

*Jacques de Scorraille*

# **Encontrar a alegria no trabalho**

*Um guia para a vida cristã*



EDITORIAL A.O.

**Título original**

*Heureux comme un chrétien au travail*

© 2022, Groupe Elidia

Éditions Artège

10, rue Mercœur – 75011 Paris

9, espace Méditerranée – 66000 Perpignan

[www.editionsartege.fr](http://www.editionsartege.fr)

ISBN: 979-10-336-1200-1

**Tradução**

Maria do Rosário de Castro Pernas

**Capa**

Romão Figueiredo

**Paginação**

Editorial AO

**Impressão  
e Acabamentos**

Gráfica Almondina de Progresso e Vida

**Depósito Legal n.º**

514404/23

**ISBN**

978-972-39-0959-3

Abril de 2023

*Com todas as licenças necessárias*

©

**SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO**

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA | Tel.: 253 689 443

[livraria.apostoladodaoracao.pt](http://livraria.apostoladodaoracao.pt) | [livros@snao.pt](mailto:livros@snao.pt)

[www.redemundialdeoracaodopapa.pt](http://www.redemundialdeoracaodopapa.pt)

*As bases necessárias  
para uma vida profissional cheia de entusiasmo<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> «Entusiasmo» vem de «*entheos*», que quer dizer «em Deus».



*A ti, que não tens a mínima cultura cristã  
e te interrogas se poderás descobrir Deus no teu trabalho.*

*A ti, que tens uma cultura cristã, mas duvidas que a fé  
católica possa contribuir de algum modo  
para a tua vida profissional.*

*A ti, cristão praticante, que procuras  
um «manual de sobrevivência» do cristão no trabalho.*

*Que este livro te enriqueça e te dê vontade  
de ir mais longe na tua reflexão.*



## *Introdução*

### **Deus no trabalho: acreditas ou não?**

Após um dia de trabalho muito intenso, adormeces no teu sofá para alguns instantes de repouso bem merecido. E comesças a sonhar.

Encontras-te no paraíso do trabalho. És acolhido por um homem de rosto resplandecente e de túnica branca: estende-te a mão, olha-te com benevolência e convida-te a entrar, conduzindo-te a um *hall* magnífico, revestido de mármore, onde outros colaboradores parecem estar à tua espera. Têm um aspeto transfigurado, como se estivessem habitados por uma alegria e uma paz profundas.

Alguns deles aproximam-se de ti, fazem-te perguntas, interessam-se pela tua pessoa, querendo saber aquilo que fazes na empresa. Uma janela envidraçada dá para oficinas onde reina uma ordem perfeita, vários colaboradores comandam máquinas tão cintilantes como silenciosas.

Uma música ligeira harmoniza o conjunto. Dispensadores de água aromatizada com fruta e ramos de flores alegram o átrio, empregados dotados de asas brancas revoloteiam de um lado para o outro, dando de beber a quem o desejar. A harmonia e o movimento natural do cenário deixam-te sem palavras.

De repente, toca uma sirene. As túnicas brancas dão lugar a fatos completos com gravata, o ruído das máquinas da oficina torna-se infernal. Os rostos assumem uma expressão tensa, as pessoas vociferam umas com as outras. Os dispensadores de água e os ramos de flores desapareceram. *Placards* transbordantes de folhetos reivindicativos destacam-se das paredes. As pessoas que passam a teu lado gritam-te. Toda a gente corre, febril, nervosa, angustiada. O terror espalha-se como um rasilho de pólvora. Tu perguntas a ti próprio o que fazes ali!

Paraíso, inferno, purgatório<sup>1</sup>, este sonho transformado em pesadelo desperta-te, fazendo-te regressar à tua empresa. Na realidade, passas lá muito tempo, gastando energia a rodos, falas muitas vezes dela com os teus amigos, com o teu cônjuge, com os teus colegas. Ela faz parte da tua vida e, por vezes, da vida dos outros, quando o teu entusiasmo ou a tua irritação extravasam sobre aqueles que te rodeiam.

É verdade que as realidades profissionais são muito diferentes. Tanto no plano das profissões como da vida concreta. Que relação existe entre um médico de clínica geral, um agricultor, um piloto de avião, um operário na sua linha de montagem, um diretor de *marketing* do centro financeiro parisiense de *La Défense*? O seu ponto comum: um tecido relacional mais ou menos feliz. É isso que vamos explorar neste livro. Como criar as condições que, seja qual for a tua profissão, deem sentido e alegria ao teu trabalho!

---

<sup>1</sup> Purgatório: lugar de purificação dos nossos pecados, situado «entre o Céu e a terra». A luz de Deus iluminará a nossa vida, fazendo aparecer o melhor e o menos bom, sendo essa purificação acelerada pela oração dos vivos, a fim de nos fazer entrar mais «rápida» e plenamente no paraíso, onde viveremos da visão beatífica de Deus, numa felicidade eterna.

## **O que te trará este livro?**

Se tens a sorte de ser muito feliz no trabalho, este livro fornecer-te-á uma reflexão geral, permitindo-te aprofundar o sentido que encontras na tua atividade quotidiana. Consolidará, de certo modo, tudo o que fores alcançando.

Se consideras o teu trabalho como um simples meio de ganhar a vida, este livro abrirá o espetro da tua perceção, fazendo-te refletir sobre o sentido que atribuis a «ganhar a vida». Nestas páginas, tentaremos, juntos, passar da «vida» à «Vida».

Se os teus dias são particularmente esgotantes, se de cada vez que evocas o teu trabalho és avassalado por um sentimento de cansaço crescente até te provocar pesadelos, este livro talvez te alimente e te possa abrir novas perspetivas mais felizes.

Por fim, se, na tua vida, o trabalho é uma realidade como outra qualquer, se leres este livro só para fazer jus ao presente recebido, que a sua leitura alimente a tua curiosidade!

Os capítulos que se seguem têm por vocação ajudar qualquer pessoa que se interesse pela vida profissional a enriquecer – ou até a renovar – a forma como vê o trabalho. Propõem indicadores de compreensão e pistas de ação com vista a um futuro melhor neste trabalho que ocupa uma boa metade da nossa existência<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> O número de trimestres de trabalho para uma pessoa nascida em 1972 é de cento e setenta e um, o que equivale a 42,75 anos, para uma esperança média de vida de oitenta e dois anos, sem distinção entre homens e mulheres.

Este livro pretende revelar aquilo que a fé cristã, mais precisamente a religião católica<sup>3</sup> traz à vida profissional.

Para muitos cristãos, dos quais talvez faças parte, esta ligação entre fé e trabalho é um lugar de pesquisa apaixonante. Numerosos batizados, que vivem de Cristo na sua vida, deixam-se transformar ininterruptamente e cada vez mais por Ele. Se é este o teu caso, ler este livro corresponderá, para ti, a fazer um «retiro espiritual» aplicado ao teu trabalho!

### **Não és cristão?**

A fé cristã tem por fundamento a existência de Deus. Deus? Porque havia Ele de se interessar pela vida das empresas? Além disso, será que Ele existe de verdade? Não será fruto de uma imaginação coletiva? E se Deus existe, em qual devemos crer: no dos cristãos, no dos judeus ou no dos muçulmanos? As filosofias orientais, o sincretismo ou ainda o «Deus do eu», defendido pelas correntes de desenvolvimento pessoal, não nos orientariam melhor?

Cerca de setenta por cento dos franceses ainda são batizados<sup>4</sup>, aliás, talvez seja esse o teu caso. Então, porque não nos havemos de ficar pelo Deus da «civilização cristã»? Quer isto seja impossível, quer seja uma possibilidade para ti, significa que, na pior das hipóteses, o eliminaste do teu horizonte, ou que, na melhor das hipóteses, não o conheces minimamente

---

<sup>3</sup> «Católico» vem do grego «*katholikos*», que significa «universal».

<sup>4</sup> «Infographie – Les baptisés aujourd’hui... et en 2045?», *La Vie*, 31 de março de 2015.

ou o conheces mal. O certo é que Ele é invisível, tanto para ti como para a maioria das pessoas.

Com efeito, para muitos, se Deus existisse, por que razão haveria tanta infelicidade neste mundo? Porque teríamos tanta dificuldade em fazer o bem? Se Deus existisse, a sua existência seria conhecida e a terra não seria povoada apenas por uma minoria, mas por uma maioria de crentes! Tudo isso não será mera poesia ou um sonho eremítico?

Voltar para Deus? Na pior das hipóteses, ao ler este livro terás tentado compreender aquilo que vivem os cristãos: isso terá, no mínimo, alimentado a tua cultura pessoal. Na melhor das hipóteses, encontrarás um caminho de compreensão e indicadores para a tua vida profissional que incidirão sobre o conjunto da tua vida.

### **Perdeste as tuas ilusões ou até os teus ideais?**

Para ti, a vida profissional não é um sonho nem um poema. Consideras que é necessário marcar a própria posição, defender com unhas e dentes os próprios interesses, tirar o máximo partido da vida. Porque se há de tentar ir ao encontro de um mundo que funciona segundo códigos e regras bem estabelecidos? Porventura a religião não é um obstáculo moralista a qualquer forma de liberdade?

Então, podes interrogar-te? Talvez preferisses viajar, sair várias vezes por semana, divertir-te ao fim de semana ou então instalar-te numa vida tranquila, na medida do possível, ao abrigo dos cuidados do mundo atual. Em suma, viver simplesmente a tua vida, «tudo bem debaixo do sol». No

entanto, há várias questões existenciais que assomam regularmente à superfície. Tentas escapar-lhes, seguindo diversas doutrinas ou práticas mais ou menos viciantes. Relanças-te na ação – no teu trabalho –, para evitares ficar soterrado sob esses pensamentos embaraçosos.

Com efeito, habitualmente, o teu trabalho constitui uma verdadeira máquina de lavar para os teus estados de alma. Porém, para teu azar, isso não basta. Cada vez se torna mais difícil evitar o confronto entre a tua vida de todos os dias e estas questões de fundo: «Para que serve a vida, para que serve a minha vida, em particular, a minha vida profissional?».

Talvez te venha de novo à mente aquele católico com quem falaste há pouco tempo. Nessa conversa, percebeste que ele não vivia como tu, que era difícil entenderem-se. As suas opções de vida, a sua visão do trabalho, a sua visão da sociedade eram outros tantos aspetos que nada tinham a ver com a tua vida atual. Misteriosamente, isso deu-te vontade de aprofundar tais questões, sem saberes se seria para libertares o espírito das mesmas ou para dar uma nova oportunidade à tua vida. Na realidade, sentes, de modo confuso, que dentro de ti há qualquer coisa que não está completamente ajustada. Senteste-te impelido a aprofundar essas questões que te invadem. E essa ligação entre fé e trabalho não seria um bom ponto de partida?

### **Que risco assumes pessoalmente?**

Podes ler este livro no segredo do teu quarto, ninguém precisa de saber. A tua honra e o teu orgulho ficarão a salvo.

Será que pode mudar a tua vida para pior? Geralmente, um livro que nos faz mal ou que não nos traz grande coisa volta a ser fechado muito antes do último capítulo! Poderá este livro mudar a tua vida para melhor? É tudo o que te podemos desejar e não ficarás desiludido!

## **Que caminho vamos seguir?**

Cada capítulo aborda um aspeto da vida profissional e segue o plano seguinte:



### **Uma história**

Trata-se de histórias verídicas que permitem ilustrar o tema e são extraídas das inúmeras conversas entre o autor e diversos quadros acompanhados no seio de diferentes empresas. Os nomes das pessoas, os lugares e os nomes das empresas foram alterados por uma questão de discrição.



### **Alguns indicadores para compreender e agir**

Esta parte diz respeito aos noventa por cento do teu compromisso no trabalho, na tua missão ao serviço da tua empresa. É aí que investes todas as tuas competências profissionais e também relacionais. Se és cristão, é bom recordar que ser competente é o primeiro dever do cristão no trabalho!

Os referidos indicadores profissionais apoiam-se numa visão humanista da empresa e, portanto, num primeiro nível natural de encarnação da fé cristã. Daí a importância de te deteres a analisar estas situações. Esta reflexão fornecer-te-á indicadores gerais para orientarem a tua ação e ele-

mentos de cultura geral sobre a vida das organizações. Assim, situar-te-ás como observador ou como ator, consoante os temas abordados.

No fim de cada capítulo, abriremos a temática tratada à dimensão cristã. Tal abertura visa mostrar de que modo a fé constitui um *plus* para cada tema abordado e também sublinha que os dez por cento de tempo consagrados ao Senhor constituem a chave da fecundidade dos noventa por cento do resto do teu tempo!



### **O contributo da fé cristã**

Três abordagens diferentes e complementares sobre o tema tratado, a fim de que, em função da tua sensibilidade, possas encontrar um alimento adaptado. Essas três abordagens são as seguintes:

***Doutrina<sup>5</sup> Social da Igreja (DSI)***. Estabelece a ligação entre as encíclicas sociais<sup>6</sup> e o tema do capítulo. Estas encíclicas baseiam-se na experiência de numerosos cristãos empenhados no mundo. Ao longo do tempo e das épocas, têm contribuído para formar a *Doutrina Social da Igreja Católica*<sup>7</sup>.

---

<sup>5</sup> Conjunto de crenças ou de princípios que traduzem uma conceção do universo, da sociedade, etc., constituindo um sistema de ensino religioso, filosófico, político, etc., muitas vezes acompanhado da formulação de regras de pensamento ou de conduta.

<sup>6</sup> Cartas redigidas pelo Papa e destinadas aos católicos do mundo inteiro. Versam sobre temas associados à situação socioeconómica do mundo.

<sup>7</sup> A Doutrina Social da Igreja (DSI) também é chamada «Pensamento social», «Ensino social» ou ainda «Magistério social».

Esta doutrina, reunida num *Compêndio*<sup>8</sup>, estabelece princípios de ação ao serviço da nossa atividade quotidiana. Por exemplo: o respeito pelo direito natural, o direito à propriedade, o destino universal dos bens, o bem comum, etc.

***O Catecismo da Igreja Católica (CIC)***<sup>9</sup>. Aqui, o tema do capítulo é iluminado pela palavra de Deus, dos doutores e Padres da Igreja, pela tradição oral e escrita da Igreja Católica. À medida que o fores lendo, ajudar-te-á a compreender melhor, se necessário, este Deus dos cristãos, por que razão e de que modo é que Ele atua, quais são os seus poderes<sup>10</sup>, inclusive no teu trabalho.

***No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir?***

Sob este terceiro aspeto, ser-te-á proposto um exercício espiritual como prolongamento da tua leitura. Este exercício assumirá a forma de oração ou de meditação sobre versículos

---

<sup>8</sup> *Compêndio da Doutrina Social da Igreja*. O interesse deste *Compêndio* é ser uma síntese do conjunto das encíclicas sociais da Igreja Católica. [Editado em Português pela Principia e disponível *online* no portal da Santa Sé].

<sup>9</sup> Ensino da religião católica. Este *Catecismo* está cheio de informações preciosas sobre a fé cristã. Constitui uma mina das mesmas, muito bem estruturada e fácil de ler ou de consultar, consoante os temas de interesse para cada pessoa. [Editado em Português pela Gráfica de Coimbra, 1997].

<sup>10</sup> No *Credo* católico, é sublinhado, por duas vezes, que Deus é todo-poderoso.

extraídos da Bíblia<sup>11</sup> e talvez te leve a viver uma bela experiência espiritual! As orações sem referência são do autor.

Estes três modos de abordar a fé cristã, porém, não constituem uma apresentação estruturada da DSI ou do Catecismo, visando, mais simplesmente, associar alguns dos seus conteúdos a situações profissionais, elas próprias não-exaustivas.

Assim, mediante um trabalho do corpo e do espírito, esta leitura talvez contribua para te edificar e fazer progredir num caminho de santidade ao qual todos nós somos chamados, *a fortiori* se formos batizados. Mediante esta leitura, multidimensional, deverias aperceber-te da adequação da fé cristã à tua vida na empresa...

Finalmente, para te ajudar a tocar com a mão, desde já, estas realidades da vida cristã, o melhor será regressar à dimensão espiritual evocada acima. Com efeito, há mais de dois mil anos, numerosas pessoas têm experimentado esse encontro, no íntimo do seu ser, com o Deus-Salvador. Esse encontro manifesta-se, na maioria dos casos, através de uma «palavra de Deus» que nos toca e nos transforma. Sem essa «palavra de Deus» não haveria catequese e ainda menos Doutrina Social da Igreja.

Eis, portanto, alguns versículos extraídos da Bíblia. Relê-os várias vezes. Depois de cada leitura, faz silêncio dentro de ti, deixando que esta palavra de Deus desça ao teu coração. Talvez te ajude a penetrar mais a fundo no mistério da fé.

---

<sup>11</sup> Considerada pelos cristãos como «textos revelados», por outras palavras, como sendo a «palavra de Deus».

«*Sh'ma Israel*»<sup>12</sup>:

«Se tu conhecesses o dom de Deus, certamente lhe pedirias que te desse de beber»<sup>13</sup>.

«Não temas, eu sou o teu Deus,  
fui Eu que te escolhi, que te chamei pelo nome.  
Tu és precioso aos meus olhos e Eu amo-te.  
Não temas, porque Eu estou contigo»<sup>14</sup>.

É natural que estas palavras da Bíblia ressoem dentro de ti, porque se trata de uma palavra viva. Com efeito, esta Palavra faz-te entrar em relação com o próprio Deus, faz Deus viver em ti. Assim, uma leitura regular deste livro santo pode fazer-te descobrir progressivamente o imenso amor que Deus tem por ti. Uma leitura quotidiana ilumina (de manhã) e recapitula (à noite) a tua jornada de trabalho, constituindo, por si só, uma forma de espiritualidade do trabalho.

Se não conheces ou conheces pouco a fé cristã, pede a um católico que trabalhe contigo que te ofereça um Novo Testamento<sup>15</sup>.

Se, depois de leres esta introdução, preferires voltar a fechar este livro, toma nota de que no dia em que te quiseres encontrar com Cristo pessoalmente, a melhor forma será pedir-lhe:

---

<sup>12</sup> «Escuta, Israel» (*Deuterónimo* 6, 4).

<sup>13</sup> *João* 4, 10.

<sup>14</sup> *Isaias* 43, 1-5.

<sup>15</sup> Parte da Bíblia que começa com o nascimento de Jesus Cristo.

*Encontrar a alegria no trabalho*

*«Deus dos cristãos, gostaria de te convidar a vires ao meu trabalho, aqui e agora. Se existes, vem, responde-me!»*

Enquanto esperas este belo encontro, que:

«O Senhor te abençoe e te proteja.

O Senhor faça brilhar sobre ti a sua face e te seja favorável.

O Senhor volte para ti os seus olhos e te conceda a paz!»<sup>16</sup>.

Boa leitura!

---

<sup>16</sup> *Números* 6, 24-26. Nas citações da Bíblia, o primeiro número corresponde sempre ao capítulo e os restantes aos versículos.

## Índice

### *Introdução*

<b>Deus no trabalho: acreditas ou não?</b> .....	9
O que te trará este livro? .....	11
Não és cristão? .....	12
Perdeste as tuas ilusões ou até os teus ideais? .....	13
Que risco assumês pessoalmente? .....	14
Que caminho vamos seguir? .....	15
<i>Uma história</i> .....	15
<i>Alguns indicadores para compreender e agir</i> .....	15
<i>O contributo da fé cristã</i> .....	16
Doutrina Social da Igreja (DSI) – 16. O Catecismo da Igreja Católica (CIC) – 17. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 17	

### Capítulo 1

<b>Eis chegado o grande dia do teu primeiro emprego</b> .....	21
A história .....	21
Alguns indicadores para compreender e agir .....	22
<i>O teu primeiro dia: acolher e deixar-se acolher – 23. Interessar-se pelos outros, fazer perguntas – 24. Gerir as más surpresas – 25. Sair-se bem no período de experiência – 26</i>	
O que é que ser cristão traz a um período de experiência?.....	27
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 27. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 28. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 30</i>	

Capítulo 2

<b>Começa a aventura, agora trabalhas com outros</b> .....	33
A história .....	33
Alguns indicadores para compreender e agir .....	35
<i>Compreenderes aquilo que esperam de ti – 35. No trabalho, tu revelas-te – 36. No trabalho, também descobres os outros – 38. No trabalho, fazes coisas «simpáticas» e outras penosas – 38. No trabalho, aprendes uma quantidade de coisas (setor, posto, relações) – 39. No trabalho, podes maravilhar-te – 40. No trabalho, ganhas a tua vida e dinheiro – 41. No trabalho, sofres desilusões – 41. No trabalho, segues em frente – 42.</i>	
O que é que ser cristão traz à descoberta do mundo do trabalho? .....	43
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 43. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 44; No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 45</i>	

Capítulo 3

<b>És o colaborador de um chefe</b> .....	47
A história .....	47
Alguns indicadores para compreender e agir .....	47
<i>Por que razão há chefes nas empresas? – 48. E autoridade? – 49. Colaborar, uma verdadeira competência profissional – 51. Compreender o chefe – 52</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema dos «chefes?» .....	53
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 53.</i>	
<i>Dever de estado – 54. A graça de estado do chefe – 56</i>	
<i>Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 57. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 58</i>	

Capítulo 4

<b>A tua empresa, uma verdadeira «babel»?</b> .....	61
A história .....	61
Alguns indicadores para compreender e agir .....	62
<i>As disfunções da empresa – 62. Como reencontrar um equilíbrio,</i>	

## Índice

<i>uma unidade interior no seio da empresa?</i> – 66	
O que é que ser cristão traz a este tema das disfunções na empresa? .....	68
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja</i> – 68. <i>Segundo o Catecismo da Igreja Católica</i> – 69. <i>No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir?</i> – 70	
Capítulo 5	
<b>Algumas pistas para uma empresa virtuosa</b> .....	73
A história .....	73
Alguns indicadores para compreender e agir .....	74
<i>Interessar os funcionários por fazer bem</i> – 75. <i>Responsabilizar os atores: a subsidiariedade</i> – 77. <i>Os critérios de apreciação</i> – 78. <i>A remuneração</i> – 78. <i>A regra ou o regulamento</i> – 79. <i>Falar verdade</i> – 80. <i>A hierarquia</i> – 82. <i>Favorecer o desenvolvimento pessoal</i> – 83	
O que é que ser cristão traz a este tema da empresa virtuosa?	84
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja</i> – 84. <i>Segundo o Catecismo da Igreja Católica</i> – 85. <i>No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir?</i> – 85	
Capítulo 6	
<b>Ao meu nível, que posso fazer?</b> .....	87
A história .....	87
Alguns indicadores para compreender e agir .....	89
<i>O que fazer, a nível pessoal, para influenciar o funcionamento da própria empresa?</i> – 89	
O triângulo virtuoso da mudança – 89. Mudar-se a si próprio? – 91. Mas mudar o quê? – 92. De onde provêm essas falhas? – 93	
<i>Para avançar: uma tomada de consciência, uma regra, abordagens possíveis</i> – 94	
Tomada de consciência – 94. A regra – 95. Medidas possíveis para avançar – 95. Fazer-se acompanhar – 96	
O que é que ser cristão traz ao tema da gestão da mudança? ..	98
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja</i> – 98	

## Encontrar a alegria no trabalho

A dignidade da pessoa humana – 98. O bem comum – 99. A subsidiariedade – 99. A solidariedade – 100

*Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 100. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 102*

### Capítulo 7

#### **Converter-se ao outro no trabalho, criar confiança? ..... 105**

A história ..... 105

Alguns indicadores para compreender e agir ..... 106

*Identificar os teus bloqueios interiores, a fim de os ultrapassar – 107. Criar confiança – 107. Escutar – 109. Quando falas, começa por prestar atenção à tua maneira de falar! – 110. Escutar também é recordar aquilo que os outros te disseram – 110. Deixar desabrochar a inteligência do teu coração – 111. Escolher a preferência pelos pobres – 112*

O que é que ser cristão traz a este tema da conversão ao outro? 112

*Segundo a Doutrina Social da Igreja – 112. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 114. No âmbito da espiritualidade do trabalho, o que podes fazer para progredir? – 115*

### Capítulo 8

#### **Empenhar-se em prol da empresa e da própria profissão? ..... 119**

A história ..... 119

Alguns indicadores para compreender e agir ..... 120

*Ao serviço da mudança no seio da tua empresa – 120. Desenvolver o teu profissionalismo – 121. Empenhares-te na empresa – 122. Transmitir o teu profissionalismo – 123. Ao serviço indireto da tua empresa – 124. Dois aspetos que requerem vigilância – 125*

O que é que ser cristão traz a este tema do empenho ao serviço da própria profissão? ..... 127

*Segundo a Doutrina Social da Igreja – 127. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 128. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 129*

## Índice

### Capítulo 9

<b>Deus no trabalho: também acontece em casa!</b> .....	133
A história .....	133
Alguns indicadores para compreender e agir .....	134
<i>A tua casa, base de retaguarda da vida profissional – 136. A família, lugar de aprendizagem – 138</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema da vida familiar? .....	140
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 140. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 142. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 143</i>	

### Capítulo 10

<b>Tornando-te chefe, aprendes a delegar</b> .....	145
A história .....	145
Alguns indicadores para compreender e agir .....	146
<i>Tornar-se chefe, será legítimo? – 146. Como pode uma pessoa chegar a chefe? – 146. Ser chefe faz bem ao próprio ego – 147. Ser chefe implica, assim, aceitar o melhor e o pior da função – 148. Tu organizas a tua equipa e delegas – 149</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema sobre o chefe? .....	152
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 152. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 153. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 154</i>	

### Capítulo 11

<b>Tu geres conflitos</b> .....	157
A história .....	157
Alguns indicadores para compreender e agir .....	157
O que é que ser cristão traz a este tema das tensões e conflitos? .....	162
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 162. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 164. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 170</i>	

### Capítulo 12

<b>Que sentido para o teu trabalho?</b> .....	173
A história .....	173

## Encontrar a alegria no trabalho

Alguns indicadores para compreender e agir .....	174
<i>Sentido existencial – 175. Sentido sociológico – 175. Sentido psicológico – 176. Sentido mediante a gestão – 177. Sentido espiritual (no sentido de vida do espírito) – 178. Sentido religioso do trabalho – 178</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema do sentido atribuído ao trabalho? .....	179
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 180. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 181. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 183</i>	
Capítulo 13	
<b>Crias a tua empresa</b> .....	185
A história .....	185
Alguns indicadores para compreender e agir .....	186
<i>Criar a própria empresa – 186. Conhecer-se – 187. Que estatuto jurídico, para que projeto? – 188. A tua ideia é boa? – 189. O plano de negócios – 190. Será necessário associar-me e a quem? – 190. Recrutar as equipas: um desafio de grande envergadura! – 191. Investimentos – 192. Partilhar o bolo? – 193</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema da criação de empresas? .....	195
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 195. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 196. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 197</i>	
Capítulo 14	
<b>Tens clientes, fornecedores...</b> .....	201
A história .....	201
Alguns indicadores para compreender e agir .....	202
<i>O cliente é a seiva da empresa – 202. Escutar os clientes para gerar um bom entendimento com eles – 203. Crescer com os próprios clientes – 203. Um cliente traz outro cliente – 204. Renovar os próprios clientes – 205. A boa relação qualidade/preço, o mix vencedor – 205. Falar verdade vem em socorro da confiança – 206. Os maus clientes que te arrastam para uma espiral negativa – 207. E quanto aos fornecedores? – 207. O fornecedor</i>	

## Índice

«salvador» – 208. O fornecedor «demónio» – 208. Escolher os fornecedores – 208. O Graal: a relação 3G! – 210	
O que é que ser cristão traz a este tema das relações comerciais? Segundo a Doutrina Social da Igreja – 210. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 211. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 212	210
Capítulo 15	
<b>Tornas-te grande chefe</b> .....	215
A história .....	215
Alguns indicadores para compreender e agir .....	216
<i>Eis-te, portanto, como chefe de chefes – 216. Protege-te dos horrores do poder – 217. Continua a ser quem és – 218. Mantém o contacto com o terreno – 218. Cria as condições para a fecundidade da ação, transmite o interesse por fazer bem – 219. Gere o teu tempo e organiza-te – 220. Dá sentido ao trabalho da tua equipa – 221. Porventura és responsável pela felicidade das tuas equipas no trabalho? – 222. Tu decides – 223. Tu ganhas muito dinheiro – 224</i>	
O que é que ser cristão traz quando alguém chega a dirigente? Segundo a Doutrina Social da Igreja – 224. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 226. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 227	224
Capítulo 16	
<b>A tua função é decidir</b> .....	229
A história .....	229
Alguns indicadores para compreender e agir .....	230
<i>Então, como abordar as tuas próprias decisões? – 230. Que fazer então de tudo o que foi dito perante as tuas interrogações atuais? – 233. Como tomar «decisões livres»? – 234. Que nos diz Santo Inácio? – 236</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema da tomada de decisões? Segundo a Doutrina Social da Igreja – 238. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 239. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 241	238

## Encontrar a alegria no trabalho

### Capítulo 17

<b>A sorte muda, cais do teu pedestal e voltas a levantar-te .....</b>	243
A história .....	243
Alguns indicadores para compreender e agir .....	244
<i>Passas de elite a pária – 244. Partir, ficar, bater-se... O que é que queres ou podes fazer? – 244. Eis-te no desemprego – 246. O burnout toma conta de ti – 246. Os meios para sair – 246. Cuidar da pessoa – 247. Recuperas, retomando o controlo sobre a tua vida – 248</i>	
O que é que ser cristão traz a este tema da infelicidade profissional? .....	250
<i>Segundo a Doutrina Social da Igreja – 250. Segundo o Catecismo da Igreja Católica – 252. No âmbito da espiritualidade do trabalho, que podes fazer para progredir? – 253</i>	

### Capítulo 18

<b>Você disse evangelizar? Santificar-se no trabalho? .....</b>	257
A história .....	257
Alguns indicadores para compreender e agir .....	258
<i>O paradigma da vida cristã leva-te a viver e a partilhar a tua fé – 258. Um desafio não muito simples – 260. A laicidade – 260. A necessidade de coerência – 262. O impacto sobre os outros – 263. Viver o reino de Deus aqui na Terra – 264. Converter-me? – 264. Não te isolares – 269. O teu testemunho deverá conduzir-te ao martírio? – 270. Da missão à santidade no trabalho – 271</i>	

### Capítulo 19

<b>O Céu passa a ser a tua perspetiva .....</b>	275
A história .....	275
Alguns indicadores para compreender e agir .....	277