

Semana de 23 a 27 de fevereiro de 2026

DESPERTA SOB O OLHAR DE JESUS | JESUS COMPREENDE PILATOS

[2^a feira](#)

[3^a feira](#)

[4^a feira](#)

[5^a feira](#)

[6^a feira](#)

Clickar no dia

BONS DIAS | 1º CICLO



2ª feira, 23 de fevereiro de 2026

PILATOS NÃO TEVE CORAGEM DE DEFENDER JESUS

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



Bom Dia! Iniciámos mais uma semana, como vocês sabem estamos na Quaresma, num caminho de preparação para a Páscoa, e nas próximas semanas vamos conhecer algumas pessoas que se cruzaram com Jesus no caminho. Hoje, conhecemos a primeira pessoa, Pilatos. Pilatos sabia o que era justo, mas teve medo de fazer o bem. A sua história ajuda-nos a perceber como a coragem é importante quando queremos escolher o que é certo.

Há muitos anos, numa terra chamada Jerusalém, vivia um homem chamado Pilatos. Ele era o governador romano, ou seja, era a pessoa que tomava decisões importantes e resolvia os problemas naquela região.

Um dia, levaram até ele um homem chamado Jesus. Algumas pessoas acusavam Jesus de praticar o mal, mas Pilatos não encontrava nenhum erro n'Ele. Jesus estava calmo. Não gritava, nem se defendia. Pilatos fez algumas perguntas e percebeu que Jesus não tinha feito nada de errado. No fundo, sabia que Jesus era inocente. Mas lá fora estava uma grande multidão a gritar:

— Crucifica-O! Crucifica-O!

Pilatos começou a ficar preocupado. Tinha medo de que as pessoas ficassem revoltadas. Tinha medo de perder o seu lugar. Sabia o que era justo, mas teve medo de fazer o que era certo.



DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI

25-26

DESPERTA
MÍDIA

Desperta! Pilatos sabia que Jesus não tinha feito nada de errado. No seu coração, ele percebeu o que era justo. Mas teve medo do que os outros iam dizer e acabou por escolher o caminho mais fácil. Às vezes também nos acontece o mesmo, sabemos que alguém está a ser injustiçado, sabemos que devíamos defender, ajudar ou dizer a verdade, mas é mais fácil ficamos calados. Jesus ensina-nos que fazer o bem exige coragem.



Reza! Jesus, dá-me coragem para escolher o bem. Ajuda-me a ter coragem quando é preciso defender alguém. | *Pai nosso...* | São João Bosco, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



QUARESMA

DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI

25-26



3ª feira, 24 de fevereiro de 2026

JESUS OLHA-NOS SEMPRE COM COMPREENSÃO

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



Bom Dia! Jesus conhece-nos a cada um de nós de forma especial, conhece o nosso coração. Mesmo quando erramos, Ele olha-nos com amor e compreensão.

A Leonor deixou cair um copo na cozinha. Partiu-se em milhares de vidrinhos. Ficou com medo de contar à mãe.

Quando finalmente contou, estava quase a chorar.

A mãe abraçou-a e disse:

— O importante é que estás bem. Vamos limpar juntas.

A Leonor sentiu-se aliviada. A sua mãe não gritou, nem a castigou, compreendeu-a.



Desperta! Jesus olha para cada um de nós como a mãe da Leonor: com carinho e compreensão. Ele não nos ama menos quando erramos. Ele ama-nos sempre.



Reza! Jesus, obrigado porque me comprehedes. Ajuda-me a confiar no Teu amor, mesmo quando falho. | *Ave Maria...* | Nossa Senhora Auxiliadora, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



QUARESMA

4ª feira, 25 de fevereiro de 2026

POSSO COMPREENDER EM VEZ DE JULGAR

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



Bom Dia! Em algumas situações do nosso dia a dia, é mais fácil julgar do que compreender, no entanto compreender aproxima-nos dos outros.

O Miguel foi para a escola com um casaco todo rasgado. Alguns colegas começaram a rir e a gozar.

A professora explicou depois que a família do Miguel estava a passar algumas dificuldades, e neste momento não conseguiam comprar um casaco novo ao Miguel.

A Sofia escutou a professora com muita atenção, e quando chegou à casa, contou à mãe que os pais do Miguel estavam a passar dificuldades e que não conseguiam comprar um casaco novo ao Miguel. A mãe da Sofia decidiu ir comprar um casaco novo para o Miguel.

No dia seguinte, a Sofia levou-lhe o casaco novo, e o Miguel ficou muito feliz e agradecido a Sofia.



Desperta! Antes de julgar ou gozar com os outros, precisamos de tentar compreender a sua história. Cada pessoa tem uma história, e nós nem sempre sabemos de tudo e não temos de julgar, apenas compreender e ajudar se conseguirmos.



Reza! Jesus, ensina-me a compreender antes de julgar. Que eu tenha um coração atento.
| Meu Anjo da Guarda, minha companhia... | São Domingos Sávio, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...

DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI

25-26

QUARESMA

5ª feira, 26 de fevereiro de 2026

II DOMINGO DA QUARESMA

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



Bom Dia! Hoje, escutamos o evangelho do próximo domingo, o 2º domingo da Quaresma.

Do Evangelho segundo São Mateus (17, 1-9)

Naquele tempo, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e João, seu irmão, e levou-os, em particular, a um alto monte e transfigurou-Se diante deles: o seu rosto ficou resplandecente como o sol e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz. E apareceram Moisés e Elias a falar com Ele.

Pedro disse a Jesus: «Senhor, como é bom estarmos aqui! Se quiseres, farei aqui três tendas: uma para Ti, outra para Moisés e outra para Elias». Ainda ele falava, quando uma nuvem luminosa os cobriu com a sua sombra e da nuvem uma voz dizia: «Este é o meu Filho muito amado, no qual pus toda a minha complacência. Escutai-O». Ao ouvirem estas palavras, os discípulos caíram de rosto por terra e assustaram-se muito. Então Jesus aproximou-Se e, tocando-os, disse: «Levantai-vos e não temais». Erguendo os olhos, eles não viram mais ninguém, senão Jesus. Ao descerem do monte, Jesus deu-lhes esta ordem: «Não conteis a ninguém esta visão, até o Filho do homem ressuscitar dos mortos».



Desperta! Neste Evangelho Jesus transfigura-se diante dos seus discípulos mais próximos. Ele mostra-se quem de facto é: filho de Deus. Assim, nós também sabemos quem Ele é. Cada vez que Lhe rezamos podemos dizer como os seus amigos disseram: «Que bom é estar aqui!»



QUARESMA



Reza! Obrigado, Jesus, por nos dizeres quem Tu és. | *Meu Deus, eu creio adoro, espero e amo-Vos. Peço-vos perdão pelos que não creem, não adoram, não esperam e não Vos amam.* | São Francisco e Jacinta Marto, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...

DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI

25-26

DESPERTA
MÍDIA

6ª feira, 27 de fevereiro de 2026

DESPERTA COM O OLHAR DE JESUS

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



Bom Dia! Todos conhecemos alguém que sabe escutar, acolher e compreender. Essas pessoas são sinais do amor de Deus.

O Rodrigo estava sempre distraído na aula. Alguns colegas diziam que ele não estava interessado e que não queria aprender.

A professora Ana percebeu que ele estava triste porque os pais estavam doentes. Chamou-o com carinho e disse:

— Sei que estás a passar por um momento difícil. Estou aqui para te ajudar, se precisares. O Rodrigo sentiu-se seguro e ficou mais animado por saber que tinha alguém preocupado com ele.



Despera! Há pessoas à nossa volta, na nossa vida que nos compreendem, escutam e ajudam. Também nós podemos ser assim na vida dos outros.



Reza! Senhor Jesus, obrigado pelas pessoas que me compreendem. Ajuda-me a ser também alguém que escuta, acolhe e ajuda com amor. | Ave Maria... | Santa Maria Domingas Mazzarello, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...