

Ano Internacional dos Desertos e da Desertificação

Ano Internacional do Arroz

Ano Internacional de Comemoração da Luta
Contra a Escravidão e sua Abolição

2004

Neste mês:



Conselho
Pastoral
Diocesano

Pág. 3



Consultório
médico:
Osteoporose

Pág. 5



Prevenção:
um pouco
de luz
sobre a
electricidade

Pág. 7

O Cruz Alta
no Banco
Alimentar



Banco Alimentar
contra a fome

Pág. 8

As Festas de
Nª Srª Cabo



Pág. 9



Nova Biblioteca

Pág. 16

8 de Fevereiro: Dia das Paróquias

Como já vem sendo habitual nos anos anteriores, vamos realizar no próximo dia 8 de Fevereiro o Dia das Paróquias de S. Martinho e de Santa Maria e S. Miguel, de Sintra, no Pavilhão do Nafarros. Oportunamen-

te, será distribuído o programa nas Eucaristias Dominicais e nos cartórios das Paróquias. Nesse dia não se celebrarão as habituais Eucaristias Dominicais nestas duas Paróquias, sendo substituídas pela Eucaristia em Nafarros.



“Dirijo-me a vós, chefes das nações, que tendes o dever de promover a paz! A vós, juristas, empenhados em traçar caminhos de pacífico entendimento, preparando convenções e tratados que reforçam a legalidade internacional!

A vós, educadores da juventude, que em cada continente trabalhais incansavelmente para formar as consciências no caminho da compreensão e do diálogo!

E dirijo-me também a vós, homens e mulheres que vos sentis tentados a recorrer ao inadmissível instrumento do terrorismo, comprometendo assim pela raiz a causa pela qual combateis!

Escutai todos o apelo humilde do sucessor de Pedro, que clama: Hoje, no início do novo ano 2004, a paz continua ainda possível. E, se é possível, então a paz é um dever!

Ao início de um novo ano, quero recordar às mulheres e aos homens de toda a língua, religião e cultura esta máxima antiga: “o amor tudo vence”. Sim, queridos Irmãos e Irmãs de todos os ângulos da terra, no fim o amor vencerá! Cada um se esforce por apressar esta vitória. No fundo, é por ela que anela o coração de todos.”

João Paulo II
Mensagem para o
Dia Mundial da Paz



Editorial

Ser cristão

Apesar da minha educação católica e apesar de nunca ter questionado Deus como princípio e fim de tudo, faz agora um ano que, após uma longa travessia do deserto, Cristo realizou em mim mais um milagre e me curou da cegueira, da paralisia e de todos os males de quem anda neste mundo afastado da sua Verdade.

Sinto que todos se realizaram como na Bíblia. Também como na Sagrada Escritura, tudo se passou com a ajuda dos mais próximos, tal e qual a passagem em que os transportadores da enxerga do paralisado, contra tudo e contra todos, a fazem baixar pelo telhado, evitando assim a multidão que envolvia Jesus e impedia que a Ele chegassem para que o milagre se pudesse realizar. Um dos carregadores da minha enxerga foi a minha Maria, mas esta comunidade que nos acolheu e da qual hoje fazemos parte, completou o grupo de carregadores, permitindo assim que se consumasse o milagre.

Comecei então a caminhada com Jesus, cheio de dúvidas sobre as minhas capacidades, por via da minha condição de pecador e, a cada etapa, vejo que as responsabilidades são sempre maiores, vejo que o que me é pedido é que siga o exemplo de Cristo. E então,

as minhas fragilidades, por momentos, parecem demasiado grandes, mas no final de cada desalento há sempre a Palavra do Senhor que se repete dizendo que nada devemos temer, a dizer para nos alegrarmos.

Ainda mal feito de todas estas boas novas, logo o Senhor quis colocar no meu caminho o desafio do Cruz Alta. Caminho agora com esta maravilhosa equipa que me acolheu de braços abertos. Dou graças ao Senhor por o ter feito, pois esta tem sido uma experiência única e uma forma privilegiada de me colocar ao Seu serviço e ao da comunidade.

Peço-lhe para mim, e para a nossa equipa, a sabedoria e o discernimento para o fazer bem e que a força do Espírito nos ilumine para que, apesar dos nossos erros e defeitos humanos, tudo o que façamos seja de acordo com a Sua vontade.

A responsabilidade é grande. Eu aceitei este desafio, nós no Cruz Alta aceitamos este desafio, e vocês... Contamos com todos para que o Cruz Alta alcance tudo aquilo que o Senhor para nós traçou, e que não sejam as fraquezas humanas e as preguiças que nos impeçam de, em comunidade, o concretizarmos.

António Louro

A melhor parte Dramático mas não fatal!

Renunciais a Satanás que é o autor do mal e o pai da mentira? Esta pergunta é feita a todos aqueles que, de coração sincero, querem seguir Jesus e conviver com Ele.

O Mal é a coisa mais dramática do mundo. Causa-nos revolta e indignação. Perturba, ao mesmo tempo, o coração e a razão e coloca-nos perante as mais angustiantes interrogações.

Nos relatos bíblicos da criação da humanidade, o Mal surge como aquilo que não foi previsto. Na criação não se fala nele. O Mal é, para a teologia da criação, um irracional absoluto. Não tem de ser procurado, em primeira instância, nem do lado de Deus, nem do lado do homem. Deus vê-se surpreendido por esse irracional maligno. Por isso mesmo pergunta ao homem: "onde estás?" (Gen 3,9) e "arrepende-se" de haver criado o homem (Gen 6,6). Por isso, "desce para ver que construções os homens estavam a fazer" (Gen 11,5). Por isso, tem um longo diálogo com Abraão, a propósito da destruição de Sodoma (Gen 18,13).

Mas também o homem fica surpreendido com a astúcia da serpente. Desconhece a origem daquele estranho ser e o porquê da sua perigosa e dramática proposta. A aliciante mas envenenada sugestão da serpente não entra na expectativa nem no desejo do homem. O problema do Mal é, antes de mais, o problema de um acidente-desgraça e,

só depois, o problema de uma culpabilidade e responsabilidade do homem. Já Paul Sartre afirmava que "o homem é um ser a quem alguma coisa acontece".

A surpresa do Mal permite que nos mobilizemos para uma verdadeira reacção responsável. A questão é, antes de tudo, tentar dominar o inimigo absoluto que aparece sem conivência alguma da nossa parte. Não podemos entrar no jogo da astúcia satânica que nos empurra para uma culpabilidade mórbida para mais facilmente nos dominar. É fora de dúvida que o Mal tem um culpado na raiz: Satanás. Eu diria que, em termos filosóficos, o Mal é irracional; em termos teológicos, o Mal é demoníaco. Tem carácter metafísico, ou seja, ultrapassa as fronteiras do natural, para atingir o próprio fim sobrenatural (último) do homem. O Mal mexe com o próprio destino do homem: desorienta o homem, precisamente, da sua finalidade. Tenta, em todos os sentidos, orientá-lo – pela surpresa – para uma ordem que não é a do seu destino divino ("Senhor, nosso Deus, fizestes do homem quase um ser divino" – Salmo 8,6).

Se Deus e o homem são inocentes na origem do Mal, então o verdadeiro problema, a verdadeira responsabilidade de Deus e do homem é como agir diante do mal. A verdadeira questão é que fazer para sair do mal. São indispensáveis duas atitudes, complementares uma da outra.

A primeira é sentir-se

surpreendido pelo Mal. Se o Mal não nos surpreende, se não vemos nele algo de irracional, corremos sérios riscos de lhe dar guarida. A outra – consequência natural da primeira – é sentir-se vítima e, só depois, culpado. O sistema judiciário e moral preocupa-se, prioritariamente, com o culpado. É a atitude dos amigos de Job, de que fala a Sagrada Escritura. Na gíria popular, diríamos "os amigos da onça". Ora o Evangelho interessa-se, primariamente, pela vítima, por aquele que "caiu no laço". É o que Jesus nos ensina com a parábola do Bom Samaritano. Deixa os culpados para segundo plano.

Não se trata de minimizar a culpabilidade. Todos sabemos que não basta curar feridas. É preciso renovar comportamentos. E também estruturas. Mas o pior que pode acontecer no drama do Mal é ficarmos indiferentes perante essa terrível desgraça, esse horrível imprevisto que choca frontalmente com a razão humana.

Não podemos negar o pecado do homem. Mas temos de assumir responsavelmente que a entrada do homem no Mal, está em consentir a entrada do Mal no homem. A própria tentação já indica que a culpabilidade humana só entra em jogo numa fase secundária e não primária. Por isso, a culpabilidade não tem posição radical nem fundamental, como tantas vezes se tem dito e escrito. Por outras palavras, o pecado não está

na natureza do homem; se estivesse, o homem seria "demoníaco". Trata-se de uma adesão a algo que vem de fora. Trata-se de um "consentimento", não de uma invenção. E, nesta óptica, Eva foi a primeira teóloga do mundo ao declarar perante Deus, que a interpelava depois da queda: "Não fui eu..." (Gén 3,13). A montante do pecado – na nascente – situa-se o Mal que não tem perdão. A jusante – na foz – situa-se o pecado que pode ser perdoado.

Os ateus responsabilizam Deus pelo Mal: ou não pôde, ou não quis, impedi-lo. Os crentes, reagindo ao ateísmo, tomam a defesa de Deus e afirmam que Deus "permite" o Mal, salvaguardando a liberdade do homem. Para eles, o Mal tem sentido ético, quer dizer, funciona como prova ou como castigo. Perguntaríamos – com toda a razão – que Deus é este que assiste à desgraça do homem? Mas não. Ele não assiste. Está envolvido nele, juntamente connosco. É Deus-Connosco, não peca. Mas faz-se pecado para destruir o pecado, o Mal, e salvar a vítima, o homem. O Mal já está vencido. Pela encarnação, morte e ressurreição do Filho de Deus. O autor do Mal e pai da mentira foi vencido: "Eu venci o mundo".

Só poderemos vencer o Mal se nos aliarmos, se nos unirmos Àquele que já o venceu. Situação dramática? Sim. Mas não fatal! Um óptimo ano no Senhor Jesus, com os irmãos!



Diácono Manuel Valinho

Ficha Técnica

Publicação Mensal das Paróquias de Sintra

Santa Maria e São Miguel
São Martinho
São Pedro de Penaferrim

Direcção:

Ana Lúcia Santos;
António Louro;
António Luís Leitão;
João Chaves;
José Pedro Salema;
Mafalda Pedro;
P. Carlos Jorge.

Jornalistas:

Ana Lúcia Santos;
João Chaves;
Paula Penaforte.

Colaboração:

António Appleton;
Carlos Brito Marques;
Cristina Rocha;
Diácono António Costa;

Diácono Manuel Valinho;
Gabriela Garcia;
Grupo Bíblico;
Guilherme Duarte;
José Penaforte;
Manuela Redol;
Miguel Forjaz;
Odete Valente;
Pedro Tomásio;
Rita Santos;
Tiago Bueso.

Correspondentes:

Elizabeth, Raquel e Ricardo (IMC - Moçambique).

Fotografia:

António Luís Leitão;
Arquivo Cruz Alta;
Guilherme Duarte;
João Chaves;
José Penaforte;
Mafalda Pedro.

Edição gráfica e paginação:

António Louro;
António Luís Leitão;
José Pedro Salema.

Revisão de textos:

Ana Lúcia Santos.

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

Carlos Brito Marques;
Fernando Monteiro;
Guilherme Duarte.

Publicidade:

João Chaves;
Rui Redol.

Contactos-publicidade:

Telf.: 96 693 34 74
Telf.: 96 405 35 65
E-mail:
cruzalta-publicidade@
paroquias-sintra.net

Jornal Cruz Alta

Av^a Adriano Júlio Coelho
Estefânia
2710-518 SINTRA
cruzalta@paroquias-sintra.net
fotos@paroquias-sintra.net

Impressão:

Jornal Reconquista
Zona Industrial
6000 CASTELO BRANCO
Telf.: 272 340 890
Tiragem: 2.000 exemp.

Actualidades

Conselho Pastoral Diocesano

Zé Pedro Salema

Sob a presidência do Cardeal Patriarca, reuniu-se no passado dia 13 de Dezembro, no Seminário dos Olivais, o Conselho Pastoral do Patriarcado de Lisboa, constituído por representantes das diversas instâncias da Diocese.

Aos 38 conselheiros presentes, entre os quais o representante da Vigararia de Sintra, na introdução dos trabalhos, D. José da Cruz Policarpo realçou a importância do Conselho, considerando-o o "rosto visível da pluralidade e da comunhão do Patriarcado de Lisboa".

Foram apresentadas as linhas programáticas do Programa Pastoral para o triénio 2004-2006, de entre as quais se fez especial reflexão à realização do ICNE (Congresso Internacional da Nova Evangelização), que terá lugar em Lisboa em Outubro de 2005. Recorde-se que este Congresso, nascido da vontade de quatro Dioceses europeias - Viena, Bruxelas, Paris e Lisboa -, a que veio juntar-se mais recentemente a Diocese de Budapeste, reuniu-se em 2003 em Viena, vai reunir-se este ano em

Paris. Em 2005 será em Lisboa, em 2006 em Bruxelas e em 2007 em Budapeste.

Destacou-se a necessidade de uma comunicação permanente acerca de tudo quanto vai acontecendo e se vai realizando nas paróquias, nos movimentos e

nas congregações religiosas, com vista à preparação deste Congresso.

Para melhor se entender o ICNE, aconselhamos a aquisição da Carta Pastoral do Cardeal Patriarca de Lisboa: "Missão na Cidade".



Passagem de ano em Adoração

António Luís Leitão

As Paróquias de São Martinho e de Santa Maria e São Miguel promoveram uma passagem de ano diferente do habitual: Uma grande festa - a Eucaristia - foi a forma escolhida de passar de 2003 para 2004!

Na noite de 31 pelas 23:00 horas teve início a Celebração, orientada pelo P. Carlos Jorge, numa igreja (São Martinho) cujo espaço foi "remodelado" especificamente para essa

noite. Num ambiente sereno, todos os cerca de 80 participantes nesta Celebração passaram de ano a Adorar Jesus, oferecendo-lhe os 366 dias novinhos que aí vêm (como o P. Carlos Jorge referiu, páginas em branco de um livro que iremos escrever, dia-a-dia, com a Sua ajuda).

Depois realizou-se uma pequena ceia, na Casa Paroquial, preparada pela Fátima Leitão e pelo António Luís Baptista.

grande noite do

FADO

SINTRA

salão da igreja de são miguel

31
Janeiro
2004

fadistas:

jaqueline carvalho*

maguicha

vanessa

e outros convidados especiais!

* Vencedora do Concurso "Grande Noite do Fado", no Teatro Municipal S. Luiz



Comissão das Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel



São Martinho 2004/2005

Informação:

As receitas obtidas neste espectáculo destinam-se à organização das festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel, que decorrerão em Sintra de 18 a 27 de Setembro deste ano.



Parabéns a vocês!

O Cruz Alta tem a alegria de apresentar os assinantes que celebram neste mês mais um aniversário:

A todos,
um grande abraço de parabéns!

Em Janeiro:

| | |
|----|----------------------------|
| 2 | Maria Helena Rodrigues |
| 2 | Teresa Wemans |
| 3 | Maria Paula Leitão |
| 5 | José Miguel Martins |
| 7 | Filipe Inglês Diniz |
| 7 | João Rei Vilar |
| 10 | Álvaro Antunes |
| 11 | Ana Cristina Beijinho |
| 11 | Quintino Luis Freixo |
| 12 | Irene Loureiro |
| 13 | Helena Costa Castro |
| 13 | José Manuel Pereira |
| 13 | José Manuel Martins |
| 15 | Luisa Paula Leitão |
| 16 | Ana Paula Pereira |
| 20 | Dora Isabel Pelágio |
| 20 | Pedro de Sousa Araújo |
| 21 | Fernando António Marques |
| 21 | Manuel Rui Nunes |
| 24 | Alexandre Vicente da Silva |
| 25 | Helena Sofia Diniz |
| 26 | Guilherme Conceição Duarte |
| 26 | Isabel Ganhão |
| 26 | Lino Manuel Silva |
| 26 | Lúcia Nunes |
| 28 | Francisco Brito Marques |
| 28 | Francisco Gomes de Almeida |
| 29 | Anabela Jesus Antunes |

Somos poetas!

Paula Penaforte

Hino à madrugada

O Sol ainda não acordou,
as aves aconchegam-se no ninho,
o frio e o escuro à desgarrada
discutem no silêncio duro.
O bulício da cidade não começou
e os passos ecoam devagarinho
na estrada húmida de geada
que torna o amanhecer tão puro.
As folhas mortas agitam-se no chão,
e as aves restolham na folhagem,
a lua brilha ainda no céu escuro.
É mágica esta alvorada!
Latindo, lá longe, um cão
dá as boas vindas à passagem
de alguém que se encostou ao muro
só para ver a madrugada.
Ah! Como é bela a Natureza
desde que o homem a queira ver!
Nada no mundo tem a leveza
de um pequenino ser a nascer.

Lá longe

Lá longe ecoam os sons da vida
trazidos só pela branda aragem,
mas no meu jardim, escondida,
embarquei sozinha nesta viagem.
Vogo sem rumo pela Natureza
que ao redor se apresenta,
vestida de cor e pureza
de quem dos sentidos está isenta.
Deve ser magnífico não pensar,
não sentir, não ver e não sofrer,
e tão simplesmente baloiçar
ao sabor do vento, e nada querer.
É tão doce estar na mansidão
de uma manhã a acordar,
sentir que acaba a escuridão
quando um pardal começa a cantar.
No meu jardim a magia
passa pelo vento, pelas flores,
passa por esta sinfonia
num caleidoscópio de cores.

**Escreva
para o**

Cruz Alta

**Envie-nos
as suas
sugestões!**

Jornal Cruz Alta
Igreja de São Miguel
Av^a Adriano J. Coelho
Estefânia
2710-518 SINTRA

E-mail: cruzalta@paroquias-sintra.net

Se tiver fotografias
digitalizadas
envie para:

fotos@paroquias-sintra.net

Para anunciar no
Cruz Alta contacte:

96 693 34 74

NEUTROPLAST
Indústria de Embalagens Plásticas, S.A.

NEUTROPLAST "A sua Ideia, o nosso Saber-Fazer"
NEUTROPLAST "Votre Idée, notre Savoir-Faire"
NEUTROPLAST "Your Idea, our Know-How"



Zona Industrial - Casal da Espinheira
Lote 10
2590-057 SOBRAL DE MONTE AGR AÇO

Tel: 261940100

Fax: 261943175

E-mail: neutroplast@mail.telepac.pt

Consultório médico



Miguel Forjaz, médico

Osteoporose

Fala-se tanto desta doença que me parece útil tentar esclarecer algumas ideias sobre ela.

A osteoporose é a doença óssea mais frequente e sério-á cada vez mais, uma vez que abrange, fundamentalmente, as pessoas mais idosas, e estas são cada vez em maior número. Em Portugal afecta cerca de 800.000 pessoas, sendo, na sua maioria, mulheres.

Depois da menopausa, uma em cada quatro mulhe-

res sofre desta doença. Caracteriza-se por uma diminuição da massa óssea associada a alterações da arquitectura do osso. Os ossos tornam-se mais finos, mais porosos, mais frágeis e, conseqüentemente, com um risco muito maior de se fracturar. As fracturas osteoporóticas podem, assim, surgir após pequenos traumatismos ou esforços banais e envolvem, caracteristicamente, as vértebras, os punhos e o colo do fémur.

A osteoporose tem uma grande importância socio-económica, constituindo nos países em que a esperança média de vida é alta, um enorme problema de saúde pública. A esperança média de vida da população portuguesa já ultrapassa os 70 anos de idade e os custos com as fracturas osteoporóticas do colo do fémur ultrapassam os 50 milhões de euros por ano em Portugal.

O osso é um tecido vivo em contínua remodelação e, como tal, contém células: umas constroem osso (osteoblastos), outras destroem osso (osteoclastos) e outras são responsáveis pela nutrição do tecido ósseo (osteócitos). A massa óssea aumenta progressivamente ao longo da infância e, em particular, na adolescência, durante o crescimento do esqueleto que cessa entre

os 25 e os 30 anos. Durante este período, observa-se uma maior actividade das células construtoras do osso em relação às células que efectuem a sua destruição. O osso torna-se espesso e adquire a sua densidade máxima (pico de massa óssea).

Este capital ósseo permanece estável durante vários anos até cerca dos 45 anos, altura em que vai diminuindo lentamente com a idade, quer na mulher quer no homem, ou seja, há uma diminuição dos mecanismos de construção do osso em comparação aos de destruição óssea.

Na mulher, durante a menopausa, a perda óssea acelera-se devido à falta de estrogéneos (hormona feminina produzida pelos ovários), que condiciona um maior risco de osteoporose nas mulheres do que nos homens. Com a idade

avanzada, a mulher pode ter perdido entre 35 a 50% da sua massa óssea e o homem apenas cerca de 30%.

A osteoporose permanece durante muito tempo silenciosa, sem dar qualquer sinal ou sintoma. Infelizmente, em muitas situações, é o aparecimento de uma fractura que levará ao diagnóstico de osteoporose e, portanto, numa altura em que a perda óssea e a fragilidade óssea são já importantes. No entanto, as dores e as deformações ósseas podem surgir. As dores localizam-se predominantemente ao nível da coluna dorsal e lombar, agravando-se com os movimentos e os esforços físicos e aliviando com o repouso. As deformações traduzem-se num exagero das curvaturas fisiológicas da coluna vertebral, em especial da cifose dorsal e da lordose lombar. Em consequência destas deformações ou encurtamentos, e ainda, em alguns casos, das fracturas vertebrais, a estatura destes doentes diminui, por vezes vários centímetros. As fracturas mais frequentes são as vertebrais. As vértebras tornam-se frágeis

e são comprimidas, ficando como que achatadas e podendo dar dores intensas ou, pelo contrário, ser assintomáticas.

As fracturas do punho são mais frequentes nos primeiros anos após a menopausa, e ocorrem em consequência de quedas. Ao contrário, a fractura do colo do fémur (anca) surge mais frequentemente depois dos 75 anos, obrigando a uma intervenção cirúrgica, com risco de varias complicações pós-operatórias. Constatamos que, no determinismo das fracturas, para além da osteoporose são importantes as quedas. Os principais motivos de quedas dos idosos são o excesso de mobiliário nas suas casas, tapetes e carpetes, falta de tapetes anti-derrapantes nas casas de banho, os défices de audição e de visão e o facto de muitos viverem sozinhos e sem ajudas.

Gostaria de continuar com este tema para o próximo número do Cruz Alta dada a sua importância.

Aproveito a oportunidade para desejar a todos os leitores e suas famílias um Bom Ano Novo cheio de saúde!



**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)
2710 SINTRA
Telf.: 21 923 42 78

João M. A. Chaves
Produtos Siderúrgicos

Varão - Perfis - Chapas de Ferro
Tubagem de canalização - Materiais de construção

Rua Professor Egas Moniz, 10 - 9º E
2780 OEIRAS
Tel.: 21 458 29 84 Fax: 21 456 19 40 Teln.: 91 730 18 17



Sintra 2001

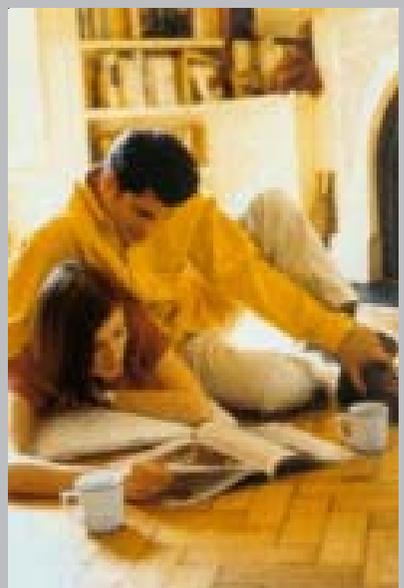
Sintra 2001, Consultadoria e Projectos de Engenharia, Lda.

Os acumuladores eléctricos de calor são a forma mais rentável para aquecer a sua casa.

- Poupança até 50% nos consumos de energia face às principais alternativas de aquecimento.
- Desconto de campanha: -10% no valor de aquisição. Durante esta campanha, poderá optar por diversos modelos de acumuladores de calor, beneficiando de um desconto de 10%.

Se desejar mais informações ou visualizar catálogos:

A nossa loja em Sintra fica situada na
Rua Câmara Pestana, Edifício Sintra, Loja 12.
(Galeria Comercial junto à Igreja de S. Miguel)
Telefone: 21 910 51 15
Fax: 21 910 51 14
e-mail: info@sintra2001.pt
web page: www.sintra2001.pt





*Doçaria
Regional
e Caseira*

Av. D. Francisco de Almeida, 33 - 35
2710-562 SINTRA Telf.: 21 923 27 33

O TALHO ONDE OS PREÇOS SÃO SEMPRE EM CAPICUA



TALHO

C/ Gerência de João Patrício

Rua Dr. Félix Alves Pereira, Nº 6 • 2710-554 PORTELA • Sintra
Tel.: 21 923 17 21 - Teln.: 91 728 83 23

FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papellaria, Livraria e Tabacaria

Rua Pedro de Cintra, Nº 3/B - Portela - 2710 Sintra
☎ 21 923 19 36



Emaús: É preciso regressar a Jerusalém!

António Appleton

Isto não é nem um "artigo" nem uma "opinião", mas simplesmente uma página que extraí do meu diário. Porque dou hoje a conhecer essa página? Porque regresso a Jerusalém! Desejo contar a minha história e o que me fez tomar esta atitude. Sinto-me finalmente aliviado por ter tomado esta decisão. Não foi fácil!

Chamo-me "Todos nós", companheiro de Cléofas, que, antes de partir deste mundo, pediu-me que publicasse isto, e eu não pude recusar! Devo-lhe talvez a salvação da minha vida, quando fugimos de Jerusalém. Na altura, pareceu ser uma boa decisão, hoje é dia de "balanço". Ele, como mais velho e experiente, naquele tempo, convenceu-me. Seria para me largar no mundo, viver nele e experimentar a mesma forma de vida de milhões de seres humanos que fazem uma ideia vaga do que significa Jerusalém?

Ficámos conhecidos como os discípulos de Emaús e, após termos encontrado o Mestre no caminho, e mesmo depois de Ele nos ter aberto os olhos, só ele regressou, a Jerusalém, mas eu não!

Cléofas voltou para a sua vida de pregador, de discípulo, e creio que fazia parte do grupo que Jesus, já Ressuscitado, enviou em missão, dois a dois. Arranjou um novo companheiro e partiu. Não me mandou chamar, e eu fiquei longo tempo triste com isso. Segui o meu caminho, trabalhei, constituí família e não posso dizer que as coisas me tenham corrido muito mal.

Só soube dele anos mais tarde, quando me contaram a sua morte violenta às mãos de um grupo de idólatras pagãos! Chorei dias seguidos, esqueci a minha família por momentos, descurei os meus negócios, não conciliava o sono, sobretudo depois de saber dos pormenores da sua morte e como tudo se passou. Contaram-me que, mesmo naquelas circunstâncias, morreu sereno, feliz e com um sorriso nos lábios!

Invejei-o, pois bem sabia a fonte daqueles sorrisos e, por momentos, enraiveci-me. Que tinha ele a mais do que eu, que tive as minhas alegrias, sofri muito e trabalhei ainda mais?

Regresso hoje a Jerusalém, para encontrar a mesma serenidade e o mesmo sorriso de outros tempos.

Ah, esquecia-me de dizer que esta página do meu diário é de Agosto do ano da graça de 2003 e que não expliquei bem o significado de "voltar a Jerusalém". É simples: Já vivi o suficiente para perceber que a minha jornada sempre será um círculo e não uma estrada direita e sempre ascendente.

Nesta vida é tudo redondo: a gota de sangue extraída do meu corpo, a gota de água saída do oceano, o orvalho que escorre, o pingo de chuva que fecunda a terra, e tudo gravita, em círculos, à volta de qualquer coisa ou de alguém! Nada é linear, e tudo se encerra e termina no fecho do ciclo, ou círculo, se preferirem.

Tudo não! "Para onde hei de ir Senhor, a quem recorreréi, Senhor, se só tu tens palavras de vida eterna?"

Chamo-me "Todos-Nós", estou deitado numa cama de hospital e Cléofas, com o mesmo sorriso, chama-me tantos anos depois! Ele sabe como vivi e por quem vivi e aguarda para me levar de regresso a Jerusalém, onde afinal sempre estive, e este é o único momento em que deixa de haver ciclos, círculos ou cercos. Aleluia!

Foi Natal! Ainda bem! E depois?

Diacono António Costa

Um sábio de cibernética decidiu pegar numa das invenções que tinha criado e dela fazer um modelo de si mesmo, capaz de pensar o Bem e descobrir, olhando a sua própria realidade, quem o fez e para quê.

Esta capacidade de descobrir o seu autor e imitá-lo, rejeitando tudo o que não fosse bom e de acordo com o desejo do autor, colocou-a num "chip" especial que ninguém mais seria capaz de fazer, e a esse "chip" uns chamam Alma e outros chamam Consciência.

À medida que o modelo ia funcionando e compreendendo, percebeu que era uma realidade especial e que o Bem nem sempre corresponde ao prazer e preferiu procurar o que lhe agradava, em vez de fazer o

que agradava ao autor; procurou o prazer em vez do bem.

Perdeu-se na admiração das suas próprias capacidades e esqueceu-se de contemplar as qualidades do seu autor.

A esta troca de valores e de finalidade de existir, o autor chamou pecado e o modelo chamou evolução e, para ser evoluído, recusou-se a acreditar que existisse tal cientista, eternamente à espera de ver o modelo comportar-se como o seu autor.

Com pena do tempo perdido nesse desvio de finalidade, O autor não desistiu e resolveu tornar-se visível, para que todos o pudessem ver, veio para o meio dos modelos, exactamente igual a eles e, vivendo com eles (comia, dormia, sofria,

chorava, ria, amava) mostrou em si mesmo como era o autor, para facilitar a imitação. A esta vinda chamamos Natal!

E por causa desse Natal fazemos festa, porque, a partir de então, já sabemos quem nos fez e para quê. Só que alguns vão continuar a preferir ficar a olhar para si mesmos e procurar o prazer em vez do bem.

Um dia todos serão desmantelados porque já não funcionam. Para aqueles que procuraram o Bem e o seu Autor, o "chip" continuará a funcionar, juntamente com todos os outros. Para estes será Passagem (Páscoa); os outros ficarão eternamente no lixo, funcionando ainda, mas para nada. Sem Páscoa não há Natal que preste!

AROMA da terra



AROMA DA TERRA - Cosméticos Naturais,
apresenta alguns dos perfumes da **Linha Aromática.**

*Para cada estação do ano e para cada momento! Lembranças
que se tornarão únicas através das essências da Natureza!*

Perfumes AROMA DA TERRA:
Torne-se Inesquecível !!



Catalogo 2003

Venha conhecer estes e outros sensacionais produtos !!!

Torne-se financeiramente Independente !!!

Venha trabalhar connosco !!!

LIGUE GRÁTIS 800 203 837

AROMA DA TERRA - Cosméticos Naturais, Lda.
Rua Dr. Sousa Martins, 9 - Apartado 364
2726-902 MEM MARTINS - PORTUGAL
Tel. 21 926 44 30 - Fax: 21 926 44 31
www.aromadaterra.com - sede@aroma-terra.pt

CABRIZTERRAS, LDA

(Grupo Heitor Rebelo)

CAMIÕES DE ALUGUER COM
GRUA



ALUGUER MÁQUINAS
P/TERRAPLANAGEM,
CONSTRUÇÃO CIVIL
E OBRAS PÚBLICAS



TRANSPORTES ESPECIAIS
DE MERCADORIAS
NACIONAL / INTERNACIONAL



Travessa Lapa, 16 - Cabriz • 2710-118 SINTRA

☎ 219 233 676 - 219 105 310 • Telefax 219 106 275

Camiões
Máquinas
Transportes
em
SINTRA

Prevenção

Um pouco de luz sobre a electricidade



José Penaforte

Hoje proponho-me falar um pouquinho sobre mais uma forma de segurança, desta feita de electricidade.

Quem já sabe viver sem a comodidade de um interruptor que se toca e, do bellissimo candeeiro, saírem a jorros, raios luminosos que parecem um sol?

Isto para não falar da água fresquinha ou dos vegetais que se compraram há alguns dias na praça e que saem verdinhos do frigorífico? Bom, e se vamos por aí fora então não nos faltam exemplos de simplicidade e comodidade que povoam as nossas vidas. Mas, para que tudo

isto funcione na perfeição, há que respeitar algumas regras, simples, mas que auxiliam a manter a nossa amiga electricidade nos seus limites e proporções devidas e a prestar-nos um serviço de impecável definição.

Aqui vão alguns conselhos úteis:

- Quando adquirir um aparelho eléctrico, confirme se possui a certificação europeia CE e as instruções em Português. Certifique-se ainda de que existe uma garantia do fornecedor ou do distribuidor em Portugal de um serviço de assistência pós venda.
- Antes de pôr a funcionar um electrodoméstico novo,

assegure-se de que está em bom estado, leia atentamente as instruções de funcionamento e tenha em consideração a sua potência eléctrica.

• Ao ligar um aparelho, tenha em atenção que o mesmo pode necessitar de ser ligado à terra de protecção. Se a ficha original for própria para ligação à terra ligue-o sempre a uma tomada com "terra".

• Instale nos aparelhos mais sensíveis (computadores, scanners, impressoras, telefax, etc.) dispositivos de protecção contra sobretensões a fim de evitar danos indesejáveis.

• Nunca deixe um aparelho ligado inutilmente. Tenha em especial atenção o ferro eléctrico que, imediatamente após a sua utilização, deve ser desligado e colocado num local seguro atendendo-se às inevitáveis necessidades de arrefecimento.

• Se ao utilizar um aparelho eléctrico sentir um formiguento, desligue-o imediatamente da corrente e mande-o reparar, pois o seu sistema de isolamento não está em condições.

• Alguns electrodomésticos, especialmente fornos, televisores e equipamentos de som, devem colocar-se a uma certa distância da parede a fim de evitar o sobreaquecimento. No caso de aparecer fumo ou algum cheiro fora do comum, deverá desligar de imediato os aparelhos e solicitar apoio técnico no local.

• Não esqueças as nossas tão "queridas" lâmpadas com o seu calor. Evite a sua aproximação a pilhas de papel e cortinados.

• A solução correcta para ligar vários aparelhos num mesmo local é utilizar tomadas múltiplas, ou uma pequena extensão com o número de tomadas ne-

cessárias e ligar cada aparelho à sua tomada.

• Os cabos eléctricos devem ter a secção adequada e devem ser protegidos por condutores de terra.

• Deve-se sempre verificar se os cabos estão partidos ou danificados, se têm nós ou o isolamento deteriorado, e, em qualquer destas situações, efectuar a sua substituição ou reparação assim que possível.

• Nunca transporte os aparelhos ou ferramentas eléctricas pelo cabo e, antes de ligar qualquer aparelho, verifique se o cabo é suficientemente comprido.

• Nunca desligue um aparelho da tomada puxando pelo cabo, mas sempre pela ficha.

• Evite deixar, desnecessariamente, cabos estendidos pelo chão. Não os coloque debaixo de carpetes, tapetes, ou alcati-

fas, onde os mesmos são pisados constantemente e é difícil detectar alguma avaria.

• Tomadas partidas e interruptores defeituosos são uma ameaça, por isso substitua-os de imediato.

• Objectos metálicos nas tomadas... nunca!

Muito ainda há a dizer sobre os cuidados a ter com a electricidade, porque, se bem que companhia inseparável da vida moderna, é também muito importante saber como lidar com ela.

Numa próxima oportunidade, continuarei a falar sobre este assunto, que, penso, interessa a todos. É claro que muitas coisas todos sabemos, e já estamos fartos de ouvir falar, mas... será que cumprimos com as normas de segurança?

ESPECIALIDADES DA CASA:



- Arroz de Tamboril
- Açorda de Marisco
- Bacalhau à Apeadeiro
- Escalopes à Archiduck
- Bifes à Café
- Arroz-Doce
- Taça do Chefe

Encerra à Quinta-Feira

Avenida Miguel Bombarda, 3-A
Telef. 219 231 804 - 2710 SINTRA

Intenções do Papa para Janeiro



• **Construção da Paz.** Que todas as pessoas se reconheçam membros da mesma família de Deus, e assim cessem as guerras, injustiças e discriminações.

• **Formação pastoral me Igreja.** Que todas as Igrejas se empenhem na formação dos que trabalham em pastoral.

Escreva para o Cruz Alta

Envie-nos as suas sugestões!

V-S POLICLÍNICA E RECUPERAÇÃO VITA-SANA, LDA.

ANÁLISES • ELECTROCARDIOGRAMAS • ENFERMAGEM

Especialidades

GINECOLOGIA (DIÁRIA) • OFTALMOLOGIA

PEDIATRIA (DIÁRIA) • URGÊNCIAS

CLÍNICA GERAL (DIÁRIA) • DOMICÍLIOS

☎ 21 918 03 77 ☎ 21914 07 55

RUA ANT. NUNES SEQUEIRA, 32 - 1º C. (C. COM. 81) CACÉM
FILIAL: AV. DOS BONS AMIGOS, 2 - 1ª

VEDICERCA
Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polidesportivos
Indústrias • Moradias • Jardins • Estaleiros • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

PAINÉIS PLASTIFICADOS

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES
☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins
Preços especiais para aplicadores

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES



Reportagem

O Cruz Alta foi ao Banco Alimentar de Lisboa



Banco Alimentar
contra a fome

Pertencente a uma Federação de 11 Bancos Alimentares Contra a Fome, o de Lisboa é o mais antigo. Porque sabíamos da existência de uma nova campanha, a 24ª, o Cruz Alta decidiu ir ver *in loco* o decorrer dos acontecimentos.

Mal chegámos, o “controlador” de trânsito de descargas informou-nos rapidamente de quem nos poderia atender e, mal demos por isso, já estávamos a falar com a Maria João Torres Pereira, uma das responsáveis operacionais desta autêntica colmeia.

Tal como nos informou, para esta campanha tinham sido escolhidos 111 supermercados. Como habitualmente, foi depois necessário encontrar os chefes de equipa voluntários, que ficam responsáveis por toda a recolha no supermercado respectivo. É também a estes que compete escolher a respectiva equipa, de acordo com o tamanho e características de cada supermercado. Soubemos, por exemplo, que nesta cam-

panha o supermercado do Centro Comercial Colombo estava a ser feito por uma equipa da Universidade Católica de Lisboa, envolvendo cerca de 200 voluntários.

Todos trabalham muito. Se os que estão nos supermercados não têm uma vida fácil nestes “simples” dois dias, funcionando de acordo com os horários dos supermercados em que estão destacados, os que estão no armazém não lhes ficam atrás, pois trabalham quase as 48 horas em contínuo.

Estas campanhas são feitas duas vezes por ano, em Maio e em Dezembro, tendo até agora sido suficientes para responder às solicitações, que contudo continuam a crescer.

A grande maioria dos transportes dos supermercados até ao armazém são assegurados por veículos das próprias instituições que vão ser apoiadas ou então por viaturas cedidas por particulares ou empresas para esse efeito. Mas todos, viaturas e pessoas, são identificados com camisolas ou autocolantes, de for-

ma a que qualquer pessoa os possa reconhecer como ligados à campanha. Só em Lisboa são já 245 as instituições que estão a ser apoiadas.

É fantástico assistir a toda esta “algazarra”! Quando as carrinhas chegam dos supermercados, são de imediato descarregadas para grandes cestos metálicos colocados sobre paletes que, de seguida, são levados pelos porta-paletes para o armazém onde, de imediato, são pesados. Fica-se assim a ter uma primeira noção das quantidades, a da pesagem por supermercado. De seguida, tudo é “virado do avesso” no tapete rolante. Imaginem o que é um tapete rolante com uns 20 metros de comprimento, completamente cheio de pessoas à volta de cada um dos lados e no topo, fazendo 2 e 3 filas, a revezar-se automática e velozmente no retirar um só produto cada um, para assim fazer a separação de todos os produtos que entram. Quase uns por cima dos outros, “devoram” permanentemente tudo o que encontram, pondo em



À chegada, todos os sacos são colocados em grandes cestos metálicos.

sacos ou caixas por produto, que assim ficam arumados em quantidades certas. De seguida, são de novo pesados, para assim se saber as quantidades por produto.

Na passada campanha houve uma avaria no tapete por umas breves 2 ou 3 horas, segundo soubemos. Dizem que foi o “caos” e que, no enorme largo onde recepcionam as mercadorias, deixou de se conseguir circular, mas continuaram todos a trabalhar, substituindo a máquina, até que esta ficou reparada.

Depois de tudo encaixotado e pesado é então recolocado em paletes que são, por sua vez, completamente revestidas com um filme que, não só as protege mas também evita desarrumações.

Em 1992 o Banco Alimentar movimentava cerca de 220 toneladas. Em 2002 já tinham 6.200 e hoje esperam por números ainda superiores, facto que revela um contínuo crescimento desde o início.

Há muita gente envolvida nestas acções, e todos lá vão de forma completamente gratuita. A única paga que têm, para além

da serenidade interior, é uma refeição, muito bem servida aliás, por diversas empresas que também, gratuitamente, colocam à disposição de quem quer.

Em Sintra, uma das dinamizadoras deste voluntariado foi a Ana Maria Calisto, que lá encontrámos também quando ia “pegar ao trabalho”.

Todos se dedicam de corpo e alma de forma a ajudar o próximo, sempre de cara alegre, mas como disse um voluntário: “Se toda a gente cá viesse apenas uma hora, ficava com outra noção sobre esta realidade e ajudava!” Onde é que eu já ouvi isto?

Falámos com muitos dos voluntários, uns escuteiros outros não, uns novos outros menos, uns ligados a paróquias e outros nem por isso, mas todos tinham o sentimento comum de que é necessário ajudar os mais desfavorecidos.

“Temos de sair da comodidade dos nossos muitos sofás e ir em direcção ao próximo”, “Temos que ajudar uma obra a todos os títulos notável”, “tem que se combater a fome em Portugal e no mundo” ou “é

necessário ajudar os que têm mais necessidades”, foram algumas das frases exemplificativas do motivo que os levava a apoiar esta magnífica acção. Isto é gente que já percebeu que é preciso dar qualquer coisa aos outros que necessitam.

Quando se decidiu fazer este trabalho, o Cruz Alta apenas tinha no bolso apontamentos avulso de muitos comentários ouvidos aqui e acolá de gente que duvidava de todo este movimento e mais ainda da sua seriedade ou mesmo utilidade.

Achamos que, depois deste resumo muito resumido do muito trabalho a que assistimos com os nossos próprios olhos, só mesmo estes breves comentários feitos igualmente por voluntários com que falámos sintetizam a mensagem que pretendíamos dar com esta reportagem: “A fome é um dos piores flagelos da nossa sociedade. Não custa nada partilhar bens, tempo e carinho!” e “Se não consegue fazer o milagre da multiplicação dos pães, faça pelo menos o da sua divisão!”

O nosso bem-haja!



Os produtos devidamente embalados já em armazém.

Entrevista

As Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel

Aproximam-se a passos largos as festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel, na Paróquia de São Martinho. O Cruz Alta foi falar com a Comissão que está a preparar a recepção à Imagem:

Comissão das Festas de Nossa Senhora do Cabo Espichel

São Martinho 2004/2005



CA: As Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel vão ter lugar em que data?

CF: Comissão de Festas (CF): Vão realizar-se de 18 a 27 de Setembro deste ano.

CA: O que pretende a Comissão ao promover novamente as festas?

CF: A comissão pretende que as festas – religiosas e profanas – sejam realizadas observando a tradição e que tenham a mesma dignidade das anteriores, designadamente as promovidas no séc. XX, em que o tradicional círio revestiu um cunho de especial momento religioso.

CA: Para além do círio que acções vão ser realizadas?

CF: O programa, que ainda não está definitivamente elaborado, inclui, no âmbito das cerimónias religiosas, cuja orientação geral cabe ao Padre Carlos Jorge, a de acolhimento da veneranda imagem, seguida de procissão, eucaristias diárias na Igreja Paroquial de S. Martinho e Eucaristia campal no dia 26 de Setembro.

CA: E os festejos populares?

CF: Para além do tradicional arraial, a realizar no Terreiro Rainha D. Amélia, cuja utilização foi amavelmente consentida pela Senhora Directora do Palácio Nacional de Sintra, Dr.ª Inês Ferro, onde actuarão ranchos folclóricos, cançone-
tistas, bandas de música e

serão promovidos outros espectáculos, incluirão o cortejo regional, um grande acampamento-exposição dos escuteiros do concelho de Sintra, exposições culturais, um festival infantil, actividades desportivas, um atelier para idosos e, possivelmente, o já tradicional desfile, apeado e motorizado, dos bombeiros do concelho de Sintra.

CA: Certamente que não deixarão de editar algumas peças para memória das festas?

CF: Está programada a edição de uma medalha comemorativa, de medalhinhas, crachás, pagelas, registos, lo-
as e, se possível, no final, uma monografia sobre as festas.

na sede do concelho e das entidades autárquicas.

CA: A Câmara Municipal vai colaborar?

CF: A Comissão foi recebida pelo Senhor Presidente da Câmara Municipal, professor Fernando Seara, que nos escutou atentamente e, após darmos a conhecer os nossos objectivos e fazermos referência a que as festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel se realizam na freguesia de S. Martinho de 25 em 25 anos, nos disse da disponibilidade da Câmara, dentro das suas possibilidades, nos apoiar. Na audiência que o Senhor Presidente da Câmara Municipal nos concedeu foi-nos dito que seria o Dr. Cardoso Martins, Vereador dos Pelouros da Cultura e Turismo, quem faria a ligação entre a Comissão e os diferentes serviços municipais e municipalizados.

CA: Portanto, já contactaram, também, com o Vereador dos Pelouros da Cultura e Turismo, Dr. Cardoso Martins.

CF: Sim. Já ocorreram os necessários contactos. O Senhor Vereador Dr. Cardoso Martins, para quem as festas, e em especial a realização do círio, são um património cultural que importa preservar, já nomeou uma Comissão de Acompanhamento, com

quem temos trabalhado com assiduidade, e propôs à Câmara, que aprovou por unanimidade, que as Festas de N.ª S.ª do Cabo Espichel fossem consideradas como as “Festas de Sintra”.

CA: Podem-nos fazer uma resenha das actividades já realizadas para angariação de fundos?

CF: Com muito gosto. Para além das exposições caninas de Sintra, onde um grupo de membros da Comissão montou um bar, foram realizados, com o apoio da Câmara Municipal e da Junta de Freguesia, os festejos dos Santos Populares, um rally-paper, diversas vendas de Natal, promovidas por alguns grupos de paroquianos. Foi igualmente assinado o Dia de S. Martinho promovido pela Comissão de Nafarros com o apoio da colectividade local e da Junta de Freguesia de S. Martinho. Grupos de senhoras têm realizado vendas de filhós e promoveu-se também o sorteio de uma salva de prata.

CA: Já referiram a colaboração prestada pela Junta de Freguesia de S. Martinho. Aquele órgão autárquico está certamente de mãos dadas com a Comissão...

CF: Já nos reunimos com os membros da Junta de Fregue-

sia a quem demos conta dos nossos objectivos, referimos o que pretendíamos realizar e, naturalmente, solicitámos o apoio da autarquia. Durante a reunião realizada, a Junta de Freguesia, presidida por Adriano Filipe, colocou-se à inteira disposição da Comissão para a realização das diligências necessárias à prossecução dos nossos objectivos que são, penso, também os da nossa Junta de Freguesia e prometeu o apoio que, dentro das suas possibilidades, lhe seja possível prestar. Depois daquela reunião temos informado a Junta do andamento das nossas diligências para que a mesma acompanhe os passos dados pela Comissão.

CA: Vão continuar a realizar eventos para angariação de fundos tendo em vista a realização das Festas?

CF: Durante este ano, até Setembro, vão ser realizados um conjunto de eventos que, na altura própria, serão anunciados. Neste momento podemos referir a realização das exposições caninas, dos festejos dos Santos Populares, de uma noite de fados (a ocorrer já no final deste mês) e está também a ser programada a realização do concurso do vestido de chita.



Aspecto do Paço da Vila de Sintra, durante as festas de 1979/80

CA: Para a realização das festas carecem de apoios...

CF: Sem dúvida. Naturalmente que estamos a contar com o empenhamento de todos os paroquianos, dos “filhos de Sintra” que já não residem

Assinatura

Cruz Alta

Torne-se assinante do Jornal Cruz Alta: Preencha com letras legíveis e envie para: Cruz Alta - Assinaturas ~ Igreja de São Miguel ~ Avª Adriano Júlio Coelho Estefânia ~ 2710-518 SINTRA

Nome: _____
 Morada: _____
 Localidade: _____ Código Postal: _____ - _____ @ _____
 Telefone: _____ E-Mail: _____ @ _____
 Data de Nascimento: ____/____/____

Agregado familiar:

Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
 Nome: _____ Data de Nascimento: ____/____/____

Torne-se assinante e receba o

Cruz Alta

Assinatura Anual (11 números)

Apenas 10 cruzeiros

» Conforme legislação aplicável, os seus dados não serão fornecidos a terceiros e pode alterá-los ou anulá-los. Para tal, basta comunicar por escrito à Direcção do Cruz Alta.



Acuso e recuso a canga

Catedral e Basílica

João Chaves

N um recente noticiário assisti em diferido à inauguração do mais recente estádio do Benfica. Apesar de ser um dos muitos que tinha vontade de contribuir para coisas "ainda" mais importantes do que esta, tive oportunidade de constatar que, ao menos, fizeram uma coisa bem feita, que espero dure os anos compatíveis com o preço. Mas a questão que quero levantar não é esta.

Nas muitas entrevistas que passaram de VIPs e não só, recordei especialmente a altura em que o Dr. Bagão Félix e o Dr. Fernando Seara foram convidados a escrever uma frase para a posteridade onde expressassem o que

representava para cada um o Benfica. O primeiro escreveu "(uma) Paixão" e o segundo "uma religião". No final, o Dr. Bagão Félix, sentindo-se certamente na obrigação de nos esclarecer, uniu as duas frases por uma seta e escreveu "Catedral", justificando assim o nome pelo qual, pelos vistos, é conhecido o dito estádio.

Sei que estamos a falar do "desporto rei", que nos leva por vezes a "estádios" de euforia, mas... será que percebi bem?

A dúvida subsistiu por uns tempos, amargurados, confesso, mas rapidamente se apagou. Um tanto de tantas inaugurações de estádios à frente e, eis senão quando, tenho a

oportunidade única de assistir a mais uma inauguração de um estádio de futebol, coisa rara no nosso riquíssimo país, desta feita o novo Estádio do Porto. E, como se já não bastasse a raridade das inaugurações, resolveram não fugir à regra da senda "religiosa", chamando-lhe "Basílica".

Inicialmente pensei para comigo: "Se isto não fosse anedótico até seria cómico, mas dado que o é, já não tem piada nenhuma". Hoje apenas posso considerar tudo isto "profético"!

Fico assim a aguardar o dia em que, finalmente, estes vários monumentos religiosos possam ser utilizados como tal!

Milagres!!!

João Chaves

N o mês passado, a Manuela Redol e eu fomos convidados a participar numa reunião dos Sinais onde se ia abordar o tema dos Milagres. Em cima da hora a Manuela acabou por se ver impossibilitada de ir e, deste modo, acabei por ir sozinho.

Estivemos cerca de 20 jovens, mais um, a discutir este tema por volta de duas horas, para além do tempo de oração, reflexão, cânticos e leitura de uma passagem bíblica.

Senti-me orgulhoso por me terem dado a oportunidade de participar no milagre que é, nos dias de hoje, de haver jovens que têm interesse em discutir este e outros assuntos, rezar, reflectir sobre passagens bíblicas por si só, em vez de seguirem outras vias...

No meio deles a minha ignorância veio facilmente

ao de cima e, entre as poucas coisas que consegui dizer, das muitas que há, foi que acredito cada vez mais convictamente que para Deus não há coincidências! Há Sinais para os quais todos devemos estar atentos e com toda a nossa fé.

No sábado passado tive que fazer uma reportagem para o Cruz Alta e, num intervalo da conferência em causa, peguei num livro de uma "venda de livros" que lá se encontrava e abri numa página onde contava a história de uma família que, ao ser assaltada em casa, vendo que os assaltantes lhes iam fazer mal, começaram a rezar alto Avé-Marias. Entretanto, os ladrões, vendo que apenas existia um pequeno punhado de notas, só lhes tiraram algumas e deixaram ficar o resto, decidindo ir-se embora de seguida. O mais curioso é que, quan-

do chegaram à porta, viraram-se para trás e pediram-lhes desculpa! Decidi de imediato comprar o livro, mas só depois de o pagar tive oportunidade de ler e reflectir sobre o seu nome de capa "Quando Deus intervém"!

Era isso que me faltava ter dito. É isso que todos nós devemos nunca esquecer! É disso que nós nunca damos conta! Milagre é Quando Deus Intervém, ou melhor, quando o deixamos intervir!

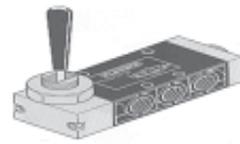
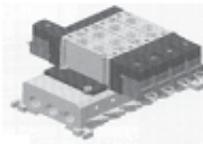


O SEU CENTRO DE AR COMPRIMIDO

COMPRESSORES SUPER SILENCIOSOS
DE 0,25 HP A 300 HP



ELECTROVÁLVULAS, VÁLVULAS DE COMANDO E CILINDROS



ACESSÓRIOS, MANGUEIRAS, FERRAMENTAS
PNEUMÁTICA E MANUAIS



SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA 24 HORAS

R. 5 DE OUTUBRO, 79, M.MARTINS - SINTRA OU CONTACTE-NOS ATRAVÉS DO TELF. 21 926 7240 / FAX 21 926 7249

ETOPI@NETCABO.PT - WWW.ETOPI.PT

Utilidades

De enxada na mão... em Janeiro

“Água de Janeiro vale dinheiro”
“A Inverno chuvoso, Verão abundoso”



Odete Valente

***No Jardim** – Neste mês não há muito que ver mas há bastante para fazer. Continua-se a preparação dos estrumes e das terras para as culturas; limpam-se os canteiros das plantas velhas; levantam-se e guardam-se os tubérculos das dalias; aparam-se as roseiras e arbustos que carecem de poda; mudam-se as plantas que seja preciso (nos dias menos agrestes); verificam-se as estacas que estejam a amparar as plantas; corrige-se, se necessário, a disposição das plantas trepadeiras vivazes.

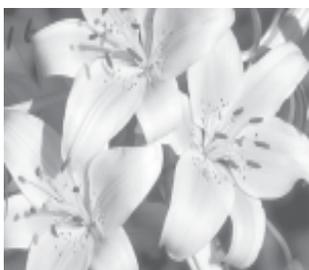


Se for necessário fazer ou reformar relvados, prepara-se o terreno para a sementeira próxima, cavando-o e limpando-o cuidadosamente das raízes e ervas daninhas, especialmente das gramas, que é o principal inimigo da relva e, depois estruma-se. Verificam-se os abrigos (esteiras ou vidraças) das

plantas mais sensíveis às geadas.

***Plantações** – Além de transplantações de algumas hortaliças semeadas em Novembro e Dezembro, plantam-se as batatas, os espargos e os alhos.

***Sementeiras** – Em cama quente podem semear-se beringelas, pimentos doces e também to-mates. Ao ar livre, em regiões temperadas, semeiam-se várias hortaliças (agrião, cebolas, ervilhas, couves, coentros, favas, salsa, etc.) além de várias flores, como crisântemos, ervilhas de cheiro, gazão (relva), gipsófilas e paciências.



Sonhos



200 g de farinha
1 colher de chá de fermento em pó
2,5 dl de água
50 g de manteiga
8 ovos

Leva-se a água ao lume até ferver. Junta-se então a farinha e mexe-se rapidamente para não fazer grumos, Deixando cozer, até despegar do tacho. Seguidamente retira-se do lume e adiciona-se a manteiga. Bate-se a massa numa mesa de pedra até amornar. Coloca-se depois num recipiente, onde se vão juntando os ovos inteiros um a um, até estarem bem envolvidos na massa. Deita-se, por fim, o fermento e bate-se muito bem.

Ginástica para todos

Gabriela Garcia,
Fisioterapeuta e Osteopata



Verifique a sua atitude sentada

Quantas vezes não ouvimos já ao longo da nossa vida a frase “Põe-te direito”? E geralmente quantos segundos durou este “endireitamento”? De facto quem deseja «manter-se direito» é porque não é direito. Manter-se numa posição correcta deveria ser, no

entanto, característico de qualquer ser não atacado de malformação. Se observar alguém a quem foi sugerido que se aprume, verá que tenta de imediato endireitar as costas ou levantar a cabeça, convencido que assim obterá a atitude indicada. Mas a mínima distração retomará a atitude inicial. Não canse mais os seus

músculos. As razões das alterações de postura são de duas ordens: fisiológica e psicológica. O cansaço ou a angústia, podem abaular o alto das suas costas. A falta de força, uma má distribuição do peso do corpo ou um deslocamento do seu centro de gravidade, podem também ser responsáveis por uma defeituosa maneira

de estar. Uma posição descaída, demasiado frouxa, comprime os pulmões e os intestinos e causa, muito frequentemente, dores na região dorsal. Quando a atitude corporal é defeituosa, são os músculos que afectam o trabalho dos ossos. Fornecendo um trabalho supérfluo, acabam por se cansar.

Ria-se por favor!

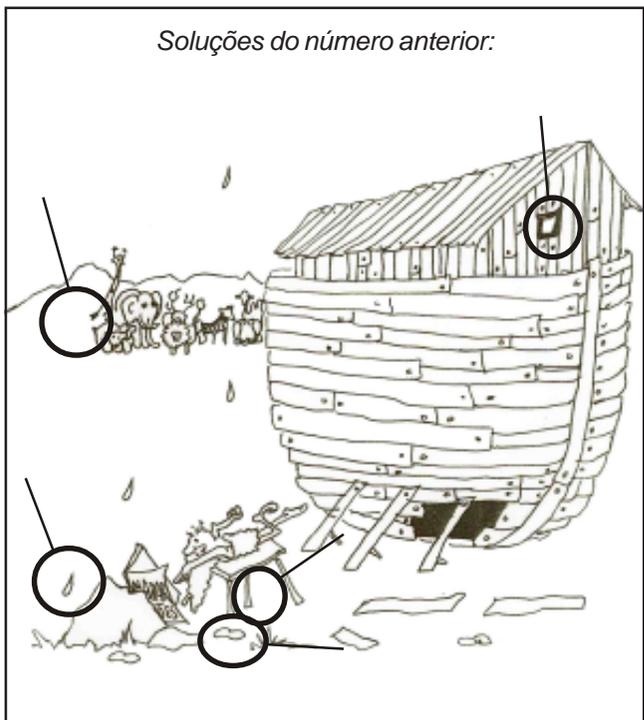
Uma menina estava a conversar com a professora. Esta disse que era fisicamente impossível que uma baleia engolisse um ser humano porque, apesar de ser um mamífero muito grande, a sua garganta é bastante pequena. A menina afirmou que Jonas tinha sido engolido por uma

baleia. Irritada, a professora repetiu que uma baleia nunca poderia engolir um ser humano – era fisicamente impossível. A menina, então, disse: - Quando eu morrer e for para o céu, vou perguntar ao Jonas. A professora perguntou-lhe, trocista: - E se o Jonas

tiver ido para o inferno? A menina respondeu: - Então é a senhora quem lhe vai perguntar... Uma professora de uma creche observava as crianças da sua turma desenhando. De vez em quando passeava pela sala para ver os trabalhos de cada criança. Quando chegou ao pé de uma

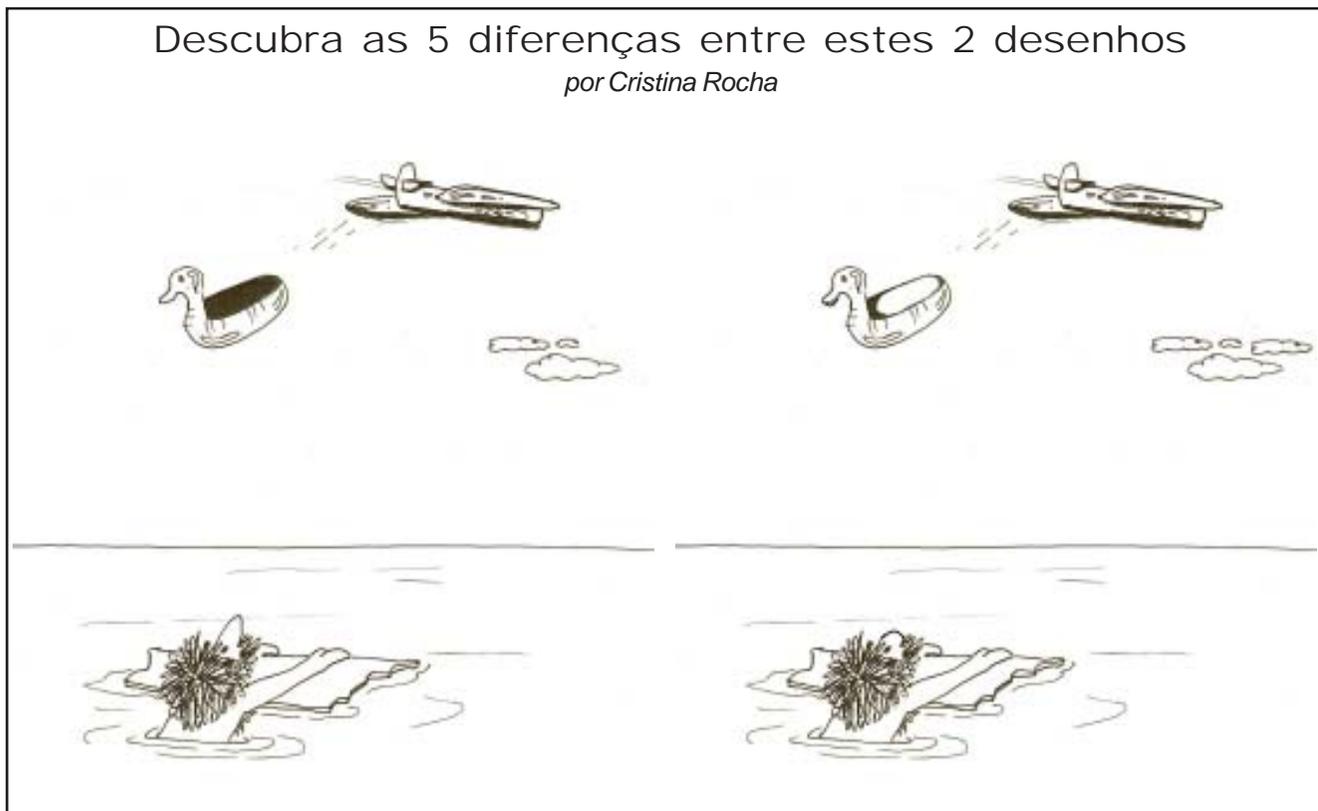
menina que trabalhava intensamente, perguntou o que estava ela a desenhar. A menina respondeu: - Estou a desenhar Deus. A professora parou e disse: - Mas... ninguém sabe como é Deus. Sem piscar e sem levantar os olhos do seu desenho, a menina retorquiu: - Já vão saber, dentro de um minuto.

Soluções do número anterior:



Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos

por Cristina Rocha





Calendário Litúrgico para Janeiro - Ano C

1 SANTA MARÍA, MÃE DE DEUS

Nm 6,22-27. Invocarão o meu nome sobre os israelitas e os bendirei.

Sl 67,2-3. O Senhor tenha piedade de nós. Lc 2,16-21. Encontraram María, José e o menino. Ao oitavo dia puseram-lhe o nome de Jesus.

2 6.ª Feira.

1Jo 2,22-28. O que haveis ouvido desde o principio permaneça em vós.

Sl 97. Os confins da terra contemplaram a vitória do nosso Deus.

Jo 1,19-28. No meio de vós há um que não conheceis.

3 Sábado: Santíssimo Nome de Jesus.

1Jo 2,29 - 3,6. Todo o que permanece nele não peca.

Sl 97. Os confins da terra contemplaram a vitória do nosso Deus.

Jo 1,29-34. Ele é o Cordeiro de Deus.

4 † II DOMINGO DE NATAL

Sim 24, 1-2. 8-12. A sabedoria de Deus habitou no povo escolhido.

Sl 147. A Palavra fez-se carne, e acampou no meio de nós.

Ef 1, 3-6. 15-18. Destinou-nos na pessoa de Cristo a ser seus filhos.

Jo 1, 1-18. A Palavra fez-se carne, e acampou no meio de nós.

5 2.ª Feira..

1Jo 3,11-21. Passámos da morte à vida porque amamos os irmãos.

Sl 99. Aclama o Senhor, terra inteira.

Jo 1,43-51. Tú és o Filho de Deus, o Rei de Israel.

6 † 3.ª Feira. EPIFANIA DO SENHOR.

Is 60,1-6. A glória do Senhor amanhece sobre ti.

Sl 71. Se prostraram ante ti, Senhor, todos os povos da terra.

Ef 3,2-3a.5-6. Agora foi revelado que também os gentios são coherdeiros da promessa.

Mt 2,1-12. Vimos de Oriente adorar o Rei.

7 4.ª Feira.

1Jo 3,22-4,6. Vede se os espíritos vêm de Deus.

Sl 2. Te darei em herança as nações.

Mt 4,12-17.23-25. Está perto o reino dos céus.

8 5.ª Feira.

1Jo 4,7-10. Deus é amor.

Sl 71. Que todos os povos da terra se prostrem ante ti, Senhor.

Mc 6,34-44. Jesus se revela como profeta na multiplicação dos pães.

9 6.ª Feira

1Jo 4,11-18. Se nos amamos uns aos outros, Deus permanece em nós.

Sl 71,1-2.10-13. Se prostraram ante ti, Senhor, todos os povos da terra.

Mc 6,45-52. O viram andar sobre o lago.

10 Sábado.

1Jo 4,19-5,4. Quem ama a Deus, ame também a seu irmão.

Sl 71, 1-2.14-15.17. Se prostraram ante tí, Senhor, todos os povos da terra.

Lc 4,14-22a. Hoje cumpriu-se a Escritura.

11 Domingo. BAPTISMO DO SENHOR.

Is 40,1-5.9-11. Revelar-se-à a glória do Senhor, e todos os homens a verão.

Sl 103. Meu Deus, como és grande!

Tt 2,11-14;3,4-7. Salvou-nos com o banho do segundo nascimento e com a renovação pelo Espírito Santo.

12 2.ª Feira.

ISm 1,1-8. O Senhor tornou Ana fértil.

Sl 115. Te oferecemos Senhor, um sacrifício.

Mc 1,14-20. Convertei-vos e crede no Evangelho.

13 3.ª Feira

ISm 1,9-20. Ana deu à luz um filho - Samuel.

Sl 1S 2,1.4-8. Meu coração se regozija no Senhor, meu salvador.

Mc 1.21-28. Ensinava com autoridade.

14 4.ª Feira.

ISm 3,1-10.19-20. Fala, Senhor, que o teu servo te escuta.

Sl 39. Aquí estou Senhor, para fazer a tua vontade.

Mc 1,29-39. Curou muitos enfermos de diversos males.

15 5.ª Feira

1Sm 4,1-11. A glória de Israel foi exilada.

Sl 43. Salva-nos, Senhor, pela tua misericórdia.

Mc 1,40-45. A lepra largou-o, e ficou limpo.

16 6.ª Feira.

1Sm 8,4-7.10-22a. Se é isso que querem, dá-lhes um rei.

Sl 88. Cantarei eternamente as misericórdias do Senhor.

Mc 2,1-12. O Filho do homem tem poder na terra para perdoar os pecados.

17 Sábado

1S 9,1-4.17-19;10,1a. Ele é aquele de quem falou o Senhor; Saúl reinará o povo.

Sl 21. Senhor, o rei alegra se da tua força.

Mc 2,13-17. Não veio para chamar os justos, mas sim os pecadores.

18 † II DOMINGO DO TEMPO COMUM

Is 62, 1-5. A alegria que encontra o esposo com sua esposa, a encontra teu Deus contigo.

Sl 95. Contai as maravilhas do Senhor a todos os povos.

1Cor 12,4-11. O mesmo e único Espírito reparte a cada um segundo lhe parece.

Jo 2,1-11. Em Caná da Galileia. Jesus começou os seus sinais.

19 2.ª Feira.

1Sm 15,16-23. Tu rejeitas a Palavra. O Senhor te afasta como rei.

Sl 49. O que segue o bom caminho, fá-lo ver a salvação de Deus.

Mc 2,18-22. O noivo está com eles.

20 3.ª Feira.

1Sm 16,1-13. Samuel ungiu David no meio dos seus irmãos e, naquele momento o invadiu o espírito do Senhor.

Sl 89. Encontrei David, meu servo.

Mc 2,23-28. O sábado fez-se para o homem e não o homem para o sábado.

21 4.ª Feira

1Sm 17,32-33.37.40-51. Venceu David o filisteu com a funda e uma pedra.

Sl 143. Bendito o Senhor, meu Deus.

Mc 3,1-6. ¿É permitido ao sábado tirar a vida a um homem ou deixá-lo morrer?

22 5.ª Feira

1Sm 18,6-9; 19-1.7. Meu pai, Saúl procura-te para te matar.

Sl 55. Em Deus confio e não temo.

Mc 3,7-12. Os espíritos maus gritavam: "Tu és o filho de Deus".

23 6.ª Feira.

1Sm 24,3-21. Não estendeis a mão contra ele, porque é o ungido do Senhor.

Sl 56. Misericórdia, meu Deus, misericórdia.

Mc 3,13-19. Então Jesus constituiu o grupo dos Doze, para que ficassem com Ele.

24 Sábado.

1Sm 1,1-4.11-12.19.23-27. Como caíram os valentes no meio do combate!

Sl 80. Desperta o teu poder e vem socorrer-nos.

Mc 3,20-21. A Sua família dizia que não

José Pedro Salema
e Grupo Bíblico



estava nos seus dias.

25 † III DOMINGO DO TEMPO COMUM

Ne 8,2-4a.5-6.8-10. Leram o livro da lei, explicando o sentido.

Sl 18. Tuas palavras, Senhor, são espírito e vida.

1Cor 12,12-30. Vós sois o corpo de Cristo e cada um de vós é um de seus membros.

Lc 1,1-4; 4,14-21. Hoje se cumpre esta escritura.

26 2.ª Feira.

2Tm 1,1-8. Refrescando a memória da tua fé sincera.

Tt 1,1-5. Tito, meu verdadeiro filho na fé que compartimos.

Sl 95. Cantai as maravilhas do Senhor a todas as nações.

Mc 3,22-30. Satanás está perdido.

27 3.ª Feira.

2Sm 6,12b-15.17-19. David e os israelitas transportaram a arca do Senhor entre vitória.

Sl 23. Quem é o Rei da glória? É o Senhor em pessoa.

Mc 3,31-35. O que cumpre a vontade de Deus, ele é meu irmão e minha irmã e minha mãe.

28 4.ª Feira

2Sm 7,4-17. Afirmarei depois de Ti a descendência, e firmarei a tua realeza.

Sl 89. Tu é o meu pai, o meu Deus e o meu rochedo salvador.

Mc 4,1-20. Quem tem ouvidos, oiça.

29 5.ª Feira

2Sm 7,18-19.24-29. Quem sou eu, meu Senhor, e quem é a minha família?

Sl 130. O Senhor Deus dar-lhe-à o trono de David, seu pai.

Mc 4,21-25. Prestai atenção ao que ouvís!

30 6.ª Feira

2Sm 11,1-4a.5-10a.13-17. Desiludiste-me ficando com a mulher de Urías.

Sl 49. Misericórdia, Senhor: pecámos.

Mc 4,26-34. Esta semente vai brotando e crescendo, mas o homem não sabe como isso acontece.

31 Sábado

2Sm 12,1-7a.10-17. Pequei!

Sl 50. Oh Deus, dá-me um coração puro.

Mc 4,35-41. Quem é este? A quem o vento e as águas obedecem!

Anuncie aqui!
Este espaço é seu!

Restaurante Chinês

Jian Feng
建峰酒樓

Junto ao Campo de Futebol do Sintrense

R. José Bento Costa, Nº 3 - A
2710 PORTELA DE SINTRA

Tel.: 219 243 398
Tlm.: 962 648 793

NOVO

Cozinha típica
Chinesa



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, nº 24 - Estefânia
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 58
Fax: 21 910 50 45

A Bíblia

De A a Z

Epifania



João Chaves

Palavra que em grego significa "Aparição".

Avisados do aparecimento de uma estrela, os três "reis" magos vão do "Oriente" a Jerusalém para adorar Jesus, o Rei dos Judeus.

Se lermos os capítulos 22-24 do livro dos Números encontramos a história de Balaão, precisamente um adivinho, um mago do Oriente, tal como os "Reis Magos". Na sua profecia Balaão disse: "Vejo-o, mas não agora; contemplo-o, mas não está próximo: uma estrela sai de Jacob e um ceptro flamejante surge do seio de Israel... Sim, de Jacob nascerá um dominador". Assim falava Balaão 1200 anos antes do nascimento de Jesus. Desde então os judeus esperavam o aparecimento da sua estrela, o seu Messias. O evangelista S. Mateus e os seus leitores eram per-

Epifania é o reconhecimento dos direitos messiânicos de Jesus de Nazaré pelos Não-Judeus

feitamente conhecedores destas ideias e, como tal, aproveitaram-nas para dizer que finalmente tinha chegado o Libertador de Jacob, e mais ainda, que Ele é que era a estrela.

Assim, a Epifania é o reconhecimento dos direitos messiânicos de Jesus de Nazaré pelos Não-Judeus, ou seja, a manifestação de Jesus ao mundo pagão. A tradição dos três magos começou, deste modo, sem dúvida, a ser utilizada para exaltar a Glória de Deus. Apesar de se saber hoje que "os magos" não se tratavam de reis mas sim de pessoas prestigiadas, cultas e conhecedoras de algumas

ciências, o facto é que lhes foram atribuídos nomes (Gaspar, Melchior e Baltazar) e, em termos populares, esta época da Epifania é também chamada de Reis. Os grandes pintores acabaram por tornar a visita dos "três reis magos" ao presépio como um verdadeiro ícone desta época da Epifania.



A nossa religião e as outras

Budismo

Manuela Redol

O termo "Buda" é um título, não um nome próprio. Significa "aquele que sabe", ou "aquele que despertou", e aplica-se a alguém que atingiu um nível superior de entendimento e a plenitude da condição humana. Foi aplicado, e ainda o é, a várias pessoas excepcionais que atingiram um tal grau de elevação moral e espiritual que se transformaram em mestres de sabedoria no oriente, onde, em muitos países, se seguem os preceitos budistas. Porém, o mais fulgurante dos budas, e também o real fundador do budismo, foi um ser de perso-

nalidade excepcional, chamado Sidarta Gautama. Siddarta Gautama, o Buddha, nasceu no século VI a.C. (em torno de 556 a.C.), no actual Nepal. Filho de uma família nobre, foi desde criança protegido do mundo exterior por seus pais devido a um "mau agouro" de um mago. Casou com uma princesa e viveu retirado no seu palácio até aos 29 anos, altura em que resolveu ludibriar os guardas do palácio e passear pela pequena cidade onde vivia. Então encontrou um doente, um velho, um cadáver e um monge a pedir esmola que o fizeram pensar na pre-

cariedade dos bens materiais e da vida faustosa que levava. Abandonou o palácio, a mulher e os filhos e retirou-se para a floresta trocando os seus trajes de seda por farrapos. Viveu em profundo sofrimento durante sete anos, ao fim dos quais percebeu que as mortificações do corpo não conduziam à verdade e à salvação. Resolveu, então, sentar-se debaixo de uma figueira, a que se chamaria "árvore da iluminação" (*bodhi*) e a sua iluminação (daí o "iluminado") passou por três etapas: na primeira noite de meditação viu passar diante dele a sua vida

Livro dos Símbolos

Viagem a Bíblia



Manuela Redol

Há dias alguém me contava que tinha começado a "perceber" o que sentia por Jesus quando tinha feito um paralelo entre aquilo que lhe acontecia em Igreja e o seu dia a dia. Dizia-me, então, que quando alguém lhe era apresentado e lhe dizia o nome, se limitava a ouvir e relacioná-lo com a figura e a expressão, de modo a poder recordar se o voltasse a encontrar. Mas quando essa pessoa, a seguir, falava com ela e lhe dizia algo que tinha muito a ver com o seu modo de estar, resolvia de imediato prestar-lhe outra atenção. Depois era uma sucessão de acontecimentos: um cafézinho, duas palavras trocadas, a seguir já sabia se era casado ou solteiro, três dias depois estava preocupado se o filho estava melhor da gripe e... bom, tinha encontrado um amigo! Com Jesus tinha sido

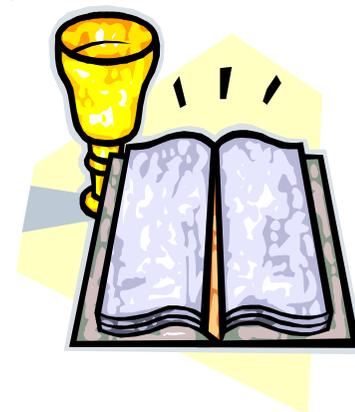
tal e qual: conheceu-O, amou-O, procurou saber mais, aprendeu a falar com Ele, preparou-se para rezar. E cada dia foi mais simples, mais agradável, mais imprescindível estar com Ele.

A Bíblia foi escrita há tantos anos que é preciso ajuda de quem sabe, de quem estudou o verdadeiro sentido de cada metáfora e de cada imagem, o contexto em que foi escrita; quando o Espírito Santo agiu sobre os hagiógrafos (escritores da Bíblia) inspirou-os de modo a que a mensagem, a Palavra de Deus, pudesse ser lida e entendida até ao fim dos tempos.

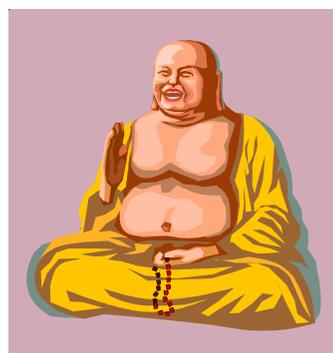
Em Sintra temos o privilégio da "Viagem à Bíblia" em que, de um modo simples e claro, o Pe. Carlos Jorge nos faz sentir como é fácil compreender o que foi escrito há tantos anos (os primeiros textos do

Antigo Testamento têm quase quatro mil anos!) Parece-me que esta "sorte" não devia ser desperdiçada em troca de uma "preguicite aguda" de 6ª feira à noite.

Consulte sempre o Boletim Paroquial para saber os dias que se realiza esta "viagem". Mas pense que é sempre à sexta-feira e é quinzenal. Não se esqueça de levar a sua Bíblia dos Capuchinhos e muito boa disposição para as surpresas que possa ir ter!



anterior; na segunda, viu, com intuição sobrenatural, o ciclo do nascimento, da morte e da reencarnação e reconheceu a lei que o governava; na terceira foram-lhe reveladas as quatro verdades sagradas: o conhecimento do sofrimento, a origem do sofrimento, a supressão do sofrimento e o



modo como eliminá-lo. Tinha encontrado as "Quatro Nobres Verdades".

Entre as numerosas correntes de interpretação do budismo distinguem-se três que deram forma e sobreviveram até aos nossos dias: O "Pequeno Veículo" ou *Teravada* que permite atravessar o rio das reencarna-

ções para chegar à margem do nirvana e está implantado no Ceilão, Birmânia, Tailândia, Camboja e Laos; O "Grande Veículo", *Mahayana*, que é considerado o budismo popular, sendo que a salvação não é reservada ape-

nas a uns poucos que sobressaem pela sua excelência moral (encontramo-lo principalmente na China e no Japão); O "Veículo Tântrico" que é já uma penetração do pensamento tântrico dentro do budismo e aparece a partir do séc. VII, e que parece ter ganho todo o sub-contidente indiano, bem como o Tibete e parte da China.

Várias correntes de pensamento consideram o Budismo mais como uma filosofia do que como uma religião, tanto na sua base como nas diversas correntes que se foram desenvolvendo ao longo dos séculos.



Entretenimento

Abaixo os auscultadores !

Travis

"12 Memories"

Tiago Bueso
Pedro Tomásio

Descoberto em 1997 pelos Oasis, o quarteto britânico que revelou ao mundo êxitos como "Why Does it Always Rain on Me?", "Sing", "Side", entre outros, regressou no final de 2003 com o seu quarto álbum de originais, talvez o mais maduro da carreira.

Embora continuando a insistir nas melodias pop e na mais que visível influência do movimento Britpop de meados da década de 90, com "12 Memories", os Travis demonstram uma vertente que até ao presente seria impensável para todos os conhecedores deste grupo.

Se até aqui os seus temas se caracterizavam por letras "primaveris" ou,

Caracterizavam-se por letras "primaveris" agora denotam preocupações mais profundas



quanto muito, reveladoras dos problemas naturais da adolescência, agora denotam preocupações mais profundas.

Em algumas músicas, por exemplo, parece transparecer um carácter de intervenção, como no caso de "The Beautiful Occupation", que se refere à operação militar aliada no Iraque, e que deixa bem patente que os tem-

pos de "The Man Who" e "The Invisible Band" já estão longe.

Neste novo trabalho, para além do tema já referido, há a salientar o single de apresentação "Re-Offender", que muito tem passado nas rádios nacionais, e no qual se ouvem os tradicionais refrões "catchy", que facilmente ficam no ouvido e que caracterizam este tipo de bandas.

É, em resumo, uma excelente compra para quem procura conhecer um pouco da actualidade musical do Reino Unido.

Livro do Mês

João Seabra

Directo ao Assunto

António Louro

Conheci o Padre João Seabra há alguns anos, tendo tido a felicidade de ouvir algumas das suas homilias ao vivo. Ao adquirir este livro, as minhas expectativas eram grandes. Sabia que toda uma enorme dedicação, disponibilidade, às vezes até excitação, como aborda tudo o que faz, eram condimentos mais do que suficientes para estar perante uma leitura obrigatória. A primeira homilia que nos é proposta é a da primeira missa presidida pelo Padre João Seabra, que é igualmente a única que foi, de facto, escrita, pois todas as outras foram transcritas da gravação. Este facto curioso deve-se, segundo o nosso autor, a serem "tantas

As vocações que Deus manda são as mais variadas e estranhas.

É um truísmo dizer que não sei porque é que o Senhor me chamou a mim, mas é verdade.

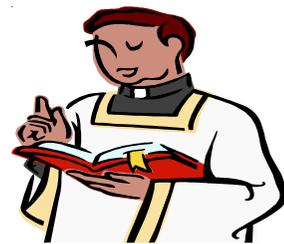
as coisas que vão em mim, e tão importantes, que se me desse largas, não sei quando acabaria." A sua primeira homilia é, de facto, marcante na sua organização, na sua lucidez, na prova de fé e dedicação ao serviço do Senhor.

Estas características são fio condutor e, em todas as restantes homilias, o

Padre João Seabra, independentemente dos assuntos, mantém-nos interessados e colados à leitura pela sua eloquência e facilidade de comunicar.

Resultado de tudo isto é o livro "Directo ao Assunto", fundamental para a educação de cada um de nós na fé, como têm sido para cada um dos paroquianos do Padre João Seabra.

Tal como eles, no fim desta leitura, que aconselho se faça de modo pausado, poderemos dizer que crescemos em educação e na fé.



CD do Mês

O Rosário

Mistérios do Rosário recitados e contemplados

João Chaves

Há uns tempos a nossa paróquia foi mais uma vez privilegiada com a visita que um grupo de foculares nos fez para angariar fundos, vendendo alguns dos seus "produtos". Entre vários e bons livros e outras coisas, um artigo se destacou para mim de imediato, o CD do

Rosário. Com a sua versão mais actualizada, ou seja, incluindo os mistérios da Luz, tinha assim acesso aos Mistérios do Rosário recitados e contemplados, com as leituras bíblicas, possibilitando desta forma uma maior aproximação e ligação à vida de Cristo, intenção primeira desta oração.

Para todos os que em casa, no trabalho ou mesmo no carro gostam de rezar o terço, têm agora mais um veículo facilitador de o fazer, e bem!

A todos os que estiveram envolvidos neste belíssimo trabalho os nossos parabéns e um sincero obrigado.



LIVRARIA

AMPLA ESCOLHA
DE LIVROS
AMBIENTE AGRADÁVEL

R. Câmara Pestana - Edifício Sintra
Loja 4 ~ 2710-546 SINTRA
Telf.: 21 924 32 99
(junto à Igreja de São Miguel)

Penha da Lua

Rua Câmara Pestana
Edifício Sintra, Lj. 2
Telf.: 21 924 35 09
Fax: 21 924 29 92

Ventisca
(SINTRA)

Ventisca
(SINTRA)

AVENTURA
SOBREVIVÊNCIA
OUTDOOR

Entretenimento

Vale a pena ver Video

Martin Brest

Conhece Joe Black

António Louro

Conhece Joe Black”, do realizador e produtor Martin Brest, é resultado de duas décadas de gestação de um sonho que nasceu quando este viu pela primeira vez o filme de 1934 “Death takes a holiday”, cujo original para teatro remota a 1920. Durante quase 20 anos, Brest trabalhou a ideia com vários escritores e argumentistas até que, finalmente, como em cada sonho, tudo começou a alinhar-se para uma grande obra. De facto, todo o filme reflecte o grande cuidado e dedicação dispensados a este projecto e, como resultado, a qualidade dos textos, da fotografia, dos cenários, dos personagens, etc,

é soberba. Este filme não é mais um para os circuitos comerciais do cinema, principalmente porque foge claramente aos estereótipos, ou seja, não trata de êxitos fáceis, de satisfações e recompensas igualmente gratuitas. Joe Black (interpretado por Brad Pitt) - a morte - resolve fazer numa viagem experimental e visitar um homem de negócios de grande sucesso, Bill Parish (Anthony Hopkins). Em troca por mais uns dias de vida Bill aceita guiar Joe na sua experiência terrestre. Os percursos dos nossos personagens centrais fazem-se em sentidos opostos, porque Joe se vai enamorando pela vida com todas as suas

Frente a Frente com a Morte e a Vida

belezas e tentações: a comida, a mulher, o sucesso, etc., ao ponto de a ela se prender! Já Bill vai acolhendo a morte. Somos absorvidos pela tensão entre os personagens e as suas trajectórias, e tudo concorre no filme para este fim: os textos, a banda sonora e a fotografia, simplesmente genial.

Título Original: “Meet Joe Black”
Ano: 1998
País de Origem: EUA
Elenco: Brad Pitt, Anthony Hopkins, Claire Forlani, Jake Weber, Marcia Gay Harden
Relizador: Martin Brest
Tempo de duração: 178 minutos



Para nós, Cristãos, que trabalhamos todos os dias para estarmos atentos e preparados para quando o Senhor chegar, este filme não nos pode deixar indiferentes, quer pela mensagem quer ainda pela arte e o amor que sobressaem deste sonho concretizado por Martin Brest.

Marcel Marceau no CCB

João Chaves

O Cruz Alta teve o privilégio de poder assistir a um dos dois espectáculos levados à cena em Lisboa por este fabuloso artista no passado mês de Dezembro.

anos de idade e cerca de 50 a trabalhar nesta arte, Marceau continua a melhorar a sua performance permanentemente e este espectáculo, para quem tivesse qualquer dúvida, foi disso prova evidente.

Foram cerca de duas horas quase de silêncio total, onde este mestre da mímica, sozinho em palco, como habitualmente, conseguiu levar uma sala cheia ao rubro. Considerado a referência máxima a nível mundial nesta arte da mímica, também em Lisboa não deixou o seu crédito por mãos alheias. Apesar dos seus 79



Serviço 24h/dia

<http://videoclubexana.clubedevideo.com>

Loja 1:

Rua Doutor Félix Alves Pereira, 12A - Portela de Sintra

Loja 2:

Quinta da Samaritana, Rua Margarida Malheiros, Lote 38 - Loja C - Belas

Body bricolage

Precisa de limpezas, lenha, mudanças, pequenos trabalhos?
 Chegou a solução! Basta contactar os escuteiros!
 Nem precisa de se preocupar com o preço, aceitamos o que quiser dar.
 Contacte: Pedro-967651894; Andreia-916066086



Babysitting

Somos escuteiros dos 15 aos 17 anos fazemos babysitting em sua casa todos os dias no período de férias e no período de aulas somente aos fins-de-semana, por apenas 5€ por hora
 Contacte: Cristina-965894485; Amélia-918708811; Joana-933122334.



Internet

<http://www.consolata.pt>

Este mês deixamos a sugestão de navegarem por um site de uma Instituição que todos conhecemos: Os Missionários da Consolata! Desde há muitos anos que a sua presença nas nossas Paróquias é de

uma grande importância: por semana, asseguram as Eucaristias de, pelo menos, duas das nossas Comunidades (habitualmente Janas ou Várzea e Lourel). Mas as nossas Paróquias têm a alegria de contar também com Leigos

Missionários, num trabalho de enorme beleza e doação: O Ricardo, de Lourel, juntamente com a sua esposa Elisabeth e a filha Raquelen encontram-se em Moçambique, numa dádiva total das suas vidas à causa da missão “ad gentes”.

António Luís Leitão



CONSOLATA.PT

O Site dos Missionários da Consolata em Portugal



ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

Queijadas - Travesseiros - Pastéis de Sintra
 Nozes Douradas - Pastéis Cruz Alta



ANTIGA FÁBRICA

DE QUEIJADAS FINAS DA
 ★ PIRIQUITA ★
 CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

PIRIQUITA

R. das Padarias, 1
 2710-603 SINTRA
 Telf.: 21 923 06 26 / Fax: 21 924 23 99



ANTIGA FÁBRICA

DE QUEIJADAS FINAS DA
 ★ PIRIQUITA ★
 CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

PIRIQUITA dois

R. das Padarias, 18
 2710-603 SINTRA
 Telf.: 21 923 15 95



Foto-comentário

Alerta!

Guilherme Duarte

O soldado desconhecido representado no monumento da correnteza parece estar de sentinela, em permanente estado de alerta para com tudo o que se passa na parte antiga da vila de Sintra.

O que eu pretendo transmitir é que, todos nós devemos estar também de alerta permanente, vigilantes e interessados em tudo o que se passa com a nossa terra. Não tenhamos

receio de denunciar o que achamos que não está bem. Não hesitemos em apontar soluções que nos pareçam correctas. É uma forma de ajudar os nossos autarcas a cumprirem melhor a sua missão e a fazer ainda melhor trabalho. Eles provavelmente agradecerão. Se ao invés, não nos ligarem nenhuma, temos todos o direito de manifestar o nosso protesto.



Flagrantes da vida real



Última página

Cultura na paisagem

Rita Santos

Os habitantes de Sintra têm mais um motivo para se sentirem orgulhosos da sua vila: foi finalmente inaugurada a nova Biblioteca Municipal!

Situada mais perto da estação de comboios, ali mesmo na Alameda dos Combatentes da Grande Guerra, ou "Soldado Desconhecido" (se bem que era sempre um prazer atravessar o Parque da Liberdade para chegar ao Palácio Valenças), a nova biblioteca está integrada num espaço multiusos onde, para além da sala de arquivo e leitura propriamente dita, dispõe de uma Sala do Conto, Cibercafé, Cafetaria e Sala de Chá (que ainda não estão em funcionamento), Bebéteca, um anfiteatro polivalente, galeria de exposições, loja municipal, entre outras coisas.

Trata-se de uma aposta na cultura e na educação que não esqueceu os mais novos (dispõe de um sector Infantil e Juvenil) nem os deficientes (com computadores para leitura especial), bem como as novas tecnologias (há até um espaço

agradável para audição de cds ou visionamento de filmes).

Para este novo complexo, a Câmara Municipal de Sintra reabilitou a bonita Casa Mantero, uma mansão em estilo vitoriano do século XIX e construiu um edifício de

linhas modernas, aproveitando e recuperando toda a área arborizada anexa. É agora possível ler um bom livro sentando-se no jardim, desfrutando da magnífica vista da Serra que, aliás, é também partilhada por algumas das janelas que decoram a sala de leitura principal. Com esta renovação, a Biblioteca Municipal de Sintra passa a integrar a rede nacional de Bibliotecas Públicas, servindo melhor os interesses das escolas, dos investigadores e do público em geral.

Aberta das 10 às 20 horas de terça a sexta-feira, das 14 às 20 horas à

segunda-feira e das 14.30 às 19.30 horas ao sábado, a nova biblioteca é uma grande mais-valia, não deixando, no entanto, de ter alguns defeitos. Peca essencialmente pelo horário que, apesar de alargado, continua a ser insuficiente (porque não abrir até mais tarde e ao Domingo também?); pela sinalização confusa dos livros (as cotas deveriam indicar a categoria, devendo existir também um mapa com a localização das categorias) e pela quase ausência de salas individuais de trabalho (existem dois pequenos gabinetes de

estudo mas faz falta um espaço para trabalhos em grupo, porque está sempre muito barulho na sala de leitura).

Eça de Queiroz dizia n' "Os Maias": "...tudo em Sintra é divino. Não há cantinho que não seja um poema...". Agora, com a nova biblioteca, Sintra vai certamente inspirar ainda mais poetas e escritores. Confiantes neste projecto, resta-nos desejar que ele continue a desenvolver-se em termos materiais, tecnológicos e humanos. Cabe-nos contribuir também para o seu crescimento, exigindo qualidade e respeitando o espaço.



Iluminação de Natal em Sintra

Mafalda Pedro

Este ano pudemos observar a mais bela iluminação de Natal alguma vez vista em Sintra. Todas as entradas da nossa vila estavam decoradas com várias estrelas que, desta forma, saudavam os seus habitantes e visitantes, sendo de realçar a rotunda do Ramalhão.

Em S. Pedro de Sintra tivemos um largo D. Fernando II, habitualmente escuro, completamente brilhante através dos ramos das suas árvores.

No centro histórico de Sintra, no largo Rainha D. Amélia, observámos uma gigantesca

árvore de Natal, muito simples mas muito bonita.

Os imensos fios de luzes que contornavam todo o muro ao longo da Volta do Duche parecia que tinham surgido naturalmente, convidando a um passeio nocturno. E até a velhinha Avenida Heliodoro Salgado ganhou novo ânimo.

Dos edifícios decorados destacamos os Paços do Concelho, o Palácio Valenças e o Museu de Arte Moderna. Durante cerca de dois meses, a beleza natural de Sintra foi enriquecida pelo brilho "natalício" da noite.

