

Semana de 16 a 20 de março de 2026

DESPERTA SOB O OLHAR DE JESUS

Clicar no dia

[2ª feira](#)

[3ª feira](#)

[4ª feira](#)

[5ª feira](#)

[6ª feira](#)

**BONS DIAS** | ENSINO SECUNDÁRIO





2ª feira, 23 de março de 2026

## 14ª ESTAÇÃO – QUANDO TUDO PARECE FICAR EM SILÊNCIO

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



**Bom Dia!** *Tomaram então o corpo de Jesus e envolveram-no em panos de linho com os perfumes, segundo o costume dos judeus. No sítio em que Ele tinha sido crucificado havia um horto e, no horto, um túmulo novo, onde ainda ninguém tinha sido sepultado. Como para os judeus era o dia da Preparação da Páscoa e o túmulo estava perto, foi ali que puseram Jesus (Jo 19, 40-42)*

O corpo de Jesus já não está na cruz. Vejo José de Arimateia e outros homens levarem-No com cuidado. Tudo é feito em silêncio. Depois de tanta confusão e gritaria, já não há multidão, já não há barulho. Só alguns permanecem.

Acompanho-os de longe até ao túmulo. É uma gruta escavada na rocha. Colocam ali o corpo de Jesus. Com delicadeza. Como quem sabe que aquele momento é importante.

Depois... rolam uma pedra à entrada. E vão-se embora.

Fico ali, parado, a olhar para aquele sepulcro fechado. É o aparente fim de uma grande história. O silêncio é pesado. Há um vazio estranho. E, no fundo, parece mesmo que tudo terminou aqui.

Tento acreditar que ainda pode acontecer alguma coisa... mas não vejo como. Tudo é demasiado definitivo. Demasiado fechado.



**Desperta!** Também há momentos assim na minha vida: momentos em que algo acaba, em que parece que já não há mais nada a esperar, em que Deus parece permanecer em silêncio. E, no entanto... há qualquer coisa dentro de mim que não se cala. Uma espécie de



# DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI 25'26

QUARESMA

esperança teimosa. Como se houvesse uma voz a dizer que a vida não pode acabar assim. Como se Deus não pudesse deixar tudo terminar desta forma.

Olho para aquele túmulo fechado... e, mesmo sem perceber, sinto que esta história ainda não acabou. Mas hoje fica esta pergunta: **sou capaz de continuar a acreditar que Deus está a agir mesmo quando não vejo sinais de mudança?**

## BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO

## AVISOS DEPOIS DA ORAÇÃO



**Reza!** Senhor, quando tudo parece terminado, mantém viva em mim a esperança. | **Oração salesiana para rezarmos 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...



**Avisos!** [Escreve os avisos aqui]





3ª feira, 24 de março de 2026

## O QUE FICA DESTE CAMINHO?

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



**Bom Dia!** Ao longo destas semanas, fomos acompanhando o caminho de Jesus até à cruz. Vimos quedas, encontros, silêncio, sofrimento... mas também perdão, entrega e, acima de tudo, a capacidade de permanecer no Amor até ao fim.

Talvez, em muitos momentos, tenhamos apenas ouvido. Talvez algumas palavras tenham passado ao lado. Mas é possível que, em certos dias, algo te tenha tocado e ficado na memória.

A Quaresma não é apenas um tempo que passa no calendário. É um caminho. E todo o caminho deixa marcas — mesmo quando não damos por isso. Hoje, quase a terminar este tempo, não importa se recordamos tudo o que fomos ouvindo, se cumprimos com todos os nossos compromissos ou se “falhámos” muitas vezes. O que importa é outra coisa: **o que mudou em mim?**

Talvez seja pouco. Talvez seja apenas uma pequena vontade de ser melhor. Talvez seja o desejo de rezar mais, de acreditar mais nos momentos de dificuldade, de perdoar alguém, de não viver tudo de forma tão superficial. É importante ficar com isso!



**Desperta!** Se tiveres de escolher uma coisa deste caminho de Quaresma que fomos fazendo, qual seria? O que não queres que fique para trás quando começarem as férias?


### BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO

### AVISOS DEPOIS DA ORAÇÃO



**Reza!** Senhor, ajuda-me a guardar no coração aquilo que me aproximou de Ti neste caminho quaresmal. | *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* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



 **Avisos!** Termina esta semana a Campanha de Solidariedade a favor da Casa das Cores. Até 5ª feira, ainda há tempo para contribuir com alimentos e outros bens essenciais que permitirão ajudar as crianças desta instituição a viver com um pouco mais de dignidade. Agradecemos a todos pela vossa generosidade.





4ª feira, 18 de março de 2026  
UM “SIM” QUE MUDA TUDO

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



**Bom Dia!** Hoje celebramos a festa da **Anunciação do Senhor** (9 meses antes do Natal).

Depois de dias a acompanhar o silêncio do sepulcro, hoje aparece uma cena completamente diferente. Não há multidões, nem barulho, nem drama. Recordamos apenas uma jovem. Um momento de enorme simplicidade. E uma proposta inesperada.

O anjo anuncia a Maria algo que muda completamente a sua vida. Ela não percebe tudo. Não tem garantias. Não sabe como vai ser o futuro. Mas tem de assumir uma escolha. Podia dizer que não, e, no entanto, responde: **“Faça-se em mim segundo a tua palavra.”**

Um “sim” simples e discreto, mas que muda tudo.

Muitas vezes esperamos ter tudo claro para decidir. Queremos certezas, garantias, seguranças. No entanto, a vida não funciona assim.

Há momentos em que é preciso confiar e arriscar. Dar o passo... mesmo sem ver tudo.

Maria ensina-nos que Deus não entra na nossa vida à força. Ele propõe e espera a nossa decisão. E, em cada dia, continua à espera de um “sim” ao Seu projeto de Amor.



**Desperta!** Há alguma decisão na tua vida que tens vindo a adiar por medo ou insegurança? És capaz de confiar em Deus e dar um passo, mesmo sem ter a certeza de tudo?

### BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO



**Reza!** Maria, ensina-me a dizer “sim” a Deus, mesmo quando não compreendo tudo. | *Ave-Maria...* | **Nossa Senhora da Anunciação, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...





5ª feira, 19 de março de 2026

**NÃO PASSES AO LADO**

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



**Bom Dia!** Estamos a chegar às férias! Mas, para os cristãos, estes dias não são apenas uma pausa. Estamos a entrar na Semana Santa — os dias em que vivemos as celebrações mais importantes do ano litúrgico.

Talvez já estejas habituado a ouvir isto. Talvez até já tenhas participado em alguma celebração. Mas também pode acontecer que, todos os anos, esta seja só mais uma semana de férias.

E é curioso que celebramos muitas coisas ao longo do ano (aniversários, festas de finalistas, vitórias do clube...), mas aquilo que está no centro da fé — a paixão, morte e ressurreição de Jesus — às vezes fica em segundo plano.

A Semana Santa não é apenas para “quem gosta” ou “quem tem tempo”. É um convite. Um convite a estar presente. A acompanhar Jesus. A perceber até onde vai o Amor de Deus.

Participar não é só cumprir uma tradição. É dar-se a oportunidade de viver algo que pode marcar. Talvez não consigas estar em tudo. Mas podes escolher não ficar de fora.




**Desperta!** Vais viver esta Semana Santa de forma diferente... ou deixá-la passar como todos os anos? Já te informaste dos horários das celebrações nas igrejas mais próximas?


BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO

AVISOS DEPOIS DA ORAÇÃO





 **Reza!** Senhor, dá-me vontade de Te acompanhar e de viver esta Semana Santa com sentido. | *Inspirai, Senhor, as nossas ações e ajudai-nos a realizá-las, para que em Vós comece e termine tudo aquilo que fizemos.* | **S. José, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...

 **Avisos!** Termina hoje a Campanha da Quaresma a favor da Casa das Cores. Pedimos que cada turma faça a contagem dos produtos recolhidos. A contagem deverá ser registada através do formulário online partilhado por email com os professores. Depois deverão levar os produtos para a pastoral. Muito obrigado pela vossa generosidade e ajuda.





6ª feira, 20 de março de 2026

**DOMINGO DE RAMOS**

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



**Bom Dia!** Este domingo celebramos o **Domingo de Ramos**, o início da **Semana Santa**.

Na Eucaristia recordamos a passagem do Evangelho em que Jesus entra em Jerusalém e é recebido em festa. As pessoas acenam com ramos, aclamam-No, celebram-No. Parece um momento de vitória. Mas há algo curioso: a multidão que acena, poucos dias depois, irá gritar “Crucifica-O!”.

Talvez seja difícil perceber como tudo muda em poucos dias. No entanto, talvez não estejamos assim tão longe desta realidade. Também nós temos momentos em que nos sentimos próximos de Deus, em que acreditamos e tudo parece fazer sentido... E outros em que nos afastamos, esquecemos ou simplesmente vivemos como se Ele não fizesse parte da nossa vida.

O Domingo de Ramos **não é só uma festa**. É um **início**, um convite a acompanhar Jesus durante toda a Semana Santa:

- **Quinta-feira Santa:** a Última Ceia, o serviço e o amor que nos chama a cuidar dos outros;
- **Sexta-feira Santa:** a cruz, o amor que dá a vida;
- **Sábado à noite e Domingo de Páscoa:** a vitória da vida sobre a morte, o amor que não morre e nos enche de esperança e alegria.



**Desperta!** Esta semana, que está prestes a começar, coloca-te uma pergunta exigente: **a tua fé vive só nos momentos fáceis... ou és capaz de seguir Jesus também quando exige coragem e entrega?**

**BREVE MOMENTO DE SILÊNCIO**




Chegamos ao fim das aulas e começamos os dias mais importantes do ano para os cristãos. A Semana Santa não é só uma pausa. É um caminho. Um tempo para caminhar com Jesus, deixar que Ele nos olhe e perceber quanto nos ama.


Ao longo da Quaresma aprendemos que o olhar de Jesus compreende, consola, perdoa e dá esperança. Agora somos convidados a viver isso de perto: na celebração do Domingo de Ramos, na Última Ceia, na Cruz e na alegria da Ressurreição. Cada celebração ajuda-nos a perceber que Jesus caminha connosco, mesmo quando não entendemos tudo.

Nesta Semana Santa, não fiques de fora. Participa. Escuta. Reza. Deixa que o olhar de Jesus ilumine a tua vida, cure o que dói e te ensine a amar melhor. A Páscoa acontece quando o coração se abre.

Boa Semana Santa. Que vivas estes dias com Jesus e regressem com Ele mais cheios de vida.

### AVISOS DEPOIS DA ORAÇÃO

 **Reza!** Senhor, ajuda-me a não ficar só nos entusiasmos do momento, mas a seguir-Te com verdade, acompanhando-Te na celebração da Tua entrega na cruz; nos momentos fáceis e nos difíceis, até à alegria da Páscoa. Rezamos também pelos jovens da nossa escola que hoje partem em missão: que levem Jesus ao coração de todos, principalmente dos que se sentem mais sós e infelizes. | *Pai Nosso...* | **Santa Maria Madalena, rogai por nós.** | † **Em nome do Pai e do Filho...**

 **Avisos!** Às turmas que ainda têm os produtos da campanha na sala de aula, pedimos que façam a contagem dos produtos recolhidos e registem no formulário online partilhado por email com os professores. Depois deverão levar os produtos para a pastoral. Muito obrigado por toda a vossa generosidade e pronta ajuda.





# DESPERTA

HÁ UM LUGAR PARA TI **25/26**



**QUARESMA**