

Semana de 29 de setembro a 3 de outubro de 2025

RECONHECE O TEU VALOR! | AGRADECE QUEM ÉS

Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

BONS DIAS | ENSINO SECUNDÁRIO





2ª feira, 29 de setembro de 2025

A TUA HISTÓRIA É UM TESOURO, MESMO COM FERIDAS

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



Bom Dia! | Na cultura italiana há duas palavras muito semelhantes: “*ferite*” (feridas) e “*feritoie*” (frestas/janelas). A semelhança entre estas palavras, faz com que os italianos muitas vezes digam que é importante “*transformar ferite in feritoie*” - transformar as feridas em frestas. Ou seja, em vez de esconder as cicatrizes, deixamos que elas se tornem aberturas por onde passa a luz.

Por exemplo, na história de Ulisses, quando ele regressa disfarçado a Ítaca, ninguém o reconhece — nem a sua esposa, nem o filho. Só a governanta Euricleia o reconhece... por causa de uma cicatriz na perna. A sua antiga ferida tornou-se sinal de identidade, de verdade, a forma de descobrirem quem ele era.

Também muitos santos perceberam isto de forma clara. São Camilo de Lellis, por exemplo, começou a vida como soldado e jogador compulsivo, cheio de erros e feridas interiores. Foi precisamente a doença no corpo que o obrigou a parar e o levou a encontrar a sua vocação: cuidar dos doentes. Ele costumava repetir esta frase: “*As feridas podem tornar-se frestas.*”



Desperta! | As tuas feridas, as tuas falhas, até os momentos de dor que carregas, podem ser lugares onde a luz entra. Podes olhar para elas como obstáculos... ou como frestas que te permitem ver algo mais importante. Não se trata de negar as cicatrizes, mas de aprender a transformá-las em caminhos de crescimento.

E tu? O que fazes com as tuas feridas: escondes, deixas que endureçam... ou tentas transformá-las em frestas de luz?



Reza! | Senhor, ajuda-me a não ter vergonha das minhas feridas. Que elas não me fechem, mas se tornem frestas por onde a Tua luz possa passar. Que também eu descubra que a minha história, mesmo com cicatrizes, é um tesouro. | *Ave-maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



3ª feira, 30 de setembro de 2025

OS ERROS NÃO TE DEFINEM; AJUDAM-TE A CRESCER

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



Bom Dia! | Conta-se que Thomas Edison, o inventor da lâmpada elétrica, antes de conseguir fazê-la funcionar, falhou mais de mil vezes. Quando um jornalista lhe perguntou como se sentia depois de tantos erros, Edison respondeu: *“Eu não falhei mil vezes. Descobri mil maneiras que não funcionam.”* A sua vida mostra-nos que os erros não são o fim da linha, mas uma forma de aprender e crescer.



Desperta! | Quantas vezes ficamos presos à ideia de que o erro nos define? “Fiz isto mal, logo eu sou um fracasso.” Mas não é verdade. Os erros não dizem quem tu és. São apenas episódios da tua história, que podem ensinar-te a ganhar mais paciência, humildade e persistência. O que te define não é a queda, mas a forma como te levantas depois dela. **Consegues lembrar-te de um erro que, no fim, te ajudou a crescer?**



Reza! | Senhor, ensina-me a olhar para os meus erros sem medo, a não ficar preso neles, mas a transformá-los em lições de vida. | *Vinde Espírito Santo, enchei o coração 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.* | **S. Domingos Sávio, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 1 de outubro de 2025

VÊ-TE COM OS OLHOS DE DEUS, NÃO COM OS DOS OUTROS

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



Bom Dia! | Hoje celebramos **Santa Teresinha do Menino Jesus**, conhecida como a “Pequena Flor”. Ela viveu de forma simples, mas com um amor imenso pelas pequenas coisas do dia a dia. O que a tornou especial não foram grandes feitos públicos, mas a forma como cada gesto era uma expressão de amor.

Santa Teresinha é também **padroeira das missões**. Não porque tenha viajado pelo mundo como missionária, mas porque pediu a Deus que o seu amor chegasse a todos, em todo o mundo, e confiou que suas orações e pequenas ações ajudariam os missionários a levar esperança e fé a todos os povos. Cada gesto de amor e cuidado pode ser uma “missão”, mesmo perto de nós.



Desperta! | Quantas vezes nos deixamos levar pelo olhar ou pela opinião dos outros? Achamos que precisamos ser os melhores em tudo perante os outros, que precisamos de aprovação constante, e esquecemos que o mais importante é **viver de acordo com aquilo que Deus nos dá**, usando os dons que temos com amor e dedicação. Vê-te com os olhos de Deus. Ele olha para ti e vê sempre os gestos pequenos feitos com bondade.

Qual é uma qualidade ou gesto teu que ninguém vê, mas que Deus valoriza profundamente? Como podes colocá-lo ao serviço dos outros, mesmo de forma simples, tal como sta. Teresinha?



Reza! | Senhor, mostra-me o que em mim é precioso e único, e dá-me coragem para viver de acordo com a Tua visão. | *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* | **S. Maria Mazzarello, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



5ª feira, 2 de outubro de 2025

HÁ ALGUÉM QUE CUIDA DE TI

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



Bom Dia! | Hoje celebramos o **Dia do Anjo da Guarda**, símbolo daquela presença discreta que nos acompanha e cuida de nós, mesmo quando não damos por isso. Todos nós já sentimos momentos de medo, de dúvida, ou de hesitação: o Anjo da Guarda pode ser entendido como uma figura que nos lembra que **não estamos sozinhos** e que nos ‘empurra’ a escolher o bem.

Dom Bosco, fundador dos Salesianos, tinha uma devoção profunda ao Anjo da Guarda. Ele acreditava que cada pessoa tem um anjo que a acompanha e a protege. Essa crença não era apenas uma oração, mas uma prática viva em sua educação. Nos oratórios que fundou, ele incentivava os jovens a cuidarem uns dos outros, como se fossem "anjos da guarda" uns dos outros. Jovens mais velhos eram designados para acompanhar e orientar os mais novos, criando uma rede de apoio e cuidado mútuo. Essa prática refletia a ideia de que a proteção e orientação divina se manifestam também através das ações e cuidado dos outros.



Desperta! | O teu anjo está presente nos detalhes: nas escolhas que fazes, nas palavras que dizes, nos momentos em que decides ser honesto ou solidário. Hoje, Dom Bosco lembramos que também podemos ser “anjos da guarda” uns dos outros: jovens mais velhos nos oratórios acompanhavam e ajudavam os mais novos, mostrando cuidado e atenção.

A pergunta de hoje é: **Como posso ser sinal do Anjo da Guarda para alguém hoje?**



Reza! | Senhor, ajuda-me a reconhecer os sinais de cuidado e proteção que me rodeiam.
| *Inspirai, Senhor, as nossas ações e ajudai-nos a realizá-las, para que em vós comece e termine tudo aquilo que fizemos.* | **S. João Bosco, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



6ª feira, 3 de outubro de 2025

DOMINGO XXVI DO TEMPO COMUM

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



Bom Dia! | A fé é a raiz de toda a vida do cristão. A fé é que nos há de predispor a fazer, com simplicidade e generosidade, tudo o que o Senhor nos pede. É disso que nos fala o Evangelho do próximo domingo:

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São Lucas

Naquele tempo, os Apóstolos disseram ao Senhor: «Aumenta a nossa fé». O Senhor respondeu: «Se tivésseis fé como um grão de mostarda, diríeis a esta amoreira: ‘Arranca-te daí e vai plantar-te no mar’, e ela obedecer-vos-ia. Quem de vós, tendo um servo a lavar ou a guardar gado, lhe dirá quando ele voltar do campo: ‘Vem depressa sentar-te à mesa’? Não lhe dirá antes: ‘Prepara-me o jantar e cinge-te para me servires, até que eu tenha comido e bebido. Depois comerás e beberás tu’?. Terá de agradecer ao servo por lhe ter feito o que mandou? Assim também vós, quando tiverdes feito tudo o que vos foi ordenado, dizei: ‘Somos inúteis servos: fizemos o que devíamos fazer’.



Desperta! | Quantas vezes esperamos elogios ou recompensas pelos pequenos gestos que fazemos? Ajudar alguém, cumprir tarefas na escola ou em casa, ser leal aos amigos... Tudo isso faz diferença, mesmo que ninguém veja. Porque a verdadeira fé se mostra nas pequenas coisas do dia a dia, e o serviço feito com amor é, por si só, uma forma de grandeza. O Evangelho de hoje desafia-nos a refletir: **como posso viver a minha fé e cumprir as minhas responsabilidades sem esperar sempre reconhecimento?**



Reza! | Senhor, ajuda-nos a viver a nossa fé através do serviço, sem esperar reconhecimento. | *Pai Nosso...* | **S. José, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...