



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIA**

24-25

2º CICLO

**“CUIDA!”**

**CUIDA DE TI MESMO**

**2ª feira, 10 de fevereiro de 2025**

**SER REFLEXO DE DEUS**

**Bom dia** | “Recebi com mansidão a Palavra em vós semeada, a qual pode salvar as vossas almas. Mas tendes de a pôr em prática e não apenas ouvi-la, enganando-vos a vós mesmos. Porque, quem se contenta com ouvir a palavra, sem a pôr em prática, assemelha-se a alguém que olha num espelho; mal acaba de se ver, sai dali e esquece-se de como era.” (Tiago 1, 21-23)

**Confia** | Todas as caras no mundo são espelhos. Devemos deixar que Jesus transforme o nosso ser para sermos o reflexo do Seu Amor e Testemunha viva da Sua ação em nós. **Que reflexo achas que transmite a tua cara?**

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

**Reza** | Com fé e confiança pedimos a Deus, através de Maria, Nossa Mãe, que nos ajude a viver felizes para sermos rostos felizes para todos aqueles com quem nos encontramos diariamente. | **Avé Maria... | Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA  
**CONFIA**  
24-25

2º CICLO

3ª feira, 11 de fevereiro de 2025

**UM SEGREDO DENTRO DE NÓS**

**Bom dia** | Uma folha de papel que se encontrava sobre uma secretária, junto a outras folhas iguais a ela, viu-se um dia coberta de rabiscos. Uma caneta, cheia de tinta preta, tinha traçado sobre ela muitos desenhos e palavras.

- Porque me trataste assim? - disse ressentida a folha de papel à caneta de tinta - Não podias evitar-me esta humilhação? Estava tão branca e limpa! Mas tu sujaste-me de preto e estragaste-me para sempre!

- Espera! - respondeu-lhe a caneta - Não te sujei, pelo contrário, revesti-te de símbolos. Antes não eras mais que uma simples folha de papel, agora converteste-te numa mensagem. Tu guardas um segredo. És algo valioso, agora.

**Confia** | Dentro de nós, todos guardamos bons “segredos” - qualidades, ideias, emoções, sensibilidades que costumamos esquecer de partilhar com os outros. **Qual é o “segredo” que mais valorizas em ti?**

[Breve momento de silêncio para refletir]

**Reza** | Há um segredo que todos guardamos dentro de nós: temos os rabiscos de Deus. Pedimos a Deus que nos ajude a ser mais conscientes disto, pois se assim suceder, passaremos automaticamente a gostar mais de nós mesmos. | **Avé Maria...** | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

**CONFIR**

24-25

2º CICLO

4ª feira, 12 de fevereiro de 2025

**A VIDA É UM PRESENTE**

**Bom dia** | A Mafalda estava tão preocupada com o trabalho que descuidou da sua saúde, sentindo-se cada vez mais cansada e triste. A mãe, apercebendo-se da situação, deu-lhe uma planta delicada, pedindo-lhe que cuidasse dela com atenção. A Mafalda ficou agradecida pelo presente, mas, devido à falta de tempo, não conseguiu cuidar da planta adequadamente e esta acabou por secar. Ao contar à mãe o sucedido, esta disse-lhe: “Já previa que isso ia acontecer. Agora deves cuidar de outra planta mais valiosa que és tu. Necessitas dos teus cuidados, da tua ternura, do teu tempo para seres feliz e dares fruto.

**Confia** | Dizia Dom Bosco que “a vida é um presente de Deus e o que fazemos dela é um presente para os outros”. Precisamos saber cuidar do nosso corpo, da nossa mente e do nosso espírito, para sermos felizes e fazer os outros felizes. **Que cuidados é que tens contigo?**

[Breve momento de silêncio para refletir]

**Reza** | Obrigado, Senhor, pela vida que nos dá. Que possamos servir-nos dela sempre para o bem. | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA  
**CONFIA**  
24-25

2º CICLO

5ª feira, 13 de fevereiro de 2025

**CRESCER EM VERDADE**

**Bom dia** | Recebi há tempos um telefonema na redação para fazer uma reportagem sobre um laboratório. Um laboratório especial: um laboratório de tentações! Fiquei entusiasmado. Que iria encontrar nesse laboratório? Pus-me a caminho. Quando lá cheguei, a pessoa que me acolheu era uma mulher simpática e calorosa, com ar descontraído e profissional. Depois de algumas palavras de circunstância, perguntei:

- Quem são os vossos clientes?

- É gente de todo o género: donas de casa, comerciantes, jornalistas, políticos, artistas e até padres... a nossa missão é difícil porque temos de dar uma resposta de qualidade a clientes muito diversificados. Cada cliente tem a sua tentação.

- Desculpe a ignorância – interrompi-a – mas quais são os vossos produtos? Creio que pensarão em produtos que induzam as pessoas em tentação: drogas, roupa sensual, armas, sei lá...

A mulher deu uma gargalhada sinceramente nervosa.

- Que horror! Que ideia má as pessoas têm de nós. Nós iríamos lá produzir esses produtos... nós produzimos segredos. Esconder um segredo é o que dá força à tentação.

(Adaptado de Nuno Tovar de Lemos, O Príncipe e a Lavadeira)

**Confia** | Esconder algo que fizemos de errado e tende a aumentar a tentação porque a falta de transparência pode gerar um ciclo de vergonha como também de medo de ser descoberto. A mentira toma conta da pessoa, perpetua-se e esta começa a viver numa mentira, numa vida dupla secreta. Daí a importância de não mentirmos e de assumirmos os nossos erros. Jesus, ajuda-nos a discernir entre a graça e a tentação; o bom e o mau. Que cada um de nós compreenda o que nos faz crescer e continuar o caminho da felicidade e rejeitar o que não nos preenche em plenitude.

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

**Reza** | Deus, concede-nos coragem para aprender a crescer, resistindo à tentação e vivendo em transparência e verdade. | *Ave Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA  
**CONFIR**  
24-25

2º CICLO

6ª feira, 14 de fevereiro de 2025

**BEM-AVENTURADOS SOIS VÓS**

**Bom dia** | Desiludido pela vida, um beduíno isolou-se no deserto. Depois de muito andar entrou numa gruta tão enigmática como a sua vida. Olhando as paredes nuas e frias, seguiu um rasto de luz.

– Entra, meu irmão – encorajou-o uma voz benévola.

Na penumbra viu então um eremita em oração.

– Tu vives aqui? – perguntou surpreso – Como consegues resistir sem conforto e longe de todos? Como podes ser feliz aqui?

O eremita sorriu:

– Eu vivo pobre, mas tenho um grande tesouro. Olha para cima – E apontou para uma pequena abertura no teto da gruta – Que vês?

– Não vejo nada.

– De certeza que não descobres nada?

– Só um pedaço do céu...

– Só um pedaço de céu?! E não te parece que é um tesouro maravilhoso?

Jesus Cristo apresenta-nos hoje uma proposta de felicidade. Muitas vezes a nossa felicidade parece um projeto adiado: Só seremos felizes quando tivermos isto, quando fizermos aquilo, quando chegarmos ali... Depois ficamos frustrados porque a felicidade continua mais à frente. A felicidade é um caminho. Aproveita todos os momentos que tens, eles são um cantinho do céu.

**Confia** | Jesus ensina-nos que ser feliz não depende das coisas que temos, mas de confiar em Deus. Mesmo quando estamos tristes ou a passar por dificuldades, Ele promete que tudo vai melhorar e que o céu está cheio de alegria para nós.

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

**Reza** | Jesus, ensina-nos a confiar em Ti nos momentos difíceis e a partilhar alegria com os outros, para sermos verdadeiramente felizes no Teu amor. | *Avé Maria...* | **Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**