



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto  
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estei contigo  
18/19

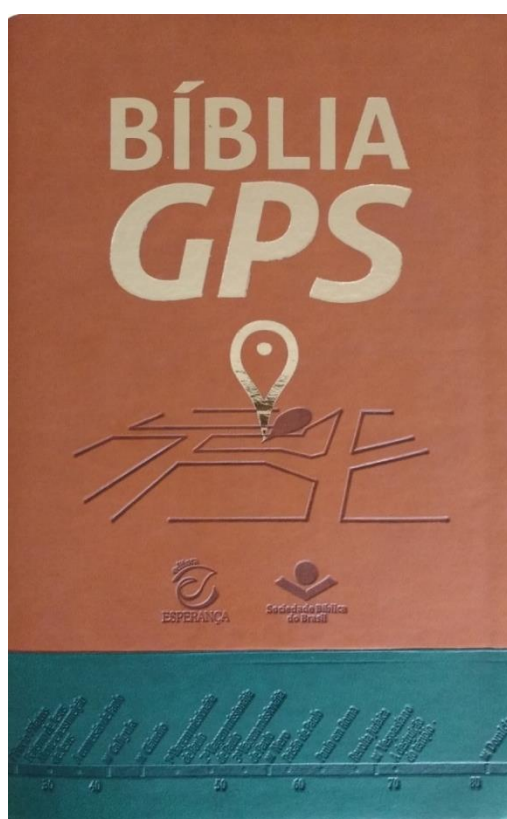
2º- 3º ciclos

QUARESMA

2ª FEIRA || 11 de março

## CAMINHADA DA QUARESMA PELA ESTRADA DE JESUS... RUMO À VIDA FELIZ

**Bom dia!** Depois de uma semana de interrupção, regressamos às nossas atividades e em plena caminhada da quaresma. Este ano propomos, mais uma vez, que caminhemos pela estrada de Jesus rumo à vida feliz. Para isso, alguns desafios para nos ajudarem a viver bem este tempo forte da Igreja.



### Texto

Como primeiro desafio propomos um **GPS especial**. Para este caminho com Jesus é importante um **Guia para a Salvação (GPS)**

É da Palavra de Deus dos Domingos da quaresma que vamos partir. E nesta primeira semana, o Evangelho falou-nos de Jesus no deserto onde foi tentado por 40 dias pelo espírito do mal, o demónio. Mas Ele tem a força do Espírito de Deus consigo e sem medo usa esses 40 dias para se definir, para decidir quem é: permanecer como Filho amado pelo Pai ou aceitar as facilidades da tentação.

Para resistir às tentações de uma vida fácil, do poder, e da aparência Jesus ensina-nos que a Palavra de Deus é o GPS que melhor nos orienta para não nos desviarmos por outros caminhos que nos levam à tristeza.

No Evangelho de Lucas Jesus responde ao demónio: *“Está escrito: Ao Senhor, teu Deus adorarás e só a Ele prestarás culto»* LC 4, 1-13

### Reflexão

Somos convidados a viver a Quaresma como um caminho de descoberta, gratidão e louvor.

A **PALAVRA DE DEUS** é o que nos fortalece neste tempo forte da Igreja. Deus chama-nos a escutar a Sua Palavra para que mudemos de vida, para que mudemos algumas atitudes e pensamentos que não nos levam ao caminho da felicidade. Jesus mostra-nos o caminho.

### Oração

Fica comigo, Senhor.

Contigo domino os meus medos, liberto-me das coisas que não me fazem feliz

Aumenta cada vez mais o desejo de ser como Tu: filho sempre amado pelo Pai.

**Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora ... rogai por nós.** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia!*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estou contigo  
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

3ª FEIRA || 12 de março

### «ANTES DE SER ATLETA, SOU CRISTÃO»

**Bom dia!** Hoje vamos conhecer um pouco a história do tenista Novak Djokovic, natural da Sérvia.

Ontem no Bom dia dissemos que Jesus no deserto foi tentado e ali fez uma escolha: permanecer na sua identidade de Filho amado pelo Pai. NO caso deste tenista quase podemos dizer a mesma coisa no que respeita à sua identidade de cristão. No meio de tantas tentações ele optou.



### Texto

- Djokovic é cristão e não hesita em dizê-lo publicamente. Para ele a crença religiosa vem antes dos numerosos títulos e coloca muitas vezes a sua fortuna ao serviço dos mais pobres.
- Novak já doou 94000€ para a renovação de uma escola ao em favor dos mais necessitados na cidade de Pozega. Abriu um restaurante que oferece, de forma gratuita, refeições aos mendigos e pobres.
- Em 2015 foi nomeado pela UNICEF Embaixador da Boa Vontade na Sérvia pelo seu trabalho em conseguir condições de acesso à educação para as crianças do seu país.
- Numa entrevista na qual foi questionado sobre esta enorme disponibilidade para com os outros, respondeu: “Dinheiro não é problema para mim. Ganhei dinheiro para alimentar toda a Sérvia. Acho que eles merecem tudo depois de todo o apoio que me deram”. Como cristão que viveu a sua infância num país repleto de conflitos violentos, nunca perdeu de vista as suas raízes cristãs, fazendo da sua vida um permanente ato de generosidade.

(Aleteia, NovaK Djokovic: Antes de ser atleta, sou cristão)

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estei contigo  
18/19

2<sup>o</sup>- 3<sup>o</sup> ciclos

QUARESMA

## Reflexão

- Ser cristão não é apenas participar nas orações, na missa do domingo ou nos peditórios à porta da Igreja.
- O nosso dever é o de cuidar daqueles que estão ao nosso lado e mais precisam da nossa ajuda.
- Novak usou a sua fama e o dinheiro que ganhou nos torneios de ténis para poder dar às pessoas do seu país, em especial às crianças um pouco de felicidade.
- O desafio é olhar para estes exemplos e agradecer, em primeiro, lugar por tanto bem que se vai fazendo. Em segundo coloquemos a questão: até que ponto nos preocupamos com as pessoas, com os cidadãos? E como nos estamos a preparar para cuidar um dia das pessoas que nos vão ser confiadas, que encontraremos... ? o que fazemos por elas?

## Oração

**O nosso GPS, a Palavra de Deus, diz-nos que devemos fazer sempre o bem e como cristãos, como filhos amados por Deus, devemos marcar pela diferença.**

**Juntos rezemos**

**Senhor, hoje agrademos-Te pela generosidade  
de tantos famosos e anónimos  
que se dedicam a ajudar os irmãos que mais precisam.  
Senhor, concede-lhes a tua bênção.**

*Nossa Senhora Auxiliadora ... rogai por nós.* Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo

*Bom dia*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Ejten centige  
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

4ª FEIRA || 13 de março

## COMO IRMÃO QUE CUIDA

**Bom dia!** Uma coisa que aprendemos com o testemunho dos missionários da semana passada foi a importância de cuidarmos uns dos outros. Cada missionário, na sua missão, é chamado a cuidar de outros. Tal como nós, na nossa vida, somos chamados a cuidar uns dos outros, como o irmão cuida do seu irmão. Jesus no deserto foi tentado a pensar só em si... mas a Palavra de Deus orientou-O para o próximo.

### Texto / Vídeo

<https://youtu.be/godupwGWaFE>

### Reflexão

O vídeo fala por si.

Não é tanto a questão do partilhar material mas a partilha da presença, da proximidade do pensar no outro... enfim, cuidar do outro. Cuidar até de quem não me é nada, mas cuido porque necessita e é um ser humano que merece ser olhado e atendido.

**Cuidar é amar. Assim fez Jesus.**

### Oração

Senhor Jesus,  
Ajuda-nos e ensina-nos  
a sermos irmãos uns dos outros  
e a cuidar de cada um como pessoa única e especial que é.

*Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora ... rogai por nós.* Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia!*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Ejten centige  
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

5ª FEIRA || 14 de março

## UM NETO COM MEMÓRIA

**Bom dia!** O tema desta semana leva-nos a pensar em como podemos ajudar aqueles que estão à nossa volta. Muitas vezes uma simples visita pode fazer maravilhas.

### Texto

O professor de matemática reparou que o Martim saia a correr da escola ao final do dia e não ficava a conversar com os colegas como habitual. Ainda assim, o Martim continuava a ser o rapaz mais alegre e divertido da escola. Alguma coisa se passava, mas o professor não conseguia perceber o quê. Decidido a obter uma resposta, perguntou ao Martim a que se devia aquele comportamento.

Depois de alguma hesitação inicial, o Martim explicou que o avô estava doente e que todos os dias o ia visitar e passar algum tempo com ele. O professor ficou muito contente pelo cuidado que o seu aluno tinha com o avô e perguntou-lhe:

- Como fazes companhia ao teu avô? Conversam sobre o quê?

- O meu avô está muito fraquinho, passa muito tempo a dormir e fala pouco. Eu vou-lhe dizendo como gosto dele e como ele é importante para mim, mas infelizmente já não me reconhece – respondeu o Francisco.

- Se ele não te reconhece porque continuas a ir lá?

- Porque eu sei quem ele é, professor. Eu não me esqueço que foi ele quem cuidou de mim quando era pequeno, que me ensinou a jogar à bola, de como é meu amigo e importante para mim. Ele já não sabe quem sou eu, mas eu sei bem quem ele é.

### Reflexão

- Cuidar sem esperar nada em troca deve ser a nossa prática. Dar sem esperar receber é definição de ser cristão.
- Tal como este neto, podemos nem ser reconhecidos, mas sabemos que o que fazemos contribui para a felicidade de alguém.
- Haverá pessoas na nossa família, nas nossas vizinhanças que precisam do nosso cuidado e da nossa companhia, da nossa atenção?

### Oração

**Hoje pedimos a Jesus que cuide daqueles de que ninguém se lembra,  
Que foram abandonados pela família,  
Que não têm amigos presentes nos momentos em que mais precisam.**

**Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora...rogai por nós.** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*



Colégio  
de Nossa Senhora  
do Alto

DIÓCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!  
Estei contigo  
18/19

2<sup>o</sup>- 3<sup>o</sup> ciclos

QUARESMA

6<sup>a</sup> FEIRA || 15 de março

«DEUS COLOCOU-NOS NO MUNDO PARA OS OUTROS» (DB)

**Bom dia!** Chegamos ao final de mais uma semana. Seria bom fazermos uma paragem para um ponto de situação. A Quaresma é um tempo e momento para pudermos fazer isso mais vezes. Vamos pedir a D. Bosco que nos ajude a parar:

### Texto

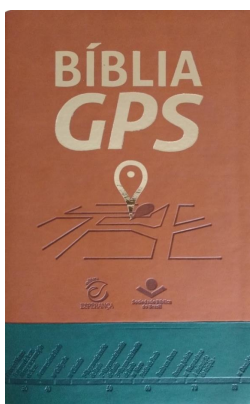
Uma das frases que é muitas vezes atribuída a São João Bosco é: ***“Deus colocou-nos no mundo para os outros”***.

Talvez já a tenhamos ouvido algumas vezes, mas pensamos que talvez faça mais sentido dizê-la, escutá-la e repeti-la para nós mesmo algumas vezes.

No bom dia de hoje deixaremos alguns momentos para cada um, em silêncio, poder absorver tudo aquilo que a frase nos diz.

## Deus colocou-nos no mundo para os outros

### Oração



Recordando que temos um GPS especial, a Palavra de Deus que nos salva, peçamos nesta sexta-feira por cada um de nós para que nunca nos deixemos tentar pelas coisas fáceis, pela preguiça, pela arrogância mas nos deixemos orientar pela Palavra que nos faz viver a nossa identidade de Filhos de Deus. Façamos como fez Jesus.

***Pai Nosso... Nossa Senhora Auxiliadora...rogai por nós.*** Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo.

*Bom dia*

*Pela estrada de Jesus... Rumo à Vida Feliz.*