

Semana de 20 a 24 de abril de 2026

EM JESUS RESSUSCITADO HÁ SEMPRE UM LUGAR PARA TI! |

## OLHAR PARA JESUS

Clicar no dia

[2ª feira](#)

[3ª feira](#)

[4ª feira](#)

[5ª feira](#)

[6ª feira](#)

**BONS DIAS** | 2º CICLO






2ª feira, 20 de abril de 2026

## O OLHAR DE MARIA MADALENA

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

 **Bom Dia!** Continuamos o tempo Pascal e os encontros com o Senhor Ressuscitado. Hoje recordamos o encontro com outra mulher: Maria Madalena está junto ao túmulo. Está triste, perdida... e não percebe que Jesus está mesmo ali.

### Do choro ao encontro

Maria estava junto ao túmulo, a chorar. Inclinou-se e viu dois anjos, mas continuava triste. Depois virou-se e viu Jesus, de pé... mas não percebeu que era Ele.

Jesus perguntou: “Porque choras? Quem procuras?”

Ela pensou que era o jardineiro e disse:

“Se foste tu que o levaste, diz-me onde está”.


Então Jesus disse: “Maria!”

E nesse momento ela reconheceu-O: “Mestre!”

Jesus disse-lhe para ir contar aos discípulos.


E Maria foi anunciar: “Eu vi o Senhor!”

(adapt. Jo 20, 11-18)

 **Desperta!** Maria olha... mas não reconhece. Está tão triste que nem percebe que Jesus está à sua frente. Só quando Jesus a chama pelo nome... é que tudo muda.

Às vezes também é assim connosco: quando estamos tristes ou perdidos, parece que Deus está longe. Mas na verdade... Ele está perto. O segredo não é ver melhor com os olhos... é aprender a escutar com o coração.

### BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO

 **Reza!** Jesus, ajuda-me a reconhecer-Te, mesmo quando estou triste. | 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, 21 de abril de 2026

## O OLHAR DOS DISCÍPULOS DE EMAÚS

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



**Bom Dia!** No domingo passado escutamos a passagem dos discípulos de Emaús, mas neste caminho pascal é importante determo-nos um pouco mais nestas duas personagens. Os dois discípulos vão a caminho de Emaús. Estão desanimados... e não percebem que Jesus caminha ao lado deles.

### Jesus caminha connosco

Dois discípulos iam a caminho de uma aldeia chamada Emaús. Iam a conversar, tristes, sobre tudo o que tinha acontecido. Jesus aproximou-se e começou a caminhar com eles... mas eles não O reconheceram. Perguntou-lhes: “O que estão a conversar?” Eles contaram tudo: a morte de Jesus e a desilusão que sentiam. Então Jesus começou a explicar-lhes as Escrituras e a mostrar que tudo aquilo fazia sentido.

(adapt. Lc 24, 13-27)



**Desperta!** Eles caminham com Jesus... mas não percebem. Estão tão focados na tristeza que não reconhecem a presença d’Ele. Também na nossa vida acontece isto: Jesus caminha connosco todos os dias... na escola, em casa, com os amigos. Mas nem sempre damos por isso. Precisamos de aprender a parar, escutar... e perceber os sinais. **Costumas fazer isso? Quantas vezes te lembras de ir à igreja da nossa escola para rezar?**

### BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO



**Reza!** Jesus, ajuda-me a perceber que caminhas sempre comigo. | Rezamos **todos juntos**:





*Rainha do Céu, alegrai-vos, Aleluia!  
Porque Aquele que merecestes trazer em Vosso ventre, Aleluia!  
Ressuscitou como disse, Aleluia!  
Rogai por nós a Deus, Aleluia!  
Alegrai-vos e exultai, ó Virgem Maria, Aleluia!  
Porque o Senhor ressuscitou verdadeiramente, Aleluia!*

| **Leitor:** Santa Maria, Mãe de Deus, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 22 de abril de 2026

## O OLHAR DOS DISCÍPULOS DE EMAÚS

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



**Bom Dia!** Como sabemos, o encontro de Jesus com os discípulos de Emaús não termina no caminho. Quando os discípulos chegam a Emaús, convidam Jesus para ficar... e finalmente reconhecem quem Ele é.

### Reconhecer Jesus ao partir do pão

Quando chegaram à aldeia, os discípulos disseram a Jesus: “Fica connosco”.

Jesus entrou para ficar com eles. Sentaram-se à mesa.

Então Jesus pegou no pão, deu graças, partiu-o e deu-lho.

Nesse momento, eles reconheceram-No.

Nesse exato momento, Jesus desapareceu da sua vista e disseram entre eles: “Não sentíamos o coração a arder quando Ele falava connosco?”

Depois levantaram-se e voltaram a Jerusalém para contar tudo.

(adapt. Lc 24, 28-35)



**Desperta!** Eles só reconhecem Jesus num gesto simples: o partir o pão.

Às vezes esperamos coisas grandes, mas Jesus revela-Se nas coisas simples: num gesto, numa palavra, num momento de partilha.

E há um detalhe bonito: primeiro não O reconhecem, mas o coração já sentia algo especial.

Também connosco é assim: Deus fala muitas vezes ao coração antes de o percebermos bem.

E a Eucaristia é esse lugar onde aprendemos a reconhecer Jesus.

**Não sentes no teu coração que devias ir mais vezes à missa? O que estás à espera para ir?**

BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO





**Reza!** Jesus, ajuda-me a reconhecer-Te nas coisas simples. | 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.* | **Leitor:** Deus Espírito Santo, **Todos:** *atendei-nos.* | † **Em nome do Pai e do Filho...**



5ª feira, 23 de abril de 2026

## O OLHAR DE TOMÉ

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



**Bom Dia!** Hoje recordamos outro discípulo que não acreditava que Jesus estava ressuscitado. É alguém muito parecido connosco. Precisa de ver... de tocar... de ter a certeza. É Tomé.

### Da dúvida à fé

Os discípulos disseram a Tomé: “Vimos o Senhor!”

Mas ele respondeu: “Se eu não vir e não tocar, não acredito”.

Dias depois, Jesus apareceu outra vez.

Olhou para Tomé e disse:

“Vem ver. Aproxima-te. Não duvides, acredita”.

Então Tomé respondeu:

“Meu Senhor e meu Deus!”

E Jesus disse:

“Felizes os que acreditam sem terem visto”.

(adapt. Lc 24, 36-48)



**Desperta!** Apesar de não ter visto Jesus, Tomé não ficou parado. Ele voltou dias depois para ter a certeza.

Às vezes também temos dúvidas. Perguntas. Incertezas. E isso não é um problema... Só não podemos recusar de encontrar uma resposta. **E tu, queres acreditar em Jesus ou não? Se sim, não deixes de O procurar!**

### BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO



**Reza!** Jesus, ajuda-me a confiar em Ti, mesmo quando tenho dúvidas. | **Todos:** *À vossa proteção nos acolhemos, Santa Mãe de Deus. Não desprezeis as nossas súplicas em nossas necessidades; mas livrai-nos de todos os perigos, ó Virgem gloriosa e bendita. | São Tomé, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...*





6ª feira, 24 de abril de 2026

## EVANGELHO DO 4º DOMINGO DA PÁSCOA

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



**Bom Dia! Do Evangelho segundo São João (Jo 10, 1-10)**

Naquele tempo, disse Jesus: «Aquele que não entra no aprisco das ovelhas pela porta, mas entra por outro lado, é ladrão e salteador. Mas aquele que entra pela porta é o pastor das ovelhas. Ele chama cada uma delas pelo nome e leva-as para fora. Depois de ter feito sair todas as que lhe pertencem, caminha à sua frente e as ovelhas seguem-no, porque conhecem a sua voz. Se for um estranho, não o seguem, mas fogem dele».

Jesus continuou: «Em verdade, em verdade vos digo: Eu sou a porta das ovelhas. Quem entrar por Mim será salvo: Eu vim para que as minhas ovelhas tenham vida e a tenham em abundância».



**Desperta!** Jesus apresenta-Se como um pastor. Mas não um pastor qualquer. Ele conhece cada ovelha pelo nome. Não trata todos por igual... conhece cada um de forma única. E há um detalhe muito importante: as ovelhas reconhecem a voz do pastor. No meio de tantas vozes — amigos, redes sociais, opiniões, pressões — nem sempre é fácil perceber qual seguir. A voz de Jesus não grita. Não obriga. Mas chama pelo nome... e conduz com cuidado. Seguir Jesus é aprender a reconhecer essa voz: uma voz que traz paz, que ajuda a escolher o bem, que não engana.

E Ele promete algo muito forte: não apenas a “sobreviver”, mas a viver em abundância, com sentido, com alegria verdadeira.

O próximo domingo é conhecido mundialmente como o Domingo do Bom Pastor. Em todo o mundo é Dia Mundial de Oração pelas Vocações. Rezamos, por isso, por todos aqueles que têm dúvidas se devem ser padres ou irmãs religiosas, casados ou pessoas solteiras dedicadas à pastoral. Rezamos também por cada um de nós para que a nossa vida seja uma vida de acordo com o amor de Deus e o serviço aos outros.

EM SILÊNCIO, REFLETE SOBRE A MENSAGEM DO EVANGELHO





**Reza!** Jesus, ajuda-me a reconhecer a tua voz e a seguir-Te. | Rezamos **todos juntos**:

*Rainha do Céu, alegrai-vos, Aleluia!*

*Porque Aquele que merecestes trazer em Vosso ventre, Aleluia!*

*Ressuscitou como disse, Aleluia!*

*Rogai por nós a Deus, Aleluia!*

*Alegrai-vos e exultai, ó Virgem Maria, Aleluia!*

*Porque o Senhor ressuscitou verdadeiramente, Aleluia!*

| **Leitor:** Santa Maria, Mãe de Deus, *rogai por nós.* | † Em nome do Pai e do Filho...