AVANÇAMOS NA ESPERANÇA
CONFIA
24-25

2º CICLO

"CUIDA!"

CUIDA DO TEU CORAÇÃO

2ª feira, 03 de fevereiro de 2025

SER EM VEZ DE PARECER

Bom dia | A relação com o outro pressupõe um cuidado mútuo; estarmos atentos à outra pessoa, mas também estarmos atentos a nós próprios. Só cuidando de nós podemos estar atentos às necessidades dos outros.

Há pessoas que não lutam para "ser" alguém,
mas para terem "alguma coisa";
Não se apaixonam para preencher a alma,
mas para ocupar um posto;
Não perguntam o que têm por dentro,
mas o que vai colocar por fora.

(José Luís M. Descalzo, Razões para a Alegria)

Confia | Seria bom preocuparmo-nos mais com o "ser" do que com o "parecer". Isto é, sermos capazes de nos despojar de tudo aquilo que são aparências em nós e que não corresponde a quem somos realmente. **Qual a tua maior preocupação: ser quem és ou fingires ser outra pessoa para ser aceite?**

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Peçamos ao Senhor que nos ajude a gostar de nós mesmos, a ser pessoas genuínas e não disfarçadas. **| Todos:** *Inspirai, Senhor, as nossas ações e ajudai-nos a realizá-las, para que em vós comece e termine tudo aquilo que fizermos. Ámen.* **| Nossa Senhora Auxiliadora**, *rogai por nós.*

AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

CONFIA

24-25

2º CICLO

3ª feira, 04 de fevereiro de 2025

UM CORAÇÃO DESAPEGADO

Bom dia | Num tempo recente, um rei rico e generoso ajudava o seu povo e, quanto mais dava, mais as suas riquezas cresciam. Um sábio, intrigado, perguntou o segredo. O rei deu-lhe uma vela e pediu que percorresse o palácio para ver as riquezas que tinha, mas sem deixar a chama apagar. No fim, o sábio, preocupado em não deixar apagar a vela, não viu as riquezas. Com o olhar cheio de misericórdia o rei revelou-lhe o seu segredo:

- Pois! É assim que eu vivo: eu tenho toda a minha atenção voltada para manter acesa a chama da minha vida e da vida do meu povo. E, embora tenha muitas riquezas, elas não me afetam, porque o meu amor pelo meu povo e a preocupação pelo bem dele é mais forte que todas as riquezas.

Confia | A nossa vida e o amor que nela existe é sempre mais forte que todas as riquezas. Por isso, é bom que nunca nos deixemos afetar pelos bens que temos, mas que partilhemos tudo aquilo que somos e temos para tornar mais felizes os outros, mantendo viva em nós a chama do amor.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Rezemos a Deus que sendo rico se fez um de nós em Jesus para a todos nos enriquecer com o seu amor, peçamos-Lhe um coração generoso e bondoso. **|**Avé Maria…**|** **Nossa Senhora Auxiliadora***, rogai por nós.*

AVANÇAMOS NA ESPERANÇA
CONFIA
24-25

2º CICLO

4ª feira, 05 de fevereiro de 2025

UM CORAÇÃO PURO

Bom dia | Já imaginaram colocar um pouco de cinzas num copo de água? Certamente a água fica turva. Depois, se mandarmos essa água turva ao mar, ela dispersa-se e o mar permanece inalterado. Assim como a imensidão do mar absorve e purifica a água turva, assim um coração dentro do imenso amor de Deus retorna à sua pureza original.

Confia | Jesus deixou-nos uma forma de purificar o nosso coração. Quando nos confessamos, a culpa, o arrependimento, a tristeza, desaparecem, porque o amor de Deus apaga tudo isso. Quando tiveres oportunidade, confessa-te. Verás como te sentirás muito mais aliviado.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Rezamos o Salmo 50 em dois coros:

Coro 1 - Tem compaixão de mim, ó Deus, pela tua bondade;
pela tua grande misericórdia, apaga o meu pecado.
Reconheço as minhas culpas
e tenho sempre diante de mim os meus pecados.

Coro 2 - Tu aprecias a verdade no íntimo do ser
e ensinas-me a sabedoria no íntimo da alma.
Purifica-me com o hissope e ficarei puro,
lava-me e ficarei mais branco do que a neve.

Coro 1 - Desvia o teu rosto dos meus pecados
e apaga todas as minhas culpas.
Cria em mim, ó Deus, um coração puro;
renova e dá firmeza ao meu espírito.

Todos - Glória ao Pai e ao Filho e ao Espírito Santo,
Como era no princípio, agora e sempre. Ámen.

| Nossa Senhora Auxiliadora, *rogai por nós.*

AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

CONFIA

24-25

2º CICLO

5ª feira, 06 de fevereiro de 2025

O VALOR DO NOSSO INTERIOR

Bom dia | Um padre de uma aldeia organizou uma procissão, onde a antiga imagem de Nossa Senhora foi colocada numa velha carroça e percorreu todas as ruas esburacadas da freguesia. Durante o trajeto, com tantos solavancos, a imagem acabou por cair ao chão. O povo gritou, surpreendido, ao ver que, por baixo dos pedaços de gesso quebrados, resplandecia uma belíssima imagem de prata. Descobriu-se que a imagem havia sido escondida sob o gesso para protegê-la de ladrões.

Confia | Muitas vezes damos mais atenção ao exterior do que ao interior. Queremos vestir bem, andar com penteados da moda, ser mais magro… mas esquecemos que o que tem mais valor é o interior: os nossos valores, dons, convicções, a nossa fé… **Dás mais importância ao exterior ou ao interior?**

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Peçamos a Nossa Senhora que, pela simplicidade e humildade, possamos quebrar o "gesso" exterior que não nos deixa ver a riqueza interior. **|** *Ave Maria...* **|** **Nossa Senhora Auxiliadora***, rogai por nós.*

AVANÇAMOS NA ESPERANÇA
CONFIA
24-25

2º CICLO

6ª feira, 07 de fevereiro de 2025

FAZ-TE AO LARGO

Bom dia | Naquele tempo Jesus subiu para o barco de Simão Pedro e pediu-lhe que se afastasse um pouco da terra e, do barco, começou a ensinar a multidão.
Depois disse a Simão:
– Faz-te ao largo.

Confia |A vida ou a vocação de uma pessoa é como um rio que se faz ao mar. Diz-se que, mesmo ao entrar no oceano, o rio treme de medo. O oceano, é tão vasto que entrar nele nada mais é do que desaparecer para sempre. Mas não há outra maneira. O rio não pode voltar. Tem de ir em frente. O rio precisa de arriscar e entrar no oceano. E somente quando entra no oceano é que o medo desaparece. Porque só então o rio saberá que não se trata de desaparecer no oceano, mas tornar-se oceano. Será apenas um renascimento. Assim somos nós. Voltar atrás é impossível.
Temos que ir em frente, arriscar e navegar mais além. Faz-te ao largo tu também. **Coragem, torna-te oceano.**

Reza | Avé Maria… **|** **Nossa Senhora Auxiliadora**, *rogai por nós.*

2ª opção: https://www.youtube.com/watch?v=PkcZPRDFSbI