

# Estar alegre quando digo 'bom dia'



## 1º e 2º ciclos

### INTRODUÇÃO

Bom dia a todos. Iniciamos mais uma semana de aulas. Gostava de partilhar convosco um segredo para sermos alegres. Um dos segredos é cumprimentar toda a gente com um sorriso na cara, dizer 'bom dia', 'olá', 'como estás?'... Assim seremos simpáticos e felizes!

### TEXTO

#### A sabedoria do Samurai

Num país muito distante vivia um grande guerreiro já idoso que adorava ensinar a sua filosofia aos jovens. Apesar da sua idade, corria a lenda que ainda era capaz de derrotar qualquer adversário.

Certa tarde, um guerreiro conhecido pela sua falta de atenção aos outros, apareceu por ali. Era famoso por utilizar a técnica da provocação: distraia o adversário insultando-o, esperava que fizesse o primeiro movimento e, depois contra-atacava. Sabendo da fama do velho guerreiro, veio ali para o derrotar.

Todos os aprendizes alertaram o velho guerreiro, mas este aceitou o desafio. Foram todos para a praça da cidade, e o jovem começou a insultar o velho mestre. Atirou algumas pedras na sua direção, gritou todos os insultos conhecidos, até ofendeu os seus amigos e familiares.

Durante muito tempo fez tudo para o provocar, mas o velho mestre permaneceu calmo. No final da manhã, sentindo-se cansado, o jovem guerreiro foi-se embora.

Desiludidos pelo facto do mestre ter aceite tantos insultos e provocações, os discípulos perguntaram-lhe:

- Como pôde suportar tantas ofensas? Pareceu um medricas! Porque não o atacou e o fez calar?

- Se alguém vos trás um presente e não o aceitais, a quem pertence o presente? – perguntou o velho mestre.

- A quem quis entregá-lo – respondeu um dos discípulos.

O mesmo vale para os insultos, a má educação, a inveja, a raiva – disse o mestre. – Quando não são aceites, continuam a pertencer a quem os carrega consigo.

(Autor desconhecido, em Ilda Pires, A cobra e o pirilampo, pp. 38-39)

### REFLEXÃO

- Aquele jovem era muito mal educado! Nós não somos como ele!

- O dia torna-se mais alegre quando cumprimentamos os outros com um sorriso.

- Sabemos que às vezes não é fácil, mas o esforço por sorrir já nos dá uma recompensa.

- Querem fazer a experiência agora? Vamos cumprimentar-nos, sorrir e fazer sorrir mesmo os colegas mais tristes que ainda não acordaram! [aguardar que se cumprimentem]

- Veem como ficamos diferentes?! Vamos guardar esta atitude no nosso coração e usá-la bem, todos os dias.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Amen.

Pai Nosso... **S. João Bosco**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Estar alegre quando digo 'bom dia'



## 3º ciclo e Ens. Secund.

### INTRODUÇÃO

Bom dia! Este mês centramos a atenção para a alegria de Nossa Senhora. Dizia ela: “minha alma se alegra em Deus”. Há muito para dizer sobre a alegria. Contudo, foquemo-nos em coisas simples. Vamos guardar cinco palavras (ou se preferirem, cinco atitudes) que podem fazer toda a diferença na relação com os outros, e tornando-nos assim pessoas mais alegres.

### TEXTO

#### Um café com desconto

Um restaurante na Riviera Francesa decidiu premiar os clientes mais “educados” com descontos no café. No Petit Syrah, em Nice, na Côte d’Azur (sul da França), quem pedisse um café dizendo “olá” e “por favor” pagava menos.

O menu à porta do estabelecimento dizia que “um café” custa 7 euros; mas um “bom dia, um café por favor” custa apenas 1,40 euros.

Uma foto do menu foi colocada no Twitter por um jornalista local, e a história espalhou-se na internet.

Fabrice Pepino, dono do Petit Syrah, diz que a oferta começou como uma brincadeira, mas tem deixado os clientes mais sorridentes.

“Começou como uma piada, porque à hora do almoço as pessoas chegavam muito stressadas e às vezes eram mal educadas ao pedirem um café”, conta Pepino ao site anglo-francês *The Local*.

“Foi a nossa forma de dizer ‘fique calmo’. Sei que as pessoas costumam dizer que o atendimento francês é rude, mas também é verdade que os clientes são agressivos quando estão mais apressados.”

Pepino contou à *BBC* que, apesar da publicidade, o seu restaurante mudou pouco desde a iniciativa.

“Continuamos a ser um restaurante pequeno, para 18 pessoas, e queremos oferecer uma comida boa. Mas a iniciativa funcionou – está a fazer as pessoas sorrirem. Acho que é uma boa mensagem.”

Um efeito colateral é que alguns clientes agora tentam obter descontos ainda maiores no café pedindo-o com mais palavras educadas. “Alguns chegam e dizem ‘olá, bom dia, um café, por favor’. Mas não vou dar o café de graça”, diz Fabrice.

(<http://zap.aeiou.pt/um-cafe-com-desconto-se-faz-favor-8073>)

### REFLEXÃO

- A primeira expressão a reter hoje é “Bom dia” ou “Olá” ou “Boa noite”... que deverá ser sempre acompanhado de um sorriso.
- O dia torna-se mais alegre quando cumprimentamos os outros com um sorriso.
- Sabemos que às vezes não é fácil, mas o esforço por fazê-lo já nos dá uma recompensa.
- Querem fazer a experiência agora? Vamos cumprimentar-nos, sorrir e fazer sorrir mesmo os colegas mais sisudos que ainda não acordaram! ‘Bom dia!’ [aguardar que se cumprimentem]
- Veem como ficamos diferentes?! Vamos guardar esta atitude e usá-la bem, todos os dias.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Amen.

Pai Nosso... **Santo Inácio de Antioquia**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Sou alegre ao perdoar



## 1º e 2º ciclos

### INTRODUÇÃO

Bom dia. Ao longo desta semana vamos aprender quatro palavras muito importantes para sermos alegres. Ontem aprendemos que dizer 'bom dia', 'olá',... é muito importante! Hoje vamos aprender outra palavra: "perdoar-te".

### TEXTO

#### Escrever sobre a rocha

Conta-se que dois amigos, numa longa caminhada pela África, tiveram que atravessar um rio. Um deles nadava bem e na travessia fez questão de ajudar o seu amigo, ficando ao seu lado o tempo todo.

Ao chegarem à outra margem o amigo agradecido gravou numa rocha;

"Hoje, neste rio, o meu amigo arriscou a sua vida para me defender do perigo".

Passado algum tempo, os dois companheiros desentenderam-se e um bateu no outro.

No local da briga, o mesmo que tinha sido salvo do rio, escreveu na areia;

"Hoje, neste local, dois amigos discutiram".

Mais tarde, o outro amigo perguntou-lhe:

- Porque é que quando tiveste dificuldade a atravessar o rio escreveste na rocha, e hoje, quando discutimos, escreveste na areia.

Ao que o amigo lhe respondeu:

- Devemos escrever na rocha o que de bom queremos gravar para que fique sempre no nosso coração, e escrever na areia aquilo que precisa ser esquecido."

Assim mostrou ao amigo o valor do verdadeiro amor e perdão.

(adaptado de <http://ferinomasdoce.blogspot.pt/2013/10/uma-pequena-historia-de-amor-e-perdao.html>)

### REFLEXÃO

- Saber perdoar é muito importante
- Quando pedimos perdão a alguém mas estamos a fingir, acham que vai resultar? Acham que nos vamos esquecer do que aconteceu?
- O perdão tem de ser sincero; tem de vir do coração, para voltarmos a ser amigos de novo.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

Avé Maria... **Nossa Senhora Auxiliadora**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Sou alegre ao perdoar



## 3º ciclo e Ens. Secund.

### INTRODUÇÃO

Bom dia! Para ser alegre não é preciso grandes feitos. Ao todo serão apenas cinco palavras. Hoje reaprendemos o valor do perdão.

### TEXTO

#### Escrever sobre a rocha

Conta-se que dois amigos, numa longa caminhada pela África, tiveram que atravessar um rio. Um deles nadava bem e na travessia fez questão de ajudar o seu amigo, ficando ao seu lado o tempo inteiro.

Ao chegarem à outra margem o amigo agradecido gravou numa rocha;

“Hoje, neste rio, o meu amigo arriscou a sua vida para me defender do perigo”.

Passado algum tempo, os dois companheiros desentenderam-se e um bateu no outro.

No local da briga, o mesmo que havia sido salvo do rio, escreveu na areia;

“Hoje, neste local, dois amigos se desentenderam”.

Mais tarde, o outro amigo perguntou-lhe:

- Porque é que quando tiveste dificuldade a atravessar o rio escreveste na rocha, e hoje, quando discutimos, escreveste na areia.

Ao que o amigo lhe respondeu:

- Devemos escrever na rocha o que de bom queremos gravar para que fique sempre no nosso coração, e escrever na areia aquilo que precisa ser esquecido.”

Assim mostrou ao amigo o valor do verdadeiro amor e perdão.

(adaptado de <http://ferinomasdoce.blogspot.pt/2013/10/uma-pequena-historia-de-amor-e-perdao.html>)

### REFLEXÃO

- Pedir perdão ou perdoar é muito difícil. Queremos ter sempre razão, custa-nos reconhecer que errámos. Mas dizer “perdoa-me” ou “perdoe-te” é uma atitude libertadora, que nos faz muito felizes.

- Quando é feito com sinceridade, esquecemos a mágoa que guardamos no coração.

- Se gostamos de ser perdoados, perdoemos também os outros, pois que não o fizemos é porque não queremos ser felizes verdadeiramente.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Amen.

Pai Nosso... **S. Lucas, evangelista**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Sou alegre quando agradeço



## 1º e 2º ciclos

### INTRODUÇÃO

Bom dia. Hoje vamos aprender mais uma palavra muito importante, que deve acompanhar-nos sempre e em toda a parte. É a palavra 'obrigado'. Serve para agradecermos e torna-nos pessoas muito felizes e bondosas. Vamos escutar um pequeno texto que fala de um menino que conseguia tudo o que queria.

### TEXTO

#### O menino que conseguia

Ele conseguia. Simplesmente conseguia.  
Tudo que queria. O menino conseguia.

Um dia perguntaram que segredo ele tinha:  
A mãe dele respondeu  
Que Ele sempre agradecia!

Como assim agradecer?  
O que é que isso tem a ver?  
Criou-se um pequeno tumulto  
Todos o queriam entender.

Ele sempre agradece.  
Pronto. Simples assim.  
E eis que tudo acontece!

Mas é só agradecer?

Claro que não! – respondeu a senhora.

Também tem de fazer.  
Vai fazendo e agradecendo,  
E os milagres vão aparecendo.

Agradecer e fazer?  
Perguntou o jovem curioso.

A doce senhora respondeu:  
É bem simples de entender  
Deixa-me tentar explicar

Fixas uma ideia na cabeça.  
Acreditas. Agradeces.  
E comesças a trabalhar.

E a conversa prosseguia.  
Toda a gente foi entendendo  
Que, o que menino conseguia, era, na verdade,  
o que o menino fazia e agradecia!

(adaptado de <http://historiainfantilcomrimas.com/historias-infantis-bem-curtas/>)

### REFLEXÃO

- A gratidão torna-nos pessoas alegres. Quando nos fazem um favor, quando nos dão algo, quando nos prestam um serviço, devemos agradecer, dizer “obrigado!”.
- Ser agradecidos por tudo o que temos e somos, torna-nos pessoas generosas e alegres.
- Às vezes surgem-nos desafios: “Ah! Não consigo!”, “Não tenho isto ou aquilo!”. Mas se nos lembrarmos de todas as coisas boas que temos sem termos pedido nada, vemos como é possível ser felizes.
- Não nos esqueçamos da palavra de hoje: “obrigado”!

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. *Ámen.*

Pai Nosso... **S. Domingos Sávio**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... *Bom dia a todos!*



# Sou alegre quando agradeço



## 3º ciclo e Ens. Secund.

### INTRODUÇÃO

Bom dia! Hoje vamos guardar outra palavra que nos ajuda a ser pessoas mais alegres e fazer os outros alegres: é a palavra “obrigado”. Escutemos uma notícia que fala sobre a gratidão.

### TEXTO

#### Agradecimento público

Hoje em dia é normal pedir, reclamar, mas muito pouco agradecer. Todos nós, devido à nossa “vidinha” apressada, muitas vezes desapercibemo-nos do mais importante. Escrevo isto não só por aquilo que vejo mas essencialmente por aquilo que vivo.

Hoje todos nós devíamos dar mais valor ao que somos do que ao que temos. Por isso deixem que vos conte algo que deve realmente ser valorizado, falado e até mesmo proclamado, não aos “sete ventos” que ficam sem resposta mas aqui, para que todos os leitores possam saber.

Saber que hoje, ainda existem pessoas que se interessam. Hoje, ainda existem pessoas que se importam. Hoje, ainda existem pessoas que demonstram amor.

Começarei por falar de um menino que chamarei pelo nome de Pedro, que além de ter muitas dificuldades financeiras tinha essencialmente necessidades especiais. Especiais, porque não conseguia ver como os outros. E só quem sabe o que é não ver é que consegue perceber a dificuldade.

Como tal, houve alguém que se interessou pelo caso do Pedro, pois devido a carências financeiras, a sua família não poderia comprar-lhe os óculos.

Devido à generosidade de alguns e à empatia de outros foi possível o menino chamado Pedro obter uns óculos e dessa forma poder ver até mesmo ver o quadro da sua sala de aulas.

Mas este gesto de comprar uns óculos que deveria poder ser tão banal para todos nós, só foi possível devido à bondade de alguns. Pois foi devido à extrema generosidade de duas pessoas que, de uma forma pronta, rápida e eficaz, o Pedro obteve os óculos que tanto necessitava.

Por conhecer toda a história achei que não poderia ficar calada. Todos nós temos de dar a mão àqueles que dão a mão. Estou a escrever isto porque achei que temos de ser pessoas gratas, reconhecidas e atenciosas. Devemos ser atenciosos para com aqueles que tem gestos de bondade e de amor. Pois como diz o provérbio “os atos ficam com quem os pratica”.

(Adaptado de Maria Lígia Sousa, in <http://www.dnoticias.pt/imprensa/diario/cartasdo leitor/edicao-2014-01-21/426898-agradecimento-publico>)

### REFLEXÃO

- A gratidão torna-nos pessoas alegres. Quando nos fazem um favor, quando nos dão algo, quando nos prestam um serviço, devemos agradecer, dizer “obrigado!”.
- Ser agradecidos por tudo o que temos e somos, torna-nos pessoas generosas e alegres, e retribuimos gratuitamente.
- Às vezes surgem-nos desafios: “Ah! Não consigo!”, “não tenho isto ou aquilo!”. Mas se nos lembrarmos de todas as coisas boas que pelas nossas capacidades fomos conseguindo, ou então, de tudo o que temos gratuitamente, vemos como é possível ultrapassar todos os desafios e sermos felizes
- Não nos esqueçamos da palavra de hoje: “obrigado”!

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

Pai Nosso... **S. Domingos Sávio**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Sou alegre porque ‘gosto de ti’



DESAFIA-TE  
#FazerMaravilhas

## 1º e 2º ciclos

### INTRODUÇÃO

Bom dia. Todos sabemos como o amor é algo muito bonito. O amor faz as pessoas alegres. É muito importante mostrar e dizemos que gostamos de alguém. Vamos escutar uma história verdadeira que fala sobre isso.

### TEXTO

#### Porque gosto de ti

Teresa era uma jovem que certo dia sentiu uma vontade imensa de ajudar os pobres mais pobres do mundo. Deixou o conforto da sua casa e passou a viver com os miseráveis, para os ajudar a se tornarem cidadãos felizes ou a morrer com condições.

Algumas jovens juntaram-se a ela.

Uma vez, levaram até Teresa uma mulher muito doente. A mulher recusava qualquer tipo de ajuda ou afeto. Contudo, Teresa continuava a socorrê-la com ternura. Passado muito tempo a mulher perguntou a Teresa:

- Irmã, és diferente das outras pessoas que conheci. Porque me fazes isto?

Teresa respondeu:

- Faço-o, porque gosto de ti.

A mulher ficou admirada e de lágrimas nos olhos.

- Há muito tempo que ninguém me diz isso. Porque o dizes se nem me conheces?

- Porque não sou eu que te o digo. Quem te diz é Jesus através de mim.

(Adaptado de Pedrosa Ferreira, *Toma e Lê*, p. 15)

### REFLEXÃO

- Esta história aconteceu com Santa Madre Teresa de Calcutá. Tudo o que ela fez foi por amor àquelas pessoas mais fracas, doentes, sozinhas, abandonadas.

- Ela dizia-lhe que gostava delas, e isso era muito importante para aquelas pessoas.

- Todos nós gostamos que nos digam “gosto de ti”.

- Às vezes, esquecemos de dizer aos nossos pais, familiares, amigos, professores: “gosto de ti”. Não tenhamos vergonha de o dizer. A partir de hoje vamos fazer o esforço por dizê-la mais vezes!

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. *Ámen.*

*Avé Maria... Santa Teresa de Calcutá, rogai por nós.*

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

5ª feira, dia 20 de outubro de 2016

# Sou alegre ao respeitar



## 3º ciclo e Ens. Secund.

### INTRODUÇÃO

Bom dia! Somos alegres quando respeitamos o outro. A palavra que devemos reter hoje é 'por favor' ou 'com licença'. O conto, embora infantil, tem uma mensagem final muito importante. Escutemos

### TEXTO

#### O avô coelho e as suas netinhas mal comportadas

Era uma vez um velho coelho chamado Serápio. Ele vivia no alto de uma montanha com as suas netas Serafina e Séfora. Serápio era um bom coelho e muito respeitoso com todos os animais da montanha, por isso todos o apreciavam muito. Mas as suas netas eram diferentes: não sabiam o que era o respeito pelos outros. Serápio pedia sempre desculpa pelo que elas faziam. Cada vez que saiam para passear, Serafina e Séfora comportavam-se mal: chamavam nomes às pessoas, tiravam o que não era delas, passavam sem pedir licença, empurravam os outros animais,...

Um dia, o avô coelho cansado do mau comportamento das suas netas, pensou em algo para as fazer entender, e disse-lhes:

- Vamos fazer um jogo! Cada uma terá um caderno em que terão de escrever 'desculpa' todas as vezes que faltarem ao respeito a alguém. Ganha quem escrever menos vezes.

As netinhas ficaram todas entusiasmadas e trataram logo de começar a jogar. Como eram muito competitivas, cada vez que a Séfora faltava ao respeito a alguém, Serafina obrigava a escrever no bloco a palavra 'desculpa'. E o contrário também acontecia.

Os dias foram passando e elas começaram a ficar cansadas do jogo, por tanto escreverem. Começaram a pensar se não seria melhor deixar de criticar tanto os outros animais da floresta.

Por essa altura, o avô Serápio foi-se apercebendo que os vizinhos já não tinham tantas queixas das suas netas. Então, pediu-lhes que fossem apagando do pequeno caderno aquelas palavras e deixassem o caderno limpo como antes. As netas ficaram muito tristes porque viram que era impossível as folhas ficarem como antes, porque por mais que apagassem notava-se o que elas tinham escrito. E disseram ao avô:

- Avô Serápio, é impossível deixar o caderno como novo. Veem-se as marcas do lápis e algumas vezes escrevemos a caneta.

O avô respondeu:

- Agora já podem entender! O mesmo acontece com o coração das pessoas que vocês ofenderam. Cada vez que faltamos ao respeito a alguém, o coração fica magoado e é difícil de apagar essas lembranças. Por isso é bom que se lembrem que devemos sempre respeitar os outros como gostariam que fizessem connosco.

(Adaptado de <http://br.guiainfantil.com/materias/cultura-e-lazer/contos-infantis/as-coelhinhos-que-nao-sabiam-respeitar-conto-para-criancas/>)

### REFLEXÃO

- Saber usar esta expressão "com licença", "por favor" ou outras semelhantes, lembram-nos que devemos respeitar o outro, que devemos ter atenção, consideração por ele, que não o devemos incomodar.

- Imaginem que acontecia connosco desrespeitarem-nos, apoderarem-se do que é nosso..., não íamos gostar com certeza.

"Não façamos aos outros o que não queremos que nos façam a nós". É uma regra da boa educação e do respeito mútuo. O respeito é muito importante para convivermos alegremente. Lembremo-nos sempre disto.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. *Ámen.*

*Avé Maria... Beata Laura Vicunha, rogai por nós.*

- Em nome do Pai... *Bom dia a todos!*



# Sou alegre ao respeitar



## 1º e 2º ciclos

### INTRODUÇÃO

Bom dia. Durante estes dias falámos que para sermos alegres devíamos ter sempre presentes cinco palavras ou atitudes. Recordam quais foram? Bom dia (cumprimentar), desculpa (perdoar), obrigado (agradecer) e gosto de ti (amar). Hoje, para terminar, temos mais uma expressão: 'por favor' ou 'com licença'! São duas expressões muito importantes para nós respeitarmos.

### TEXTO

#### O avô coelho e as suas netinhas mal comportadas

Era uma vez um velho coelho chamado Serápio. Ele vivia no alto de uma montanha com as suas netas Serafina e Séfora. Serápio era um bom coelho e muito respeitoso com todos os animais da montanha, por isso todos o apreciavam muito. Mas as suas netas eram diferentes: não sabiam o que era o respeito pelos outros. Serápio pedia sempre desculpa pelo que elas faziam. Cada vez que saíam para passear, Serafina e Séfora comportavam-se mal: chamavam nomes às pessoas, tiravam o que não era delas, passavam sem pedir licença, empurravam os outros animais,...

Um dia, o avô coelho cansado do mau comportamento das suas netas, pensou em algo para as fazer entender, e disse-lhes:

- Vamos fazer um jogo! Cada uma terá um caderno em que terão de escrever 'desculpa' todas as vezes que faltarem ao respeito a alguém. Ganha quem escrever menos vezes.

As netinhas ficaram todas entusiasmadas e trataram logo de começar a jogar. Como eram muito competitivas, cada vez que a Séfora faltava ao respeito a alguém, Serafina obrigava a escrever no bloco a palavra 'desculpa'. E o contrário também acontecia.

Os dias foram passando e elas começaram a ficar cansadas do jogo, por tanto escreverem. Começaram a pensar se não seria melhor deixar de criticar tanto os outros animais da floresta.

Por essa altura, o avô Serápio foi-se apercebendo que os vizinhos já não tinham tantas queixas das suas netas. Então, pediu-lhes que fossem apagando do pequeno caderno aquelas palavras e deixassem o caderno limpo como antes. As netas ficaram muito tristes porque viram que era impossível as folhas ficarem como antes, porque por mais que apagassem notava-se o que elas tinham escrito. E disseram ao avô:

- Avô Serápio, é impossível deixar o caderno como novo. Veem-se as marcas do lápis e algumas vezes escrevemos a caneta.

O avô respondeu:

- Agora já podem entender! O mesmo acontece com o coração das pessoas que vocês ofenderam. Cada vez que faltamos ao respeito a alguém, o coração fica magoado e é difícil de apagar essas lembranças. Por isso é bom que se lembrem que devemos sempre respeitar os outros como gostariam que fizessem connosco.

(Adaptado de <http://br.guiainfantil.com/materias/cultura-e-lazer/contos-infantis/as-coelhinhos-que-nao-sabiam-respeitar-conto-para-criancas/>)

### REFLEXÃO

- Devemos respeitar-nos uns aos outros.

- Sabem?! Há meninos que às vezes entram e saem da sala de aula sem pedir autorização, falam sem pôr o dedo no ar, tiram as coisas dos colegas sem pedir emprestado, em casa não se comportam bem à mesa,... mas nós não somos assim, pois não?!

- As outras pessoas ficam tristes quando alguém falta ao respeito. Vocês ficavam tristes se alguém não fosse bem educado e tirasse as vossas coisas sem autorização?!

- Pois! Devemos sempre pedir permissão ou desculpa. Assim todos somos mais alegres e felizes porque nos respeitamos uns aos outros.

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. Ámen.

Pai Nosso... **S. João Paulo II**, rogai por nós.

- Em nome do Pai... Bom dia a todos!

# Sou alegre porque ‘gosto de ti’



## 3º ciclo e Ens. Secund.

### INTRODUÇÃO

Bom dia! Guardamos para o fim uma expressão que é muito importante para sermos alegres e que tantas vezes nos esquecemos de a dizer. É: “gosto de ti”!

### TEXTO

#### Porque gosto de ti

Teresa era uma jovem que certo dia sentiu uma vontade imensa de ajudar os pobres mais pobres do mundo. Deixou o conforto da sua casa e passou a viver com os miseráveis, para os ajudar a se tornarem cidadãos felizes ou a morrer com condições.

Algumas jovens juntaram-se a ela.

Uma vez, levaram até Teresa uma mulher muito doente. A mulher recusava qualquer tipo de ajuda ou afeto. Contudo, Teresa continuava a socorrê-la com ternura. Passado muito tempo a mulher perguntou a Teresa:

- Irmã, és diferente das outras pessoas que conheci. Porque me fazes isto?

Teresa respondeu:

- Faço-o, porque gosto de ti.

A mulher ficou admirada e de lágrimas nos olhos.

- Há muito tempo que ninguém me diz isso. Porque o dizes se nem me conheces?

- Porque não sou eu que te o digo. Quem te diz é Jesus através de mim, e Ele conhece-te muito bem.

(Adaptado de Pedrosa Ferreira, *Toma e Lê*, p. 15)

### REFLEXÃO

- Que bom é escutar alguém dizer-nos “gosto de ti”. Parece algo inesperado, que nos faz sentir especiais.

- É uma expressão que tem poder de mudar as pessoas. Lembra-nos aquele provérbio “água mole em pedra dura, tanto bate até que fura”. Dizer “gosto de ti” desconstrói mesmo os corações mais duros. O contrário acontece se não o dizemos aos outros: torna-os e torna-nos pessoas menos alegres, egoístas.

- Às vezes, esquecemos de dizer aos nossos pais, familiares, amigos, professores: “gosto de ti”. Não tenhamos vergonha de o dizer: “gosto de ti”. A partir de hoje vamos fazer o esforço por dizê-la mais vezes!

### ORAÇÃO

- Em nome do Pai ✠ e do Filho e do Espírito Santo. *Ámen.*

*Avé Maria... Santa Teresa de Calcutá, rogai por nós.*

- Em nome do Pai... *Bom dia a todos!*