



Segue-me!

Estou contigo

18/19

3 junho



«Que sejam revestidos com a força do alto.»

[Sétima semana da Páscoa]





A força do alto é a força de Deus.  
Deus dá-nos continuamente a sua vida, amizade e força.  
E nós, queremos acolher essa vida, amizade e força  
ou teimamos em viver apenas contanto com as nossas capacidades?





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

**Todos** Obrigado, Jesus, por estes sempre connosco e do nosso lado.  
Queremos contar contigo. Queremos ser como tu, filhos de Deus.  
Queremos que os outros te conheçam porque és a melhor companhia.  
Obrigado por seres a nossa vida e força, no nosso dia-a-dia.

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





Segue-me!

Estou contigo

18/19

4 junho





«Em vez da riqueza do dinheiro,  
procura a da bondade.»

[São João Grande]





O dinheiro pode comprar muita coisa,  
mas não compra a amizade, o carinho, a paz, o amor.  
A verdadeira riqueza está nos corações generosos  
que se dão aos outros através de gestos de bondade,  
transmitindo mais alegria às suas vidas.





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

**Leitor 1** Senhor, nós Te agradecemos por aqueles que, gratuitamente, partilham as suas vidas com os que mais precisam.

**Leitor 2** Pedimos perdão pelas vezes em que pensamos que a maior riqueza são os bens materiais.





**Leitor 3** *Dá-nos um coração bondoso, atento e generoso para podermos ajudar e animar os que mais necessitam.*

**Leitor 4** *Faz-nos compreender que só Tu e a Tua Palavra são a verdadeira riqueza que nos dá vida plena e alegre.*

**Todos Assim seja...**





*São João Grande... Roga por nós!*

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

**Segue-me... estou contigo!**





Segue-me!

Estou contigo

18/19

5 junho





I'M SORRY

«Não te demores a pedir desculpas.»

[São Doroteu]





I'M SORRY

*Pedir desculpas exige humildade para reconhecer as falhas  
e coragem para enfrentar a reação dos outros.  
Mas se o fizermos, além de nos sentirmos em paz,  
aumentaremos a confiança e admiração dos outros por nós.*





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

***Leitor 1*** Obrigado por nos perdoares, Senhor,  
sempre que nos arrependemos.

***Leitor 2*** Ajuda-nos a ser capazes de reconhecer e pedir desculpa  
sempre que erramos.





I'M SORRY

**Leitor 3** *Desculpa as vezes em que, por medo ou orgulho, deixamos de o fazer.*

**Leitor 4** *E dá-nos a capacidade de perdoar os que nos pedem desculpas.*

**Todos** *Glória ao Pai...*





I'M SORRY

*São Doroteu... Roga por nós!*

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

***Segue-me... estou contigo!***





segue-me!  
Estou contigo

18/19

6 junho





«Aproveita alguns momentos para descansar bem.»

[São Norberto]





É importante que nos sintamos bem connosco.

Para isso, descansemos bem:

deixemos os telemóveis e computadores; procuremos estar sozinhos;  
durmamos e comamos bem; convivamos com os amigos e familiares;  
façamos alguma atividade ao ar livre...





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

***Leitor 1*** Nós Te agradecemos, bom Pai, por queres o nosso bem.

***Leitor 2*** Agradecemos-Te os momentos de pausa  
que nos ajudam a retemperar forças.



**Leitor 3** Ajuda-nos os encontrar os meios  
que nos ajudem a descansar bem.

**Leitor 4** E que nesses momentos tenhamos sempre tempo para Ti  
e sintamos a tua companhia e carinho.

**Todos** Glória ao Pai...





*São Norberto... Roga por nós!*

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

***Segue-me... estou contigo!***



Segue-me!  
Estou contigo

18/19

7 junho





«*Evita as situações que te levam a fazer o mal.*»  
[*Bem-aventurada Ana de São Bartolomeu*]



À nossa volta, infelizmente, acontece o egoísmo, a intolerância, a injustiça, o conflito e outras formas de maldade. É importante distinguir entre o que é certo e o que é errado e afastar-nos do que é mau e prejudicial para nós, os outros e Deus.





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

**Leitor 1** Rezemos a oração que Jesus nos ensinou,  
dando especial atenção à parte que diz:  
“Não nos deixeis cair em tentação, mas livrai-nos do mal”.

**Todos** Pai Nosso...



*Bem-aventurada Ana de São Bartolomeu... Roga por nós!*

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

**Segue-me... estou contigo!**