

Semana de 9 a 13 de março de 2026

DESPERTA SOB O OLHAR DE JESUS | **QUANDO O CAMINHO PARECE ESTAR A
CHEGAR AO FIM**

Clicar no dia

2ª feira

3ª feira

4ª feira

5ª feira

6ª feira

BONS DIAS | ENSINO SECUNDÁRIO





2ªfeira, 9 de março de 2026

6ª ESTAÇÃO – UM GESTO QUE FAZ DIFERENÇA

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amen.



Bom Dia! *«Vimo-lo sem aspeto atraente, desprezado e abandonado pelos homens, como alguém cheio de dores» (Is 53, 2b-3a)*

O caminho é cada vez mais duro. A multidão empurra, os soldados gritam, Jesus quase não consegue levantar a cabeça. E, no meio de toda a violência, alguém rompe a barreira. Uma mulher aproxima-se. Não fala. Não protesta. Não enfrenta os soldados. Faz algo simples: limpa o rosto de Jesus. Um gesto pequeno. Quase invisível. Mas cheio de coragem.

Imagino o risco. Aproximar-se de um condenado não era seguro. Podia ser insultada. Podia ser empurrada. Mas ela não ficou só a olhar. Não ficou a comentar. Aproximou-se.

Hoje vivemos muito do nosso tempo atrás de ecrãs. Vemos sofrimento, vemos humilhações, vemos alguém ser gozado... e ficamos a assistir ou até a gravar para outros assistirem. Às vezes partilhamos. Às vezes ignoramos. Raramente nos aproximamos. Raramente temos algum gesto de compaixão.

Esta mulher, Verónica, não resolveu o problema. Não retirou a cruz dos ombros de Jesus. Não fez com que Ele deixasse de ser condenado. Mas fez a diferença com um simples gesto. E talvez seja isso que nos falte: menos comentários, mais gestos.



Desperta! Quando vês alguém a ser exposto, criticado ou humilhado — o que fazes? Ficas a assistir? Juntas-te ao grupo? Ou tens coragem de te aproximar? Hoje, que pequeno gesto concreto podes fazer por alguém?



Reza! Jesus, dá-nos coragem para não ficarmos indiferente. Ensina-nos a grandeza dos pequenos gestos de bondade. Faz de nós pessoas que se aproximam, que consolam e que respeitam. Que não sejamos meros espectadores do sofrimento, mas presença que faz diferença. | *Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor. Enviai, Senhor, o Vosso Espírito, e tudo será criado, e renovareis a face da terra.* | **S. Domingos Sávio, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



3ªfeira, 10 de março de 2026

7ª ESTAÇÃO – CAIR OUTRA VEZ

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amén.



Bom Dia! «A minha alma está prostrada por terra; dá-me vida segundo a tua palavra. A minha alma chora de tristeza; reconforta-me, segundo a tua palavra. Abraço as tuas ordens; não permitas, Senhor, que seja confundido» (Sl 119, 25.28.31)

O caminho parece não ter fim. A cruz continua pesada. O corpo já está bastante ferido. E, por causa de tudo isso, Jesus volta a cair.

A primeira queda já tinha sido dura. Mas esta... esta dói de outra forma. Porque é a segunda. Porque parece que já devia ter aprendido a equilibrar-se e a aguentar o peso. Porque já sabe o que custa levantar-se.

Fico a olhar para esta cena e penso nas minhas próprias “segundas quedas”. Quando prometo que não volto a fazer algo... e acabo por repetir exatamente o mesmo erro. Quando digo que vou mudar... e acabo por falhar outra vez. Quando achava que já estava mais forte... e percebo que continuo a ter as mesmas fragilidades.

As “segundas quedas” trazem algo muito pesado: a desilusão connosco próprios. Não é só o erro. É pensar: “Se isto aconteceu outra vez, nunca vou mudar.”

Mas Jesus não fica no chão. Não desiste. Levanta-se outra vez. Não porque seja fácil — mas porque quer mostrar que amor é maior do que qualquer queda.

E talvez crescer não seja nunca cair. Talvez seja aprender a levantar-se repetidamente.



Desperta! Há alguma “queda repetida” na tua vida? Algo que te faz pensar que não és capaz de mudar?

Quando falhas, desistes de ti? Ou tentas recomeçar?



Reza! Jesus, quando voltamos a cair nos mesmos erros, não nos deixes perder a esperança. Ensina-nos que a nossa fragilidade não é o fim da história. Dá-nos força para recomeçar as vezes que forem precisas. | *Inspirai, Senhor, as nossas ações e ajudai-nos a realizá-las, para que em Vós comece e termine tudo aquilo que fizemos.* | **S. Francisco de Sales, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



4ª feira, 11 de março de 2026

MISSÃO: SAIR DE SI PARA SERVIR

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amen.



Bom Dia! Hoje é dia 11. Na tradição salesiana, todos os dias 11 recordamos de modo especial a dimensão missionária deste carisma. Ser salesiano — e fazer parte de uma casa salesiana — não é apenas receber. É assumir o protagonismo de ser enviado a servir os outros.

Há algumas semanas alguns alunos do Secundário dos Salesianos de Lisboa e do Porto viveram a experiência da Missão ANIMA. Foram com o lema “Eu vim para servir”. Servir não é fazer coisas extraordinárias. É estar disponível. É reparar em quem necessita de ajuda. É dar tempo. É não passar ao lado. Nas próximas semanas, outros alunos do secundário de outras casas salesianas preparam-se para fazer a mesma experiência.

A missão começa sempre assim: quando deixamos de estar centrados apenas na nossa rotina, nos nossos interesses, nos nossos problemas, e damos espaço ao outro.

A Quaresma ajuda-nos precisamente nisso: a sair do centro, a deixar o egoísmo, a alargar o coração. Um cristão fechado em si não é missionário. Um cristão que serve torna-se sinal de Deus.

A missão não acontece só em países distantes. A missão começa aqui: na sala de aula, em casa, no recreio. Cada vez que escolho servir em vez de me impor. Cada vez que escolho ajudar em vez de ignorar quem precisa de ajuda.

Ser missionário não é sair do país para ir para longe. É sair de si.



Desperta! Quando ouves a palavra “missão”, pensas em quê? Algo distante? Ou algo que também te diz respeito? Nesta semana, que gesto concreto de serviço podes fazer? A quem podes dedicar tempo? Onde podes ser presença que ajuda?



Reza! Senhor Jesus, Tu vieste não para ser servido, mas para servir. Ensina-nos a viver com coração missionário. Que não fiquemos fechados em nós mesmos, mas disponíveis para quem precisa. | *Vinde, Espírito Santo, enchei os corações dos vossos fiéis e acendei neles o fogo do Vosso amor. Enviai, Senhor, o Vosso Espírito, e tudo será criado, e renovareis a face da terra.* | **S. Domingos Sávio, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



5ªfeira, 12 de março de 2026

8ª ESTAÇÃO – QUANDO A FÉ É SÓ EMOÇÃO

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amén.



Bom Dia! «Seguiam Jesus uma grande multidão de povo e umas

mulheres que batiam no peito e se lamentavam por Ele. Jesus voltou-se para elas e disse-lhes: “Filhas de Jerusalém, não choreis por mim, chorai antes por vós mesmas e pelos vossos filhos”» (Lc 23, 27-28)

Estou no meio da multidão. Vejo mulheres a chorar enquanto Jesus passa, esmagado pelo peso da cruz. Também eu sinto um aperto no peito. É impossível ficar indiferente a tanto sofrimento.

Mas, de repente, Ele pára. Mesmo cansado, mesmo ferido, encontra forças para olhar aquelas mulheres — e diz algo que me desinstala: «Não choreis por Mim; chorai antes por vós mesmas...»

Eu esperava que agradecesse. Que aceitasse a compaixão. Que se deixasse consolar. Mas não...

Percebo que Jesus não quer apenas lágrimas. Quer conversão. Não quer apenas emoção. Quer transformação. Percebo então que é fácil emocionar-me... difícil é deixar que essa emoção mude realmente a minha vida.

Também comigo é assim. Muitas vezes, comovo-me numa oração. Num retiro. Numa celebração. Numa missão. Sinto que quero ser melhor. Que quero mudar. Mas depois volto ao mesmo. Às mesmas atitudes. À mesma indiferença. Às mesmas desculpas.

Jesus não procura pena. Procura decisão. Não quer espectadores da Sua dor. Quer discípulos: pessoas que estejam dispostas a segui-l’O, a assumir escolhas concretas e a deixar-se transformar por Ele.



Desperta! A minha fé fica só no sentir ou mexe com as minhas decisões?

Que atitude concreta preciso de mudar esta semana? Onde continuo igual, apesar de saber que devia ser diferente?



Reza! Senhor Jesus, não deixes que a nossa fé seja apenas emoção. Dá-nos coragem para tomar decisões concretas e transformar a nossa vida de acordo com aquilo em que acreditamos. | **São João Bosco, rogai por nós.** | † Em nome do Pai e do Filho...



6ª feira, 13 de março de 2026

IV DOMINGO DA QUARESMA

† Em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo. Amen.



Bom Dia! Jesus encontra um cego de nascença e cura-o. A transformação neste homem foi de tal maneira profunda que nem os vizinhos são capazes de o reconhecer. Ora, o seu aspeto não mudou. Então, de que transformação se trata? Escutemos o Evangelho.

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo segundo São João (Jo 9, 1.6-9.13-17.34-38)

Naquele tempo, Jesus encontrou no seu caminho um cego de nascença. Cuspiu em terra, fez com a saliva um pouco de lodo e ungiu os olhos do cego. Depois disse-lhe: «Vai lavar-te à piscina de Siloé»; Siloé quer dizer «Enviado». Ele foi, lavou-se e começou a ver. Entretanto, perguntavam os vizinhos e os que o viam a mendigar: «Não é este o que costumava estar sentado a pedir esmola?». Uns diziam: «É ele». Outros afirmavam: «Não é. É parecido com ele». Mas ele próprio dizia: «Sou eu». Levaram aos fariseus o que tinha sido cego. Era sábado esse dia em que Jesus fizera lodo e lhe tinha aberto os olhos. Por isso, os fariseus perguntaram ao homem como tinha recuperado a vista. Ele declarou-lhes: «Jesus pôs-me lodo nos olhos; depois fui lavar-me e agora vejo». Diziam alguns dos fariseus: «Esse homem não vem de Deus, porque não guarda o sábado». Outros observavam: «Como pode um pecador fazer tais milagres?». E havia desacordo entre eles. Perguntaram então novamente ao cego: «Tu que dizes d'Aquele que te deu a vista?». O homem respondeu: «É um profeta». Replicaram-lhe então eles: «Tu nasceste inteiramente em pecado e pretendes ensinar-nos?». E expulsaram-no. Jesus soube que o tinham expulsado e, encontrando-o, disse-lhe: «Tu acreditas no Filho do homem?». Ele respondeu-lhe: «Quem é, Senhor, para que eu acredite n'Ele?». Disse-lhe Jesus: «Já O viste: é quem está a falar contigo». O homem prostrou-se diante de Jesus e exclamou: «Eu creio, Senhor».



Desperta! A vida deste homem que era cego transforma-se, mas ninguém à sua volta percebe como é que tal mudança aconteceu. Jesus não muda apenas o facto de passar a ver; muda a sua forma de olhar para o mundo, de perceber, de viver a vida. Quantas vezes também eu ando “cego” — preso a ideias, hábitos, medos ou julgamentos que me impedem de ver a verdade e a beleza do que me rodeia? Esta Quaresma é um convite a abrir os olhos do coração, a deixar que Deus me mostre aquilo que ainda não consigo perceber sozinho, e a caminhar na fé, mesmo sem ter todas as respostas.



Quais são as coisas que preciso de “ver” de forma diferente minha vida? Quais são as verdades que ainda não consigo ver e que me impedem de crescer e de seguir Jesus de verdade? Como posso abrir os meus olhos para aquilo que Deus quer mostrar-me?

 **Reza!** Senhor, abre os nossos olhos para ver a vida com os Teus olhos e ajuda-nos a acreditar no que não conseguimos aprender sozinhos. | *Pai Nosso...* | **S. João**, rogai por nós. | † Em nome do Pai e do Filho...