

**Nada nem ninguém  
te roube a alegria**

## **Coleção MANRESA**

---

### **Autoconhecimento e Discernimento Cristão**

Domingos Terra, S.J.

### **Espiritualidade Inaciana – 1ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Deus e o Homem segundo Santo Inácio – 2ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Jesus Cristo na Espiritualidade Inaciana – 3ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **A Trindade na Espiritualidade Inaciana – 4ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Exercícios Espirituais de Libertação Pessoal**

José Alves Martins, S.J.

### **Ordenar a Vida – Exercícios Espirituais de Santo Inácio de Loyola**

Dário Pedrosa, S.J.

### **Manual do Peregrino – Caminhando com os Exercícios Espirituais de Inácio de Loyola**

António Vaz Pinto, S.I.

### **São Francisco Xavier – 450 Anos da sua morte (1552-2002) – 5ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Mistério Pascal e Mundo Contemporâneo – 6ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Companhia de Jesus: Ontem, Hoje, Amanhã – 7ª Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Crer na Fronteira: Habitar Novas Fronteiras – Actas da VIII Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Vontade de Deus, caminhos de felicidade – IX Semana de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Entre Medos e Confiança, Reacreditar na Vida – 10ª Sessão de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

### **Nada nem ninguém te roube a alegria – 11ª Sessão de Estudos de Espiritualidade Inaciana**

AA. VV.

*11ª Sessão de Estudos  
de Espiritualidade Inaciana*

**Nada nem ninguém  
te roube a alegria**



EDITORIAL A.O.

**Capa**

Sofia Pupo Lameiras

**Paginação**

Editorial A. O.

**Impressão e Acabamentos**

Tipoprado – Artes Gráficas, Lda.

**Depósito Legal nº**

418446/16

**ISBN**

978-972-39-0826-8

Novembro de 2016

*Com todas as licenças necessárias*

©  
**SECRETARIADO NACIONAL  
DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA  
Tel.: 253 689 440 \* Fax: 253 689 441  
[www.apostoladodaoracao.pt/livros@snao.pt](http://www.apostoladodaoracao.pt/livros@snao.pt)



## ABERTURA

*P. Vasco Pinto de Magalhães, s.j.*

Boa noite! Haja alegria!

Sim, a alegria que Deus dá; fruto do Espírito Santo que nos bate à porta.

Ressoa, para nós, a voz do Papa Francisco: «que nada nem ninguém vos roube a Alegria!». Mas é possível, ou será apenas um desejo utópico? Um eco longínquo traz à memória a despedida de Jesus aos seus amigos (*Jo* 16, 22): «Agora, na verdade, sentis tristeza, mas Eu hei de ver-vos de novo; e o vosso coração alegrar-se-á **e ninguém vos poderá tirar a vossa alegria**». Será, então, algo para depois, para o céu? Mas o mandato é para hoje... a alegria da mãe em dores de parto. Será possível? Guerras, ameaças, perseguições; a mentira e a corrupção...; o espectro do estado islâmico, a imagem da longa coluna de refugiados... a criança que se afoga no mar! Será possível na solidão imposta, na traição, na perda do ente querido como no encontro do sentido ou na comunhão com a pessoa amada? **A resposta é uma pergunta: como era a alegria de Jesus?** Mas, «como é possível?» pensava eu, quando há bem poucos dias visitava o campo de concentração de Auschwitz. E a cada passo me perseguia a imagem do túmulo vazio; e a voz do anjo: «não está aqui!». Não estão aqui (!) os mortos neste Campo, mas a memória de tanta santidade e heroicidade brotando maior, entre os horrores. **A alegria está no teu coração**, no milagre da relação e da morte pela entrega e pelo acolhimento, no exame de consciência que nos queima e oferece perdão. Está por entre-lágrimas de se saber amado. De nada ser e ser amado.

A **Alegria**, a própria palavra quer dizer «ânimo», **vontade de viver**. Por isso **o contrário da Alegria não é a tristeza, mas o pessimismo**. Há uma alegria que é dom e conquista, que está muito para lá da satisfação, momentânea ou continuada, ou de uma boa disposição de caráter. É dessa que vamos tratar. Não é um tema teórico, mas uma forma e uma escolha de vida que faz a diferença; sem fugir do mundo. E é distintivo do cristão: do seu chamamento e do seu compromisso.

Sejam, pois, muito **bem-vindos**. Seguiremos o Programa (que já têm), o mais fielmente possível. Pedimos a todos colaboração e pontualidade. E Alegria, claro. Começamos já hoje, agora, com a conferência do P. Miguel Almeida, «Inácio e a alegria» a abrir o Encontro que é de espiritualidade inaciana. Está certo. Amanhã de manhã, mais duas conferências a não perder: da Mariana Abranches Pinto e da Margarida Gonçalves Neto. De tarde, atenção!, teremos cinco oficinas que se repetem. Cada um escolhe uma na primeira hora e outra na segunda. Depois Missa (na Igreja da SSma. Trindade) e à noite um serão com um grande músico (*Miguel Araújo*). É surpresa.

Por fim, tudo se resolve e acerta com o nosso Secretariado, simpático, eficaz e disponível. Não deixem de passar por lá para qualquer informação ou necessidade. **Agradeço** à organização, à RENTESP e à equipa operativa, aos convidados que aceitaram vir abrir-nos as portas da Alegria; aos participantes que confiaram e agora colaboram e ao Santuário de Fátima, que mais uma vez nos acolhe.

**Está aberto** o nosso fim de semana.

## ÍNDICE

Abertura	
<i>P. Vasco Pinto de Magalhães, s.j.</i> .....	7
Inácio e a alegria	
<i>P. Miguel Almeida, s.j.</i> .....	9
A alegria da Ressurreição	
<i>Mariana Abranches Pinto</i> .....	29
Como sanar o pessimismo?	
<i>Margarida Gonçalves Neto, psiquiatra</i> .....	51
A alegria nos inícios da Igreja	
<i>P. António de Magalhães Sant'Ana, s.j.</i> .....	71
Olhar as alegrias e as tristezas do nosso mundo – O olhar justo e o consentimento à vida	
<i>P. José Frazão Correia, s.j.</i> .....	91
Nada nem ninguém te roube a alegria: estratégias e caminhos	
<i>P. José Tolentino de Mendonça</i> .....	107