concretizar um sonho: acompanhá-la a Roma e ver o Papa. Foi uma viagem inesquecível: “Ela subiu a cadeiras, ela passou por cima de pessoas. Seguiu o Papa todo durante todo o percurso que o Papa fez. Estava feliz e disse-me "Eu fui a Fátima, eu vi o Papa em Roma, eu fiz na minha vida tudo o que havia para fazer”.

Um mês depois foi internada no hospital para nunca mais sair: era o fim. A Joana confessa que Dina lhe deu uma das lições mais

importantes: Ela estava a dizer-me onde é que está a felicidade. A felicidade está em nós encontrarmos Deus. A felicidade está em nós aceitarmos as coisas. Ela estava aceitar a coisa mais difícil que qualquer pessoa tem que aceitar. Ela estava a aceitar a própria morte”.

## **Deus é alegria para mim... e para dar aos outros**

Para Joana a vida continua. Procura encontrar Deus em tudo o que faz: no trabalho exigente, no cuidado da família e na amizade com muitas pessoas. “Às vezes penso: não se entende como é que há pessoas que não percebem isto. E pergunto-me a mim mesma: ‘Mas tu foste a primeira a não perceber e a criticar durante anos, anos e anos?’”.

E conclui: “Para mim tudo é demasiado simples; esta é a grande mensagem da Igreja e do Opus Dei que nos mostram e espero poder

também continuar a mostrar aos outros: o catolicismo, Deus é alegria e afasta todas as tristezas.”

---

Textos sugeridos para refletir com esta história:

## **1. Oração, a nossa melhor arma**

*Trabalhemos, e trabalhemos muito e bem, sem esquecer que a nossa melhor arma é a oração. Por isso, não me canso de repetir que devemos de ser almas contemplativas no meio do mundo que procuram converter o seu trabalho em oração. (S. Josemaria, Sulco, n. 497)*

## **2. "É inevitável que cada filho nos surpreenda"**

*A grande questão não é onde está fisicamente o filho, com quem está neste momento, mas onde se encontra*

*em sentido existencial, onde está posicionado do ponto de vista das suas convicções, dos seus objectivos, dos seus desejos, do seu projecto de vida. Por isso, eis as perguntas que faço aos pais: «Procuramos compreender “onde” os filhos verdadeiramente estão no seu caminho? Sabemos onde está realmente a sua alma? E, sobretudo, queremos sabê-lo?» (...)*

*É inevitável que cada filho nos surpreenda com os projectos que brotam desta liberdade, que rompa os nossos esquemas; e é bom que isto aconteça. A educação envolve a tarefa de promover liberdades responsáveis, que, nas encruzilhadas, saibam optar com sensatez e inteligência; pessoas que compreendam sem reservas que a sua vida e a vida da sua comunidade estão nas suas mãos e que esta liberdade é um dom imenso. (Papa Francisco, Amoris Laetitia, nn. 261-262)*

### **3. A morte não tem a última palavra**

*Sabemos que a morte não tem a última palavra. Como é magnífica a esperança que a fé desperta em nós! (...) É um "dom de Deus que nos atrai à vida, até à alegria eterna. A esperança é uma âncora que temos do lado de lá" (Papa Francisco, 2-11-2020). É, todavia, compreensível que, perante a realidade da morte, alguma vez a inquietação ou a sombra do desalento possam entrar na alma. Procuremos então reagir prontamente, recorrendo a Santa Maria, Mãe da esperança e Causa da nossa alegria.*

(Carta do Prelado, 25 de novembro de 2021)

.....

Veja os outros vídeos da série  
"Semeadores de Paz e de Alegria"

preparados para o 75.º aniversário  
do Opus Dei em Portugal

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
dev.opusdei.org/pt-pt/article/joana-  
lisboa-sempre-fui-catolica-cumpria-as-  
regras-andava-triste-sentia-que-me-  
faltava-alguma-coisa/](https://dev.opusdei.org/pt-pt/article/joana-lisboa-sempre-fui-catolica-cumpria-as-regras-andava-triste-sentia-que-me-faltava-alguma-coisa/) (06/08/2025)