



# Cruz Alta



Junho de 2007

Edição nº 43 - Ano V  
Director: P. Carlos Jorge

[www.paroquias-sintra.net](http://www.paroquias-sintra.net)



## III Encontro de História de Sintra

pág. 10



## RICARDO E ELIZABETH

“Amar a Deus,  
Servir o Próximo”

pág. Centrais



## Retiro da UPS

pág. 4



## Amor alegre!

Hoje ouvi perfeitamente Jesus que me dizia: "Ama, mas com muita Alegria!" Claro que ouvi bem! Mas como? Como é que eu, que até quando me olho ao espelho, me acho sério, carancudo, posso imaginar que consigo transmitir aos outros, sim, aos outros, esta minha sensação de alegria?

A verdade é que, na realidade, me sinto mesmo alegre por dentro! A maior parte das vezes. Por isso, o que é que está a falhar? Onde é que está aquele rosto sincero, que esconde o que vai na alma, na alma onde Deus assentou arrais e que está sempre à espera que este "eu", tão envergonhado, dê um grito de liberdade e possa dizer: Olhem, Deus também está aqui?

Mas, queridos amigos, a verdade verdadeira, é que acho que sei a resposta! É que cá dentro, neste mesmo corpo em que Jesus habita, também tem a "outra" parte, aquela que tem vergonha de ser mostrada! E essa, meu Deus, não tenho vontade nenhuma de exteriorizar!

Mas, infelizmente, creio que a transmito muitas vezes. Mesmo sem dar por isso, ou disso ter plena consciência. É por isso, penso, que frequentemente me retraio a mostrar, tão simplesmente, aquilo que sou, como sou mesmo! E não aquilo que gostaria que vissem em mim.

Como é difícil sentir esta Lei, que é tão simples, tão alcançável, tão evidente, mas que custa tanto seguir! Sobre tudo porque já experimentei, como muitos também já, o bom que é ser alegre. E dar com alegria! E rezar com alegria!

Agora já entendo melhor o que Jesus me está a querer dizer. Este mês de Junho, em que começa o Verão, o Sol brilha mais e os dias são mais longos, vou aproveitar, vou partilhar mais a alegria.

Com muito amor, pois!



## MISSÃO e DIÁLOGO

Na prioridade do discurso da Igreja face ao mundo surge-nos a preocupação ecuménica e o diálogo inter-religioso, não raro, descurando o mandato de Cristo: IDE, ENSINAI E BAPTIZAI!

Sem dúvida que, Jesus não fundou uma multiplicidade de Igrejas, mas uma só, que, sejam quais forem as suas deficiências, fraquezas, ou desfasamentos do projecto de Deus, haverá sempre de ser UNA, SANTA, CATÓLICA E APOSTÓLICA.

Pouco incomoda que os homens, no seu autismo e orgulho, tenham inventado roturas e diferenciações, já que, sendo Cristo o único Senhor, com o Pai, na unidade do Espírito Santo, irá, a seu tempo, conduzir os corações à humildade e unificação.

HÁ UM SÓ SENHOR, UM SÓ EVANGELHO, UM SÓ ESPÍRITO... tudo o mais virá por acréscimo.

Já não é tão linear a questão do diálogo inter-religioso, ainda que restrito às religiões do Livro, que, embora arranquem da mesma raiz abraâmica, não estarão nunca ao mesmo nível.

Poderão mesmo invocar como seu fundamento, a aliança de Deus com os homens; poderão encontrar similitudes, no plano da procura que o homem faz, no estrito âmbito da religião, dos favores de Deus, (independentemente do nome que cada uma delas atribua a esse Deus único, revelado ou imaginado), mas não poderá confundir-se uma religião de promessa, com a sua plenificação em Deus feito homem, que, com o dom sacrificial de si mesmo, selou e culminou a aliança, mutando-a, de promessa em realização.

Seja qual for a religião em análise nesse diálogo, jamais poderemos dar de barato, que em Jesus Cristo, o Deus que todo o homem intui e procura, se manifestou vivo e para sempre, partilhante da aventura humana na história, rumo à plenitude na casa do Pai. Se Jesus não ressuscitou,

é vã a nossa fé, como diz S. Paulo, e haveríamos de regressar à raiz da fé do próprio Jesus: o Deus único e verdadeiro dos pais de Israel.

Se Jesus está vivo e é Senhor, (não porque cremos isso, mas, porque, de facto, ressuscitou) então o nosso diálogo terá que empenhar-se em levar aos outros os sinais convincentes dessa ressurreição e da vida nova por ela trazida ao género humano.

É neste IDE, ENSINAI E BAPTIZAI, que este diálogo terá que desenvolver-se, feito muito menos de discursos intelectualizados, ou polémicas da sem-razão deste ou daquele argumento, mas pela exibição exaustiva, tanto quanto o nosso pecado o permite, desta nova civilização que Jesus inaugurou: A CIVILIZAÇÃO DO AMOR, já anunciada por João Paulo II, como estando a irromper na história.

Posso entender, de uma religião que se impôs pela força, frustrada em Meca, mas eficaz em Medina, que se pretenda estender ao mundo, a partir do medo, (segundo extremistas que não aceitam barreiras). Não poderia nunca entender que em nome daquele que no auge do seu sacrifício, não soube dizer mais do que: PERDOAI-LHES PAI, QUE NÃO SABEM O QUE FAZEM, se usasse outro argumento para além deste.

O diálogo inter-religioso ou deixa claro, que os seus interlocutores são o destinatário privilegiado do amor que Deus deposita no coração de cada cristão, ou não passará de conversa de surdos.

Jesus, antes de dar a vida, nem aos 12 convenceu eficazmente, por isso a debandada. Foi a radicalidade do seu zelo por nós na morte/ressurreição que re-congregou e, pelo Pentecostes, expandiu aos quatro cantos do mundo esta novidade. A partir desse momento, morre o homem velho e nasce o homem novo, que desconhece outros argumentos relacionais com os outros, para além

de amar como Cristo amou.

Se há uma só saída, para todos os que confessam Cristo Vivo como Senhor, com o Pai na unidade do Espírito Santo: o ecumenismo, porque todos participam da única e universal Igreja (povo convocado e reunido), já com as religiões que negam ou se alheiam deste único Senhor que salva, não haverá ecumenismo possível, mas um caminho a fazer, por eles, com o argumento irrefutável de que os amamos sem limites e sem cobranças.

É certo que, no estudo da história das religiões, pode ficar um pouco a convicção que as religiões, quando honestas e esclarecidamente vividas, são equivalentes e igualmente agradáveis a Deus(o Deus único). Não perca o Cristão, todavia, a certeza de que não está exclusivamente no ambiente de uma religião, entendida como o esquema organizado pelos homens, para se relacionar com esse Deus, mas na novidade de uma resposta que se obriga a dar ao dom amoroso de um Deus que se fez imolar por nós, (em nosso benefício, por causa do nosso pecado, para expiação).

É por esta ordem de razões que responderemos às ameaças de morte que nos chegam de quadrantes não Cristãos, com louvor e acção de graças a Deus que os ama e os procura zelosa e ciosamente, na certeza de que o nosso Senhor que foi elevado da terra os está atraindo a Si. Cristo, será, independentemente da fé de cada um, TUDO EM TODOS e, então virá em glória. Glória que esperamos e já antevemos; glória que misteriosamente se exprime na Eucaristia; glória que misteriosamente já comungamos.

Rezemos, pois, para que aqueles que tomam sobre si o encargo de promover este diálogo ou se esforçam pelo ecumenismo, nunca percam o único argumento que terá eficácia:

**AMAI COMO EU VOS AMEI.**

## Pequeno Dicionário das Religiões

### A Letra B

#### BODHI

"Despertar", "iluminação". Termo encontrado nas escolas budistas para designar as diferentes etapas ou estados de iluminação. Faz referência, em primeiro lugar, ao "despertar" de Buda Gautama depois de ter passado sete dias debaixo de uma figueira. Foi aí que compreendeu o sentido da existência humana. Para além deste primeiro significado tem também o de discípulo ou ouvinte de Buda, ou

ainda, de solitário iluminado.

Ou, muito simplesmente, a etapa daquele que conseguiu a "perfeita sabedoria".

#### BAR MIZTVÁ

Termo hebraico, "filho do preceito". O rapaz que entra na maioria religiosa e, por conseguinte, assume os direitos e as obrigações do adulto. A expressão indica a cerimónia correspondente em que o rapaz é chamado pela primeira vez a ler a Torah. Mais recentemente, uma parte do mundo

judeu adoptou uma cerimónia (Bat mitvá), sem leitura da Torah, para as raparigas. Os rapazes atingem a maioria aos 13 e as raparigas aos 12.

#### BISPO

Do grego 'episcopos', "vigilante", "superintendente", "inspector". No Novo Testamento, designa aquele que exerce uma função de direcção e vigilância nas comunidades cristãs.

#### BODE EXPIATÓRIO

Segundo o Livro do Levítico 16, 5-10.20-22.26, um dos bodes que o Sumo Sacerdote sorteava no dia de Kippur. Enquanto o outro era imolado em sacrifício pelo pecado, este era enviado para o deserto "para Azazel" (um demónio do deserto), depois de o Sumo Sacerdote o ter carregado com os pecados do povo. Como se tratava de um acto simbólico, pois a expiação efectuava-se com o outro bode

sacrificado ao Senhor, seria mais correcta a expressão "bode emissário". Mais comumente, na psicologia da religião, chama-se "bode expiatório" a qualquer entidade individual ou corporativa sobre a qual a maioria descarrega os seus sentimentos de culpa.



Junho 2007

### UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

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

JUNHO 2007		
6	quarta	Terço meditado: Igreja de S. Pedro, 21:30. Reunião da Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo: sala do centro Paroquial de S. Miguel, 21:30
7	quinta	<b>SOLENIDADE DO CORPO DE DEUS: O HORÁRIO DAS CELEBRAÇÕES É O DOS DOMINGOS.</b>
9	sábado	<b>NOTA:</b> porque amanhã se celebra o DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA, e como tem acontecido nos anos anteriores, neste dia suprimem-se as Eucaristias vespertinas das 19H00 nas Igrejas de S. Miguel e de S. Pedro, e das 17H00, na Escola da Abrunheira.
10	Domingo	<b>DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA: PAVILHÃO DESPORTIVO DE NAFARROS.</b> ■ 10H00: acolhimento ■ 10H30: início da festa e Eucaristia. ■ 13H00: almoço. <b>NOTA:</b> como tem acontecido nos outros anos, a Eucaristia em Nafarros será a ÚNICA do dia em toda a zona da UNIDADE PASTORAL DE SINTRA. Para mais informações, sobre o almoço e transportes, contactar os cartórios paroquiais.
13	quarta	"VIAGEM À BÍBLIA", tempo de estudo e reflexão sobre a Palavra de Deus, orientado pelo P. Rui: Igreja de S. Miguel, 21H30
15 e 16	sexta e sábado	<b>SANTOS POPULARES:</b> organizados pela Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo: Igreja de S. Miguel.
22 e 23	sexta e sábado	<b>SANTOS POPULARES:</b> organizados pela Comissão de Festas de Nossa Senhora do Cabo: Igreja de S. Miguel.
24	Domingo	Almoço "JANELA": salão de S. Miguel, a partir das 13H00. Uma refeição saborosa e um convívio fraterno.
27	quarta	"(A)TRACÇÃO ÀS QUARTAS" - Noite de oração para a Vigararia VI (à qual pertence a UPS): Igreja de S. Miguel, 21H30



## Nós e a Eucaristia

"Como é que vivemos Eucaristia?" foram estas algumas das palavras que o Senhor Patriarca dirigiu aos jovens da nossa diocese, nas Jornadas Diocesanas da Juventude. Com efeito, são também palavras que nos devem ajudar a pensar como é a nossa vivência deste dom grandioso, onde Jesus se oferece Ele mesmo, se entrega aos homens sem reservas.



Como a celebramos?

Com o telemóvel sempre contactável?  
Pontualidade?  
A mascar pastilha?  
Com ar de frete?



## Associação dos Bombeiros Voluntários de Sintra

Após 4 anos de reuniões de uma comissão de cidadãos da Vila de Sintra, e de várias tentativas de reunir alguns fundos para a aquisição de material necessário, foi com a entrada de "40 mil réis" cedidos pelo rei D. Carlos, e de "6 mil réis", cedidos por João Augusto Cunha, que se adquiriu uma bomba de caldeira, facto que ajudou à formação em 1 de Setembro de 1889, dos Bombeiros Voluntários Cintenses, nome que mudaria em 24 de Junho de 1905, para Real Associação dos Bombeiros Voluntários de Sintra. Esta designação, que perdurou até final da monarquia, seria definitivamente mudada para Associação dos Bombeiros Voluntários de Sintra. Nasceu assim, com a ajuda do comandante João August-

o Cunha, a 6ª Associação de Bombeiros Voluntários do Distrito de Lisboa e a primeira de todo o Concelho de Sintra, no dia 24 de Junho de 1990, dia de S. João. Durante mais de um século, muitas foram as dificuldades monetárias e logísticas por que passaram os BVS, até ao presente, numa evolução lenta mas progressiva que foi sendo realizada ao longo dos anos, graças ao empenho de todos quantos foram passando pela Corporação. Dada a necessidade de criar melhores condições aos bombeiros e ao parque de material, a direcção dos BVS, solicitou ao presidente da CMS, Fernando Amaral Tavares de Carvalho, ajuda para a aquisição de um terreno nas proximidades do

centro da Vila de Sintra, desejo esse concretizado em 23 de Junho de 1988. O lançamento da primeira pedra efectuou-se em 7 de Abril de 1990, tendo o novo quartel sido construído com duas áreas distintas, o parque de viaturas e a área de serviços. Esta nova unidade dispõe de uma piscina, salas de reuniões, ginásio, posto médico, e instalações de apoio ao corpo activo. Foi inaugurada em 1995, está instalada na Avenida da Aviação Portuguesa, e alberga a Associação de Bombeiros Voluntários de Sintra, considerada como Instituição de Utilidade Pública. Ali está dia e noite para servir todos os que solicitarem o serviço de profissionais e de voluntários que, com o lema "vida por vida", es-

tão sempre disponíveis para servir quem deles precisar. Uma forma de ajudá-los, é inscrever-se como sócio, usar os serviços de transportes de doentes, e frequentar as actividades existentes no quartel, que ajudam a equili-

brar as receitas, necessárias para a manutenção do quartel, e para manter todos quantos dependem dos serviços ali instalados. Colabore e será recompensado.



## Retiro da Unidade Pastoral

Isabel da Camara Wemans

À chegada ao Turcifal, era visível no olhar de cada um a expectativa do que iria acontecer, nas caras estava estampada a alegria de ver aparecer amigos e conhecidos e nos corações o impulso para fazer novas amizades, pois havia quem não se conhecia. Era um belo começo. Ao longo dos dois dias foram abordados vários temas sobre a Oração, a Eucaristia – o mistério acreditado e vivido – Maria nos Evangelhos e Jesus como Homem e Deus. Passámos também pelo esplendor dos ícones, contemplando a "Santíssima Trindade" e os "discípulos de Emaús". A reflexão orientada pelos nossos padres, levou-nos a interiorizar a relação de cada um com Jesus, procurando

cada qual, individualmente, responder a questões concretas. Foram instrumentos do Espírito Santo para nós. Neste encontro pessoal com Jesus, o silêncio foi uma ferramenta fundamental. Silêncio para meditar, no quarto, no jardim, na capela... Silêncio que foi respeitado, que se "ouviu" apenas nos sorrisos e olhares de quem se cruzou. Silêncio que nos abalou e nos reconfortou. Tudo no esplendor do silêncio, só nós e Deus. O convívio, às refeições, foi forte e enriquecedor. Também tivemos surpresas. Uma frase que escrevemos para nós e que no fim se transformou numa mensagem para outro. Mas os maiores momentos fo-

ram a Adoração do Santíssimo Sacramento e a celebração da Eucaristia, momentos de contemplação e de louvor, que fazem exclamar à maneira dos discípulos: "como é bom estarmos aqui Senhor"! Na verdade, o Espírito soprou nas nossas almas. Fomos atraídos por Jesus no nosso íntimo. Saímos de lá com certeza e uma forte vontade de mudarmos o que era preciso, com a paz estampada no rosto e um coração impaciente por dar testemunho. Para acabar fica uma palavra de reconhecimento pela generosidade dos nossos padres Carlos e Rui.



## Doenças da Próstata

"Alerta aos homens a partir dos 45 anos"

A próstata é um órgão do aparelho urogenital masculino com forma de uma castanha que envolve a porção inicial da uretra, e pesa cerca de 20grs. Tem como principal função a secreção de elementos do sêmen. São três as principais doenças que atingem este órgão:

- 1-Hiperplasia benigna da próstata (HBP)-80% dos casos acima dos 50 anos;
- 2-Cancro da próstata-18% dos casos acima dos 50 anos;
- 3-Prostatite- a doença prostática mais frequente no homem abaixo dos 50 anos.

**1-A HBP** caracteriza-se pelo aumento de volume da próstata, o que raramente acontece antes dos 50 anos, mas depois dos 70 anos

a grande maioria dos homens(70%) tem a próstata aumentada, sofrendo de sintomas decorrentes desta situação cerca de metade destes doentes. Este aumento de volume benigno tem um crescimento variável, podendo afectar muito a qualidade de vida, pois a compressão da uretra provoca dificuldade na micção, que pode ser ligeira ou grave. A HBP é uma doença muito comum e frequente nas consultas de clínica geral.

A causa da HBP é multifactorial e ainda não está completamente compreendida. O envelhecimento e a presença de testosterona, são dois factores absolutamente necessários para o desenvolvimento da doença. Para o diagnóstico, para além do toque rectal, pedese a realização de exames laboratoriais, ecográficos

(que nos dão o correcto volume da próstata) e, eventualmente, a urofluxometria (que avalia o grau de obstrução).

O tratamento pode ser medicamentoso ou cirúrgico. Existe um grupo de medicamentos que alivia os sintomas e um outro grupo que tenta reduzir, embora lentamente, o volume da próstata. (há reduções de cerca de 30%).Cerca de 25% dos homens que sofrem de HBP têm necessidade de serem operados.

### 2- Cancro da próstata

O adenocarcinoma da próstata, tumor maligno, desenvolve-se especialmente na zona periférica da próstata, com possibilidade de se desenvolver fora deste órgão, nos gânglios vizinhos, pulmões, ossos, etc. Por isso, é fundamental fazer-se o diagnóstico da doença o

mais cedo possível, porque de certeza, se assim for, há cura para esta doença. Nesta fase, o homem não tem qualquer sintoma. Assim, a partir dos 40 a 50 anos, o homem deve fazer a prevenção da mesma, através da realização de uma simples análise ao sangue, para determinação do PSA(antígeno específico da próstata).Se o resultado desta análise estiver aumentado, o seu médico aconselhá-lo-á, podendo, eventualmente, ter de realizar uma biopsia. No entanto, o PSA poderá estar elevado em 25% dos casos de HBP. Se a biopsia der um resultado positivo terão de ser tomadas medidas terapêuticas, médicas ou cirúrgicas ,por parte do seu médico urologista.

A mortalidade por cancro da próstata tem vindo a aumentar na Europa desde os anos 80,representando o tipo de cancro mais frequente no homem em Portugal, logo a seguir ao cancro do pulmão. Na Europa, um homem é di-

agnosticado com cancro da próstata a cada três minutos e perde-se uma vida a cada seis minutos, devido a esta doença. Mas se existir mais informação e se se investir na prevenção, estes resultados serão bem diferentes.

A HBP e o cancro da próstata são manifestamente as doenças próstáticas mais frequentes em homens com mais de 50 anos, correspondendo a 80% dos casos a HBP e a 18% ao cancro da próstata.

### 3- Prostatite

A prostatite é a doença urológica mais frequente no homem com menos de 50 anos. Pode ser dividida em aguda ou crónica, segundo a sua duração. Pode ser bacteriana ou não bacteriana, inflamatória ou não inflamatória. Não é uma doença grave, mas pode dar sintomas dolorosos incómodos. A situação mais frequente é o síndrome de dor pélvica crónica.



## Publicidade enganosa!

Todos sabemos do impacto que a publicidade tem sobre nós, embora julgemos que só os outros se deixam "levar". Fico incrédula, quando vejo as pessoas comprarem todos estes prodigiosos produtos como a cura para os seus males e a redenção para os seus "pecados" alimentares. As técnicas publicitárias têm como objectivo levar-nos a comprar determinado produto, mesmo quando não nos faz falta. No que respeita aos géneros alimentares, verifico que as pessoas andam cada vez mais baralhadas com todas as mensagens publicitárias que, invariavelmente, as vinculam a alimentos funcionais ou terapêuticos. São os pró-bióticos, os pré-bióticos, iogurtes e manteiga para baixar o colesterol, reduzir a hipertensão, pão sem colesterol, mi-lagrosos produtos à base de soja ou aloe vera, produtos

light, produtos magros, bolachas ou cereais com fibras que fazem emagrecer, água com sabores, compotas para diabéticos que supostamente não engordam, entre outros. Mas onde está a verdade no meio disto tudo? Manteiga Magra! Qual é a diferença entre manteiga magra e manteiga normal? Se a manteiga se faz a partir da gordura do leite, logo se compreende como é difícil obter um produto magro. O que significa que em 100g de manteiga, 50g pode ser água. Mas na prática, como tem menos sabor e menos calorias, dá-nos "direito" a pôr um pouco mais. Se ela tem menos 50% de calorias e pusermos o dobro da original, estamos a comer exactamente o mesmo.

Pão sem Colesterol? Pas-me-se! O que estamos a comprar quando se trata de um

pão sem colesterol? Estamos a comprar um pão como ele deve ser, porque o pão, originalmente, não contém colesterol. Porque se pode dizer que um pão não tem colesterol, e não se é obrigado a dizer quando este o contém?

Só os pães que levem leite, manteiga ou margarinas terão colesterol, mas esses não são o pão tradicional, e, uma vez que contém gorduras hidrogenadas deveriam ser considerados, obrigatoriamente, pão com colesterol!Quando comparamos uma água com sabor, não estamos a comprar água porque uma das características da água é ser insípida e uma outra é não ter calorias. Ora, estas "águas", embora em quantidades reduzidas, têm calorias. No entanto, como se vendem como água, e são aceites pela associação portuguesa dos nutricionistas, levam a

crer que não. Os iogurtes e manteigas para a hipercolesterolemia, têm fundamento científico, só que são levados tão a sério, que muitas vezes se confundem com medicamentos infalíveis para baixar o colesterol, levando a que não haja mudanças nem na alimentação nem no estilo de vida, que são os principais responsáveis pelo seu aumento no sangue.

Cereais e bolachas com fibras fazem emagrecer? Porquê? Não há nenhum alimento que o faça! As fibras poderão dar maior sensação de saciedade, mas muitas vezes os produtos ricos em fibras, são-no também em açúcar e gordura. Basta olhar para os rótulos dos cereais "para emagrecer", compará-los com outros açúcares e verificar que a diferença de calorias é quase nula. E as bolachinhas cheias de fibras (boas para perder peso) que nos deixam os dedos untados com gordura?

Outros termos são confundidos pelo consumidor:

P.e., "iogurtes Magros" quer dizer que a gordura está reduzida ou não existe. Não diz respeito ao teor de açúcar.

"Light" ou "diet", são termos que estão relacionados com a redução de algum ingrediente. Outros termos como mel, melaço, xarope, de glucose ou de milho, açúcar invertido em dextrose, podem surgir na lista de ingredientes e todos eles são açúcares ou concentrados destes, com efeitos iguais. Quantos aos entendidos como "Alimentos Especiais para Diabéticos", dependendo da sua composição, apenas alguns poderão consumir-se ocasionalmente e sempre em pequena quantidade. Na sua maioria são alimentos desaconselháveis pelo seu grande teor em gordura e é importante o diabético perceber que deve fazer uma alimentação cuidada, não sendo necessário fazer uma alimentação baseada nestes produtos.

## Notícias

### Festas em honra de N.ª S.ª do Cabo Espichel



COMISSÃO  
DAS

FESTAS DE  
NOSSA SENHORA  
DO CABO ESPICHEL

SINTRA  
SANTA MARIA E SÃO MIGUEL | 2010/2011

### Chá Convívio

No passado dia 19 de Maio, realizou-se no salão paroquial de S. Miguel um simpático e animado chá convívio tendo como finalidade a angariação de fundos para as festas em honra de N.ª S.ª do Cabo Espichel que se irão realizar na UPS, paróquia e freguesia de Sta. Maria e S. Miguel no ano de 2010. Esta tarde, foi animada

gratuitamente com deliciosos doces e pelos grupos musicais "Quadro Flamenco", companhia de dança espanhola, e "Pecado Original", grupo de música portuguesa, que com os seus talentos proporcionaram uma tarde diferente a todos os presentes.

A Comissão agradece a todos os que colaboraram e contribuíram para tornar real estes momentos de fraterno convívio.



**SISTEMAS DE SEGURANÇA**  
Sinalização de Emergência  
Projectos de Segurança  
Deteção 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 da Eira, Arm. 3 Lourel 2710-360 Sintra  
Telefone: 21 924 37 21 / 34 70 Fax: 21 924 34 70 Email: arti-sintra@clix.pt

NA APRESENTAÇÃO DESTA  
CUPÃO 10 % DESCONTO

**Sonidia**  
Cabeleireiros  
Manicure  
Pedicure  
Depilações

Av. 25 de Abril, n.º 136 - Galamares  
Rua da Sociedade Recreativa, n.º 3  
Almoçagem  
Tel. 219 234 086

**VIDRALEX - Vidros e Espelhos, Lda.**

• VIDRO TEMPERADO  
• VIDRO DUPLO  
• COLOCAÇÕES  
• MOLDURAS

Rua dos Malmequeres, 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, Vaca e Borrego  
Fornecedor de Restaurantes, Cantinas e Colégios

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

Cruz Alta

## O Direito nas Nossas Paróquias

Francisco Gomes

### O Divórcio II

Na anterior publicação falámos do dever e cooperação dos casais. Continuamos a nossa conversa acerca dos deveres conjugais.

O dever de respeito – o cônjuge que ofender a integridade física e moral do outro, ou desrespeite qualquer outro valor que ofenda a dignidade da pessoa, viola o dever de respeito.

A ofensa moral na honra e consideração, reputação, constituem igualmente violações do dever de respeito. Por exemplo, o estado de embriaguez constante pode configurar dever de respeito, porque afecta não só o cônjuge que, culposamente, se coloca nesse estado, como também o casal.

Dever de coabitação – implica o dever de habitação e vida comum. A quebra da continuidade de uma relação harmoniosa tendo em vista

não restabelecer os laços conjugais, configura dever de coabitação.

Dever de assistência – obrigação mútua de participar e contribuir para os encargos da vida conjugal: alimentos, vestuário, e tudo o que é necessário à vida em comum.

Dever de fidelidade – trata-se de fidelidade física e moral. Há violação do dever de fidelidade sempre que sentimentalmente ou sexualmente qualquer dos cônjuges se envolva com terceiros.

A propósito das novas tecnologias, como por exemplo, a *Internet*, pode questionar-se a **infidelidade virtual**! Na realidade, o dever de fidelidade pode surgir ao mesmo tempo que a violação do dever de respeito, no aspecto moral, sendo que, a violação do primeiro implica a violação do segundo. (como se vê a fidelidade não é só uma coisa de Igreja ou religião).

A propósito dos deveres conjugais, convém dizer que existem causas que excluem a ilicitude dessas violações; por exemplo, quando um cônjuge tem que trabalhar fora do país não implica violação do dever de coabitação; quando, por exemplo, em determinada circunstância, um membro do casal teve que socorrer um filho de um casamento anterior, deixando o lar temporariamente, houve um interesse sacrificado em nome de outro mais importante.

Importa referir que os deveres conjugais são para se cumprirem, isto é, são imperativos do Código Civil e, como tal, um cônjuge não pode desvincular o outro de qualquer dever.

A mulher ou o marido que se agridem, ainda que o consintam, estão a violar deveres conjugais.

Se um cônjuge autoriza o outro ou contribui para a

violação do dever conjugal, fica **impedido do direito ao divórcio** através da invocação de tal dever.

O exercício do direito ao divórcio, (sanção), tem alguns pressupostos.

1- É necessária a existência de um facto voluntário, quer através de acção, quer através de omissão, tendo por referência a violação do dever conjugal; por exemplo, não cumprir o dever de assistência, adultério, entre outros.

2 – O comportamento deve consistir na violação dos deveres conjugais já referidos e fazem parte do "contrato" de casamento.

3 – O facto que se imputa ao cônjuge, deve apreciar-se segundo um grau de culpabilidade ou negligência, ou seja, o comportamento deve ser censurável e pressupõe que a prática do acto, (a violação), seja entendida e aceite por quem a praticou. Um

cônjuge que se colocou num estado de incapacidade, (já falámos disto noutra número), e infringir o dever conjugal, o seu comportamento é censurável.

4 – Se a violação **compromete a vida em casal e não é razoável exigir a continuidade da vida em família** com o cônjuge ofendido.

5 – A falta deve ser grave ou reiterada – "massacrar" o cônjuge com dúvidas sobre a sua fidelidade.

6- É necessário o nexo de causalidade, ou seja, que o facto praticado seja idóneo para causar o dano de dissolução do casamento.

Continuaremos no próximo número a tratar desta questão.

Até sempre. Podem contactar-nos pelo email: franciscogomes.advogado@gmail.com

**Poesia**  
António Monginho e Fernando Pessoa

Desperto a inspiração para as situações mais profundas.

E se a torre rui e o ninho com ela, largarei as asas. Sou marujo... à vela.

Imagino-me um pássaro. No alto da torre fundarei meu ninho.

António Monginho



### Ser feliz

Posso ter defeitos, viver ansioso e ficar irritado algumas vezes mas não me esqueço de que a minha vida é a maior empresa do mundo, e posso evitar que ela vá à falência.

Ser feliz é reconhecer que vale a pena apesar de todos os desafios, incompreensões e

períodos de crise. Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e se tornar um autor da própria história. É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar um oásis no recôndito da sua alma.

É agradecer a Deus a cada manhã pelo milagre da vida.

Ser feliz é não ter medo dos próprios sentimentos. É saber falar de si mesmo. É ter coragem para ouvir um "não". É ter segurança para receber uma crítica, mesmo que injusta.

Pedras no caminho? Guardo todas, um dia vou construir um castelo...  
Fernando Pessoa

Sintra2001

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 NO SABOR DA TRADIÇÃO

PANISINTRA PADARIAS REUNIDAS DE SINTRA SA.  
SEDE: AV. D. FRANCISCO D' ALMEIDA, 12 2710-561 SINTRA  
TEL: 21 923 93 00 FAX: 21 923 92 92 panisintr@clix.pt

## RICARDO E ELIZABETH

## AMAR A DEUS, SERVIR JESUS, AJUDAR OS POBRES

O Ricardo e a Elizabeth, são dois jovens Leigos Missionários da Consolata, que há 6 anos, acabados de casar, decidiram partir para as terras longínquas e carenciadas de Moçambique. Sabiam que iriam enfrentar dificuldades de toda a espécie: fome, falta de cuidados de saúde primários, isolamento, insegurança, o clima, mas nada disso os assustou nem os fez vacilar. Partiram, levando na sua bagagem uma grande dose de amor. Amor a Deus, a quem servem incondicionalmente, e amor ao próximo a quem iriam dedicar os anos que se seguiriam. O resultado? Ouçam-nos e tirem as vossas conclusões. Eu, curvo-me perante eles e quero manifestar-lhes aqui todo o meu apreço e admiração. É bom constatar que ainda é possível mudar o mundo.

**CA** - O que leva um casal novo, recém-casado, a decidir "abandonar" tudo, (família, amigos, comodidades, progresso), e partir em missão para o interior de Moçambique onde os espera uma vida de sacrifício e privações de toda a espécie? Alguma vez hesitaram e pensaram em desistir perante as dificuldades? **E/R** - É uma paixão por anunciar Jesus Cristo a quem ainda não O conhece. Não existe nenhuma razão na lógica humana que possa explicar esse "abandonar tudo". Nós próprios acreditamos que deve haver uma firme vocação missionária a impelir-nos, caso contrário, nas primeiras dificuldades da solidão, do afastamento da família, da falta da electricidade, das comodidades, da própria vida em comunidade, o desalento vem ao de cima e depois não se consegue transmitir Cristo de modo nenhum. Por outro lado, também descobrimos, pela prática do dia-a-dia na missão, que é nos momentos difíceis que fortalecemos a nossa confiança em Deus. O facto de não termos um telemóvel para ligar para a esposa para saber se fez uma boa viagem, faz-nos rezar para que Deus a ajude nessa viagem. O facto de não termos um médico e máquinas de diagnóstico, faz-nos rezar para que Deus ajude numa possível doença que desconhecemos. O facto de não termos todos os alimentos saborosos à nossa mesa faz-nos rezar a Deus, agradecendo pelo pouco que temos para comer. Podemos dizer que aprendemos a confiar em Deus para

tudo, sobretudo a experiência de ter tido 3 filhos na missão, e tê-los criado em situações precárias ensinou-nos a confiar que Ele é sempre fiel aos seus amigos, mesmo que nós nem sempre Lhe sejamos fiéis. **CA** - Qual foi a realidade que foram encontrar no terreno? Como foram recebidos pela população nativa e qual a sua receptividade ao vosso trabalho? **E/R** - A população local recebeu-nos bem, como é característico dos moçambicanos. O moçambicano recebe sempre bem a visita, convida-a para estar à sua mesa, para partilhar da sua humildade e da sua forma simples de viver quotidianamente, sem se envergonhar. Inicialmente não percebiam o que nós éramos, pois não éramos padres e também não éramos irmãos. Sabiam que éramos um casal, mas não entendiam o que era isso de ser leigo missionário. Lentamente, com o nosso trabalho, com a nossa adaptação à cultura local, aprendizagem básica da língua local e mais tarde com o nascimento dos nossos filhos, perceberam que éramos iguais a eles, éramos famílias como eles. O nosso testemunho de vida marital e de pais com filhos deu mais credibilidade ao nosso ser missionário. **CA** - Quais foram as maiores dificuldades que tiveram de enfrentar ao longo dos 6 anos de missão? **E/R** - Poderíamos enumerar uma lista delas, mas lembramo-nos das mais recentes. Nos primeiros meses de 2005, não choveu absolutamente e passados 4 meses



todas as sementeiras ficaram secas e as colheitas de Abril a Junho foram péssimas. Nesse ano, as famílias ficaram com os seus celeiros vazios. Primeiro, começámos a deixar de receber alunos nos nossos lares pois os pais não tinham dinheiro e géneros para comprar cadernos e matrículas. Depois, começámos a perceber que cada família vinha ter connosco para vender os únicos animais que tinha: porcos, cabritos, galinhas, tudo. Até ao ponto de deixarem de poder comer farinha de milho (base da alimentação) e cada manhã, chegavam multidões à missão para pedir comida. Aglomeravam-se cerca de 300 pessoas por manhã para nos vir pedir farinha de milho ou feijão. Ficámos desesperados, entre nós, equipa missionária. Éramos incapazes de matar a fome a tantas pessoas que caminhavam dezenas de kms para pedir ajuda.



Foi difícil naquela altura responder a uma fome geral da região. Distribuimos algumas toneladas de milho que eram todas as reservas da missão, demos trabalho a homens e mulheres para lhes dar um salário semanal para matar a fome dos filhos. Enfim, foram meses em que vimos pessoas idosas a morrer por falta de alimentos, o nosso centro nutricional a acolher muitas crianças e mães subnutridas,

e mesmo assim, todos os dias ouvíamos que na família tal, alguém tinha morrido como consequência da fome. Antes disso, no ano de 2003 passámos por um acontecimento trágico que acabou por criar em nós uma ansiedade diária, uma insegurança permanente durante um ano e meio. Numa noite, chegaram 3 homens armados, para nos assaltar a missão. O Ricardo estava em casa e a Elizabeth



estava na escola com a filha mais velha Raquel. Esses homens armados começaram a bater, pontapear e ameaçar de morte o Ricardo e um outro senhor que vivia connosco, enquanto pediam todo o dinheiro que tínhamos na missão. Depois de lhes termos dado o dinheiro e de, mesmo assim, eles não acreditarem e nos baterem ainda mais, nunca imaginámos o efeito que isso iria ter depois. Daquele dia em diante tivemos que vedar toda a missão com portões, arames farpados, etc. Passámos a ter um guarda armado com metralhadora à porta de casa à noite, deixámos de fazer encontros de pastoral à noite para catequistas e animadores, passámos a fechar as portas da casa todos os dias às 6h da tarde até às 6h da manhã do dia seguinte. Foi um período difícil de um ano e meio em que vivíamos em permanente terror de um novo regresso destes assaltantes, temendo pela nossa vida e pela vida da nossa filha e companheiros de comunidade.

**CA** - Esta vivência de 6 anos nos terrenos de missão irá, certamente, influenciar, no futuro, a vossa forma de estar e encarar o mundo. Como pensam que essa influência se irá fazer sentir? E os vossos filhos, ainda tão pequenos, acham que sentirão também essa influência? **E/R** - Em primeiro lugar gostaríamos de continuar a ser embaixadores dos povos mais pobres, junto das pessoas e dos grupos com quem lidamos nas nossas zonas. Nesta realidade que estamos agora a conhecer, vemos que as pessoas aqui são bastante consumistas e com facilidade estão centradas apenas em si mesmas e na sua família



nuclear. Gostaríamos de combater estes contra-valores e apregoar, com o testemunho, uma vida mais virada para os nossos irmãos. Sentimos, durante os últimos anos, que os momentos mais felizes das nossas vidas, são aqueles em que fazemos alguma coisa pelos outros, e preferencialmente pelos mais pobres, pelos mais solitários, pelos que ainda não encontraram a razão de viver.

### O nosso testemunho de vida marital e de pais com filhos deu mais credibilidade ao nosso ser missionário.

É impossível uma pessoa não ficar tocada, quando se vive ao lado daqueles que têm de caminhar diariamente 4 km para buscar 20 lts de água potável ou daqueles que não têm dinheiro para colocar os filhos a estudar, ou mesmo das pessoas que morrem sem ter uma bomba para asma ou um antibiótico "milagroso". Pensamos que os nossos filhos, sobretudo os 2 mais velhos, também não irão esquecer que viveram em terras onde a comida não sobra nos pratos no fim da refeição e em que não tinham energia eléctrica, água potável na torneira ou um serviço médico de urgências a escassos kms de casa. Quando, no ano de 2004, o Ministério da Saúde moçambicano enviou um médico para o centro de saúde da nossa zona da missão, as cerca de 100.000 pessoas do nosso distrito ficaram super contentes e pode-se calcular que os meios de diagnóstico que tínhamos eram o microscópio, análises de hemograma, de VIH (vírus do sida) e pouco mais.

**CA** - As paróquias de Sintra lançaram em 2004 o projecto Desafio para Moçambique. Como estão a funcionar essas adopções à distância? Quando o Padre Carlos lançou essa ideia, nunca pensámos que tivesse tanta adesão. Percebemos que foram as pessoas de S. Miguel, S. Martinho e S. Pedro, dos carismáticos, dos almoços Janeira, do grupo Laços e pessoas

individuais que durante estes 2 anos permitiram que cerca de 220 alunos pudessem continuar os estudos secundários até ao 12º ano. Na escola P. Gumiero, de Mapinhane (onde estava o Filipe e a Tina), e na escola ESAM de Mecanhelas (onde nós estamos), muitos foram os rapazes e raparigas que, graças à generosidade das pessoas amigas e benfeitoras, puderam e continuam até hoje a estudar. Enviámos cartas a estes padrinhos de estudos, tentámos comunicar embora, às vezes, tenha sido difícil. Para facilitar tudo, às vezes faltou o e-mail de cada padrinho. Queríamos lançar de novo o apelo: ficaram 2 pessoas, o Padre Fernando e o leigo Tito (ambos portugueses) nestas 2 missões da Consolata, a dar continuidade ao projecto Desafio para Moçambique. Não deixem de apoiar o vosso afilhado de estudos a chegar ao 12º ano ou comecem hoje mesmo a apoiar um novo estudante. Os cerca de 40 euros anuais

por aluno (não chega a ser 1 euro por semana) podem ser entregues na secretaria da Unidade Pastoral ou podem contactar a página da Internet [www.desafiomocambique.com](http://www.desafiomocambique.com) ou enviar um e-mail para [info@desafiomocambique.com](mailto:info@desafiomocambique.com) e continuarem a ajudar um estudante, evitando que abandone a escola por falta de meios. Bem hajam! **CA** - Para terminar apenas uma pergunta: E agora? **E/R** - Estamos a adaptar-nos à realidade da vida em sociedade em Portugal. Isso implica algum tempo de adaptação para perceber as mudanças sociais, económicas e religiosas que ocorreram nos últimos 6 anos e meio. Desde a habitação ao euro, à utilização intensiva da Internet pelos grupos de amigos, à preocupação de preparar os filhos para o jardim infância e escola até à procura de um emprego para ambos começarmos a sustentar a família. De momento, e apesar de termos desistido da Segurança Social durante estes anos, não temos direito a nenhum subsídio estatal. De modo que, neste momento, estamos a tentar encontrar emprego nas nossas áreas de formação. A Elizabeth vai tentar candidatar-se como professora de matemática ou ciências do ensino básico do 2º ciclo e o Ricardo vai procurar contactar organizações e fazer o que ele sabe: gestão.

Ricardo, Elizabeth, Raquel, Diogo e Cristóvão

# °GU, A NÔ ... e os outros

1 ANO

FOR: GUI & JOCA



CONTINUA ...

## Sintra, encerrou o III encontro de história

Decorreu de 3 a 5 de Maio no Palácio Valenças, em Sintra, o III Encontro de História de Sintra, organizado pela Alagares – Associação cultural, que congregou um vasto conjunto de intervenções, a maior parte originais, com incidência na história e historiografia de Sintra. Durante 3 dias desfilarão comunicações na área do esoterismo, cultura local e novas investigações, tendo sido eleita como figura central de homenagem neste encontro a figura de Francisco Costa, fundador da Biblioteca de Sintra, em 1939, e sobre quem teceu homenagem crítica e profunda, o consagrado filósofo e escritor Jesué Pinharanda Gomes, amigo do homenageado, que destacou a sua figura intelectual e católica e a obra prima "A Garça e a Ser-

penite", que originou mesmo um filme de Leitão de Barros. Foram ainda passados em revista exaustiva temas ligados com história de arte local, escritores sintrenses, o vinho de Colares, etc, tendo um dos momentos mais marcantes da jornada sido a comovida descrição memorialista que a escritora sintrense Maria Almira Medina fez do parque da Pena e dos jardins e jar-

dineiros que fizeram a sua história à mais de 60 anos, a qual levantou a sala em prolongada e sentida ovação. A organização tenciona editar em breve as actas deste encontro e propõe-se organizar no futuro iniciativas de igual pendor, na senda de uma programada intervenção cívica desta associação no concelho de Sintra.





### 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.º3 - Junho:

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

Solução do N.º2 - Maio

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

"Somos enviados por Deus para sermos sinal do Seu amor no meio dos homens".

Madre Teresa de Calcutá

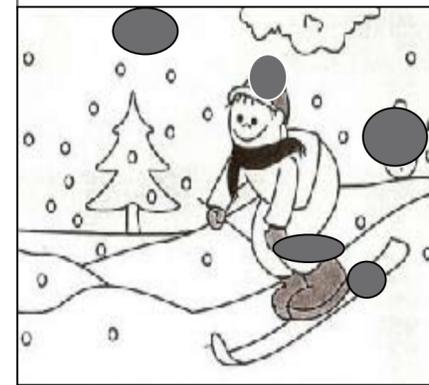


### Modas Vestcelest

MOMENA - SENHORA - CRIANÇA

Celeste Gomes      Telef: 21 5021448  
Largo Valença Alentej, 7 - A      3900 - Sintra

Soluções do número anterior:



## Receita

Manuela Alveolos

### Arroz de Bacalhau



**Ingredientes:**

- 2 postas de bacalhau demolhadas
- 3 dentes de alho
- 2dl de azeite
- 2 folhas de louro
- 1 raminho de salsa
- 300g de arroz
- sal
- pimenta

**Preparação:**

Escalde as postas em 6dl de água fervente, durante cinco minutos. De seguida, retire-as da água, escorra e reserve. À parte, refogue ligeiramente

os dentes de alho picados no azeite quente. Acrescente as folhas de louro e metade do ramo de salsa picado. Envolva, mexendo muito bem e refogue mais um pouco.

Incorpore o arroz e regue com água de escaldar o bacalhau. Tempere com sal e pimenta e cozinhe, em lume brando, durante cinco minu-

tos. Transfira o preparado anterior para um recipiente refractário. Por cima, coloque as postas de bacalhau e leve ao forno, à temperatura de 200°C, durante 25 minutos.

Antes de servir, polvilhe com a restante salsa picada.

## Três em um

**Pensamento:**

Se eu me perder, tenho de olhar para a estrela Polar e ir para norte. Isso não significa que eu esteja à espera de chegar à estrela Polar. Quero, apenas, seguir nessa direcção...

**Dica:**

Manter a roupa escura

Se notar que as roupas de cor escura estão a perder a cor, experimente lavá-las com bicarbonato de sódio ou uma infusão à base de folhas de hera e verá que ficarão como novas.

**Anedotas:**

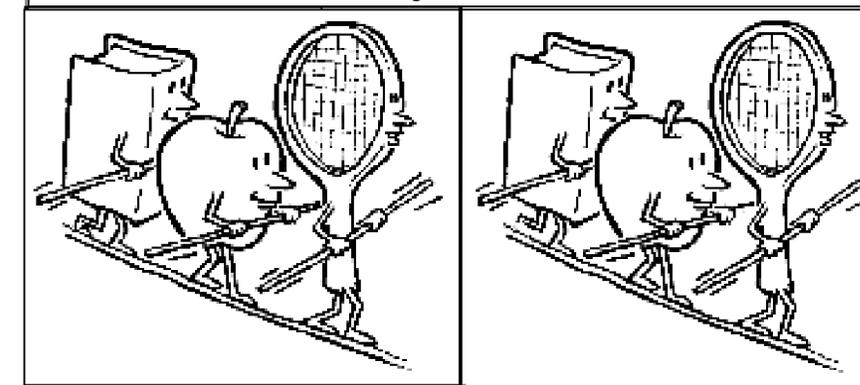
A mulher vê-se ao espelho e diz ao marido:

- Estou tão feia, tão gorda e tão mal feita... Preciso mesmo de um elogio.
- O marido responde:
- Tens muito boa visão!!

O polícia para o vagabundo:

- Repito-lhe mais uma vez que neste banco não se pode dormir.
- Pois claro que não se pode dormir. O senhor vem acordar-me a cada instante!

### Descubra as 5 diferenças entre estes 2 desenhos:



## A nossa Catequese ATÉ À PRAIA

*“Caminhando ao longo do mar da Galiléia, viu dois irmãos: Simão chamado Pedro e o seu irmão André, que lançavam as redes ao mar, pois eram pescadores e disse-lhes: Vinde após mim e farei de vós pescadores de homens. E eles, deixando as redes seguiram-no”.*

Mt4, 18-20

Foi num soalheiro Sábado de Abril, que o grupo do 1.º volume da catequese de S. Miguel partiu no eléctrico, rumo à Praia das Maças. Projectava-se um encontro diferente, com o mar como cenário.

Já no areal, de olhos fechados e embalados pelo som das ondas, fizemos uma viagem no tempo até há cerca de 2000 anos, onde também numa praia, junto ao

mar da Galiléia, Jesus fazia o 1.º chamamento a dois pescadores, Pedro e André. Estes, tocados pelo olhar e pelas palavras de Jesus, deixaram tudo e seguiram-no, dando início à primeira comunidade cristã.

Assim começou o grupo dos amigos de Jesus, o seu crescimento na fé, na amizade e no aperfeiçoamento pessoal. Até hoje!

Jesus continua a chamar

pequenos e grandes. E muitos respondem ao convite.

“Vinde após mim e farei de vós pescadores de homens”. E tu, qual é a tua resposta? Como te vais comprometer na construção do Reino?



## Intenções do Papa para Junho



**P**ara que o Senhor proteja os marinheiros e todos aqueles que estão comprometidos em actividades marítimas.

**A** fim de que a Igreja na América do Norte dê testemunho, com a sua presença e a sua obra, do amor de Deus por todos os indivíduos e todos os povos.

## Calendário Litúrgico em Junho - Ano C

**Dia 3 Jun - DOMINGO IX do TEMPO COMUM (Santíssima Trindade)**

**LEITURA I** 1 Reis 8, 41-43

«Quando um estrangeiro vier a este templo, escutai-o»

**Salmo 116 (117), 1,2**

Refrão:  
Ide por todo o mundo, anunciai a boa nova.

**LEITURA II** Gal 1, 1-2.6-10

«Se eu pretendesse agradar aos homens, não seria servo de Cristo»

**EVANGELHO** Lc 7, 1-10

«Digo-vos que nem mesmo em Israel encontrei tão grande fé»

**Dia 7 Jun - SANTÍSSIMO CORPO E SANGUE DE CRISTO**

**LEITURA I** Gen 14, 18-20

«Bendito seja Abrão pelo Deus Altíssimo, que criou o Céu e a Terra»

**Salmo 109, 1-4**

Refrão:  
Tu és sacerdote para sempre.

**LEITURA II** 1 Cor 11, 23-26

«todo aquele que comer do pão ou beber do cálice do Senhor indignamente, será réu do corpo e do sangue do Senhor»

**EVANGELHO** Lc 9, 11b-17

«Não leveis nada para o caminho»

**Dia 10 Jun - DOMINGO X do TEMPO COMUM**

**LEITURA I** 1 Reis 17, 17-24

«Aqui tens o teu filho vivo»

**Salmo 29 (30), 2.4-6.11-12a.13b**

Refrão:  
Eu Vos louvarei, Senhor, porque me salvastes.

**LEITURA II** Gal 1, 11-19

«Deus quis revelar em mim o seu Filho para que eu O anunciasse aos gentios»

**EVANGELHO** Lc 7, 11-17

«Apareceu no meio de nós um grande profeta; Deus visitou o seu povo».

**LEITURA I** 2 Sam 12, 7-

## DIA DA UPS -10 de Junho

À semelhança dos anos anteriores, realiza-se mais um dia da nossa Unidade Pastoral de Sintra. Terá lugar no pavilhão da União Desportiva e Cultural de Nafarros, a partir das 10H00, do próximo dia 10 de Junho. Contamos consigo!



**TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.**

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

**FERNANDO & SANTOS, Lda.**

Papelaria, Livraria e Tabacaria

Rua Pedro de Cintra, N.º 3/B - Portela - 2710 Sintra

21 923 19 36



**Farmácia Marrazes**

Respeitabilidade e Diversão Médica de Dra. Oélia Maria Simões Casinhas

Largo Moinho de Albuquerque, n.º 24 - Boscovilha 2710-515 SINTRA

Telef.: 21 923 00 99 Fax: 21 910 50 45

**LEITURA I** Zac 12, 10-

## Notícias

# 13 de Maio - Procissão em Nafarros

Paula Penaforte

**“A 13 de Maio na Cova da Iria, apareceu brilhando a Virgem Maria”**

Esta feita, foi em Nafarros que se levou a cabo a procissão das velas. No passado Domingo dia 13 de Maio, saiu do Clube Desportivo de Nafarros (local onde terá lugar no próximo dia 10 de Junho o dia da Unidade Pastoral, como vem sendo hábito) a procissão em honra de N. Sra. de Fátima. O andor da Virgem, transportado sempre por senhoras que se iam revezando, resplandecia de brancas flores na escuridão



da noite, como que deslizava ao som dos cânticos e do tremeluzir das inúmeras velas, empunhadas por umas

dezenas de mãos que, orando, lhe serviam de moldura. Devoção cumprida, quebrando o silêncio nas ruas percorridas, as mãos que acolheram e transportaram a imagem,

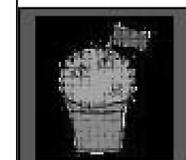
depositaram-na no nicho de N. Sra., também em Nafarros, onde terminaria a procissão. Singela forma de nos juntarmos às celebrações no santuário Mariano de Fátima, pelos 90

anos das aparições da doce Virgem aos três pastorinhos.



**SANTOS POPULARES JUNHO**

**Dias 15 e 16  
Dias 22 e 23  
(à noite)**



**VEDICERCA**  
Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polidesportivos Industriais • Moradas • Jardins • Estaleiros • Protecção de Natureza • Agro-Pecuária

**PAINÉIS PLASTIFICADOS**

MELORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

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 aplicações.

**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**



## Promessas no nosso Agrupamento 1134

Realizaram-se no passado dia 27 de Maio, em Janas, as Promessas de alguns dos nossos escuteiros.

O Acampamento de Grupo (ACAGRUP), realizado num magnífico pinhal de uma quinta, em Janas, que teve início na 6.ª feira à noite, e que se prolongou até Domingo, serviu de preparação para a cerimónia que decorreu em ambiente de festa, com uma Missa campal e muita gente a participar.

Recordamos que este ano, em reconhecimento de Baden

Powel e do Centenário do Escutismo, e sem precedentes, está a ser emitida por 50 operadores, uma colecção de postais europeus, com o tema "Escutismo".

Também pela primeira vez decorre, até 8 de Agosto, uma competição online onde os escuteiros de todo o mundo são convidados a participar na selecção do selo EUROPA "100 anos de Escutismo", onde consta o selo emitido pelos CTT a 9 de Maio. Podem votar em [www.posteurop.org/vote](http://www.posteurop.org/vote).



[www.desafiomocambique.com](http://www.desafiomocambique.com)

O site deste mês foi criado recentemente, tendo como base um projecto antigo do Ricardo e Elizabeth, leigos Missionários da Consolata, desenvolvido em conjunto com a UPS.

No sentido de dar seguimento a este projecto

e continuar a ajudar nos estudos alguns alunos através do apadrinhamento, foi criado este site que será um ponto de divulgação para quem quiser ajudar. Dê um salto. Se possível contribua e mostre-o a um amigo!



Leigos Missionários da Consolata  
Desafio Para Mocimboa

## Manta de Retalhos - Grupo de Teatro Sta Maria e S. Miguel

Paula Penaforte

Pelas 16:15h teve no dia 20 de Maio, lugar no salão da igreja de S. Miguel uma nova exibição do grupo de teatro de Sta. Maria e S. Miguel, que desta feita levou à cena mais quatro momentos, dos quinze que compõem a peça que em Dezembro passado havia sido estreada, "Manta de Retalhos".

Baseada em momentos marcantes da Bíblia, sonho e realização do nosso pároco Padre Carlos Jorge, que também

a dirige musicalmente, mais uma vez contou com a mão de mestre do encenador do grupo Nuno Vicente, que pela segunda vez o conduziu na aventura de dançar e viver ao "ritmo de Deus", feito "heróico" este o de ajustar um número tão grande e tão díspar de pessoas. Nuno, obrigada pela entrega e pelo esforço, pelas horas de trabalho nos bastidores e nos ensaios árduos com tantos escolhos a ultrapassar.

Não posso esquecer a

alegria musical do grupo "residente" que, ao vivo e a cores, esteve em palco, trabalhando para que esta hora e pouco fosse um momento de boa disposição, partilha e louvor. Nem tão pouco as presenças no salão de todos os que quiseram estar presentes.

A todos um obrigada sem tamanho!



## FILME EM DESTAQUE: "Mistério da Estrada de Sintra"

Realizador: Jorge Paixão da Costa

Intérpretes: Ivo Canelas; António Pedro Cerdeira; Rogério Samora; Gisele Itiê; Flávio Galvão; José Pedro Vasconcelos; Nicolau Breyner; Bruba de Túlzio; James Brown.

Género: Aventura/Mistério

Idade: M/12 anos

Duração: 1 h 43 m

Doze anos depois do insucesso do seu anterior filme "Adeus Princesa", Jorge Paixão da Costa regressa agora com a adaptação ao cinema, do romance de Eça de Queiroz e Ramalho Ortigão, "O Mistério da Estrada de Sintra", "Doze anos chegam para sarar as feridas" afirmou o realizador justificando assim o seu regresso à realização de uma longa-metragem e afirmando que a sua ausência prolongada do grande ecrã ficou a apenas a dever-se à sua determinação de "não fazer fretes a ninguém".

Há muitas décadas que o cinema português mergulhou numa crise profunda, tanto mais incompreensível quanto é certo que já conseguiu, em tempos, ocupar um lugar de evidência no panorama cinematográfico europeu. É verdade que muito desse prestígio assentou na excelência de alguns dos nossos actores de então, com particular relevo para o enorme António Silva. Acabou essa geração de talentos e praticamente acabou o cinema português. Depois disso a nossa cinematografia entrou numa fase de pretensiosismo bacoco em que se tentou fazer de cada filme um exercício de intelectualidade, afastando-se cada vez mais do público português. Os realizadores, não todos, diga-se em abono da verdade, deixaram de ser cineastas para passarem a ser apenas pretensos intelectuais que faziam filmes, e o público deixou as salas vazias e o cinema português afun-

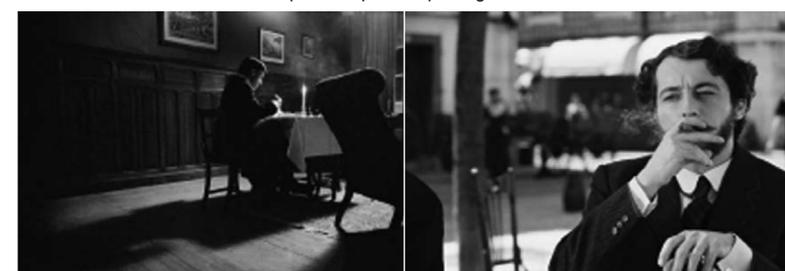
dou-se por completo. Há conhecimento de alguns filmes que nunca chegaram a ser exibidos nas salas de cinema e outros que, durante o tempo em que estiveram em cartaz, apenas foram vistos por escassas dezenas de espectadores. Dizia-se até, por graça, que eram filmes feitos apenas para mostrar à família e aos amigos. Era quase assim.

Com o aparecimento, nos últimos anos, de uma nova geração de cineastas temos vindo a assistir a uma tentativa séria de inverter esta situação, e de reconquistar a confiança do público português no seu cinema. Há uma mentalidade diferente com os realizadores a procurarem aproximar-se do público, não ficando, como anteriormente, à espera que seja o público a ir ao seu encontro. Os primeiros resultados, embora tímidos, começam a ser encorajadores. É verdade que o atraso da nossa indústria cinematográfica, em relação a uma cinematografia europeia é enorme, mas também não sei se poderemos chamar indústria ao trabalho de um pequeno grupo de pessoas que, lutando contra todo o tipo de dificuldades, se abalança a fazer filmes no nosso país. Eu diria antes que em Portugal, longe de ser uma indústria, o cinema é ainda uma actividade artesanal.

Este "Mistério da Estrada de Sintra" um filme adaptado, como já disse, do romance homónimo de Eça de Queiroz e Ramalho Ortigão, deixa a trama policial para segundo plano e prefere privilegiar os



escritores, dando-lhes o protagonismo. Paixão da Costa especula sobre os motivos que o teria levado a escrever, em parceria, aquele folhetim, para ser publicado, na época, no jornal "Diário de Notícias". É uma abordagem interessante mas não foi suficiente para que o filme fosse totalmente conseguido. Longe disso. Ele enferma de alguns dos males tradicionais do nosso cinema, a sonorização deficiente, desde sempre o "calcanhar de Aquiles" do cinema português e uma excessiva teatralização na representação que, inexplicavelmente, continua a persistir, apesar de a maioria dos actores terem já uma enorme experiência em telenovelas, onde parecem sentir-se mais à vontade e onde conseguem uma maior naturalidade. Também o ritmo do filme me parece algo excessivo ao ponto de quase sufocar o espectador, retirando-lhe tempo para digerir as cenas e alinhavar as ideias. É preciso muito mais para reconquistar o público português. Os nossos cineastas têm ainda muito trabalho pela frente, mas acredito que estão no bom caminho. Assim tenham o apoio de que necessitam. É que sem ovos não é possível cozinhar omeletas.



## 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

Av.º Adriano Júlio Coelho - Estefânia - 2710-518 SINTRA  
::: [cruzalta@paroquias-sintra.net](mailto:cruzalta@paroquias-sintra.net) :::

#### Direcção:

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

#### Jornalista:

Paula Penaforte

#### Colaboração:

Diac. António Costa; Manuela Alvelos;  
Grupo "Se Quiser..."; Elsa Tristão;  
Mafalda Pedro; Miguel Forjaz;  
Associação Alagames; Fernando Marques;  
Cat. S.º Miguel - Volume 1; Rui Antunes;  
Madalena Duarte; João Amaral;  
Francisco Gomes; Guilherme Duarte;  
José Pedro Salema;

#### Fotografia:

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

::: [fotos@paroquias-sintra.net](mailto:fotos@paroquias-sintra.net) :::

#### Edição gráfica e paginação:

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

#### Revisão de textos:

Ana Paula Ramos;  
Isabel Afonso;

#### Área financeira:

Mafalda Pedro.

#### Distribuição e assinaturas:

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

#### Publicidade:

Elsa Tristão  
::: 965 693 238 // 919 632 829 :::  
::: [cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net](mailto:cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net) :::

#### Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense  
::: MORELENA - PERO PINHEIRO :::

Tiragem deste número:  
2000 exemplares

### ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

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



#### 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



## Foto Comentário

Guilherme Duarte

A Câmara Municipal de Sintra tem tido o cuidado de mandar embelezar toda a área do centro histórico da nossa terra com floreiras e canteiros cuidadosamente arranjados. Para o efeito contratou uma empresa que encarregou da manutenção de todos os espaços ajardinados em Sintra. Ao que soubemos, essa empresa, muito louvavelmente, utiliza, para garantir a execução desse trabalho, pessoas atingidas por algum tipo deficiência física.

Tive já a oportunidade de presenciar o empenho com que esses trabalhadores procuram manter bonitos e atractivos os espaços ajardinados que estão ao seu

cuidado, mas também já tive oportunidade de ouvir da sua boca o lamento e o desânimo pelo desrespeito com que algumas pessoas encaram seu trabalho e troçam do seu esforço. Eu explico:

Já todos nos demos contas das floreiras que se encontram colocadas na Vila Velha, um pouco por todo lado. Já todos reparámos como ficam bonitas depois da intervenção dos jardineiros, mas também já todos nos revoltámos quando poucos dias depois as encontramos completamente despidas de plantas, porque pessoas incivilizadas as roubaram, num total desrespeito pelo esforço da autarquia e pelo trabalho de pessoas que

o fazem com carinho mas também com dificuldade. É triste, é revoltante e é a prova de que ainda há por aí muita gente que não sabe, ou não quer, viver em comunidade.

O facto de se roubar uma

planta na rua não é assim tão irrelevante como à primeira vista possa parecer, é que o povo costuma dizer que: cesteiro que faz um cesto...



Floreira arranjada

3 dias depois.



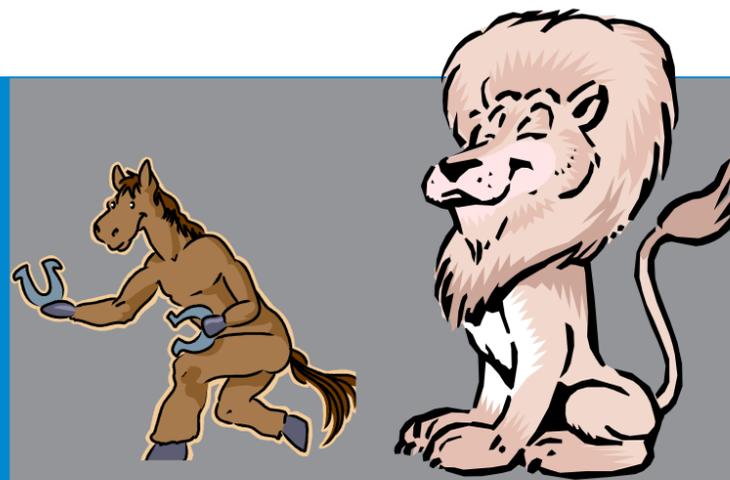
## O olhar das Crianças

Madalena Duarte



Eu gosto muito de animais. Gosto de todos os animais, mas dos que eu gosto mais são os cães e os cavalinhos. Quando vou ao circo, o meu avô e o meu pai levam-me a andar nos pôneis e eu gosto muito. Os filmes de que mais gosto são os filmes com animais. Gosto muito da Nala e do Kovu do "Rei Leão" e gosto do "Bambi" e do Banzé, o filho da Dama e do Vagabundo. Se eu fosse um animal gostava de ser um cãozinho.

NOTA: Este depoimento foi gravado, porque a Madalena ainda não sabe escrever. Foi transcrito textualmente para poder ser publicado



## SEGUNDA-FEIRA

- 9.00 Análises
- 10.00 Prova de esforço
- 11.00 Ralo 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 ESQUECER: marcar consulta de "otorrino" 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](http://www.cintramedica.pt)