



Colégio
de Nossa Senhora
do Alto
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!
Estou contigo
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

2ª FEIRA || 18 de março

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

Bom dia! Iniciamos uma nova semana. E na nossa caminhada com Jesus acrescentamos mais um sinal que nos quer ajudar a viver bem este tempo da quaresma.

Texto

Começamos pela Palavra de Deus de Domingo:

Jesus subiu ao Monte Tabor com 3 discípulos... «E ouviu-se uma voz que dizia: «Este é o meu Filho, o meu Eleito: escutai-O» do EVANGELHO de S. Lucas 9, 35



A Palavra de Deus fala-nos de um acontecimento muito importante: Jesus mais 3 discípulos, Pedro, Tiago e João, sobem ao **monte Tabor**, onde lhes é revelado algo de maravilhoso sobre Jesus. Uma voz faz-se ouvir e diz: «Este é o meu Filho, o meu eleito: Escutai-O.»

Sabeis do que quer dizer «Subir ao Monte»? Quer dizer- aproximar-se de Deus. E para nos aproximarmos de Deus temos de ter um tempo para parar.

Por isso esta semana o sinal que nos fará parar é o **STOP. Parar para escutar.**

Parar diante do STOP da vida para seguir as indicações de Jesus – e ter tempo para escutar o que a Palavra de Deus diz. E Jesus indica-nos o meio para escutar: através da **ORAÇÃO**.

Reflexão

Por isso o nosso símbolo **da semana é o STOP** para nos recordar que a **ORAÇÃO** nos ajuda a parar e a escutar o coração. E é no coração que Jesus fala.

Oração

Obrigada Jesus,

por Te queres encontrar comigo.

Ajuda-me a saber parar, a fazer silêncio, para que as tuas palavras cheguem ao meu coração.

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

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



Colégio
de Nossa Senhora
do Alto
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

3ª FEIRA || 19 de março

O TEMPO NÃO PARA

Bom dia! Hoje trazemos uma canção da fadista Mariza: o tempo não para. Conta a fadista que a canção foi feita para o seu filho Martim, depois de um problema de saúde que teve, a mãe Mariza teve de parar e olhar para o essencial da sua vida.

Um STOP na vida desta mulher. Uma carreira, o corre -corre do tempo, mas a vida obrigou-a a escolher.

Texto

«Vou pedir ao tempo que me dê mais tempo para olhar p´ra ti.

De hoje em diante, não serei distante ... eu vou estar aqui.»

Possa esta canção ajudar-nos a parar, a escutar e a cuidar de quem Deus nos dá para viver connosco. Que não percamos os sorrisos de quem nos quer bem.

<https://youtu.be/9kmwY1Z3YNY>

Oração

Pai NossoNossa 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

4ª FEIRA || 20 de março

A PALMEIRA E A PEDRA

Bom dia! Por vezes acontece que nos chamam a tenção pelas coisas menos boas, ou , nos criticam. Escutemos esta pequena história e retiremos dela uma mensagem.

Texto / Vídeo

Ben Sadok não tinha um carácter fácil. Tinha sobretudo o vício de destruir tudo o que de belo e bom via à sua volta.

Um dia, ao chegar a um verde oásis, notou a presença de uma pequena e graciosa palmeira. Encontrou-a particularmente antipática para os seus gostos. Sem pensar duas vezes, decidiu humilhá-la, atando uma grande pedra aos seus ramos. Satisfeito com a sua obra, subiu para o camelo e continuou a sua caminhada pelo deserto.

A pequena palmeira sentiu-se oprimida por aquele peso e tentou libertar-se dele agitando-se vigorosamente. Mas a pedra estava tão bem metida entre os seus ramos, que permaneceu nessa posição sem se mover.

Passaram os anos. A palmeira afundava cada vez mais as raízes no terreno sob o peso da pedra. E, com grande surpresa sua, desceram tão fundo que encontraram a veia de água do oásis. Alimentada pela água e pelo sol, a pequena palmeira transformou-se numa árvore encantadora e majestosa.

Ben Sadok voltou um dia a passar por aquele oásis com a intenção de encontrar a palmeira com a pedra. Procurou-a inutilmente entre as plantas mais pequenas. Já estava para partir, desiludido, quando uma palmeira gigante lhe barrou o caminho. Era a pequena planta em cujos ramos Ben tinha metido uma pedra. A palmeira disse-lhe:

- Escuta, Ben Sadok! Foi graças à pedra que tu, maldosamente, me colocaste em cima que me tornei esta palmeira grande e bela que vês agora.

Bem Sadok foi sem palavras.

Reflexão

- Quantas vezes encaramos as críticas dos outros como uma pedra? Dando importância à pedra...
- Quantas vezes ficamos a pensar se de facto será ou não verdade aquilo que de menos bom nos apontam?
- Mais importante do que deixar-se abater com as coisas menos boas que nos dizem e/ou acontecem, é saber retirar lições desses momentos. As dificuldades podem ser desafios. Já agora - STOP – vale a pena pensar nisto.

Oração

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
DIOCESE DO ALGARVE | FARO

Segue-me!
Estou contigo
18/19

2º- 3º ciclos

QUARESMA

5ª FEIRA || 21 de março

INTENÇÃO DE ORAÇÃO DO PAPA FRANCISCO- COMUNIDADES CRISTÃS PERSEGUIDAS

Bom dia! Hoje de modo particular juntamo-nos à intenção de oração do Papa Francisco para este mês: ele pede que se reze pelas comunidades cristãs perseguidas.

Texto

<https://youtu.be/HPGEvdu8aCM>

Reflexão

STOP- Este é um momento de pudermos fazer silêncio e pensar em tantos cristãos que sofrem pela sua fé. (um breve silêncio)

Oração

Um aluno que faz a oração

“Pedi e vos será dado; buscai e achareis; batei e abrir-se-vos-á. Porque todo aquele que pede, recebe, e quem busca, encontra; e a quem bate, abrir-se-á”. [Mt 7] Senhor, que eu esteja disposto a fazer alguma coisa pelos cristãos perseguidos. Se estou num lugar onde possa fazer a diferença, que o faça com generosidade; se estou longe, posso rezar, pedir, ser próximo de outra forma. Uno esta minha oferta à Rede Mundial de Oração do Papa, que reza pelos nossos irmãos e irmãs perseguidos por causa da sua fé.

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

2.º- 3.º ciclos

QUARESMA

6ª FEIRA || 22 de março

O SEMÁFORO

Bom dia! Terminamos a semana com um pequeno vídeo que nos leva a ver como um pequeno pormenor, algo insignificante, pode mudar o nosso dia ou o dia de alguém.

Texto/ Vídeo

https://drive.google.com/file/d/1hzpFeNwyNAm1SCDAM1R_al2_pYsNZ5Zd/view?usp=sharing

O Semáforo

Reflexão

Que Mensagem podemos tirar?

(Os alunos farão a sua síntese)

Oração

Senhor, ajuda-me a descobrir as coisas boas da vida e a partilhar com todos.

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.