



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIR**

24-25

1º CICLO

“TRANSFORMA-TE!”

ABERTURA À TRANSCENDÊNCIA

2ª feira, 26 de maio de 2025

ITINERÁRIO DA PÁSCOA

**Bom dia** | Continuamos a viver o tempo pascal, sim, a Páscoa ainda está a acontecer. Jesus aparece e torna a aparecer no seu corpo ressuscitado para nos dizer que aquilo que dizia era mesmo verdade!!! Acreditas?

Clicar em <https://www.youtube.com/watch?v=btrMRSq-ZDM>

**Confia** | Jesus morreu por ti e por mim, para nos dizer o quanto nos ama. Deixou-nos a certeza de termos um céu à nossa espera. Que bom que Deus é para nós! Somos seus filhos muito amados! **E tu, sentes-te amado por este Pai, Criador do céu e da terra? Durante o dia de hoje agradece-Lhe!**

[Breve momento de silêncio para refletir]

**Reza** | Jesus Ressuscitado, ensina-nos a amar os outros como só Tu sabes amar, para sermos Tua presença no meio dos meus amigos | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIR**

24-25

1º CICLO

3ª feira, 27 de maio de 2025

**DESCOBRIR A BELEZA INTERIOR**

**Bom dia** | Hoje, queremos falar-vos da beleza que cada um tem interiormente. Somos muito bonitos! Sim, é verdade que uns podem ser altos demais ou gordos demais ou ou ou... mas o que nunca é demais, é a beleza que cada um tem por dentro.

### **O que torna alguém bonito por dentro**

Era uma vez uma borboletinha chamada Luna. Vivia num jardim cheio de flores coloridas. Mas Luna era diferente, pois as suas asas não tinham muitas cores e ela achava-se feia. Sempre que via as outras borboletas a brilhar e dançar pensava para si que não era tão bonita como elas.

Um dia, uma flor chamada Clarinha disse-lhe:

— “Luna, tu sabias que todas as borboletas têm uma beleza especial por dentro?”

— “Por dentro?”, perguntou Luna surpreendida.

— “Sim!”, disse Clarinha. “Tu és gentil com todos, ajudas os amigos e tens um coração cheio de alegria. Essa é a beleza que nunca desaparece!”

Luna ficou pensativa. Naquele dia ajudou um besourinho que não conseguia voar, fez companhia a uma flor sozinha e sorriu para todos ao seu redor. De repente, sentiu uma luz a brilhar dentro de si.

E adivinhem? As outras borboletas começaram a notar como era bom estar perto dela. Luna descobriu que a verdadeira beleza está no coração, na forma como tratamos os outros!

**Confia** | É muito importante saber passar do exterior para o interior e conhecer a beleza do outro, em profundidade. **És capaz de olhar os outros em profundidade e ser amigos daqueles que fisicamente ninguém gosta? O que fazes para te aproximares?**

**[Breve momento de silêncio para refletir]**

**Reza** | Senhor Jesus, ajuda-me a amar a minha beleza interior e a dar mais valor a isso do que ao exterior | *Ave Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIA**

24-25

1º CICLO

4ª feira, 28 de maio de 2025

**BELEZA E MISTÉRIO DO MUNDO**

**Bom dia** | Tudo nos é dado, sabiam? Olhamos ao nosso redor e percebemos que a natureza tem tanto de belo como de mistério. De onde vem a perfeição de cada coisa, a beleza das cores, ... de onde vem? De Deus! A beleza só pode vir do autor da beleza!

Clicar em <https://youtu.be/izmVgFXWbwg?si=Fo6RsR33ItsEa3ud>

**Confia** | Tudo é dom de Deus. O sol que nasce todos os dias, o mar que se enche de ondas, o nosso coração que bate sem que dependa de nós. A nossa vida é um dom extraordinário que é fruto do imenso amor de Deus por nós. **Sou capaz de reconhecer e agradecer pelos dons que Deus me oferece? Identifica algo em ti que seja bom e agradece!**

**[Breve momento de silêncio para refletir]**

**Reza** | Senhor Jesus, ajuda-me a reconhecer e agradecer pelos tantos dons que, tantas vezes, me passam despercebidos ou que dou por garantidos. | **Avé Maria... | Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIR**

24-25

1º CICLO

5ª feira, 29 de maio de 2025

**ENCONTRAR PAZ INTERIOR**

**Bom dia** | Encontrar paz interior e escutar o silêncio pode ser um desafio, mas é possível! Escutemos a história do Tico.

### **O Sapo que Queria Ver as Estrelas**

Era uma vez um sapo chamado Tico, que morava numa lagoa cheia de barulho: rãs a coaxar, patos a nadar de um lado para o outro e folhas a cair sem parar. Tico estava sempre a saltar de um lado para o outro e nunca tinha tempo para parar.

Mas o Tico tinha um sonho: queria muito ver as estrelas.

Os outros animais riam-se: “Estrelas? Isso é coisa para pássaros, Tico!” Mas ele não desistia.

Uma noite, cansado de tanto saltar, Tico resolveu fazer uma coisa diferente: parou. Simplesmente parou, respirou fundo e deitou-se numa pedra à beira da lagoa. Fechou os olhos um instante... e quando os abriu, lá estavam elas — as estrelas! Brilhavam no céu escuro, silenciosas e lindas.

Naquele momento, o Tico sentiu algo que nunca tinha sentido antes: uma calma dentro do peito, como um abraço quentinho. “Talvez ver as estrelas só seja possível quando o coração fica quieto por dentro”, pensou.

Desde essa noite, o Tico aprendeu a parar um bocadinho todos os dias para respirar, escutar o silêncio e agradecer pelas pequenas belezas da vida.

**Confia** | A história do Tico ensina-nos que, às vezes, para encontrar a serenidade e paz interior precisamos de escutar o silêncio com o coração. **E tu, és capaz de parar todos os dias para respirar, escutar o silêncio e agradecer? Faz esse exercício durante o dia de hoje!**

**[Breve momento de silêncio para refletir]**

**Reza** | Senhor Jesus, ensina-me a escutar-Te no silêncio e a encontrar em Ti a serenidade e paz interior. | **Avé Maria...** | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIA**

24-25

1º CICLO

6ª feira, 30 de maio de 2025

**VISITAÇÃO DE NOSSA SENHORA**

**Bom dia** | Amanhã é o último dia do mês de maio, o mês da Mãe Maria. E terminamos com uma festa: a visitação de Nossa Senhora a sua prima Isabel. Escutemos o vídeo:

Clicar em [Visitação.mp4](#)

**Confia** | Maria está sempre a ensinar-nos, desta vez, diz-nos que o mais importante é termos o coração aberto para ajudar os outros. Quando damos do nosso tempo e da nossa ajuda aos outros que precisam de nós, é aí que encontramos a verdadeira felicidade: no fazer feliz os outros! **Que podes fazer, hoje, para deixar alguém feliz com a tua ajuda?**

**[Breve momento de silêncio para refletir]**

**Reza** | Senhor Jesus, a exemplo da Tua Mãe, ensina-me a ter o meu coração sempre disponível para os outros. E também disponível para o que me pedes | *Avé Maria...* | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**