

opusdei.org

# Reflectir sobre a vida, para a encher de valor

Em Nova Iorque, estudantes e jovens profissionais participaram no seminário “A vida em exame: reflexões filosóficas sobre a vida corrente” organizado pelo centro universitário Schuyler Hall.

17/08/2004

A cidade de Nova Iorque é conhecida pelo seu ritmo agitado. Como em

todo o lado, os seus habitantes não costumam encontrar tempo para parar a reflectir sobre o sentido da vida ou sobre que fazer para viver uma vida cheia. Isso é precisamente o que fizeram os estudantes e jovens profissionais em Schuyler Hall que, no passado dia 7 de Fevereiro, participaram no seminário “A vida em exame: reflexões filosóficas sobre a vida corrente”.

David Gallagher, professor de Filosofia na Universidade Católica de América, trabalhando actualmente em Nova Iorque, dirigiu as sessões. O seu frequente convívio com estudantes sugeriu-lhe a ideia de organizar este seminário. "Trabalhei com centenas de universitários e, ao longo de muitos anos, surpreendeu-me a frequência com que estes jovens encontram um intervalo no seu dia para reflectir sobre as suas vidas. Pensei que os poderia ajudar se pelo menos conseguisse esboçar-

lhes algumas questões básicas que devem saber compaginar nas suas vidas, tais como a amizade, as virtudes, o trabalho, o descanso, ou Deus", assinalou Gallagher.

O seminário consistiu em cinco conferências separadas por momentos de leitura e reflexão. Os temas das sessões eram: 'A liberdade humana e a autodeterminação: estabelecer um plano de vida'; 'A vida é algo sério: como compaginar trabalho, acção e descanso'; 'Viver para os outros: amizade e vida plena'; 'As virtudes: chegar a ser o que devemos ser'; e 'Deus e o sentido da nossa vida'.

O conteúdo das conferências foi mais prático que especulativo. "O seminário não é uma mera exposição de ideias teóricas brilhantes", explica o professor Gallagher. "Espero que estas ideias se mencionem, mas o objectivo final é mais pragmático:

animar os participantes a reflectir sobre as suas vidas e dar-lhes algumas ferramentas intelectuais básicas para que possam continuar a pensar no futuro. Ficaria satisfeito se cada um deles pudesse dizer: 'Desde hoje, penso sobre mim próprio de maneira diferente', ou inclusivamente: 'Agora vejo que necessito de pensar sobre determinadas coisas"'. Em cada sessão, o professor Gallagher propôs diferentes actividades e colocou diversas situações para melhorar a capacidade de relação dos alunos e analisar os objectivos vitais da natureza humana.

Entre cada uma das palestras, os participantes puderam ler e pensar sobre as questões colocadas. Uma ampla biblioteca proporcionou-lhes 'comida extra' para alimentar as suas reflexões. Havia obras de Victor Frankl, como 'O homem na procura do seu sentido', de C.S. Lewis - 'A

abolição do homem' -, de S. Tomás de Aquino - '*Summa contra gentiles*' -, etc. Mais que envolver-se em controvérsias filosóficas ou especulações estéreis, os participantes reflectiram sobre as suas próprias vidas e mantiveram um diálogo sobre as questões que iam surgindo.

## **Liberdade**

A Sam Fryd, estudante de Matemática na New York University, a experiência foi-lhe verdadeiramente proveitosa: “Permitiu-me reflectir sobre a minha própria vida e formular propósitos concretos para o futuro”. Pela sua parte, Daniel Lee, contabilista, sentiu-se especialmente impressionado pela conferência intitulada 'Como compaginar trabalho, acção e descanso'. “O professor Gallagher ajudou-me compreender o significado do tempo

livre e a sua importância para conseguir uma vida cheia".

A maioria dos participantes comprometeu-se a convidar os seus amigos para futuras edições deste seminário. Ao ser questionado sobre porque é importante este tipo de reflexão sobre a vida, o professor Gallagher respondeu: "Uma pessoa que nunca se detém a pensar sobre a sua própria vida ou sobre para onde encaminha os seus passos será simplesmente arrastado pelo ambiente. A verdadeira liberdade - a capacidade de tomar decisões por si próprio - implica ter opiniões próprias bem formadas e marcar a si próprio determinados objetivos".

O acto foi organizado pelo centro universitário Schuyler Hall, uma iniciativa do Opus Dei em Manhattan.

---

pdf | Documento gerado  
automaticamente a partir de [https://  
dev.opusdei.org/pt-pt/article/reflectir-  
sobre-a-vida-para-a-encher-de-valor/  
\(21/08/2025\)](https://dev.opusdei.org/pt-pt/article/reflectir-sobre-a-vida-para-a-encher-de-valor/)