

Semana de 10 de novembro a 14 de novembro de 2025

FORTALECE-TE! | ESCOLHE SER VERDADEIRO

Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

BONS DIAS | 1º CICLO



2ª feira, 10 de novembro de 2025

SER VERDADEIRO CUSTA, MAS VALE A PENA

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amén.



Bom Dia! Bem-vindos ao início de mais uma semana! Durante esta semana somos desafiados a refletir sobre a verdade.

Ser verdadeiro nem sempre é fácil. Às vezes temos medo de dizer a verdade porque não queremos ser repreendidos ou fazer alguém ficar triste. Mas dizer a verdade é muito importante é esta que ajuda a fortalecer as relações e a crescer enquanto pessoas.

A Inês adorava desenhar. Um dia, a professora pediu um trabalho de arte e ela desenhou um arco-íris. Quando o trabalho acabou, o colega do lado acidentalmente rasgou o desenho ao arrumar a mochila.

A Inês ficou muito chateada e, no dia seguinte, quando a professora perguntou quem tinha rasgado o papel, o colega ficou calado com medo.

— Fui eu, disse a Inês de repente.

— Eu puxei com força sem querer.

Mas logo o coração dela começou a bater muito depressa. Sabia que não era verdade. Durante o intervalo, sentou-se sozinha e pensou: “Não quero que a professora ache que sou mentirosa, mas também não quero deixar o meu amigo com medo.”

Na aula seguinte, levantou a mão e disse:

— Professora, afinal fui eu que menti. O desenho foi o Tomás que rasgou sem querer. Eu quis protegê-lo, mas devia ter dito a verdade.

A professora sorriu e respondeu:

— Inês, dizer a verdade por vezes custa, mas é o que nos faz crescer.



Desperta! A história de hoje, ajuda-nos a compreender que ser verdadeiro, por vezes pode custar, mas o coração fica leve quando somos honestos. Deus alegra-se quando escolhemos a verdade, mesmo que por vezes seja difícil de dizer.



Reza! Senhor Jesus, ajuda-me a dizer a verdade, mesmo quando é difícil. Ajuda-me a ter coragem de ser justo, sincero como Tu. | Ave Maria... | Nossa Senhora Auxiliadora, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



3ª feira, 11 de novembro de 2025

DIA MISSIONÁRIO

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amén.



Bom Dia! Hoje, celebramos o Dia Missionário. Durante os dias 11 de cada mês celebramos as missões. Também celebramos **São Martinho**, um homem que escolheu ser verdadeiro com o amor de Deus: partilhou o que tinha, sem medo e com alegria.

Há muito tempo, vivia um soldado chamado Martinho. Era um homem bom, e conhecido por ser solidário.

Numa noite fria, Martinho cavalgava pelas ruas quando viu um homem pobre a tremer de frio. O soldado parou e sentiu compaixão pelo senhor.

— Tenho apenas a minha capa pensou o cavaleiro, no entanto não o posso deixar assim. Sem hesitar, cortou o manto ao meio com a espada e deu metade ao pobre.

Nessa noite, sonhou com Jesus, a dizer:

— Martinho, o que fizeste por aquele homem, fizeste por Mim.

A partir desse dia, Martinho decidiu viver sempre na verdade do amor de Deus, ajudando, partilhando e levando alegria onde havia tristeza.



Desperta! São Martinho foi também um missionário, porque deixou o amor de Deus transparecer através das suas ações. Ser missionário é viver a essência do amor: partilhar, cuidar e fazer o bem sem esperar nada em troca.



Reza! Senhor Jesus, ajuda-me a ser como São Martinho: a partilhar o que tenho, e a levar o Teu amor aos outros. | *Pai-Nosso...* | Santa Maria Troncatti, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 12 de novembro de 2025

NÃO DIGAS O QUE AGRADA. DIZ O QUE CONSTRÓI

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.



Bom Dia! Há palavras que nos fazem sorrir e outras que nos magoam. Dizer a verdade não é dizer tudo o que pensamos, mas escolher palavras que constroem, e ajudam a praticar o bem.

O Tiago foi passear com o pai a uma serra com muitas árvores. Gritou bem alto:

— És feia!

E ouviu a floresta responder:

— Feia, Feia...

Assustado, olhou para o pai.

— A floresta está a insultar-me!

O pai sorriu:

— Tenta dizer outra coisa.

Tiago gritou:

— És incrível!

E o eco respondeu:

— Incrível... incrível...

— Vês? – disse o pai, o que sai da nossa boca, muitas vezes pode magoar os outros, e até pode voltar para nós.

O Tiago nunca mais se esqueceu: as palavras podem ferir ou ajudar a melhorar, podem construir ou magoar.



Desperta! Com a história de hoje, percebemos que as palavras têm força. Quando usamos palavras boas, fazemos crescer a alegria e a amizade à nossa volta. Quando falamos com bondade, ajudamos o mundo a tornar-se um lugar melhor.



Reza! Jesus, ensina-me a usar bem as palavras. Que eu saiba dizer palavras que ajudam, que constroem e que trazem paz e alegria. | *Pai-Nosso...* | *São João Bosco, rogai por nós.* | †
Em nome do Pai e do Filho...



5ª feira, 13 de novembro de 2025

DOMINGO XXXIII DO TEMPO COMUM

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.



Bom Dia! Do **Evangelho segundo São Lucas** (adpt. Lc 21, 5-19)

Um dia, Jesus estava com algumas pessoas que admiravam o templo. Era um edifício enorme e muito bonito, cheio de pedras brilhantes e ofertas. Todos comentavam como era maravilhoso.

Então Jesus disse-lhes com voz serena:

— Um dia, tudo isto vai desaparecer. As coisas bonitas que agora vêm não vão durar para sempre.

As pessoas ficaram surpreendidas e perguntaram:

— Mestre, quando é que isso vai acontecer?

Jesus respondeu:

— O mais importante não é sabermos quando, mas estarmos sempre preparados. Vivam com o coração cheio de bondade e confiança em Deus. Mesmo que as coisas mudem, Deus nunca muda e está sempre convosco.



Desperta! O que Jesus quis ensinar foi que um templo só é importante quando tem Deus lá dentro. Também o nosso coração é um templo onde habita Jesus. Mas se não gostamos de Jesus, o nosso coração torna-se vazio, mau e triste.

Mesmo quando tudo parece difícil ou quando há guerras, medos e confusão, Jesus pede-nos para não termos medo.



Reza! Jesus, às vezes o mundo parece confuso e assustador, mas Tu pedes-me para não ter medo. Ajuda-me a confiar em Ti. | São João Bosco, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



6ª feira, 14 de novembro de 2025

A VERDADE DE DEUS SOBRE TI É MAIS FORTE DO QUE AS MENTIRAS DO MUNDO

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.



Bom Dia! Às vezes ouvimos vozes que nos fazem duvidar de quem somos: “não és bom o suficiente”, “não consegues”, “não vales nada”. Mas Deus diz-nos o contrário: “Tu és meu filho, és amado, és importante.”

A Clara estava triste. Na escola, uma colega disse-lhe que ela era “estranha” e que ninguém queria brincar com ela. À noite, olhou-se ao espelho e perguntou:

— Será que é verdade?

A mãe ouviu-a e sentou-se ao lado dela.

— Clara, sabes o que é este espelho? Mostra-nos o que está por fora. Mas há outro espelho dentro de nós que é mais importante: o do coração.

A mãe disse-lhe:

— “Tu és preciosa aos olhos de Deus.”

A Clara sorriu e percebeu que o espelho nem sempre mostra a verdade apenas Deus mostra-nos quem realmente somos.



Desperta! Deus olha para o nosso coração e vê o melhor de nós. As mentiras do mundo não mudam o amor que Ele tem por cada um. Somos únicos, amados e importantes.



Reza! Senhor, quando eu duvidar de mim, lembra-me que sou Teu filho amado.

Que eu escute sempre a Tua voz. | Ave Maria... | São Carlo Acutis, *rogai por nós*. | † Em nome do Pai e do Filho...