



2ª Feira, 13 de março de 2023

**COM MARIA... ENCONTRO-ME COM OS OUTROS!**Música | <https://www.youtube.com/watch?v=PCKhUSjrUiE>Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. **Ámen.**

**Bom dia.** Começou a 3.ª semana da Quaresma e ontem escutámos o Evangelho do encontro que Jesus teve com a Samaritana e que nos deixa uma imagem de Vida, de uma vida diferente.

Jesus ensina-nos que a Quaresma é um tempo especial de encontro com Ele através dos outros. É na presença dos outros que O podemos encontrar. Esta semana somos convidados a viver a atitude do **RESPEITO**. Vamos ouvir a história:

### SABER CUIDAR

Era uma vez uma planta que nasceu no meio das pedras. Não se sabe bem como lá conseguiu crescer e ser um sinal de vida no meio de tanta dureza. Com o tempo brotou, dessa plantinha, uma linda flor.

Certo dia passou uma jovem e ficou encantada com ela. Cortou-a e colocou-a numa jarra em casa. Mas após uma semana a flor acabou por morrer.

A plantinha deu outra flor. Um dia passou por ali um homem, viu-a, agradeceu a Deus a beleza daquela flor e deixou-a no mesmo sítio. Alguns dias depois veio uma tempestade e a flor morreu.

Algum tempo depois a plantinha deu ainda outra flor. Passou por ali uma criança e achou que aquela flor era parecida com ela: bonita, mas sozinha. Decidiu voltar todos os dias. Um dia regou, outro dia podou, depois fez um canteiro.

Um mês depois, o sítio onde antes só havia pedras e uma flor tinha-se tornado num lindo jardim!



**Faz os outros alegres** | As nossas amizades, que podem surgir de pequenos encontros, exigem de nós atenção e cuidado.

- Tal como aquelas flores, não as podemos arrancar à força nem fingir que não reparamos.
- As amizades necessitam de ser cultivadas diariamente. Os outros precisam de tempo e da nossa presença.
- O mesmo acontece com Jesus. Ter tempo para os outros é, ter tempo para Jesus!



**Celebra...** | ... procurando, ao longo desta semana, dedicar tempo a alguém que precise da tua presença. Visita alguém que saibas que está sozinho!

**Vamos rezar!** | Nossa Senhora, que foste ao encontro de Isabel, levando o teu filho Jesus, pedimos-te por todos aqueles com quem nos encontramos no dia-a-dia. | *Pai nosso...* | **S. João Bosco**, *rogai por nós.*

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



3ª Feira, 14 de março de 2023  
**COMO É BOM TER AMIGOS!**



Música | <https://www.youtube.com/watch?v=g0UVa8lvvXY>



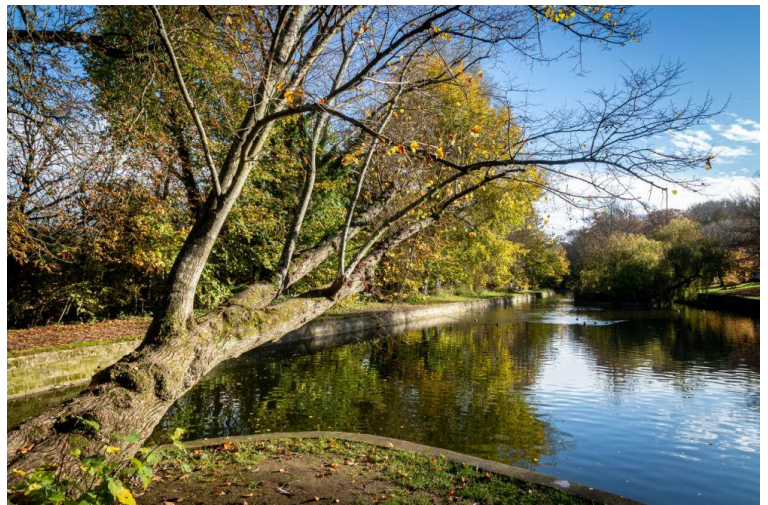
Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. **Ámen.**

**Bom dia.** Quando me encontro com os outros, é nesses encontros que vou percebendo quem são os meus amigos! E é tão bom ter amigos! Não concordam? Mas existem pessoas que não conseguem arranjar amigos. Porque será? Escutemos a história:

### A ÁRVORE À BEIRA DO RIO

Era uma vez um salgueiro. Vivia plantado à beira rio, longe do pó dos caminhos e gozava de solidão, de paz relaxante, de humidade, da música criada pela água e do chilrear dos pássaros.

Achava-se uma árvore feliz. Não podia desejar nada melhor. Os seus ramos curvavam-se sobre as águas calmas do rio que



refletia a sua imagem como se de um espelho se tratasse.

Nunca, pelo seu espírito, passou a mínima sombra de inveja. Nem sequer se importava com a existência de outras árvores. Achava que não precisava de nada nem de ninguém.

Assim passou meses e anos em contemplação e pensativo, sempre a olhar-se no espelho da água a admirar-se, inclinado como estava sobre as águas do rio.



O tempo foi passando e um dia quis experimentar erguer-se e observar o que se passava à sua volta, mas, surpreendentemente, deu-se conta de que já não conseguia. Estava demasiado curvado a olhar para baixo e não conseguia endireitar-se.

Esteve quase para pedir ajuda, mas sentia vergonha, por não conseguir levantar-se; ele que sempre foi tão bonito e vistoso.

Pouco a pouco, começou a entristecer-se. O seu encanto parecia perdido. Sentia que tinha perdido algo de importante quando se centrou demasiado em si mesmo sem dar atenção ao que se passava à sua volta. Agora que fazia silêncio dentro de si, conseguia ouvir as conversas alegres que chegavam de outras árvores relativamente próximas e com quem ele nunca falou.



**Faz os outros alegres** | O salgueiro esteve demasiado tempo sozinho, a olhar para o seu reflexo. Faz lembrar aqueles meninos muito vaidosos, que só pensam em si e que têm poucos amigos.

- Podemos achar, algumas vezes, que é bom estar sozinhos! E é, mas só de vez em quando. Por outro lado, é muito triste quando não temos amigos com quem brincar, contar como foi o dia ou como me sinto. É no encontro com os outros que podemos ser felizes, e ser amigo é tão bom!!!

- Aceitarmo-nos como somos, aceitar o outro como é, é caminho para uma grande amizade.



**Celebra...** | ... escrevendo um bilhete a algum colega que consideres teu amigo e conta-lhe algo do dia de hoje! É como se estivesses a falar com Jesus!

**Vamos rezar!** | Senhor Jesus, ajuda-nos a reconhecer que temos valor e que podemos partilhar as nossas qualidades com todos aqueles que se cruzam connosco. | *Avé Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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





4ª Feira, 15 de março de 2023

**RESOLVER CONFLITOS COM OS AMIGOS****Música** | [https://www.youtube.com/watch?v=9K\\_-AKMnur8&t=51s](https://www.youtube.com/watch?v=9K_-AKMnur8&t=51s)**Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amen.**

**Bom dia.** Resolver conflitos com aqueles que amamos é sempre mais fácil! Mas, nem sempre é fácil quando se trata de pessoas que não são boas para nós ou que não têm paz dentro de si.

**O tigre**

Uma vez, um jovem foi ter com um velho sábio e disse-lhe:

- Tenho um amigo insuportável. Não me escuta, fala-me asperamente. Que hei de fazer para que ele mude?

O sábio respondeu:

- Tenho uma receita. Traz-me um bigode de um tigre vivo e direi o que deves fazer.

O jovem retirou-se. Achou a receita estranha e difícil, mas tentou. Pegou em arroz e carne, e foi para junto de uma toca onde vivia um tigre. Quando ele saiu, estendeu-lhe ao longe os alimentos. O tigre não reagiu e ela foi-se aproximando cada vez mais.

Fez isto várias vezes, até que, um dia, conseguiu chegar mesmo junto do tigre e este comeu os alimentos que levava. Nesse dia, disse-lhe:

- Tigre amigo, preciso de um dos teus bigodes. Não te zangues comigo.

O jovem arrancou-lhe, então, um dos bigodes e correu feliz para casa do sábio. Este perguntou-lhe:

- Como é que o conseguiste?

Ele respondeu:

- Fui várias vezes ter com o tigre e, a cada vez, tratei-o com mais carinho. Tive paciência, nunca lhe falei asperamente, fazia-lhe festas, sorria-lhe...

O sábio respondeu:



- Pois é assim que deves tratar o teu amigo. Se conseguiste mudar um animal selvagem, sedento de sangue, sem dúvida que podes fazer o mesmo com o teu amigo.



**Faz os outros alegres** | No meio dos conflitos há sempre uma oportunidade para quem se quer encontrar verdadeiramente com o outro, para quem quer construir a paz e a amizade.



**Celebra...** | ... procurando ter uma atitude positiva e construtiva para com todos da sala de aula. Ser pessoa de paz, aceitando a todos!

## Hoje temos uma atividade no Colégio



## CNSA: PEACE RUN

### CERIMÓNIA PEACE RUN -

15 de março às 15h30

A **Sri Chinmoy Oneness-Home Peace Run** é uma corrida de estafeta a nível mundial que oferece a todas as pessoas a possibilidade de poderem expressar os seus desejos de paz. Desde o momento em que foi fundada em 1987, grupos de voluntários de vários países, transportam uma tocha flamejante, visitando escolas, promovendo uma cultura de harmonia em todas as comunidades locais.

Ao visionário da Paz e fundador desta corrida, Sri Chinmoy, juntaram-se várias individualidades que através da sua participação neste evento incentivaram e partilharam as suas esperanças para um mundo mais pacífico. Destacam-se a nível internacional: Suas santidades Papa Francisco e Papa João Paulo II, Santa Madre Teresa de Calcutá, Mikhail Gorbachev, Nelson Mandela e Carl Lewis. Em Portugal: O Presidente Marcelo Rebelo de Sousa, Catarina Furtado, Dulce Félix, Rui Costa, Sérgio Conceição, Nuno Delgado, entre muitos.



A Peace Run não procura angariar dinheiro ou obter protagonismo associado a qualquer causa política. Apenas tem como meta desenvolver um sentimento de boa vontade entre as pessoas, de todas as nações. Corremos juntos para acelerar os esforços da humanidade na transformação deste nosso mundo num lar de união e paz.

**Vamos rezar!** | Concede-nos, Senhor, a capacidade de terminar com as discussões e zangas, sendo capazes de ajudar com aquilo que está ao nosso alcance. | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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



5ª Feira, 16 de março de 2023  
**BONS COMPORTAMENTOS**



Música | <https://www.youtube.com/watch?v=PjbVml47ca8>



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

**Bom dia.** Hoje é dia de aprender que não são os outros que nos dizem como nos devemos comportar! Temos de aprender a saber reagir, até quando achamos que os outros não estão a ser corretos connosco. Vejamos a seguinte história:

### Vídeo

Clicar em [https://www.youtube.com/watch?v=38y\\_1EWIE9I](https://www.youtube.com/watch?v=38y_1EWIE9I)



**Faz os outros alegres** | Se vocês fossem o jovem, o que teriam feito?

*[ouvir as respostas]*

- É impressionante a forma como o jovem não ficou maldisposto, nem reclamou. Ele continuou com a mesma postura; sempre bem-disposto.
- É importante saber escolher bons comportamentos, pois estes são os que nos ajudam a encontrar os outros e a marcá-los interiormente!



**Celebra...** | ... hoje, sendo capaz de deixar um sorriso no rosto de alguém pelas escolhas que fazes!

**Vamos rezar!** | Senhor Jesus, ajuda-nos a fazer as escolhas mais acertadas sobre a forma como devemos viver. Que saibamos pensar sempre mais no bem do outro do que no nosso. | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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





6ª Feira, 17 de março de 2023

TEMPO DE JESUS

Música | <https://www.youtube.com/watch?v=AEFT7YS4KQY>

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

**Bom dia.** Hoje começamos o dia a dizer que Deus é bom. E é mesmo! Escutemos o Evangelho do próximo domingo e iremos perceber o quanto Ele está disponível para amar a todos!

### Vídeo

Clicar em <https://bit.ly/3ZDACmc>

**Faz os outros alegres** | Às vezes, somos como aquele cego: não conseguimos ver quem precisa de nós; ou somos surdos no amor, por não conseguirmos escutar os outros; paráliticos na bondade por não irmos ao seu encontro; ou intocáveis no perdão por não os quisermos perdoar. - Mesmo assim, Deus continua a estar de braços abertos para nos receber! Ele continua a amar-nos apesar das nossas incapacidades!



**Celebra...** | ... fazendo companhia a um colega que precisa da tua ajuda ou do teu perdão! Sê presença de Jesus para alguém que encontres hoje!

**Vamos rezar!** | Senhor Jesus, que fazes os cegos tornarem a ver dá-nos a graça de ver quem precisa de ajuda, perdão e amor. | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**

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