

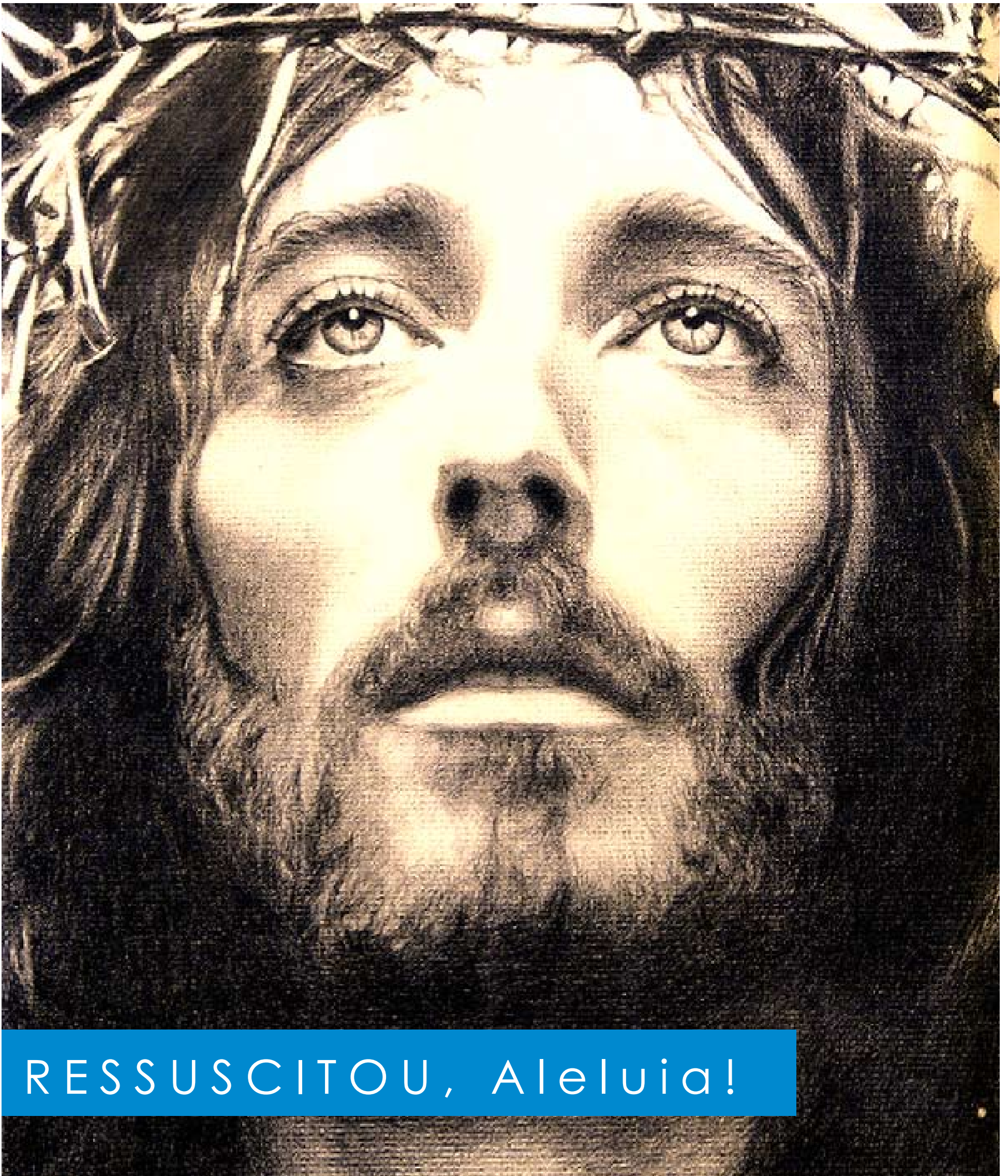


Cruz Alta

Abril de 2007

Edição nº 41 - Ano V
Director: P. Carlos Jorge

www.paroquias-sintra.net



RESSUSCITOU, Aleluia!



Santa Páscoa! PÁSCOA, sinal de comunhão

Quisera, meu Deus, ser diferente nesta Quaresma! Propus-me “começar de novo”, deixar-me tocar por Ti, encontrar um pouco de Luz no meu coração... Criei mil propósitos, planeei estratégias que não podiam falhar, inventei caminhos para me ajudar...

Mas não, tudo teria de ser diferente! Sempre aquela sensação de fraqueza, que me abandona à incerteza de quem tanto quer e nunca alcança! E a vertiginosa realidade de que a vida não é aquilo que eu gostaria de viver. Pelo menos convence-me, em cada dia que passa, que a minha condição de estar, só pode ser verdadeira, e realmente sentida, se tiver entrega, se for de verdade vivida. E o resto é conversa!

Todas as noites faço um exame de consciência e peço-Te sempre, que aman-

hã me faças melhor do que hoje. Que ao olhar-Te naquele madeiro cravado, sintas a importância do que é o amor profundo, desta vida de sofrimento, onde a guerra e a solidão, vivem de mão dada, à procura da paz no mundo!

Quisera, meu Deus, encontrar na Tua entrega, e na Tua ressurreição, a razão pela qual quero viver, lado a lado com a humanidade, onde o choro a raiva e o adeus, se confundam com a alegria, o amor e a esperança.

E que a Páscoa aconteça! Dentro de mim e de todos!

Santa Páscoa!



Hoje vivemos num tempo em que “toda esta tradição humanista europeia se está a alterar no sentido de um grande individualismo”.

Foram mais ou menos estas as palavras que D. José Policarpo usou numa entrevista recentemente concedida à revista Visão, referindo-se aos tempos que correm. Com efeito, vivemos numa época onde o que importa é o “eu” individual, relegando para segundo plano o cuidado pelos outros.

Estamos prestes a celebrar a Páscoa, acontecimento central na vivência cristã. Jesus, na cruz, aponta um caminho diferente ao do mundo em que vivemos, pois rasga o individualismo humano dando a vida por amor!

Vivamos as festas pascais na descoberta desta comunhão fraterna, sinal de Cristo Ressuscitado!

Santa Páscoa!



Tudo isto por mim! Tudo isto por ti!

Estamos em festa! A mais maravilhosa e iluminante de todas.

O homem das dores, o Senhor, o Amor, que livremente se deu por nós na Cruz, ressuscitou e cumpriu o que tinha prometido. Fez-se Luz para o mundo e primavera nas nossas vidas.

Mas será que todos vivemos esta maravilha? O nosso coração bate mais depressa por esta descoberta? O Senhor está vivo e entre nós! Ele, és tu, sou eu, somos nós, que O trazemos nos nossos corações e O transportamos para as nossas vidas, repartindo-O pela vida dos outros.

Tantos de nós passam ao lado desta verdade, celebrando este dia sem lhe dar sentido, aproveitando este tempo para ir até ao Algarve ou à neve. É bom desfrutar o que o Senhor nos dá através da natureza e agradável estar com os amigos de quem mais gostamos, mas vivamos Tempos Maiores! É tempo de encontro e de abrir o coração à luz irradiada pelo Ressuscitado, pois quem O não acolhe fica irremediavelmente mais pobre.

Sinto-me triste por estes irmãos que ainda não descobriram esta Fonte que se renova na Eucaristia todos os dias, sempre com a mesma

intensidade e com a mesma alegria. Aí, está o Senhor a dar-se por Amor, por um Amor que a nossa imaginação não consegue abranger. Ele amamos a cada um e por cada um se deu, se dá, e se dará, na Cruz.

Tudo isto por mim, tudo isto por ti!

Com Ele, o sonho transforma-se em realidade. Está nas nossas mãos. Basta estendê-las e segurá-las nas Suas. Só deste modo transformaremos a nossa comunidade, as nossas vidas, a Humanidade.

Vivamos este tempo pascal com a alegria de nos sabermos filhos de Deus, ir-

mãos de Cristo e templos vivos do Espírito Santo, como se fosse a última oportunidade que temos de o fazer.



EMPRESA MULTINACIONAL

RECRUTA:
m/f

Empresários e outros profissionais,

com experiência comercial, à procura de novo desafio. Com pacote de formação contínua. Contactar Dep. Recursos Humanos: Alexandra Guedes, tlm: 966 101 897.



A Letra “A” (continuação)

ALELUIA

Do hebraico hallelu-Yá, “louvai o Senhor”. Versículo responsorial presente em numerosos salmos, especialmente nos salmos aleluáticos: 106, 113, 146-150.

ÁZIMOS

Termo hebraico, mazzot, plural de mazzá, “não levedado”, “pão ázimo”. O pão que, segundo as numerosas disposições contidas no Pentateuco (cf Ex 12, 15-20.34.39) é consumido nos sete dias de Páscoa. Portanto, Ázimos ou

Festa dos Ázimos são sinónimos de Páscoa. Tratava-se provavelmente de um rito ligado a uma festa primaveril dos agricultores que se juntou à celebração histórica do êxodo.

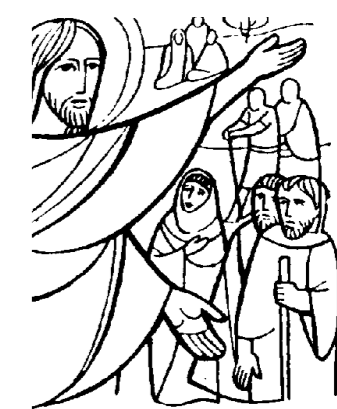
APÓSTOLO

Como termo religioso e específico do Novo Testamento, refere-se aos “doze” discípulos escolhidos e enviados por Jesus, primeiro ao povo de Israel, e depois a todo o mundo, a pregar o evangelho. Como o seu nome indica, apóstolo é, antes de mais, um

“enviado” de Cristo, depois de ter sido escolhido como um dos doze, que o acompanharam desde o início. A sua missão fundamental é pregar, fundar e presidir às Igrejas em nome de Cristo. Em sentido lato todo o enviado por Deus recebe este nome. As palavras “apostolado” e “apostólico” referem-se à acção destinada a proclamar e testemunhar a fé de Cristo e da Igreja.

AVATAR OU AVATARA
“Descida”. No seu primitivo

sentido aponta para as diversas “descidas ou encarnações de Deus”. Na tradição hinduísta refere-se às descidas de Visnú a este mundo para combater o mal e restabelecer o Dharma. São doze os avatares de Visnú para dar estabilidade ao universo: o peixe, a tartaruga, o porco, o homem-leão, o enanto, Rama, Krixna, Buda, Kali.



Abril 2007

Estes são apenas alguns acontecimentos de carácter mais geral que se vão realizar na **Unidade Pastoral de Sintra**.

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

ABRIL 2007

1	Domingo	DOMINGO DE RAMOS. Tarde de convívio e lanche para os mais idosos: Casa Paroquial de S. Martinho, a partir das 15H30. Concerto do CORAL “VOX LACI”, de S. Domingos de Rana: Igreja de S. Martinho, 16H00. Entrada livre.
4	quarta	Terço meditado: Igreja de S. Pedro, 21H30. Tempo especial de Celebração do SACRAMENTO DA RECONCILIAÇÃO: Igreja de S. Miguel, 21H30.
5	quinta	QUINTA FEIRA SANTA / MISSA VESPERTINA DA CEIA DO SENHOR: IGREJA DE S. PEDRO, 19H00. ADORAÇÃO DO SANTÍSSIMO SACRAMENTO A PARTIR DAS 20H00 ATÉ ÀS 23H00.
6	sexta	SEXTA FEIRA SANTA / CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO DO SENHOR: IGREJA DE S. MARTINHO, 18H00. VIA SACRA: DA IGREJA DE S. MIGUEL PARA A IGREJA DE S. PEDRO. INÍCIO ÀS 21H00, NA IGREJA DE S. MIGUEL.
7	sábado	VIGÍLIA PASCAL: IGREJA DE S. MIGUEL, 22H00.
11	quarta	“VIAGEM À BÍBLIA”, tempo de estudo e reflexão sobre a Palavra de Deus, orientado pelo P. Rui: Igreja de S. Miguel, 21H30.
13	sexta	Reunião da Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo: sala do Centro Paroquial de S. Miguel, 21H30. Oração do Terço na Capela das Irmãs do Linho, 21H30.
18	quarta	Terço meditado: Igreja de S. Pedro, 21H30.
22	Domingo	Almoço “JANELA”: salão de S. Miguel, a partir das 13H00. Uma refeição saborosa e um convívio fraterno.
25	quarta	“(A)TRACÇÃO ÀS QUARTAS” - Noite de oração para a Vigararia VI (à qual pertence a UPS): Igreja de S. Miguel, 21H30.
29	Domingo	RECOLHA DE SANGUE: Igreja de S. Miguel, a partir das 8H30.

PARÓQUIA DE S. JOSÉ (Algueirão, Mem Martins, Mercês): 6 CATEQUESES SOBRE 6 DECRETOS DO II CONCÍLIO VATICANO: de 10 de Abril a 15 de Maio - terças-feiras, às 21H30, no Salão do Centro Comunitário, Largo da Igreja, Algueirão. A inscrição para estas Catequeses deverá ser feita através da entrega de um destacável (pedir nos cartórios das Igrejas Paroquiais) na secretaria Paroquial da Igreja de S. José (Algueirão) até ao dia 10 de Abril, e terá um custo de 15€ para os adultos e de 10€ para jovens até aos 20 anos.



Hotel Central

Viver em família é, nos dias de hoje, um grande desafio. É fundamental que se renovem os valores éticos e morais, em detrimento da imensa informação que nos chega por todos os meios e nos leva a enormes distrações, como a falta de diálogo e de atenção que parece predominar, hoje, as relações familiares.

Entre muitas oportunidades que todos temos ao nosso alcance, passear pelos recantos de Sintra e explorar as ruas tortuosas da Vila é uma boa forma para promover a união da família, bem como para cultivar o corpo e a mente. Juntando o útil ao agradável, consegue-se desfrutar da paisagem, apreciar a doçaria regional, descontração numa boa

esplanada e reviver todas as memórias do Centro Histórico.

Apesar de muito bela, são poucos os espaços na Vila para a muita procura de todos os que a visitam. Por essa razão, saúdo com imensa alegria a reabertura de um dos locais mais emblemáticos – o velho e centenário Hotel Central – que, com muito esforço e dedicação dos seus proprietários, reabriu o seu espaço de cozinha, pastelaria esplanada, contribuindo, assim, para oferecer a todos os que ali se deslocam, bons e agradáveis momentos de vida.

Sabemos que o caminho a percorrer ainda está longe de terminar, devido às necessidades financeiras para executar a recuperação de todo

o magnífico edifício, pondo o Hotel a funcionar em pleno. No entanto, este esforço já é meritório e um bom sinal de combate à degradação que afecta grande parte da nossa Vila, quer por excesso de zelo quer por processos burocráticos morosos, que não permitem que se leve a cabo, com brevidade, a recuperação de um património que é mundial.

Devemos, por isso, estar satisfeitos e orgulhosos com iniciativas como é o caso do Hotel Central, a quem desde já endereçamos os parabéns e dele, retirar os ensinamentos de que com esforço, dedicação e a aposta no investimento na nossa terra, todos podemos beneficiar e reatar as longas conversas com os

familiares e amigos, como de longa vida junto de nós.

dantes, no tempo em que a televisão estava apagada e se dava maior importância às pessoas e à simplicidade da vida.

Um grande abraço de amizade de todos os amigos de Sintra, para o querido amigo António Raio, e votos



O “(A)TRACÇÃO ÀS QUARTAS”, NOITE DE ORAÇÃO VICARIAL



No dia 28 de Março realizou-se a primeira Noite de Oração, a nível da Vigararia VI (da qual faz parte a nossa UPS), que terá periodicidade mensal, na Igreja de S. Miguel, Sintra. Estes momentos de oração têm por título “(A)tracção às quartas”, e são organizados pela Equipa Vicarial de Jovens. Todos estão convidados, especialmente os JOVENS, para os

quais este tempo de oração é particularmente destinado. A próxima “(A)tracção às quartas” é no dia 25 de Abril. Venha rezar em comunidade!



R. Câmara Pestana - Edifício Sintra • Galeria Comercial - Loja 13 • 2710-546 SINTRA
Tel/Fax: 21 923 29 82 • 96 500 11 09 • E-mail: boticadatterra@sapo.pt



Hipotiroidismo

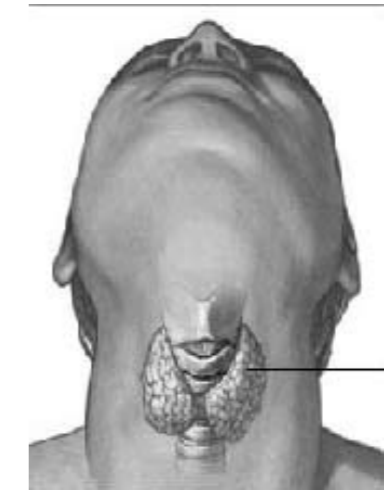
A tiróide é uma pequena glândula que mede cerca de 5 cm de diâmetro, situada no pescoço, por baixo da maçã-de-adão.

Esta glândula é responsável pelo controle de muitos processos que se desenvolvem no nosso organismo. As hormonas da tiróide, (t3 e t4) entre outras várias funções, ajudam o nosso corpo a controlar a frequência cardíaca, a tonificar os músculos, a regular a temperatura, contribuindo para manter o equilíbrio de todos estes e outros aspectos. Quando há uma diminuição da produção destas hormonas segregadas pela tiróide, o organismo torna-se mais lento. À medida que o metabolismo vai baixando, vão surgindo sintomas, tais como a fadiga, as mãos

e os pés frios, a pele seca e pálida, a queda do cabelo, o pulso lento, a prisão de ventre, o aumento de peso, perturbação do equilíbrio, confusão mental, entre outros. Os níveis de colesterol podem subir. A tiróide pode aumentar de volume, situação a que, vulgarmente, se chama bócio, podendo ser facilmente palpada.

A causa mais frequente de hipotiroidismo em muitos países em vias de desenvolvimento é a carência crónica de iodo na dieta. No entanto, esta forma de hipotiroidismo já não existe em muitos outros, desde que os fabricantes de sal começaram a juntar iodo ao sal de mesa. Em muitos casos, o hipotiroidismo pode ser provocado por uma alteração auto-imune.

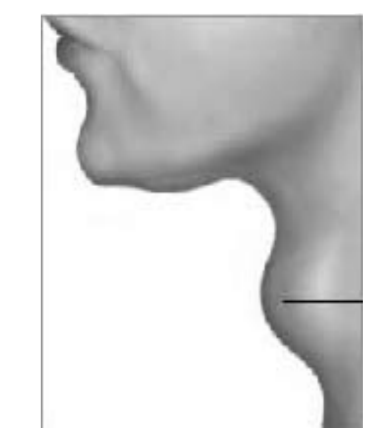
A tireoidite de Hashimoto é a causa mais frequente deste tipo da doença. Perante os sintomas que descrevi,



para confirmar o diagnóstico, pede-se, através de análises ao sangue, a determinação dos níveis das hormonas da tiróide. Encontram-se valores baixos da tiroxina (t4) e va-

lores elevados da hormona estimulante da tiróide (TSH), esta produzida pela Hipófise.

O tratamento consiste na administração de uma hormona sintética apresentada



na forma de comprimidos, que vai restabelecer os níveis correctos de hormona tiroideia. A evolução é controlada pelo médico com regularidade e a dose terapêutica deverá ser

ajustada, caso a caso.

O tratamento, geralmente, é para toda a vida. Se este for interrompido, os sintomas surgirão de novo.

Sem tratamento, o hipotiroidismo pode causar anemia, insuficiência cardíaca e, agravando-se, pode dar confusão mental e até mesmo levar o doente ao coma.

Ao hipotiroidismo muito grave chama-se Mix-edema.

Outra doença relacionada com o mau funcionamento da tiróide é o Hipertiroidismo, oposta a esta, e sobre a qual vos falarei possivelmente mais tarde.



Nutricionismo (parte II)

As frutas e vegetais têm um bom poder de satisfação, mas as massas, o arroz, o grão, o feijão, as lentilhas, as ervilhas... têm um grande poder de satisfação, contrariamente aos produtos de pastelaria, como os bolos, croissants e biscoitos que têm um mais baixo poder de satisfação.

Os Hidratos de Carbono (HC) e as proteínas têm maior poder de satisfação do que as gorduras; logo se ingerirmos alimentos preferencialmente gordos (cheetos, frutos secos, produtos de pastelaria, alimentos fritos, biscoitos, comida com muito óleo ou manteiga, etc.) teremos mais dificuldade em parar a sua ingestão (não nos dão satisfação) do que se ingerirmos alimentos mais ricos em hidratos de carbono e proteínas.

Alguns estudos demonstraram que a ingestão alimentar pode ser afectada pela densidade calórica da refeição, independentemente

da composição dos macronutrientes e da palatabilidade, mas que o consumo excessivo de alimentos gordurosos estaria relacionado à elevada densidade calórica, e não ao teor de gordura, afectando imediatamente e tardiamente a saciedade.

Quanto mais água, mais fibra e menos gordura tiver um alimento, menor será a sua densidade calórica. Ou seja, quanto maior o volume com menos energia, menor a densidade calórica do alimento. Se ingerirmos preferencialmente alimentos com baixa densidade calórica conseguimos fazer chegar ao estômago maiores quantidades de comida, sem elevados valores calóricos, isto é, “matamos a fome” com um baixo aporte calórico.

Isto é, de facto, uma BOA NOTÍCIA - Alimentos ricos em HC complexos são bons alimentos em termos de saúde e também em termos do peso e gordura corporais

pois não são tão facilmente convertidos em depósitos adiposos. Mas atenção, os açúcares simples, para além de terem um elevado valor calórico e densidade calórica, são facilmente assimiláveis e não têm as mesmas propriedades favoráveis dos amidos e das fibras (açúcares complexos). Assim, é mais fácil perder peso quando cortamos no total de gordura ingerida e

preferimos as frutas, vegetais, leguminosas secas e cereais. Resumindo, podemos dizer que os HC complexos têm uma palavra na regulação do peso corporal:

- Mantêm a taxa sanguínea de glicémia, aumentando a sensação de satisfação/saciedade, logo regulando o apetite

- São utilizados preferencialmente como com-

bustível pelo corpo e não tanto armazenados como fonte de energia (depois de decompostos em açúcares simples);

- Têm uma baixa densidade calórica, devido à quantidade de fibra e /ou água que lhes estão normalmente associados.

VEDICERCA

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

PAINÉIS PLASTIFICADOS

PAINÉIS PLASTIFICADOS

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]
[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]
[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]	[Imagem]

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-901 LOURES

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins. Contacte-nos para aplicações.

☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

VEDAÇÕES • ARAMES • POSTES

Almoço Janela

Falar do "Janela", é recordar o ano de 2000, o célebre ano do fim do milénio, quando um grupo de gente generosa se uniu com um objectivo bem definido, que era o de proporcionar a todos os paroquianos um momento comum de convívio, num espaço agradável, como é o salão de S. Miguel, e fazer a entrega das receitas obtidas ao padre Carlos Jorge, para as reverter em benefício das muitas necessidades que envolvem a gestão de uma paróquia.

E foi assim que no dia 19 de Novembro desse ano, se juntaram 153 pessoas, que se regalaram com uma bela feijoada e com as deliciosas sobremesas, doadas por todos quantos participaram directa ou indirectamente nas actividades deste grupo. Em 13 de Maio do ano seguinte o maior grupo de sempre, cerca de 247 pessoas, juntou-se para saborear um delicioso bacalhau com natas, respondendo de uma forma muito firme, a um apelo lançado para a recolha de fundos, e foram enviados 500 contos, para ajudar uma Missão em Moçambique. Passados 3 anos, em Maio de 2004, efectuou-se o 33º almoço, que incluiu uma grelhada mista, e ao qual compareceram cerca de 69 pessoas. Ai, o grupo sentiu que os paroquianos não estavam a aderir ao projecto, e resolveu cessar a actividade, até que sentisse estarem reunidas as condições para retomar as funções.

Assim, passados 2 anos, efectuou-se em 21 de Maio de 2006, um 34º almoço, com nova grelhada mista, em que apareceram 103 pessoas. Entretanto o facto de ter sido encerrado o restaurante da saudosa D. Bina, onde o grupo se juntava nas noites de 6ª feira, para ajudar a preparar todos os ingredientes necessários à confecção das refeições, que eram cozinhadas nas manhãs de Domingo, com a ajuda de alguns de nós, e depois transportadas em viatura até S. Miguel, onde eram servidas com muito carinho por todos os que davam uma ajuda extra, como os jovens dos diversos grupos da paróquia.



A necessidade de criar condições para se voltar a poder preparar e cozinhar refeições para grupos numerosos, obrigou a paróquia a efectuar alguns trabalhos de adaptação, nas garagens, onde se criou um espaço para

cozinhar, e numa arrecadação que se adaptou a espaço para efectuar a lavagem das loiças.

A vontade de recomeçar, ajudou a encontrar uma nova pessoa, com grande experiência como cozinheira, que irá orientar o grupo, no futuro próximo, razão pela qual se marcou o 35º almoço, para o Domingo, dia 18 de Março de 2007.

Espera-se de todos os que sentem a paróquia como uma extensão das suas casas, uma resposta positiva, aparecendo em força, de modo a encher todas as mesas, que irão ser montadas e ornamentadas com o habitual carinho, por todos quantos dedicam

ao grupo "Janela" um pouco do seu tempo, demonstrando a todos os que se desculpam com falta dele, que quando se quer a obra nasce, e se muitos mais quiserem, o resultado final será, decerto, muito melhor, não só em bons momentos de confraternização, como na contribuição com a paróquia que é de todos, que a todos se dá sem reservas, e que de todos precisa sem limitações.

Ajudem pois, o grupo "Janela", que tem como lema "um olhar sobre as paróquias".

Arrisquem uma espreitadela e vão ver que do outro lado, está um ambiente acolhedor à vossa espera.



SISTEMAS DE SEGURANÇA
Sinalização de Emergência
Projectos de Segurança
Deteccção de Incêndio
EXTINTORES

MAFEP

Abrunheira - Sintra
Tel.: 219 152 251 Fax.: 219 152 253 Mail.: mafep@clix.pt

Arti Sintra
PORTUGAL
Armazenista de Material de Papelaria e Escritório, Lda

Consumíveis de Informática:
HP, EPSON, LEXMARK, CANON

Rua de Sira, 3-Armazém 1, 2, 3
Lourel
2710-360 Sintra

Telefone: 21 924 57 21/34 79
Fax: 21 924 34 79
Email: arti-sintra@clix.pt

Docaria Regional e Casaria

Av. D. Francisco de Almeida, 333-35
2710-562 SINTRA

Telef. 21 923 27 33

VIDRALEX - Vidros e Espelhos. Lda.

• VIDRO TEMPERADO
• VIDRO DUPLO
• COLOCAÇÕES
• MOLDURAS

Rua dos Malmesqueres, 7-A
VÁRZEA DE SINTRA
2710 - 659 SINTRA

Telef. 21 923 56 84
Fax: 21 924 40 58

Talho do Zé Maria
de: JOSÉ MARIA LUÍS BICHO

Carnes de 1.ª Qualidade
Porco, Vitela, Vacca e Borrego

Fornecedor de Restaurantes,
Cantinas e Colégios

Talho - Telef. 21 923 18 24 Residência - Telef. 21 924 06 83

Cruz Alta 

O caso Esmeralda - parte II

Caros Amigos,

Decidi não continuar com o caso "Esmeralda". Penso que todos já perceberam o que se está a passar: a pequena Esmeralda já não é notícia, já não vende, portanto.

No plano jurídico importa referir que houve duas decisões do Tribunal muito importantes - uma que respeita à questão do crime de sequestro e de subtração de menor e outra, da providência de "habeas corpus".

Qualquer dos acórdãos é público e, por este motivo, não valerá a pena encher as páginas do jornal com tanta matéria.

Vale a pena referir que o tempo, para aquela criança

ser criança, não parou, não pára e não volta mais...o tempo de ser criança e ter uma vida digna de tal nome é agora, é já!

É muito bom e saudável que se respeitem as decisões dos Tribunais. De resto, outra coisa não me passa pela cabeça, quanto mais não seja, pela minha condição profissional. O que é importante não são as boas ou más decisões, mas sim os efeitos que as mesmas têm num determinado cidadão em concreto, e na sociedade.

O que é que tudo isto contribuiu para a felicidade da Esmeralda enquanto ser humano e especialmente como criança? Nada!

Diz-se que "a justiça é cega", mas o juiz tem obrigação de o não ser. Não quero com isto

dizer que as decisões dos referidos acórdãos sejam más decisões, (pessoalmente até concordo com elas e ainda bem que prevaleceu o Direito), o que importa reter, não só neste caso, como noutros, (por exemplo "novela Casa Pia"), é que os verdadeiros interessados, os lesados, os abusados, foram as crianças. Cuidemos delas, porque, infelizmente, isto não se passa apenas no que lemos nos jornais.

Um país que não cuida das suas crianças é um país necessariamente condenado à sua própria velhice, sem alegria nem futuro.

No próximo número iremos abordar o tema do divórcio. Até sempre.



Um Homem de Leituras

Sou um homem de leituras. Eu amo as palavras. Tudo quanto sei está nas páginas dos livros.

Alguns coisa vivi. Tenho cinquenta e oito anos.

Sou um homem de leituras. Eu amo os livros. Tudo quanto sei está no âmbito das palavras.

Alguns coisa vivi. Tenho cinquenta e oito anos.

Sou um homem de leituras. Eu amo as palavras, amo os livros. Tudo quanto sei foi-me dado pelas palavras.

Alguns coisa vivi. Tenho cinquenta e oito anos. Sou um homem de leituras conheço os livros. Tenho cinquenta e oito anos...

Mutantes

Diz um político: " Só os burros é que não mudam"
Digo eu: - *Apetece-me zurrar...*

Não me peças palavras Que eu não saiba.

De mim nada terás que te conforme, nem gesto, nem jeito que aproveites.

Outrora perdi tudo por ganhar-te. Hoje ganho tudo por perder-te.

(Do livro "Palavras Antropófagas) - 1987



Os acumuladores eléctricos de calor são a forma mais rentável para aquecer a sua casa.
• Poupança até 50% nos consumos de energia.
• Desconto de campanha: -10% no valor de aquisição.

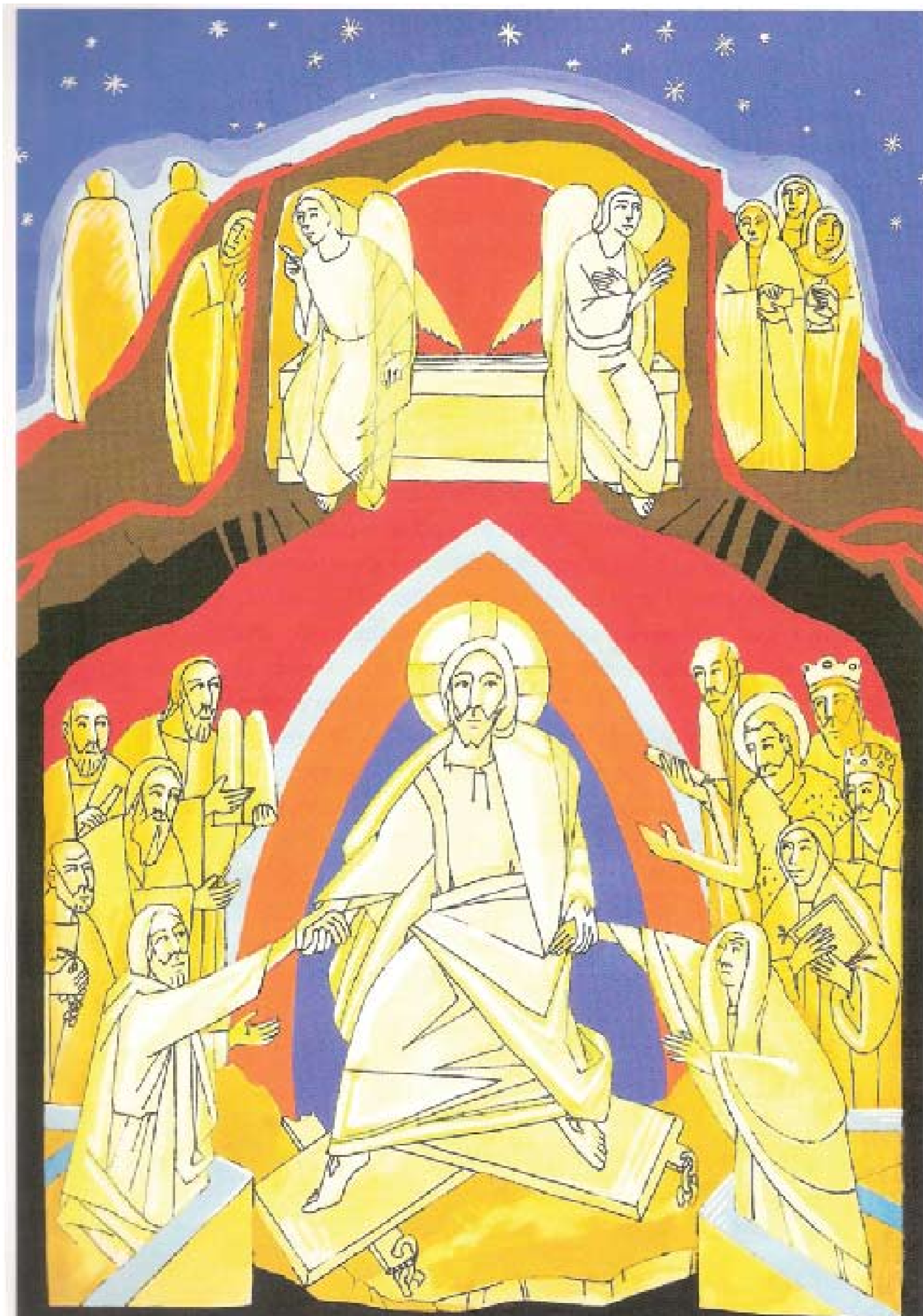
Rua Câmara Pestana, Edifício Sintra, Loja 12.

Mini Mercado
Loja Nova
de
Maria Fernanda do Corro

• Merceria • Rações para Gados • Gás BP e Móbil •
• Papelaria e Tabacaria •

PANISINTRA
PÃO E BOLOS DO SABOR DA TRADIÇÃO

PANISINTRA PADARIAS ASSOCIADAS DE SINTRA SA.
Sede: Av. D. FRANCISCO D'ALMEIDA, 11 2710-562 SINTRA
TEL: 21 923 22 88 FAX: 21 923 06 82 panisitra@clix.pt



EXPLICAÇÃO DO ÍCONE “CRISTO É A NOSSA PÁSCOA”

PELO P. JOÃO MARCOS

A Páscoa é o grande sacramento, sinal da passagem do Senhor que nos transfere da escravidão para a liberdade, da morte para a vida, da solidão para a comunhão. Esta ilustração pretende ajudar-nos a acolher Cristo como nosso libertador e nossa Páscoa, como nossa vida e ressurreição. É composta por duas cenas que se complementam: a descida de Cristo aos infernos e o anúncio feito pelos anjos às mulheres no túmulo vazio.

No centro da parte inferior vemos Jesus Cristo vitorioso, revestido de glória e cingido de poder, calcando aos pés as portas do inferno. Com suas mãos levanta da morte Adão e Eva e várias outras figuras que resumem todo o Antigo Testamento. Sai cada qual da solidão do seu túmulo individual para a comunhão, para a festa da vida eterna. Ao lado de Adão vemos Noé com o cacho de uvas, Abraão, Jacob e Moisés, e, do lado de Eva, Elias ao alto, David e Salomão atrás, São João Baptista e Miriam, irmã de Moisés. Na Páscoa de Jesus toda a humanidade encontra a sua plenitude porque nela Deus cumpre todas as suas promessas: Adão e Eva vêem como a descendência da mulher ali esmagou a cabeça da serpente (Gn 3,15) e a humanidade reconciliada com Deus é reintroduzida no Paraíso. A Lei e os profetas (Moisés e Elias) apontam para Cristo que lhes dá pleno cumprimento na sua morte e ressurreição. Para Ele apontam também Abraão que, no dizer do próprio Jesus, viu o Seu dia e alegrou-se (Jo 8,56), e João Baptista, precursor do Senhor na pregação e no martírio também aqui nos indica o Cordeiro imolado que tirou o pecado do mundo. Atrás de Adão, vemos Noé, o segundo pai da humanidade, e atrás de Abraão, Jacob peregrino, o pai do povo de Israel. Junto de Eva, Miriam, que com o seu tamborim animou o cântico e a dança do povo de Israel após a passagem do Mar Vermelho (cf. Ex 15,20) como que se prepara para cantar o

cântico novo da Páscoa Nova, o Cântico do Cordeiro (cf Ap 15,3). Os dois reis, David e Salomão, representam os Salmos e a Sabedoria de Israel que, tal como a Lei e os Profetas, anunciam também e proclamam a vitória de Cristo sobre a morte.

Toda esta alegria, nos é apresentada como uma realidade subterrânea. Cristo desceu aos infernos, aos abismos da humanidade. Como diz S. Efrém, ele é o Bom Pastor que procurou Adão, a ovelha perdida, e não o tendo encon-

cante (1 Cor 15,45), nos pode dar. Vida subterrânea? Sim, porque vida de sepultados, de mortos para o pecado, mas vida celeste.

A parte superior da ilustração apresenta-nos o túmulo vazio. Sentados sobre ele, dois anjos anunciam a ressurreição do Senhor às mulheres (Lc 24, 1-8) e a Maria Madalena (Jo 20,11). Vemos também Pedro e João que regressam a casa depois de terem verificado que o túmulo está vazio. Do túmulo vazio do Senhor ressoa o anúncio da vitória

Desde muito cedo a tradição da Igreja viu no sepulcro

citado. É essa palavra proclamada que faz amanhecer nos corações a luz da fé cristã. Aqueles que, ao levarem como as mulheres perfumes para o corpo morto de Jesus, escutam o anúncio do anjo e se encontram como Maria Madalena com o próprio Senhor ressuscitado, tornam-se testemunhas da ressurreição, transformam-se no bom perfume do conhecimento de Cristo a expandir-se por toda a terra (cf. 2 Cor 2,14).

que caminham levando em seus corações o início da fé: a certeza de que o túmulo está vazio, e muitas interrogações e dúvidas que só a presença do Senhor ressuscitado no meio deles dissipará.

Em dois “lugares”

podemos “ver” Jesus

Cristo Ressuscitado: na

comunhão fraterna e

na evangelização...

“Porque buscais entre os mortos Aquele que vive?”

Ressuscitou, não está aqui!”

(Lc 24,56).

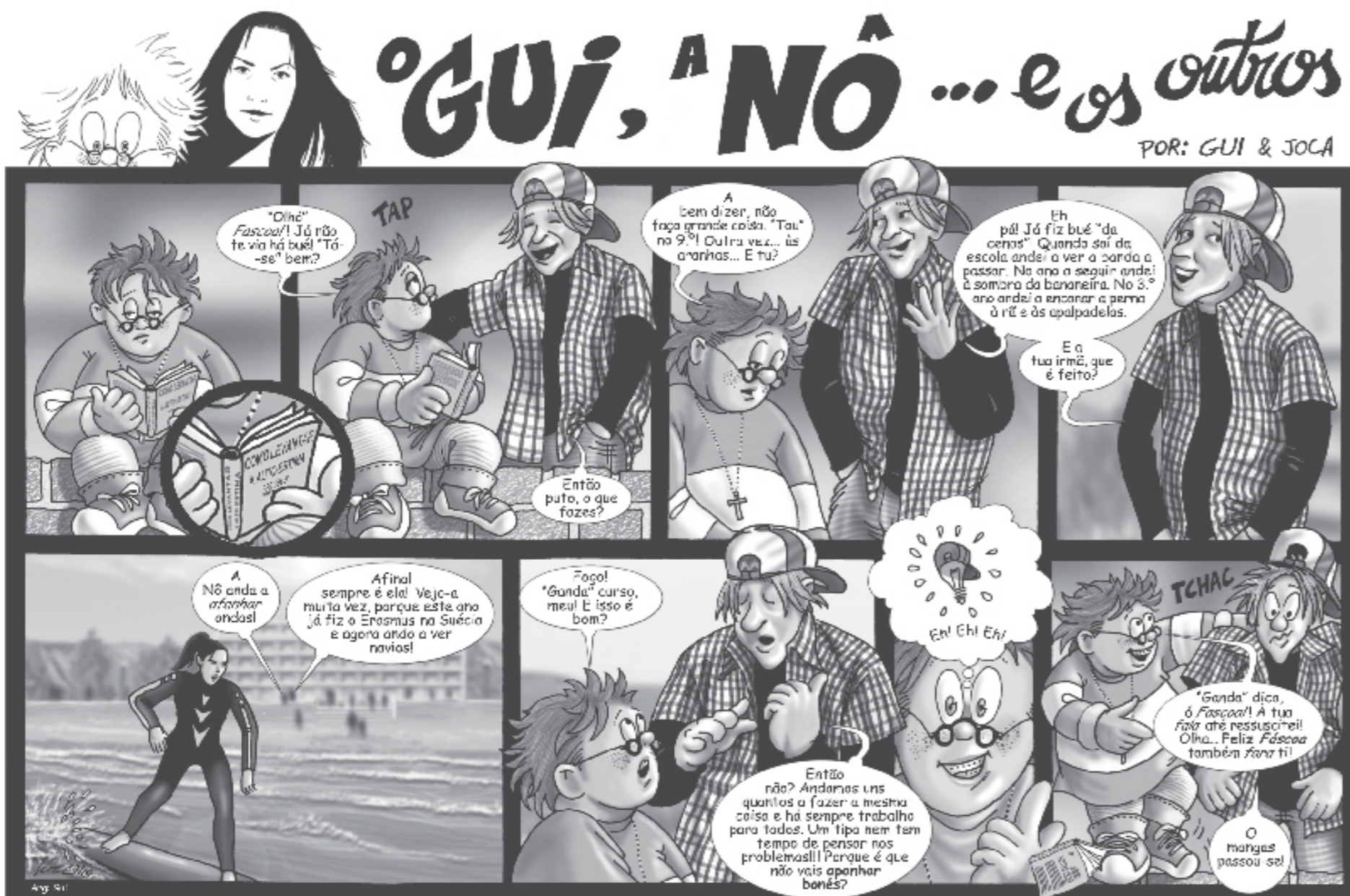
trado na terra subiu à cruz e desceu aos infernos onde o encontrou nas trevas e nas sombras da morte. Adão e Eva somos nós. Também hoje, Cristo ressuscitado é o único que pode descer aos abismos do nosso coração para nos libertar da escravidão do pecado e nos dar a liberdade dos filhos de Deus, e para nos fazer herdeiros da glória eterna. Se humildemente deixamos que Ele nos tome pela mão, ressuscitaremos com Ele, não apenas no fim dos tempos, mas já a partir de agora, porque a ressurreição e a vida é Ele. Na Igreja, comunidade de irmãos, começamos já agora a experimentar e a cultivar a vida nova que só Cristo ressuscitado, Novo Adão e Espírito vivifi-

de Cristo dirigido àqueles e àqueles que de algum modo procuram encher o vazio das suas vidas. O vazio do túmulo contrasta fortemente com a presença de Cristo cheio de dinamismo na descida aos infernos, mas é dele que sai a Palavra, para despertar os adormecidos, o anúncio que é semente e promessa da visão gloriosa: “Porque buscais entre os mortos Aquele que vive? Ressuscitou, não está aqui!” (Lc 24,56).

Em dois “lugares” podemos “ver” Jesus Cristo Ressuscitado: na comunhão fraterna representada na parte inferior da ilustração, e na Galileia, quer dizer, na evangelização em que a palavra é confirmada pelo poder de Cristo Ressus-

Não é isento de dificuldades o percurso da fé. Entre o escutar e o ver, passamos às vezes crises bem dolorosas. Chorando junto ao sepulcro (cf. Jo 20,1 1), Maria Madalena é símbolo dessas nossas dificuldades. Do mesmo lado vemos também Pedro e João

Páscoa, Primavera, flores... Esta ilustração não é nada primaveril. Não tem verdes nem flores. É telúrica, vulcânica. A Páscoa é aqui apresentada como um vulcão de que o túmulo vazio é a cratera, e o Kerigma os rios de lava, de terra nova a alastrar em brasa sobre o mundo poluído. É uma realidade interior, profunda, que se torna manifesta pelo anúncio do Evangelho.



3º RALLY DAS CAMÉLIAS DE SINTRA

Guilherme Duarte

Distantes vão os tempos em que Sintra era invadida por milhares de entusiastas do desporto automóvel, que se deslocavam à nossa terra para vibrar com a evolução dos bólides pelas estradas estreitas e sinuosas da serra, conduzidos com perícia pelos melhores pilotos nacionais e por muitos estrangeiros de reconhecido prestígio. Viveram-se ali momentos espectaculares e empolgantes, que só o Rally das Camélias conseguia proporcionar. Quem não se recorda

ainda, por exemplo, das célebres "noites loucas de Sintra"? Realizado pelo Clube Arte e Sport, o nosso rally era uma das provas mais importantes do calendário automobilístico nacional e o acontecimento, a par do Rally de Portugal, que mais pessoas trazia a esta bonita vila. Infelizmente, o Rally das Camélias "morreu" e o Rally de Portugal deixou de nos visitar. Já não se ouve em Sintra o ruído dos motores a acelerar serra acima, e acabaram-se as invasões, nem

sempre civilizadas, é certo, da multidão que não dispensava já a adrenalina das noites sintrenses em tempo de rally. Após estas linhas repassadas de saudosismo, voltemos para o presente e falemos do 3º Rally das Camélias de Sintra para Automóveis Antigos, que se realizou entre os dias 16 e 18 do passado mês de Março. Costuma dizer-se que quem não tem cão caça com um gato, e por isso, enquanto aguardamos pela possibilidade de voltarmos a ter, nas estradas da nossa terra, provas de automobilismo ao mais alto nível, vamo-nos entretendo a ver em competição, carros antigos, construídos entre 1905 e 1960, que constituem hoje, todos eles, verdadeiras peças de museu. É verdade que estes carros, agora mais "calmos", não transmitem a mesma emoção, nem pro-

vocam o mesmo entusiasmo de antigamente mas, em contrapartida, levam-nos a recluir algumas décadas e a recordar os tempos da nossa "meninice" quando ainda circulavam regularmente nas estradas estreitas, com muito menos veículos do que nos dias de hoje, mas com muito mais educação e civismo. Outros tempos! Seria agora o momento para falar dos vencedores. Mas...será que importa quem venceu? Na minha opinião

venceram todos, os carros, impecavelmente conservados, com os cromados bem polidos, a brilharem ao sol, e os seus proprietários que nos deram a possibilidade de admirar aquelas autênticas relíquias. Terminou o 3º Rally das Camélias de Sintra em Automóveis Antigos. Está na hora de começar a preparar o próximo. E já agora, não será também tempo de pensar em recolocar na estrada o verdadeiro Rally das Camélias? O original!





COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

Sudoku - puzzle

N.º 1 - Abril:

6			8	1			2	
4	5					6	7	
			5	6				
						3	8	4
8			2		1			6
5	9	4						
				2	5			
9	2						4	5
	8			9	6			2

A partir deste mês, vamos dar início a uma série mensal de puzzles do Sudoku, de nível acessível. No mês seguinte apresentaremos a respectiva solução.

"Somos enviados por Deus para sermos sinal do seu amor no meio dos homens"
 Madre Teresa de Calcutá

Mini-Mercado Baptista & Costa, Lda.

Rua Arco do Teixeira, 11 - Vila de Sintra
☎ : 219 232 084

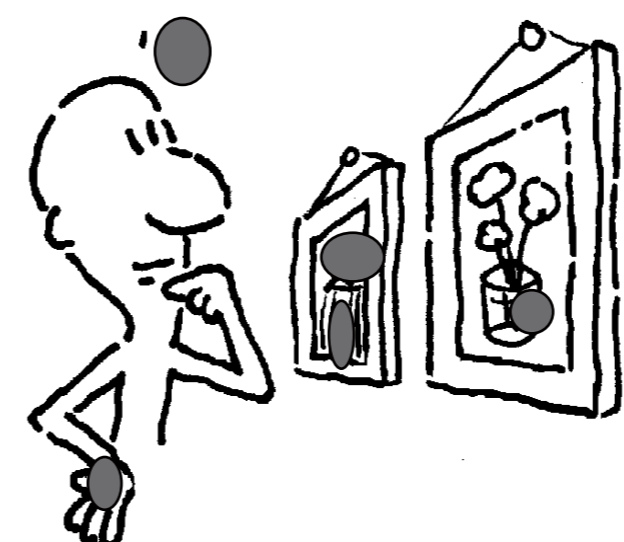


Modas Vestcelest

Homem - Senhora - Criança

Cedete Gomes Telf: 21 521448
Largo Visconde Assis, 9 - A 38005 - Sintra

Soluções do número anterior:



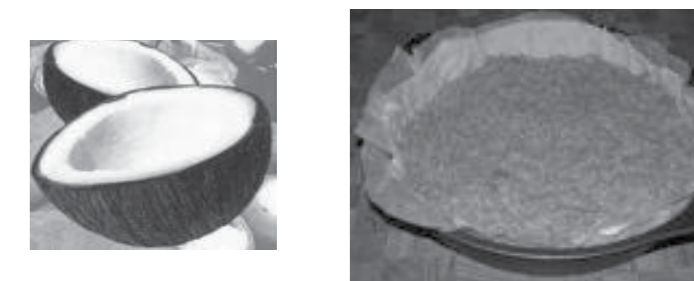
Receita

Tarte de côco deliciosa

Sobremesa rápida, simples de preparar e excelente. A receita foi enviada pela Sr.ª D. Maria Madalena F. Pacheco, para quem vão os nossos melhores agradecimentos.

Ingredientes:

- 5 ovos;
- 250g de açúcar;
- raspa de meio limão;
- 150g de coco ralado;
- margarina para untar.



Preparação:

Primeiro, forre uma forma de tarte com papel de alumínio, no fundo e nos lados, de modo a que fique sem qualquer furo. Bata os ovos com açúcar e a raspa do limão até obter um creme fofo e volumoso. Misture com cuidado o coco ralado, ligue bem sem bater e deite na forma. Alise e leve a cozer em forno médio. Ao fim de 25 min verifique se a tarte está cozida e, quando estiver, retire do forno, deixe-a arrefecer um pouco e desenforme-a. Retire o papel de alumínio com muito cuidado. Coloque a tarte no prato de serviço, polvilhe com açúcar e, se desejar, decore com frutas cristalizadas.

Pensamento:

A felicidade é um valor universal que todos procuram e raros encontram.

Dica:

Quando cozer peixe, sobretudo se for congelado, junte umas gotas de vinagre de maçã ou um pouco de vinho branco à água da cozedura. Assim, evitará que o peixe se desfaça e faz com que fique mais saboroso.

Provérbio:

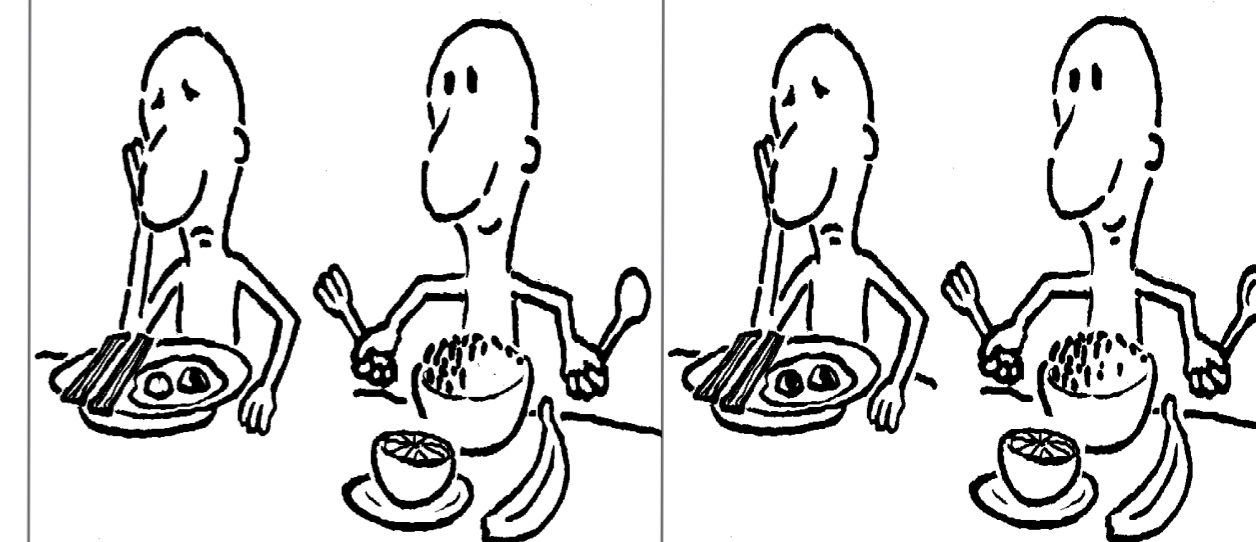
Não corras atrás de um homem, nem de um autocarro. Depois desse, há logo outro a seguir.

Anedotas:

Diz um amigo para o outro:
- A tua mulher conta muito bem anedotas.
No outro dia contou uma que caí da cama a rir.

Um melão diz para o outro:
- Olha! Estou a ser apalrado...
- Põe - te a pau que a seguir vais ser comido!

Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:





A nossa Catequese

CATEQUESE DE GALAMARES

JESUS



Os meninos do 1º Catecismo descobrem Jesus.

Como alguém que descobre um tesouro e corre, feliz, a contar aos amigos, os meninos de Galamares escreveram, para todos nós, uns pequenos recados:

Sabem que Jesus abraça os meninos? (Inês)
Nós gostamos de Jesus e Jesus gosta muito de nós. (Tamara Maria)

Maria, a Mãe de Jesus, gosta de Jesus e de nós. (Milene)

Jesus ama os nossos pais e os nossos pais amam Jesus. (Duarte)

Muitos beijinhos para Jesus. (Rafael)

Quem leu com o coração estas pequenas frases percebeu que, nestas crianças, começam a des-

pontar pequenas sementes de Fé.

Esta é uma realidade que nos compromete. Semear é fácil. Fazer crescer é muito mais difícil. Que seja este o nosso Desafio.



TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

Largo 1º de Dezembro, 10 Telef.:
S. Pedro de Penaferrim - Sintra 21 923 11 31

FERNANDO & SANTOS, Lda.

Papelaria, Livraria e Tabacaria

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



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Médica de
Dra. Oélia Maria Simões Casinhas

Largo Marco de Albuquerque, nº 24 - Estrelita Telef.: 21 923 00 98
2710-519 SINTRA Fax: 21 910 50 45

Intenções do Papa para Abril



Para que, deixando-se iluminar e guiar pelo Espírito Santo, cada cristão responda com entusiasmo e fidelidade à vocação universal à santidade.

A fim de que aumente o número de vocações sacerdotais e religiosas na América setentrional e nos países do Oceano Pacífico, para responder adequadamente às exigências pastorais e missionárias daquelas populações.

Calendário Litúrgico em Abril - Ano C

Dia 1 Abr. - DOMINGO DE RAMOS

LEITURA I Is 50, 4-7
«Não desviei o meu rosto dos que Me ultrajavam, mas sei que não ficarei desiludido»

Salmo 21 (22), 8-9.17-18a.19-20.23-24 (R. 2a)
Refrão:
Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?

LEITURA II Filip 2, 6-11
«Humilhou-Se a Si próprio; por isso Deus O exaltou»

EVANGELHO Forma longa Lc 22, 14 - 23, 56
"Paixão de Nosso Senhor Jesus Cristo"

Dia 8 Abr. - DOMINGO DE PÁSCOA

LEITURA I Actos 10, 34a.37-43
«Comemos e bebemos com Ele, depois de ter ressuscitado dos mortos»

Salmo 117 (118), 1-2.16ab-17.22-23 (R. 24)
Refrão:
Este é o dia que o Senhor fez:
exultemos e cantemos de alegria.

LEITURA II Col 3, 1-4
«Aspirai às coisas do alto, onde está Cristo»

EVANGELHO Jo 20, 1-9
«Ele tinha de ressuscitar dos mortos»

Dia 15 Abr. - DOMINGO II DA PÁSCOA

LEITURA I Act 5, 12-16
«Cada vez mais gente aderiu ao Senhor pela fé, uma multidão de homens e mulheres»

Salmo 117 (118), 2-4.22-24.25-27a (R. 1)
Refrão:
Dai graças ao Senhor, porque Ele é bom, porque é eterna a sua misericórdia.

LEITURA II Ap 1, 9-11a.12-13.17-19
«Estive morto, mas eis-Me vivo pelos séculos dos séculos»

EVANGELHO Jo 20, 19-31
«Oito dias depois, veio Jesus...»

Dia 22 Abr. - DOMINGO III DA PÁSCOA

LEITURA I Actos 5, 27b-32.40b-41
«Somos testemunhas destes factos, nós e o Espírito Santo»

Salmo 29 (30), 2-4-6.11-12a.13b (R. 2a)
Refrão: Eu vos louvarei, Senhor, porque me salvastes.

LEITURA II Ap 5, 11-14
«Digno é o Cordeiro que foi imolado de receber o poder e a riqueza»

EVANGELHO Forma longa Jo 21, 1-19
«Jesus aproximou-Se, tomou o pão e deu-lho, fazendo o mesmo com os peixes»

Dia 29 Abr. - DOMINGO IV DA PÁSCOA

LEITURA I Actos 13, 14.43-52
«Vamos voltar-nos para os pagãos»

Salmo 99 (100), 2. 4. 5. 6. 11. 12. 13b (R. 3c)
Refrão:
Nós somos o povo de Deus, somos as ovelhas do seu rebanho.

LEITURA II Ap 7, 9.14b-17
«O Cordeiro será o seu pastor e os conduzirá às fontes da água viva»

EVANGELHO Jo 10, 27-30
«Eu dou a vida eterna às minhas ovelhas»

Era uma vez...
Guilherme Duarte

O VELHO DE BARBAS BRANCAS E A MENINA DOS LAÇAROTES

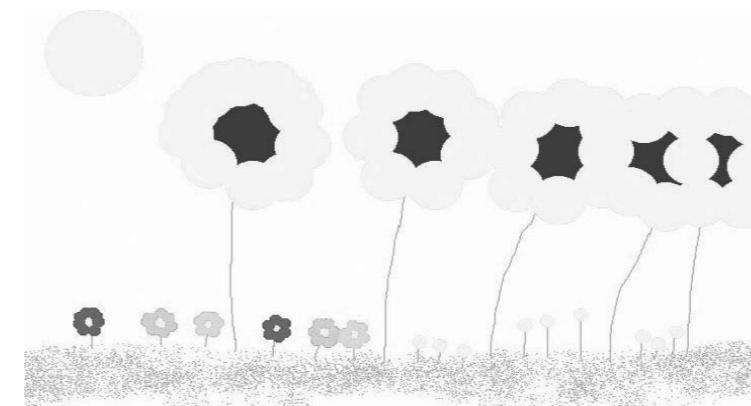
Ovelhote, de cabelo comprido e barbas brancas como a neve, agasalhou-se bem, vestiu o seu sobretudo mais quente, levantou a gola, enrolou um cachecol em redor do pescoço, colocou um gorro de lã na cabeça, pegou na mala e pôs-se a caminho. Tinha terminado a sua missão por estas paragens e ia agora gelar outros lugares e atormentar outras gentes. Com um andar cansado, foi-se afastando vagarosamente. Antes de ultrapassar a última curva do caminho, pousou a mala no chão e virou-se lentamente para trás, na esperança de ver alguém que se lembrasse de vir despedir-se dele. Ninguém! Largou um suspiro triste, pegou novamente na



lembrava já daquele velho mal humorado e carrancudo que acabara de partir. Agora, era tempo de guardar os agasalhos e tirar das gavetas alguma roupa um pouco mais leve. Aquela menina bela e gentil trazia consigo a alegria, a esperança e a festa. A festa da vida nova a germinar; a festa das cores com que a flores irão colorir os campos e extasiar-nos o olhar; a festa dos aromas a invadir os ares e a inebriar-nos os sentidos. Tudo isto, enquanto a pas-sarada nos enternece com os seus voos graciosos e embala

com o chilrear melodioso. Enfim, é a Primavera que aí está. Uma menina travessa e prazenteira, com dois laçarotes na cabeça a segurar-lhe as tranças, que nos oferece a sua mão e nos convida:
- Anda! Vem daí dançar e cantar comigo. Alegra-te. É tempo de VIDA NOVA. Vem vivê-la!
E assim termino estas linhas porque vou aceitar o convite. Já estou a sentir a mão da menina dos laçarotes a puxar-me para a rua, desafiando-me para ir com ela contemplar a natureza em festa.

E vou. Vou abrir bem os olhos e deixar-me deslumbrar pela policromia dos campos. Vou respirar bem fundo e permitir que os sentidos se rendam à voluptuosidade dos aromas. Vou ainda escutar a melodia dos sons que rodeiam a vida que nos envolve. É um novo ciclo que começa. É a ternura da menina dos laçarotes que voltou. É a pujança da vida a renascer. É a maravilha da Primavera. É a glória do Criador!



mala, e mais curvado ainda e abatido pela desilusão, retomou a marcha. Em pouco tempo desapareceu na última curva da estrada.
Enquanto o Inverno se afastava com o mesmo ar

a superfície da estrada Quando entrou na povoação, todos gritaram em coro:

- Bom dia Primavera. Sê bem-vinda!

A Primavera chegara finalmente e ninguém mais se

24 de Março

PARABÉNS
P. RUI
GOMES

Em nome das nossas paróquias da Unidade Pastoral de Sintra, o Cruz Alta deseja-lhe as maiores felicidades. Que Deus o abençoe no meio de nós!



«O trabalho de Deus são laços, que formam uma corrente de Amor»

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

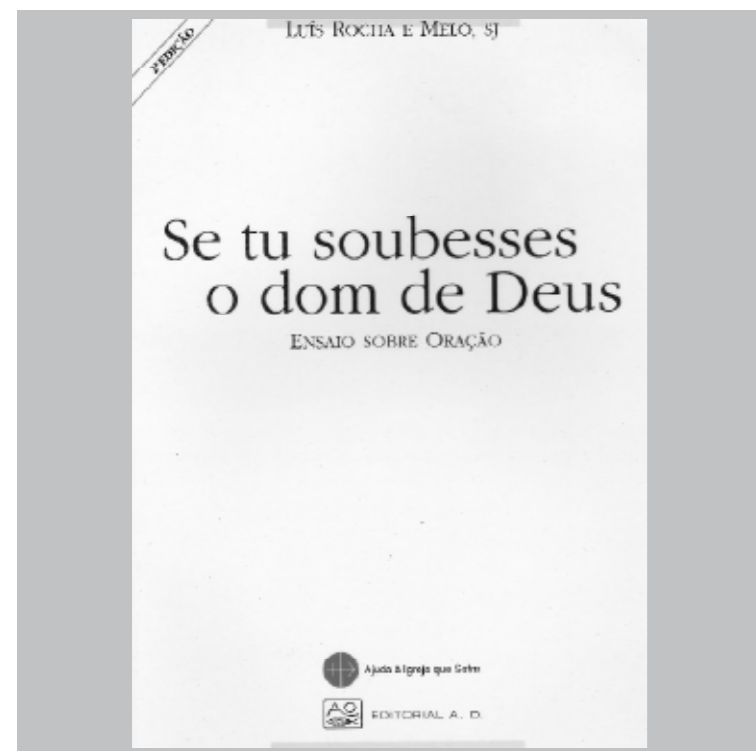
Livro do Mês

SE TU SOUBESSES O DOM DE DEUS

Luís Rocha e Melo, S.J.

Já se pode considerar um clássico, em língua portuguesa, sobre a oração cristã. Trata-se, de facto, de uma obra particularmente bem sistematizada sobre a vida de oração. Apesar disso, não sofre da rigidez dos manuais nem da segura agreste que tornam

certos livros sobre a oração impossíveis de ler. Pelo contrário, conserva a frescura da fonte, onde o peregrino sequioso pode sempre voltar para matar a sede e recomeçar a jornada, em busca de uma vida de oração mais intensa e rica de intimidade com Deus.



<http://cvitamina.blogspot.com>

Existem diferenças na maneira como os sites são apresentados na Internet. Há os sites estáticos, onde o conteúdo é sempre o mesmo e sites dinâmicos, onde toda a informação é constantemente actualizada. Dos sites dinâmicos há a destacar os sites estilo Portais, dedicados para grande informações de conteúdos tais como sites de jornais e os Blogs onde o conteúdo é tratado de uma forma mais pessoal com grafismo muito simples utilizados em moldes iguais por utilizadores comuns

de Internet em vez de webdesigners. O site deste mês é um Blog da responsabilidade do Secretariado Diocesano da Pastoral Juvenil da diocese de Leiria - Fátima e destina-se à divulgação e aprendizagem da canção jovem religiosa. É uma boa base de dados para aqueles que estão envolvidos na animação pastoral ou simples aprendizes de música. Com acordos e possibilidade de escutar ficheiros áudio para melhor aprender cada cântico. Mais um site muito útil para ter nos apontadores!

ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:
Queijadas - Traveseiros - Pastéis de Sintra
Nozes Douradas - Pastéis Cruz Alta

ANTIGA FÁBRICA
DE QUEIJADAS FINAS DA
PIRIQUITA
CONSTÂNCIA GOMES PIRIQUITA

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

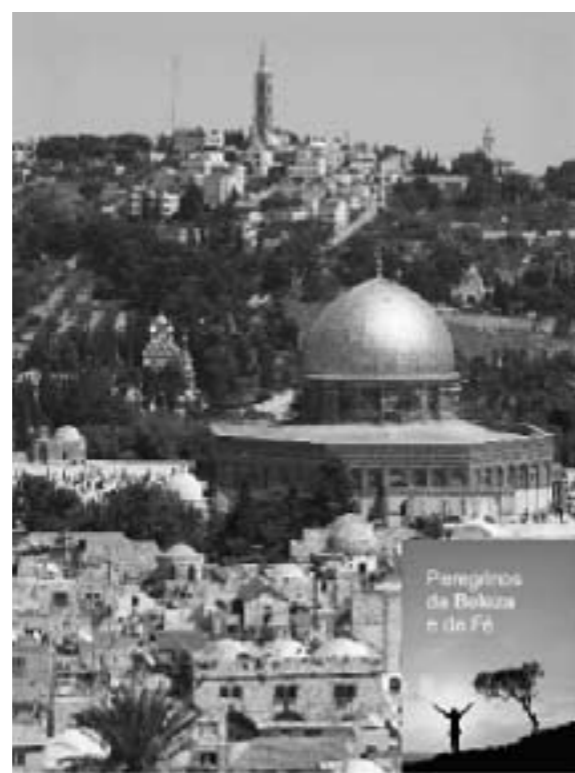
PIRIQUITA dois
R. das Padarias, 18
2710-603 SINTRA
Telf.: 21 923 15 95

ROTARY CLUB DE SINTRA
Membro do R.I. cart. de 04/04/79
Distrit 196

MOSTREMOS O CAMINHO

O Rotary Club de Sintra está a promover uma recolha de sangue semestral, que irá decorrer em Sintra no próximo dia 15 de Abril de 2007, entre as 9h00 e 13h00, no Centro Paroquial de Stª Maria e S. Miguel na Estefânia. Este evento é organizado pelo Rotary Club de Sintra, em co-

laboração com o Instituto Português de Sangue (I.P.S.) e a Unidade Pastoral de Sintra.



TERRA SANTA

Pode-se visitar a terra de Jesus por simples curiosidade. Pode-se querer satisfazer uma devoção pessoal. Pode-se abrir o coração de modo a captar a mensagem que a terra de Jesus nos oferece.

Mas quando a visita é feita com abertura de espírito, pouco tempo chega para captar essa mensagem que flui do ambiente, da paisagem, da gente e até da própria vegetação.

A Palestina, do tempo de Jesus, feita por mãos humanas, já não existe. Mas a natureza, em grande parte dos lugares referidos no Novo Testamento, é a mesma: o Jordão, Tiberíades, as montanhas, o Mar Morto, as planícies, o deserto...

PEREGRINAÇÃO À TERRA SANTA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

23 a 30 de Julho 2007

informações e inscrições nas Igrejas Paroquiais

SÃO MIGUEL Estefânia Tif - 219 244 744	SÃO PEDRO S. Pedro de Penaferrim Tif - 219 230 844	SÃO MARTINHO Vila Velha Tif - 219 231 227
---	---	--

O olhar das Crianças

José Maria Louro

Eu gostei da peregrinação foi diferente mas foi bom aprendi muitas coisas e gostei de andar de Skate com o Pedro e com o Manuel. Gostei das refeições apesar da Bina não estar.

Foi bom fazer as representações.

Gostei das músicas, da primeira missa, do almoço na rua, e da actividade que fizemos lá na Igreja. Limpamos o jardim todo.



FILME EM DESTAQUE: "Diário de um Escândalo"

Realizador: Richard Eyre

Intérpretes: Judy Dench; Cate Blanchet; Bill Nighy

Género: Drama

Idade: M/16 anos

Duração: 1 h 33 m

Quando Barbara Covett e Sheba Hart se cruzam pela primeira vez nos corredores da escola onde leccionam, estão longe de imaginar as transformações que aquele encontro irá provocar nas suas vidas, na sequência de uma relação ambígua que se estabelecerá entre elas e que ambas, embora com entendimentos e objectivos diferentes, irão viver intensamente.

Barbara, uma mulher solitária já no Outono da vida, é uma professora veterana e autoritária mas também céptica e azeda. É temida pelos alunos, que lhe obedecem mais por receio do que por respeito. Abandonada pela companheira com quem partilhava alguns anos da sua vida, a velha professora vê na sua nova colega a oportunidade de a substituir e atenuar a sua solidão, através de uma relação que ela pretende levar, para além de uma simples amizade. Sheba, pelo contrário, é uma mulher mais nova, no início da sua carreira docente. Inexperiente e insegura tem dificuldade em fazer-se respeitar pelos alunos, o que só consegue com a ajuda preciosa da sua colega. Casada e mãe de dois filhos, Sheba começa a sentir uma amizade sincera pela sua nova amiga, que convida para frequentar a sua casa, sem se aperceber das suas verdadeiras intenções. São duas mulheres muito diferentes entre si, mas que enfrentam um problema comum: ambas sofrem de uma enorme carência afectiva.

Tudo corre bem entre elas, até Barbara descobrir que a amiga se envolveu sexualmente com um aluno de 15 anos, a cujo assédio não conseguiu resistir. Escandalizada, mas sobretudo enlouquecida pelo ciúme, não perdoa à amiga aquilo que considera ter sido uma traição. Daí até à chantagem vai um pequeno salto, e da chantagem à delação vai um outro ainda menor. A relação deteriora-se, quebra-se a confiança e os acontecimentos precipitam-se. Nenhuma delas irá sair incólume dessa situação. Numa primeira análise, este

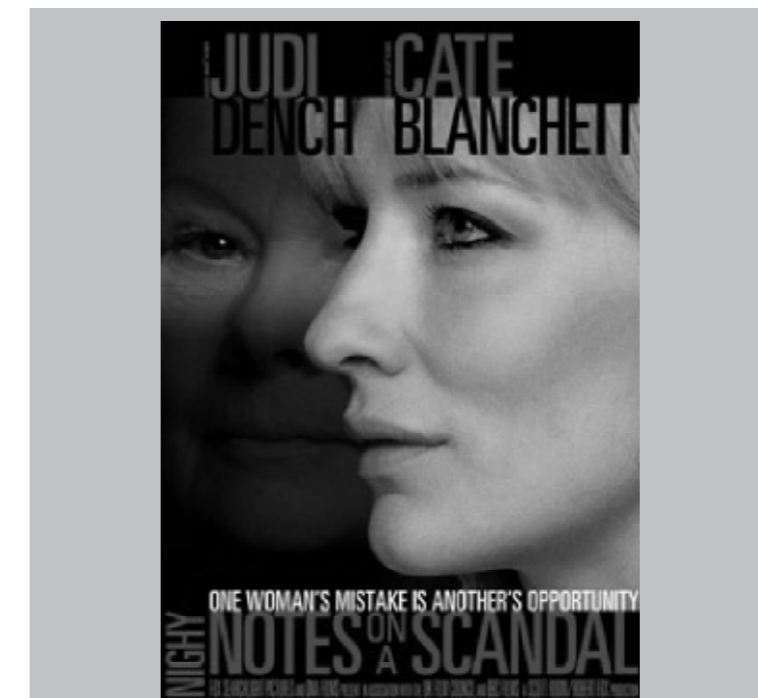
filme poderá parecer apenas uma história banal de adultério e de homossexualidade, mas podemos transformá-lo em algo mais do que isso. Podemos, por exemplo, tentar compreender os motivos que "empurraram" estas duas mulheres para os caminhos tortuosos onde acabaram por se perder. Senão vejamos: estamos em presença de duas mulheres carentes. Falta-lhes colo, como agora se diz, e sentem-se sós. Todos temos uma grande necessidade de dar e de receber afecto e quando não o encontramos dentro das paredes da nossa casa ou na rotina do nosso dia a dia, poderemos ter a tentação de o procurar noutros locais, sob outras formas ou com outras pessoas. Nos casos de Barbara e Shena foi isso que aconteceu. A primeira, olhada de soslaio por todos aqueles que a rodeiam, que a temem e que se afastam dela, sofre com o silêncio ensurdecedor que se faz ouvir na sua casa vazia, sem vida e sem afectos. A segunda, sente-se só no bulício de uma casa cheia, onde não encontra a atenção e o apoio de que tanto necessita. Fragilizadas, nenhuma delas consegue resistir à tentação de ir à procura da "felicidade" de maneira e no local errados.

Como se vê, há aqui matéria para fazer deste filme mais do que uma simples história perversa e imoral. Ele pode servir de alerta para as nossas próprias vidas, e suscitar-nos algumas interrogações: Temos prestado a aten-

ção indispensável a todos os aqueles que nos rodeiam: esposos(as), pais, avós, filhos, netos? Temos tido o cuidado de os escutar, de nos interessarmos por aquilo que eles fazem ou pensam, conhecer os seus problemas e saber dos seus anseios? Temos-lhes dispensado o afecto que merecem e necessitam e dizemos-lhes frequentemente o quanto gostamos deles e o quanto são importantes para nós? Se sim, não temos motivo para estarmos preocupados; se não, então, é aconselhável que arpeijemos caminho porque alguém pode estar a correr perigo.

Não poderia terminar sem destacar a excelência dos desempenhos de Judy Dench, no papel de Barbara, e de Cate Blanchet, na pele de Shena, duas grandes actrizes que nos deliciam com o seu enorme talento, e que com este trabalho, mereceram a honra de serem nomeadas para o Óscar deste ano, destinado à melhor actriz de 2006. Também o realizador, Richard Eyre foi capaz de captar em grandes planos, que considero fabulosos, toda a expressividade e o jogo histriónico das actrizes. Há cenas que não necessitam de palavras para nos dizerem tudo o que vai na cabeça e na alma daquelas mulheres. Em suma: não estamos na presença de um filme deslumbrante, mas que há ali momentos de bom cinema, isso é inquestionável.

Guilherme Duarte



Ficha Técnica

Publicação mensal da



Paróquia de Santa Maria e São Miguel
Paróquia de São Martinho
Paróquia de São Pedro de Penaferrim

Jornal Cruz Alta

Avª Adriano Júlio Coelho - Estefânia - 2710-518 SINTRA
:: cruzalta@paroquias-sintra.net ::

Direcção:

António Louro; Elsa Tristão; Guilherme Duarte;	José Pedro Salema; Mafalda Pedro; P. Carlos Jorge; P. Rui Gomes
--	--

Jornalista:

Paula Penaforte

Colaboração:

Diac. João Jerónimo; Cat. Galamares - 1º vol.;	Manuela Alvelos; Elsa Tristão;
Francisco Gomes; Guilherme Duarte;	Miguel Forjaz; Fernando Marques;
José Pedro Salema; José Maria Louro;	Rui Antunes; João Amaral;

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta/Internet; Rui Antunes; João Ventura;	Guilherme Duarte; Mafalda Pedro;
--	-------------------------------------

:: fotos@paroquias-sintra.net ::

Edição gráfica e paginação:

António Louro; José Pedro Salema; José Pedro Rodrigues;	José Miguel Rodrigues; Rui Antunes.
---	--

Revisão de textos:

Ana Paula Ramos;
Isabel Ventura

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

Almério Alvelos; Fernando Monteiro; Guilherme Duarte; João Valbordo;	Manuel Sequeira; Manuela Alvelos; Pedro Inácio
---	--

Publicidade:

Elsa Tristão
:: 965 693 238 // 919 632 829 ::
:: cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net ::

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:
2000 e xemplares



Foto Comentário

Guilherme Duarte

O Parque Infantil da Portela

O parque infantil da Portela, que já em tempos mereceu uma referência elogiosa nesta rubrica, volta agora a ser notícia, desta vez pela negativa. Há alguns meses atrás, a chuva e o vento derubaram uma árvore de grande porte que ali existia, fazendo-a cair sobre o espaço destinado aos mais pequeninos e destruindo uma parte da vedação. Isto passou-se há seis meses e, por incrível que pareça, a vedação ainda não foi recolocada. Poderá haver quem pense que estou a valorizar aqui um caso de somenos importância, mas não é verdade.

O espaço disponível para este apontamento não permite uma explicação detalhada dos riscos a que as crianças estão sujeitas com o arrastar da actual situação, mas os responsáveis pela Junta de Freguesia conhecem-nos e têm plena consciência da sua gravidade porque mandaram colocar de imediato, no local, um cartaz a desaconselhar a utilização daquele recinto, desresponsabilizando-se por qualquer acidente que ali ocorra enquanto a vedação não for reparada.

Agora permitam-me que pergunte:

Será que a reparação do gradeamento é uma obra tão complexa que precise de tantos meses para ser feita? Ou será que é tão dispendiosa, que a autarquia não dispõe de meios financeiros para a mandar executar? Ou será apenas mais um caso de inércia?

NOTA: Segundo informação que consegui colher, a responsabilidade deste trabalho pertence à Câmara Municipal de Sintra e não à Junta de Freguesia, como à partida se poderia pensar.

A Ribeira de Lourel

A ribeira de Lourel está mais bonita. Os trabalhos de requalificação que ali foram feitos recentemente transformaram aquele espaço, até agora sujo e desaproveitado, num local apazível onde é possível usufruir de alguns agradáveis momentos de lazer, quer caminhando calmamente ao longo das margens da ribeira, quer descansando nos bancos que ali foram instalados.

Porque estamos pouco habituados em Sintra a ver os espaços públicos recuperados com tanta qualidade, não podemos deixar de enaltecer esta iniciativa da Junta de Freguesia de Santa Maria e S. Miguel, que, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra, conseguiu realizar esta obra. Foi um excelente trabalho, cujo resultado pode ser incentivador para que se promovam iniciativas semelhantes noutros locais onde haja espaços degradados, requalificando-os e colocando-os ao serviço da população.

Em Lourel, só falta mesmo que a água volte a correr na ribeira com a abundância e a força do passado, fazendo regressar o "canto" da corrente a galgar apressada pedras e declives, a caminho do mar ainda distante. Mas como essa não é uma tarefa que esteja ao alcance do homem, vamos esperar que seja o céu a resolvê-la.



O Parque Infantil da Portela
(Dr. João Baptista Cambournac)



A Ribeira de Lourel

SEGUNDA-FEIRA

- 9.00 Análises
- 10.00 Prova de esforço
- 11.00 Raio X - tórax
- 12.00 Electrocardiograma
- 13.00 almoço
- 14.00 Oftalmologista
- 15.00 Dentista
- 16.00 Consulta de Check-Up
- 17.00 compras para o jantar

NÃO ESQUEÇA: marcar consulta de "otário" e não esquecer de levantar todos os exames já amanhã

A SAÚDE NUM SÓ LUGAR

A prestação de serviços clínicos diferenciados, a realização de exames num único local e as infra-estruturas de alta qualidade, são o motivo da sua escolha.

 **cintramédica**
clínica de diagnóstico

Travessa da Portela | Sintra

Tel: 21 910 00 80 www.cintramedica.pt