



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA
CONFIR
24-25

3º CICLO

“Transforma-te”

Sob o olhar de Nossa Senhora

2ª feira, 19 de maio de 2025

Papa Leão XIV

Bom dia | A primeira saudação do novo papa Leão XIV

Caríssimos irmãos e irmãs, esta é a primeira saudação de Cristo Ressuscitado, o Bom Pastor, que deu a vida pelo rebanho de Deus. Também eu gostaria que esta saudação de paz entrasse no vosso coração, chegasse às vossas famílias, a todas as pessoas, onde quer que se encontrem, a todos os povos, a toda a terra. A paz esteja convosco!

Esta é a paz de Cristo Ressuscitado, uma paz desarmada e uma paz que desarma, que é humilde e perseverante. Que vem de Deus, do Deus que nos ama a todos incondicionalmente. Conservamos ainda nos nossos ouvidos aquela voz débil, mas sempre corajosa, do Papa Francisco que abençoava Roma, o Papa que, naquela manhã de Páscoa, abençoava Roma e dava a sua bênção ao mundo inteiro. Permitti-me que dê prosseguimento àquela mesma bênção: Deus ama-nos, Deus vos ama a todos, e o mal não prevalecerá! Estamos todos nas mãos de Deus. Portanto, sem medo, unidos de mãos dadas com Deus e uns com os outros, sigamos em frente! Somos discípulos de Cristo. Cristo vai à nossa frente. O mundo precisa da sua luz. A humanidade precisa d’Ele como ponte para poder ser alcançada por Deus e pelo seu amor. Ajudai-nos também vós e, depois, ajudai-vos uns aos outros a construir pontes, com o diálogo, o encontro, unindo-nos todos para sermos um só povo sempre em paz. Obrigado, Papa Francisco!

Confia | A saudação de Cristo Ressuscitado — “A paz esteja convosco” — não é apenas um desejo bonito, é uma missão que nasce do amor de Deus. É uma paz verdadeira, que nasce da cruz e da ressurreição, e que nos desafia a sermos construtores de pontes num mundo ainda cheio de muros. Esta paz não impõe, mas transforma; não domina, mas acolhe. Como discípulos de Cristo, somos chamados a seguir a sua luz e a irradiá-la onde houver medo, divisão ou solidão. Unidos a Deus e entre nós, somos enviados a ser sinal do seu amor no mundo. Que esta saudação de paz toque os nossos corações e nos leve a viver com coragem, humildade e esperança.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Peçamos a Nossa Senhora que nos mantenha sempre unidos a Jesus e alimentados por Ele, pão da vida. | **Avé Maria...** | **Nossa Senhora de Fátima**, *rogai por nós.*



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

CONFIA

24-25

3º CICLO

3ª feira, 20 de maio de 2025

Estamos todos a caminho!

Bom dia | Não vamos sozinhos. Às vezes, por acaso, parece. Parece que vivemos numa atitude de profunda e independente autossuficiência, mas depois sentimo-nos sozinhos. Erguemos muralhas à nossa volta para nos proteger dos outros, mas precisamos deles e do que podem ter para nos ensinar.

Estamos todos a caminho e, às vezes, comportamo-nos como atletas que vão ganhar uma medalha de ouro numa maratona. Queremos chegar primeiro, ver a luz antes de todos, ganhar o Céu antes de saber se vamos lá chegar sequer. É confortável viver nesta ilusão de controlar, de calcular, de medir forças com os que, afinal, não nos querem assim tão mal.

Custa-nos muito admitir, mas precisamos todos uns dos outros. Mais profunda e humanamente do que podemos, sequer, imaginar. E enquanto damos de comer à nossa autossuficiência e nos esquecemos de alimentar a nossa empatia, a nossa presença e o nosso cuidado com quem passa, acabaremos por morrer à fome na mesma.

Confia | Vivemos muitas vezes como se não precisássemos de ninguém, fechados em nós próprios, tentando controlar tudo. Mas a verdade é que somos frágeis e profundamente ligados. Precisamos dos outros para crescer, para aprender, para sermos verdadeiramente humanos. Só juntos, com empatia e cuidado mútuo, é que o caminho faz sentido. Ninguém se salva sozinho. O Céu é caminho de comunhão.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | - Senhor, liberta-me da ilusão de bastar-me a mim mesmo e ensina-me a precisar dos outros com humildade e amor. | *Pai nosso...* | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

CONFIA

24-25

3º CICLO

4ª feira, 21 de maio de 2025

Renascer... é tempo!

Bom dia | Renascer, permite-nos passar a perceber a vida com todas as suas variações. Os contrastes que fazem de nós perfeitamente humanos.

É importante não ficarmos presos nas velhas histórias, que se tecem à nossa volta. Viver as emoções quando têm de ser vividas. Voltar a ligar o interruptor. Aceitar a nossa experiência e ouvir o som da nossa voz.

Cantar a vida é sabê-la por inteiro. É regressar todos os dias para aqueles que lhe dão cor. É tantas vezes dançar numa corda bamba, e ao mesmo tempo, abraçar o mundo e construir um jardim dentro de nós.

Abre-te à magia, que cada dia tem para te dar. Despertar é uma viagem diária, de verdade contigo mesmo. Aceita-te na totalidade. Estamos aqui para expressar o que nos torna únicos.

"Eu, que simbolicamente morro várias vezes só para experimentar a ressurreição."
Clarice Lispector

Confia | Renascer é um ato de coragem. É permitir-se sentir, cair, recomeçar. É reconhecer os contrastes da vida e aceitar que em cada dia há beleza, mesmo na dor. É escutar a própria voz, celebrar quem somos, dançar com as incertezas e construir um jardim interior. Renascer é regressar ao essencial e redescobrir, com verdade, a luz que nos habita.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | - Senhor, ajuda-me a renascer em cada dia, com coragem para me aceitar, amar e viver com autenticidade. | *Ave Maria...* | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA
CONFIR
24-25

3º CICLO

5ª feira, 22 de maio de 2025

Ser infeliz dá menos trabalho

Bom dia | Há quem deseje fugir daqui para o céu e quem não se canse de procurar formas de trazer o céu para aqui. E há quem o encontre com facilidade no chão daqueles que caem e precisam de ânimo e forças para se erguerem mais uma vez.

Há quem julgue que está acima dos erros e, quando cai, a sua maior preocupação é a de esconder a sua fragilidade. É estranho, mas são esses os menos capazes de perdoar os outros. Vivem uma existência dividida entre o que são, o que querem parecer e o que deveriam ser.

Há quem se deixe ficar preso a realidades e hábitos insignificantes, apenas porque não está disposto aos inconvenientes de uma mudança de direção.

Não sejas dos que desistem de todas as belezas possíveis deste mundo. Não fujas, fica. Não sejas dos que dizem, mas não fazem.

Este mundo não precisa de palavras, mas de ações corajosas de quem é capaz de lágrimas sinceras ao partilhar o sofrimento dos seus irmãos. Precisa de quem se arrependa e de quem perdoe. Talvez hoje seja mais urgente do que nunca que haja quem seja capaz de uma vida de verdade e amor.

O céu e o mundo precisam de ti, precisam que sejas o melhor que possas ser. Não que sejas apenas mais um.

Confia | Vivemos entre o desejo de fugir para o céu e o desafio de o fazer nascer aqui, nas feridas do mundo. Há quem esconda a fragilidade, esquecendo que só quem cai pode levantar os outros. O mundo não precisa de perfeitos, mas de verdadeiros. Precisa de quem ama com coragem, perdoa com humildade e vive com autenticidade. Fica, age, ama. O céu passa por ti.

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Senhor, faz de mim alguém que não foge, mas que fica e ama; que não apenas fala, mas transforma com gestos de verdade e compaixão. | *Avé Maria ...* | **Nossa Senhora de Fátima, rogai por nós.**



AVANÇAMOS NA ESPERANÇA

CONFIA

24-25

3º CICLO

6ª feira, 23 de maio de 2025

FESTA DE NOSSA SENHORA AUXILIADORA

Bom dia | Recordamos esta Mãe do céu a quem D. Bosco tratava carinhosamente por Auxiliadora. Ela, a Mãe sempre presente na sua vida.

Sabias que?

A devoção a Nossa Senhora Auxiliadora surgiu nos primeiros séculos do cristianismo, mas só ganhou especial força a partir do século XVI, durante o período das perseguições religiosas. O título “Auxiliadora dos Cristãos” foi invocado pelo Papa Pio V, em 1571, quando ele pediu a intercessão de Maria para proteger a Europa cristã.

Em 1814, o Papa Pio VII, após o seu regresso triunfante a Roma, atribuiu a sua libertação e o renascimento da Igreja à intervenção de Maria Auxiliadora. O título foi oficializado em 1816, com a instituição da festa litúrgica de Nossa Senhora Auxiliadora, no dia 24 de maio, data que passou a ser celebrada pela Igreja, em todo o mundo.

Confia | Dom Bosco acreditava que a confiança e oração a Maria Auxiliadora era uma forma poderosa de ajudar os jovens a crescer. Dizia: “Confiai em Maria Auxiliadora e vereis o que são milagres!” **És capaz de confiar em Maria e acreditar que Ela te guia sempre? Hoje, procura uma imagem de Nossa Senhora e fica diante dela para Lhe agradecer pelas tantas maravilhas na tua vida.**

[Breve momento de silêncio para refletir]

Reza | Senhor Jesus, obrigada pela Mãe que nos deste, a Auxiliadora das 24 horas. Abre o nosso coração à sua orientação e ajuda-nos a crescer na confiança nesta boa Mãe. | **Avé Maria... | Nossa Senhora Auxiliadora, rogai por nós.**