

Semana de 17 a 21 de novembro de 2025

FORTALECE-TE! | **TENS FORÇA PARA RECOMEÇAR**

Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

BONS DIAS | 2º CICLO





2ª feira, 17 de novembro de 2025

NEM TUDO CORRE BEM. MAS TUDO PODE SER SUPERADO

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



Bom Dia! Todos temos momentos difíceis. Mas este ano, com o lema “Desperta! Há um lugar para ti!”, queremos acreditar que a força para recomeçar já vive dentro de nós. Esta semana convida-nos a não desistir quando algo corre mal, mas a levantar-nos com coragem e esperança.

Quando a empregada da minha avó fez quarenta anos de serviço naquela casa, o meu irmão mais novo perguntou-lhe:

– Como é que consegues ter paciência para arrumar e lavar as mesmas coisas da mesma maneira, todas as semanas, há quarenta anos?

Ela parou o que estava a fazer e arranjou os óculos no nariz:

– Sabe menino, como eu nunca tive uma casa que fosse verdadeiramente minha, à medida que ia trabalhando, fui aprendendo a arrumar a minha casa interior.

Aos poucos fui reparando que, dentro de mim, tinha de limpar tantas vezes os meus maus pensamentos e as minhas desordens, como exteriormente tinha de fazer a limpeza à casa: fazer diariamente a cama que seria desfeita, lavar o chão que seria pisado minutos depois, lavar a loiça que se sujaria a cada refeição.

Na verdade, não sei se foi por ser firme e ter calma com os meus trabalhos diários, que me fez ter paciência e esperança comigo própria; ou se foi por me conhecer bem, que me tornei capaz de acolher pacientemente esta casa e as pessoas que cá vivem.

(Gustava Barata da Rocha, in www.essejota.net)



Desperta! A vida tem dias em que parece que tudo se repete ou corre mal. Mas até nesses momentos podemos crescer. O segredo é este: não desistir, continuar a cuidar, por fora e por dentro, mesmo quando parece inútil. Cada pequeno gesto, quando feito com amor, transforma-te.



Reza! Senhor, ajuda-me a cuidar da minha casa interior com paciência, esperança e coragem, mesmo nos dias mais difíceis. | Oração para decorar, todos juntos:



Senhor Deus,
queremos agradecer-Te
pela vida, pela nossa casa, pela família e pelos amigos,
por Dom Bosco, nosso pai e mestre,
e por Maria Auxiliadora, nossa mãe e guia.

Queremos louvar-Te
porque em Cristo ressuscitado
encontramos a razão da nossa alegria.
Ensina-nos a viver com otimismo e esperança,
a ser bons cristãos e honestos cidadãos.

Queremos pedir-Te, Senhor,
dá-nos um coração humilde e generoso,
força para o trabalho e amor à temperança,
gosto pela oração e vida em serviço.
Faz de nós pessoas alegres,
que transformam o mundo com o bem. Ámen.

| São João Bosco, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...



3ª feira, 18 de novembro de 2025

A FORÇA QUE NOS CHEGA ATRAVÉS DOS OUTROS

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



Bom Dia! Uma folha soltou-se da árvore no fim do verão. No início, achou que estava a cair. Sentia-se sozinha, frágil, sem direção. Mas, à sua volta, o vento soprava. E, lá em cima, as outras folhas agitavam-se com força. Sentia-se amparada por aquela brisa que não a deixava cair. Não era apenas o vento que a levava: era também a agitação das folhas batiam entre si.

Percebeu, então, que mesmo quando tudo parece instável, há força que nos chega dos outros — sem se notar, mas que sustenta. E isso faz toda a diferença.



Desperta! Quantas vezes nos sentimos desamparados e, um amigo, um familiar, um educador, nos pergunta como estamos e nos dá ânimo para continuar?!

Tal como a folha, também nós precisamos do vento que nos levanta... e da brisa discreta das folhas que nos sustentam, levantam e animam.

Quem são estas folhas que te amparam nos momentos mais difíceis?



Reza! Senhor, obrigado por quem me dá força nos dias difíceis. Que eu saiba também ser apoio para quem mais precisa. | Ave Maria... | São Carlo Acutis, *rogai por nós*. | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 19 de novembro de 2025

RECOMEÇAR É SINAL DE CORAGEM, NÃO DE FRAQUEZA

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



Bom Dia! O Miguel era apaixonado por atletismo. Tinha o sonho de participar numa prova regional de corrida de montanha. Treinava todos os dias depois das aulas, chovesse ou fizesse sol. Quando chegou o dia da competição, tudo parecia perfeito: boa preparação, bom tempo e muito entusiasmo. Mas, a meio da corrida, tropeçou numa raiz, caiu e torceu o tornozelo. A dor e a frustração fizeram-no chorar. Foi obrigado a desistir.

Durante dias sentiu-se derrotado. Pensou em desistir do desporto. Mas, com a ajuda do treinador, dos pais e dos amigos, percebeu que recomeçar não o tornava mais fraco. Pelo contrário, era preciso coragem para voltar a treinar, com paciência, com novas metas e o mesmo coração determinado. Meses depois, participou noutra prova. Não ganhou medalhas, mas terminou a corrida com um sorriso, a sentir-se vencedor por dentro.



Desperta! Recomeçar não é voltar ao ponto zero. É continuar o caminho com mais experiência, humildade e força interior. Em quê precisas de um pouquinho mais de força para continuar a caminhar?



Reza! Senhor, dá-me coragem para recomeçar com confiança, mesmo quando tudo parece perdido. Que nunca me falte esperança e fé. | Todos: *Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor. Enviai, Senhor, o Vosso Espírito, e tudo será criado, e renovareis a face da terra.* | São Domingos Sávio, rogai por nós.

| † Em nome do Pai e do Filho...



5ª feira, 20 de novembro de 2025

DEUS CAMINHA CONTIGO NAS DIFICULDADES

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



Bom Dia! Confias?

Clicar em https://youtu.be/3tvs4MdQMpk?si=R3YID3Y8vL_3qAXb



Desperta! Depois do homem ter confiado na menina, a felicidade dele aumentou, ao ponto de a vida começar a ser mais colorida, mais viva. Mesmo quando a vida parece escura ou pesada, Deus não te abandona. Ele caminha ao teu lado, mesmo quando não O sentes. A confiança não elimina os problemas, mas transforma o modo como os enfrentamos. Quando as coisas não correm bem, costumamos confiar ou desistir?

Hoje celebramos o **Dia dos Direitos das Crianças**. Em todo o mundo se recorda as crianças que não têm casa, condições de saúde, de segurança, que não podem ir à escola, que são obrigadas a trabalhar em vez de brincar. Este dia serve para nos lembrarmos delas e crescermos com vontade de as ajudar e de criar um mundo melhor, onde todas as crianças possam ser felizes. Por isso, hoje, também rezamos por elas.



Reza! Senhor, ajuda-me a confiar em Ti, sobretudo nas dificuldades. Que eu saiba caminhar com fé e não com medo. | *À vossa proteção nos acolhemos, Santa Mãe de Deus. Não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades; mas livrai-nos de todos os perigos, é Virgem gloriosa e bendita.* | São Nuno de Santa Maria, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...



6ª feira, 21 de novembro de 2025

DOMINGO XXXIV DO TEMPO COMUM

NOSSO SENHOR JESUS CRISTO, REI DO UNIVERSO

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



Bom Dia! Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Lucas Lc 23, 35-43

Naquele tempo, os chefes dos judeus zombavam de Jesus, dizendo:

«Salvou os outros: salve-Se a Si mesmo, se é o Messias de Deus, o Eleito».

Também os soldados troçavam d'Ele; aproximando-se para Lhe oferecerem vinagre, diziam:

«Se és o Rei dos judeus, salva-Te a Ti mesmo».

Por cima d'Ele havia um letrero: «Este é o Rei dos judeus».

Entretanto, um dos malfeitores que tinham sido crucificados insultava-O, dizendo:

«Não és Tu o Messias? Salva-Te a Ti mesmo e a nós também».

Mas o outro, tomando a palavra, repreendeu-o:

«Não temes a Deus, tu que sofres o mesmo suplício? Quanto a nós, fez-se justiça, pois recebemos o castigo das nossas más ações. Mas Ele nada praticou de condenável».

E acrescentou:

«Jesus, lembra-Te de Mim, quando vieres com a tua realeza».

Jesus respondeu-lhe:

«Em verdade te digo: Hoje estarás comigo no Paraíso».



Desperta! Neste dia, a Igreja proclama: o verdadeiro Rei é Jesus, que reina do alto da cruz, com a coroa de espinhos e promete o Paraíso ao ladrão arrependido. O Seu Reino não é feito de poder, riqueza ou força humana, mas de amor, entrega e misericórdia até ao fim. E para ti, Jesus é Rei?



Reza! Senhor Jesus, Rei do Amor, reina no meu coração e faz de mim sinal do Teu Reino. Ámen. | *Pai nosso...* | Santa Maria Mazzarello, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...