



Distribuição Gratuita

Cruz Alta



Outubro 2012

Edição nº 98 - Ano X
Director: P. António Ramires

www.paroquias-sintra.net



ANO DA FÉ

11 de Outubro de 2012 - 24 de Novembro de 2013

"CREDO de Niceia - Constatinopla"

Creio em um só Deus, Pai todo-poderoso, Criador do céu e da terra, de todas as coisas visíveis e invisíveis. Creio em um só Senhor, Jesus Cristo, Filho Unigênito de Deus, gerado do Pai antes de todos os séculos Deus de Deus, Luz da luz, verdadeiro Deus de verdadeiro Deus, gerado, não feito, da mesma substância do Pai.

Por Ele todas as coisas foram feitas. E, por nós, homens, e para a nossa salvação, desceu dos céus: Se encarnou pelo Espírito Santo,

no seio da Virgem Maria, e se fez homem.

Também por nós foi crucificado sob Pôncio Pilatos; padeceu e foi sepultado. Ressuscitou dos mortos ao terceiro dia, conforme as Escrituras; E subiu aos céus, onde está assentado à direita de Deus Pai.

Donde há de vir, em glória, para julgar os vivos e os mortos;

e o Seu reino não terá fim. Creio no Espírito Santo,

Senhor e fonte de vida, que procede do Pai;

e com o Pai e o Filho é adorado e glorificado: Ele falou pelos profetas.

Creio na Igreja Una, Santa, Católica e Apostólica. Confesso um só batismo para remissão dos pecados. Espero a ressurreição dos mortos;

E a vida do mundo vindouro.

Amén.

13 de Outubro

peregrinação
a **Fátima**

abertura do Ano da Fé



Editorial
José Pedro Salema

Creio

"Meu Deus eu creio, adoro, espero e amo-Vos..."

Tantas vezes repito esta oração procurando ser coerente e convicto no que sinto, acreditar que Cristo está mesmo comigo.

Nas minhas atitudes diárias e sempre que sou colocado perante novas situações, procuro deixar-me abandonar à vontade de Deus, tentando deixar que seja Ele, sempre Ele, a conduzir-me na senda da minha caminhada.

Dizia um dia S. José Maria Escrivá: "Espera tudo de Jesus; tu nada tens, nada vales, nada podes. - Ele agirá, se n'Ele te abandonares."

Está em mim acreditar que Cristo veio ao Mundo, precisamente para me mostrar que vive no meio de nós, que foi homem como eu sou e que viveu de maneira a que eu possa perceber o que é a Vida. E ensinou-me, a mim e a todos, como deverá ser o nosso caminho para Deus.

De que forma é que eu acredito mesmo nesta presença divina? Como é que manifesto a minha confiança

em Deus? Que segurança consigo transmitir à minha volta, de que a vida sem Deus não faz sentido?

Pois é! Esta ansiedade constante que me envolve, de querer aumentar a minha fé, de me aceitar tal como sou, de sentir que apenas com as minhas forças não consigo suportar esta cruz, que às vezes parece ter chumbo...

Encontro na Igreja o conforto e o estímulo a aceitar o convite de Deus, a Sua Aliança comigo, a deixar-me conduzir pela Sua mão, sem medo, cair nos Seus braços de confiança, segurança e Amor. Só Deus basta!

Com esta convicção, vou avançar no Ano da Fé, cheio de ansiedade, e lutar para não me desviar do meu Caminho para Deus, e crescer na Fé!

Vou rezar pelos outros, os que sofrem, e pedir a Deus que a todos dê força para O descobrirem no dia-a-dia, que lhes dê um pouquinho de Fé. Nem que seja do tamanho de um grãozinho de mostarda, mas que venha do esforço, da vontade, da perseverança, do crer, do Amor...



"Senhor, que a minha inquietação seja acalmada na tranquilidade que eu encontro em Ti; Que eu me conheça tal como sou, tal como quiseste que eu seja; Que eu saiba colher na Tua Palavra o ensinamento da minha conduta existencial, com alegria e coragem, com devoção e carinho, com vontade e ardor.

Que a chama que transporto no meu coração, seja Viva e cheia de Ti. E que os outros também consigam ver. Se eu deixar, claro!

*Que eu possa dizer convicto: **Meu Deus eu creio, adoro, espero e amo-Vos...***



Os Nossos Padres
P. António Ramires

Reconciliação e Fé

Imagine uma pessoa que o ame muito, que tudo faça para o seu bem, que seja boa, generosa, respeitadora, amável e afável mas, apesar de tudo isto, se visse impedido de conviver com ela... Como é que se sentiria? Essa pessoa existe. É Deus. E os nossos pecados, desejos e atitudes, erros, fazem uma separação entre nós e este Deus tão bom (Is 59, 2). Por isso, mesmo sendo cristãos, às vezes sentimos-nos tristes, interiormente vazios, angustiados. Até Deus, sendo tão bom e vendo o nosso sofrimento, não poderia deixar-nos assim e em Jesus Cristo, reatou relações e permitiu-nos dele nos aproximarmos. Que alegria, que boa notícia, pela fé em Cristo podemos com toda a confiança estar próximos de alguém que sempre nos quis bem, alguém de quem nos afastamos por nossa própria culpa, mas que sendo tão bom nos trouxe de volta para perto de si. Mas para que tudo isto se concretize e seja real e contínuo na nossa vida precisamos de eliminar os empecilhos que nos afastam de tão plena presença: os nossos

pecados. Aqui pode valer a experiência do Rei David quando disse: "Enquanto calei os meus pecados, envelheceram os meus ossos pelos meus constantes gemidos todo o dia. Confessei-te o meu pecado e a minha iniquidade não mais a ocultei. Disse: Confessarei ao Senhor as minhas transgressões e tu perdoaste a iniquidade do meu pecado" (Sl 32, 3.5). Assim sendo, aprendamos a nos confessar a Deus como pecadores e recebamos, pela fé, a sua absolvição em Cristo e, assim, poderemos gozar sempre da sua presença em nós. E com esta presença de Deus em nós, também "A fé torna-nos fecundos, porque alarga o coração com a esperança e permite oferecer um testemunho que é capaz de gerar vida." (Bento XVI, Porta Fidei, 7). Que Santa Teresinha do Menino Jesus, a pequenina de coração cheio de fé, nos introduza no Ano da Fé, testemunhando-nos a alegria de ser missionária de Jesus Cristo: "Quero cantar sempre, ainda que deva colher as minhas rosas no meio dos espinhos".



A Melhor Parte
Diácono Joaquim Craveiro

Em Férias com...

Domingo XXIII do tempo comum, 10 horas da manhã. Missa com o Sacramento do Baptismo de duas crianças: o Guilherme e o Duarte. O celebrante chama a atenção dos pais e padrinhos para o momento celebrativo que se vai seguir. Lembra-lhes que a sua missão é comunicarem aos seus filhos o caminho da fé. Ao colocarem uma vida no mundo os pais são responsáveis por ela e mais ainda quando pedem para eles o Baptismo, que é acto de amor por excelência. Ao acto responsável de educar para a vida, têm ainda o dever de educá-los para a Palavra de Deus, para que através da Palavra O possam conhecer e amar ao longo da sua vida. A

vida do homem sobre a terra nunca foi um mar de rosas, não por culpa de Deus, mas do homem, que na busca da "sua" felicidade se esqueceu de Deus.

A leitura de Isaías 35, 4-7 fala-nos da desistência do homem com Deus que desemboca no exílio da Babilónia com todas as consequências desastrosas para o povo de Israel. A busca desenfreada do bem estar, que é legítima, mas por vezes irracional, "deu lugar a uma estéril mentalidade hedonista e consumista que conduz a formas muito superficiais de afrontar a vida e as responsabilidades" (1)

"As sociedades actuais reduzem progressivamente a ética e a política a instrumen-

tos que conduzem à cultura do efémero, do imediato e da aparência". Assim sendo, uma sociedade "privada de memória e de futuro" é terreno fértil para se perderem os elementos fundamentais da fé. (2)

Secularizada, esta sociedade, é incapaz de imaginar a vida do mundo e da humanidade com suporte transcendental e por isso debilitada.

"Assiste-se ao debilitamento e à perda do valor objectivo das experiências profundamente humanas, tais como a reflexão e o silêncio".(3)

A nova evangelização para a transmissão da fé cristã passa pela resposta que as comunidades cristãs são capazes de oferecer a todos os crentes, começando por elas mesmas. Não é preciso "ressuscitar" Deus, morto por tantos intelectuais em décadas passadas, mas fazê-lo presente na vida daqueles que acreditam n'Ele. É urgente banir mentalidades estéreis, hedonistas e consumistas que se instalaram no seio da própria Igreja. É preciso dar



resposta à "necessidade religiosa que assumiu formas de espiritualidade individualista e formas de neopaganismo, ao ponto de se impor um ambiente geral de relativismo" (4)

É urgente transmitir a fé recebida no Baptismo e vivida com coragem no dia a dia sem desvios de conveniência.

"Esta é a nossa fé, esta é a fé da Igreja que nos gloriamos de professar em Jesus Cristo".(5)

Pois que seja!

(1) Instrumentum Laboris, 53, Sínodo dos Bispos, XIII – Assembleia Geral 07-28Out.2012

(2) Idem, 62

(3) Idem, 62

(4) Idem, 53

(5) Ritual do Baptismo

 **A vida na UPS**
Teresa Santiago

Mês de Maria, Mês das Missões

Mãe do Divino Amor. É a Mãe que se faz vítima com o Seu filho Jesus, para nossa redenção e salvação. É a Mãe da Igreja, Mãe da Humanidade. É a nossa Mãe. Com a Mãe do Divino Amor alcançamos a graça da Fé, da Esperança, da Caridade, que à Vossa semelhança saibamos também perservar aos pés da Cruz até ao último momento.

Aprender com Maria a amar, sofrer, a dar graças, a servir, a ser mais pobre e humilde, obrigado Mãe pelo teu Sim, obrigado por seres fiel à vontade de Deus, obrigado pelo Teu silêncio, obrigado por nos ensinares a caminhar calados e recolhidos para sermos espigas maduras prontas a desfazer-nos em grão. Como Santa Teresa de Jesus e Santa Teresa do Menino

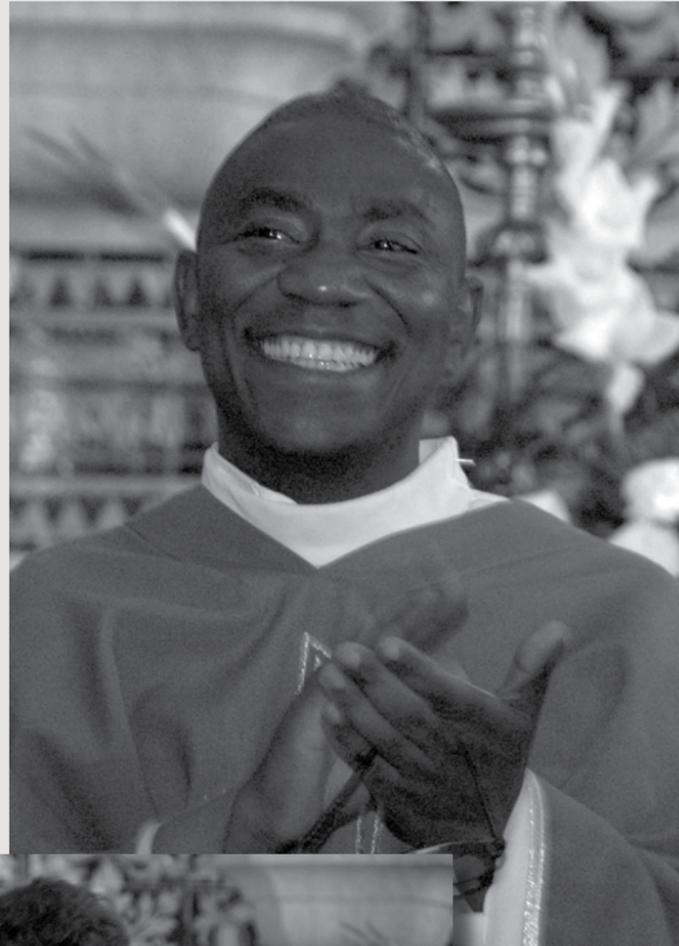
Jesus, a exemplo de Maria, seguiram a Deus procurando fazer sempre a Sua Vontade. Santa Teresa de Jesus assim pensava: o amor de contentar a Deus e a fé tornam possível o que por razão natural não o é. Santa Teresa do Menino Jesus dizia: no coração da Igreja eu serei o Amor.

A Mãe do Divino Amor convida-nos a ir ao encontro por caminhos de intimidade e de silêncio e que o nosso desejo seja aprendermos com a Mãe do Divino Amor e com estas duas mulheres todas as Santas virtudes. Com o terço nos lábios e o Cântico da Misericórdia de Deus no coração possamos dizer: Ele também a mim fez grandes coisas... a Sua Misericórdia estende-se de geração em geração...

Tomada de posse do P. Custódio nas paróquias de Cheleiros, Igreja Nova e Alcainça

Foram muitos os amigos que o quiseram acompanhar no início desta sua nova etapa de vida.

"P. CUSTÓDIO, querido Amigo, nas suas orações lembre-se sempre dos SEUS MENINOS e MENINAS das suas Comunidades de Sintra, que estarão sempre perto de si, unidos em Cristo, num abraço fraterno e apertado. Em Sintra, também rezaremos por si. Que Deus o abençoe!"



13 de Outubro

PEREGRINAÇÃO A FÁTIMA

Abertura do ano da Fé e Celebração dos 50 anos do Concílio Vaticano II

"Os Bispos de Portugal decidiram que, em plano nacional, esta abertura do Ano da Fé e a evocação do início do Concílio se realizará em Fátima, na peregrinação de 13 de Outubro à qual eu próprio presidierei."

(Cardeal Patriarca)



RuiAntunes.net
design gráfico // webdesign // publicidade

www.ruiantunes.net



A Vida de Santa Clara de Assis

Mafalda Pedro

Concerto comemorativo dos 800 anos

Como é do conhecimento dos nossos leitores, este ano comemoram-se os 800 anos da Fundação da Ordem de Santa Clara de Assis.

Para que a Graça deste Ano Jubilar de Santa Clara de Assis, não ficasse reduzido ao espaço do Mosteiro, mas se alargasse à Vila de Sintra e porque as nossas Irmãs Clarissas queriam, de alguma forma, retribuir o apreço e o carinho que este povo tem por elas, nasceu a ideia do Concerto, que foi acolhido de alma e coração por todos, desde o Sr. Presidente da Câmara e o Sr. Director do Centro Cultural Olga Cadaval que lhes cedeu o Salão grande, aos Párocos que assumiram o tarefa das inscrições nos respectivos cartórios; o próprio Frei Hermano da Câmara que



se disponibilizou para prestar esta homenagem a Santa Clara, gratuitamente! Era convicção das Irmãs Clarissas de que seria um MOMENTO de elevação, de fraternidade, e de alegria. E assim aconteceu, graças a Deus! A sala foi pequena para todos aqueles que se quiseram juntar a esta comemoração e momento único de ouvir tão bela voz, numa harmonia perfeita com

a homenagem a Santa Clara de Assis.

A completar essa noite maravilhosa, foi celebrada uma Missa na capela do Mosteiro de Monte Santos, presidida pelo Frei Hermano da Câmara, que voltou a encher de luz, de paz e de alegria os corações das muitas pessoas que compareceram para esta celebração.



Notícias da LIAM

Maria Paula Leitão



O núcleo da Liam da nossa Unidade Pas-

toral, viveu no último fim de semana de Setembro, como já é hábito, uma vez por ano, o seu dia missionário.

As Eucaristias de S. Miguel, Lourel e S. Martinho, foram presididas pelos padres espiritanos.

Depois da Missa de S. Miguel, tivemos o habitual almoço, que foi partilhado com alguns paroquianos e com os nossos padres e diáconos.

Terminado o almoço, tivemos um tempo de oração: rezámos o terço missionário.

Estes dois dias são sempre vividos, com muita ale-

gria, pois o seu objectivo é trabalhar para ajudar

alguém. Apesar de sabermos que os tempos estão difíceis, a vossa colaboração foi generosa, pelo que vos queremos agradecer de todo o coração.

Informamos que se juntaram 1.000.00 €, e que foram entregues à Liam nesse mesmo dia.

Brevemente diremos a que projectos foram destinados.

Aproveitamos também, para informar que no próximo dia um de Novembro, (Dia do Pão por Deus) vamos ter as deliciosas broas à venda, como de costume. Portanto até lá um grande bem hajam do núcleo da Liam.

Carta do Cardeal-Patriarca aos Párocos e Comunidades Cristãs acerca da abertura do Ano da Fé



Irmãos e Irmãs,

No próximo dia 11 de Outubro, o Santo Padre Bento XVI abrirá solenemente, em Roma, o Ano da Fé, data que evoca a abertura do Concílio Ecuménico Vaticano II, há cinquenta anos, e dá início ao Sínodo especial sobre a Nova Evangelização.

Os Bispos de Portugal decidiram que, em plano nacional, esta abertura do Ano da Fé e a evocação do início do Concílio se realizará em Fátima, na peregrinação de 13 de Outubro à qual eu próprio presidirei.

Isto não exclui que nas Diocese e nas Paróquias se assinale esta abertura do Ano da Fé. Na nossa Diocese fá-lo-emos no dia 25 de Outubro, na Solenidade da Dedicção da Sé Patriarcal. As Paróquias encontrarão o modo e o momento de assinalar esta abertura, sempre em comunhão com o Santo Padre e com a Diocese de Lisboa.

O Santo Padre tem oferecido à Igreja, através da Congregação para a Doutrina da Fé e do Pontifício Conselho para a Promoção da Nova Evangelização, material abundante que nos ajudará na vivência pastoral deste Ano da Fé. A escuta da Palavra de Deus, a oração comunitária e pessoal são elementos decisivos no nosso aprofundamento pessoal da fé. Lembro a sugestão do Santo Padre de fazer do "Credo", aprendido de cor, fórmula de oração pessoal durante este ano.

Não esqueçamos que esta busca de um aprofundamento da fé deve integrar, por vontade do Santo Padre, a releitura do Concílio Vaticano II, guiados pelo Catecismo da Igreja Católica, e o empenho numa "nova evangelização" a qual, no dizer de João Paulo II, encontra a sua força e dinamismo num "novo ardor" da fé.

Espero que, durante este ano, a Diocese de Lisboa se sinta uma Igreja viva, um povo crente, porque a nossa fé é sempre a "fé da Igreja". Que Nossa Senhora, a primeira grande crente e Mãe da Igreja, nos guie no aprofundamento desta fé que foi a grande força da sua vida.

Eu quero fazer esta caminhada convosco e abençoo-vos com a ternura de Deus.

SINTRA2001
Consultadoria e Projectos Engenharia Lda

Microgeração

Energia Fotovoltaica – Energia Eólica – Energia Solar Térmica
Acumuladores de Calor Siemens – Certificação Energética

www.sintra2001.pt - info@sintra2001.pt
Tlf: 21 910 5115 – Fax: 21 910 5114

Rua Camara Pestana, Edifício Sintra LJ 12 – 2710-546 Sintra
(Galeria Comercial, junto à Igreja de São Miguel)

Alvará ENCE: 60495



MAFEP
segurança contra incêndios

Estamos Presentes
na sua segurança

Conte connosco para a segurança contra incêndios.
Planeamos, fornecemos e efectuamos manutenção
para qualquer situação.

Em casa ou no seu negócio,

consulte-nos.

www.mafep.pt



Consultório Médico

Diogo Forjaz, Médico

Psoríase

É uma das dermatoses mais frequentes da Dermatologia, atingindo 4% da população mundial, e cerca de 25000 portugueses. A Psoríase é uma doença crónica e recorrente, não contagiosa, que começa frequentemente em indivíduos entre os 30 e 50 anos. Homens e mulheres são atingidos na mesma proporção.

Reconhecida pelas suas formações escamosas prateadas e suas placas de diversos tamanhos em específicas zonas do nosso corpo, é uma doença idiopática (de causa desconhecida), que costuma afectar vários membros de uma mesma família e que resulta de uma produção e de um crescimento elevado das células cutâneas. É uma doença geneticamente deter-

minada, tem história de ocorrência familiar em 70% dos casos, associados a múltiplos factores ambientais, levando a uma alteração no sistema imunitário. Acredita-se que esta doença poderá derivar de queimaduras solares graves, de irritações cutâneas, de infecções estreptocócicas da pele, traumatismo físico, stress emocional e de alguns fármacos.

Começa com pequenas placas que se tornam escamosas, rodeadas de pequenas protuberâncias que, posteriormente, se alargam e se estendem até cobrir grandes superfícies do corpo. Afecta, sobretudo, o couro cabeludo, os cotovelos, os joelhos, a região lombar, as axilas e as unhas dos pés e das mãos.

No entanto, há pessoas que sofrem de psoríase generalizada ou sentem efeitos graves provocados por esta doença. A Artrite Psoriática, com sintomas semelhantes aos da artrite reumatóide, e a Dermite Psoriática Esfoliativa (quando a psoríase abrange a totalidade do corpo, na qual toda a pele se inflama), são exemplos de efeitos graves, poucos frequentes, mas com grande importância médica.

O seu diagnóstico é predominantemente clínico. Ao princípio pode ser de diagnóstico incerto porque muitas outras doenças podem apresentar placas e escamações similares. Mas à medida que a doença avança, os médicos podem reconhecer facilmente o seu padrão de escamação

característico. De qualquer forma, para confirmar o diagnóstico, o médico pode fazer extracção de uma amostra da pele para examinar ao microscópico (biopsia).

Em casos leves recomenda-se o tratamento psicológico, a exposição moderada à luz solar e uso de pomadas e hidratantes. Utiliza-se normalmente cremes à base de corticosteróides, de vitamina D, e de ácido salicílico.

A maioria destes medicamentos aplicam-se duas vezes por dia sobre a zona afectada.

A luz ultravioleta também pode ajudar a eliminar esta doença. De facto, durante os meses de Verão, as zonas da pele afectada que são expos-



tas ao sol podem curar-se espontaneamente. Tomar banho no mar apresenta benefícios para a pele devido aos iões e sais que contém. Para os casos de psoríase extensa, raios ultravioleta e tratamento sistémico com fármacos costuma ser eficaz.



Nutrição

Elsa Tristão, Nutricionista

Alimentação adequada - Evita queda de Cabelo

Nos dias de hoje, a preocupação por estar em forma e para evitar o excesso de peso fez com que a maioria das pessoas tenha seguido ou sigam algum tipo de dieta. Com muita frequência, algumas dietas com restrições severas alimentares representam a renúncia a uma ingestão equilibrada de alimentos que pode privar o organismo de nutrientes e vitaminas imprescindíveis.

Além disso, os agentes externos como o sol, os abusos de tintas, as permanentes, os secadores com ar excessivamente quente e os estiramentos de cabelo e tratamentos para alisar o cabelo enfraquecem o cabelo. A vida exige cada vez mais de nós.

Com frequência, combina-se uma actividade profissional intensa com uma vida social activa, associada a numerosas exigências familiares e do lar. Isto faz com que o stress seja uma das causas da queda de cabelo.

Uma boa higiene alimentar ajuda a ter cabelos bonitos. Uma alimentação rica em proteínas, cálcio, ferro,

ácidos aminados (cistina) e minerais, nomeadamente o zinco e o magnésio, são indispensáveis ao crescimento e brilho dos cabelos.

As vitaminas também têm um papel importante no crescimento do cabelo. Um excesso de vitamina A pode ser prejudicial. As vitaminas B2, B3 e B5 favorecem o crescimento do cabelo. E a vitamina B6 favorece o metabolismo dos aminoácidos (constituente da queratina).

Alimentos que previnem e evitam a queda de cabelo:

- Beta-caroteno encontrado nos vegetais alaranjados como a cenoura, e também em folhas de cor verde-intensa, como a rúcula e o agrião.

- A vitamina A encontrada no bife de fígado, na gema de ovo, no leite e seus derivados.

-A vitamina B existente nas carnes magras, cereais integrais, legumes, grãos e nozes ajudam na renovação celular e no crescimento saudável dos fios.

- O zinco está nas ostras, figa-

do, leite e farelo de trigo e é um importante alimento que estimula a multiplicação das células, fortalecendo o couro cabeludo e a qualidade dos fios.

- Os aminoácidos encontrados nas carnes vermelhas são a matéria-prima para a construção dos fios.

- Fique atenta ao uso de antibióticos e anti-inflamatórios, o uso contínuo desses medicamentos é grande aliado da queda capilar.

- Banana, melancia e ameixa têm vitamina B6, que tanto é boa para a pele, quanto para o cabelo.

- Procure não fazer dietas que proíbam carnes magras como aves e peixes, pois essas têm altos teores de proteínas.

- Sumos e leite à base de



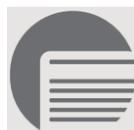
soja contém vitamina B, zinco e minerais que previnem a queda. Exemplo: Prepare uma bebida à base de mel, iogurte, banana e leite magro. Esta be-

vida é rica em biotina ajudará a fortalecer as raízes do seu cabelo, beba dia sim, dia não.



Novo livro do Papa vai ser publicado até ao Natal

Último volume da obra "Jesus de Nazaré" aborda os chamados evangelhos da infância



Momentos de Taizé

Tiago Salema

Valeu a pena!



Nesse dia o Verão sentia-se de uma forma suave. Um calor reconfortante ofegava como que soprado pela gravilha, dando vontade de o acompanharmos até lá acima. Chegamos mesmo a confiar que disso somos capazes.

Eram 6:58h pm. Numa recôndita aldeia em França, a grande maioria das pessoas já estava preparada para fazer aquilo que mais se faz nessa aldeia: escutar. Que coisa ridícula. Quem é que não sabe escutar?! Pois eu faço a pergunta de outra forma: quem é que sabe escutar? Eu não sei se sei. Por isso fui atrás da multidão. Queria aprender.

Estando, então, prestes a atravessar a porta onde todos se defrontavam, voltei a cabeça, não sei porquê, para a minha esquerda, enquanto entrava. Alguns instantes depois, e já lá dentro, apercebi-me que acabara de presenciar a melhor visão da minha vida. Lá estava, no horizonte, exposto e evidente para quem o pretendesse admirar. Apercebi-me que, para além de não saber escutar, não sabia igualmente observar. Voltei atrás. Procurei então fazer aquilo que já não fazia há algum tempo: parar alguns segundos e admirar, olhar a vida de outra forma. Olhá-la de novo. Arrisquei gravar aquele momento, fosse de que maneira fosse. «Tira uma fotografia, Tiago!» É ridículo querer transmitir-vos um sentimento através de uma fotografia. Faz-me recordar aqueles que, através dum simples livro (alguns chamam-lhe "sagrado"), tentam transmitir a religião. Não passa de uma tentativa de comunicar a felicidade aos outros. Acaba por ser positivo. Contudo, quem recebe a informação, e muitas vezes, não escuta, não reage, não sente, não vive o momento, não acredita. Acreditar. Não temos o direito de não acreditar. Quem não acredita, não vive outros momentos, simplesmente não vive. No momento que vi aquele pôr-do-sol, eu acreditei. A minha vida podia ter sido simplificada àquele momento. Ainda assim, eu diria:

Valeu a pena!

Carta aberta ao pequeno escritor Daniel Órfão de 13 anos - Umbelina Santos Alves

Resposta à sua carta publicada no nº 97, do "Cruz Alta"

Caro amigo,
Foi com grande emoção que li a tua tão bela carta manifestando o teu apreço e gratidão pelo esforço e empenhamento na manutenção do lindo jardim da nossa Igreja de S. Miguel que o nosso amigo Jerónimo Moraes cuida com tanto amor e dedicação auxiliado por sua esposa Dina.

Há largos anos que voluntariamente o mantém usando suas alfais e combustível, sem nada receberem em troca, dizendo que trabalham para a "Casa de Deus".

Não é fácil contabilizar tantas horas de trabalho e dedicação...

Obrigada Daniel pela boa lição de justiça, verdade e gratidão que nos dá a nós adultos.

Não passemos indiferentes pelas belas e cuidadas plantas que nos encantam num ambiente de tanta harmonia. Até durante as celebrações litúrgicas as podemos contemplar através das janelas rasgadas do templo dando graças ao

Senhor pela sua beleza.

Por todos os adultos eu quero aqui expressar publicamente a estes dois amigos o meu agradecimento pelo seu trabalho e empenho em manter aquele espaço com qualidade de nível superior.

Não há palavras que paguem tanto amor e dedicação.

Bem hajam Jerónimo e Dina Moraes.

Para ti amigo Daniel o meu abraço pela bela lição que nos dá a todos os adultos gratos e não gratos.



Senhora do Cabo:

Próxima reunião:

26 de Outubro

21:30h

Ig. de S. Pedro de Penaferrim

Arti Sintra
PORTUGAL

Armazenista de Material de Papeleria e Escritório, Lda.

Consumíveis de Informática
HP, EPSON, LEXMARK, CANON

Rua da Eira, 3 - Armazém 1, 2, 3 Telefone: 21 924 57 21 / 34 79
Lourel Fax: 21924 34 79
2710-360 Sintra Email: geral@arti-sintra.pt

ADEGA SARAIVA

Especialidades da Casa:

- Cabrito Assado
- Bacalhau na Brasa
- Cozido à Portuguesa

Encerra à 2ª Feira

Nafarros 2710 SINTRA Tel.: 219290106

FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA**

Cent. N.º 508 172 187

DOÇARIA REGIONAL composta de açúcar, queijo, farinha de trigo, ovo e canela.

QUEIJADAS DA **SAPA** SINTRA

Volta do Duche, 12
Tel. 219230493
SINTRA PORTUGAL

MELHORES VEDAÇÕES UM INVESTIMENTO COM TODA A SEGURANÇA.

VEDICERCA

Produtos com Qualidade para Vedações de: Escolas • Polideportivos • Industriais • Moinhas • Jardins • Estâncias • Protecção da Natureza • Agro-Pecuária

PAINÉIS PLASTIFICADOS

VEDAÇÕES • REDES • ARAMES • POSTES

PONTE FRIELAS - APARTADO 6 - 2671-001 LOURES
☎ 219 898 700 - Fax: 219 898 709

Temos ainda outros tipos de redes e produtos afins. Preço especial para agricultores.



Foto Comentário

Guilherme Duarte

Ao correr da pena

Há momentos nas nossas vidas em que temos a noção nítida que o mundo se apresta para desabar sobre as nossas cabeças. Já muitos de nós certamente teremos passado por momentos assim, momentos em que a aflição, a descrença e até mesmo o pânico se apoderam de nós. São situações que nem sempre somos capazes de enfrentar com determinação, com confiança e com a fé indispensável para não nos deixarmos abater. Ao primeiro abanão, vacilamos, perdemos a esperança e sentimo-nos como naufragos impotentes para vencer a tormenta que parece aprestar-se para se abater sobre nós. Deixamo-nos derrotar sem reagirmos. Fechamo-nos em casa, agachamo-nos no nosso cantinho, alheados de quase tudo e de quase todos, deixamos de ter horizontes, desistimos e aguardamos resignados o desabamento que desde o início considerámos como inevitável. Nem todas as pessoas porém reagem de forma tão negativa. Há quem em idênticas circunstâncias se recuse a ceder sem lutar. São pessoas corajosas e determinadas que apoiadas numa fé inquebrantável não se entregam nunca, não perde a esperança nem o rumo e que acredita convictamente que as tempestades não são eternas, que o mau tempo acabará por passar e que o sol voltará a brilhar mais radioso ainda que anteriormente. São pessoas que se se tiverem que cair, cairão sim, mas de pé, com dignidade e coragem, mas são também os únicos que têm a hipótese de saírem vencedores dessas crises. Estes, os lutadores vitoriosos recuperam facilmente as suas vidas, os seus interesses e a sua felicidade. Sairão da refrega mais fortes e determinados que nunca. Os outros, os que se deixaram antecipadamente vencer pelo desânimo acabarão inevitavelmente derrotados.

Não atravesso actualmente um período particularmente feliz. Nesta fase menos boa da minha vida não consegui ainda reunir as forças necessárias para reagir positivamente

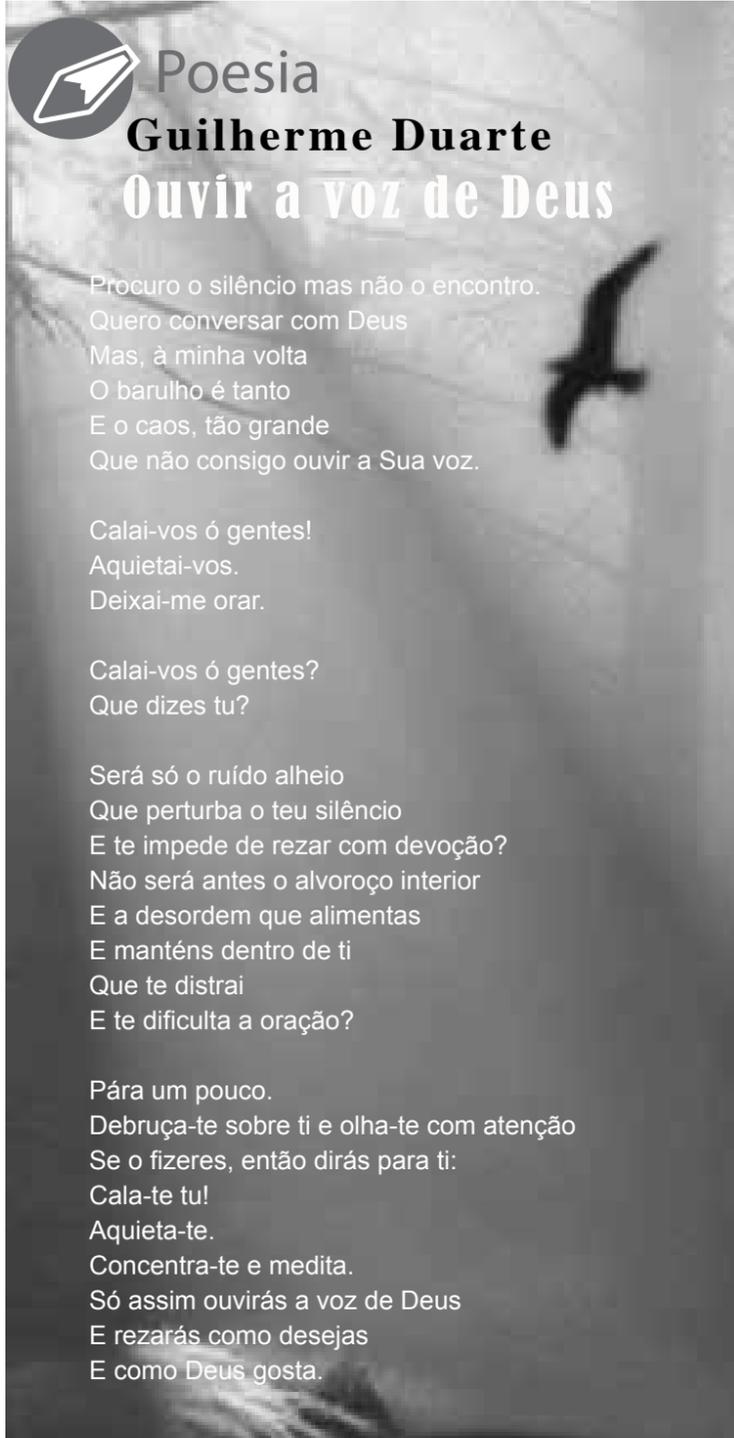
às dificuldades que enfrento. O pessimismo apoderou-se de mim e abafou-me a esperança. Perdi o gosto e a motivação por quase tudo. Apenas a família e um ou outro hobbie me vão despertando ainda algum interesse. Refugiei-me no meu canto e por aí me vou mantendo desconfiado e temeroso sem energia suficiente para me erguer e travar o combate que é indispensável para conseguir vencer e seguir em frente.

O despropósito destas considerações neste espaço do nosso jornal não tem como objectivo transformar esta coluna numa espécie de muro das lamentações. Acontece porém que chegado o tempo de escrever um novo texto para o Cruz Alta deparei-me com uma aridez de ideias que praticamente me impede de alinhar meia dúzia de palavras com sentido. Estou perante um dilema; ou não escrevo nada e deixo o espaço disponível para que outro colega o utilize com um assunto mais interessante ou deixo as emoções fluírem e passá-las ao papel assim como quem escreve ao correr da pena, sem um tema definido, correndo o risco de o resultado final apenas uma conjugação de palavras sem sentido e sem lógica. É um decisão arriscada que eu, insensatamente, decidi correr.

Como deixei escrito atrás, nestes últimos dois, três meses, como que me aprisionei dentro de casa. Para me ajudar a passar o tempo e afastar por momentos os pensamentos sombrios socorro-me do computador e do aparelho de televisão. Alguma escrita, pouca e pobre e muito cinema, a maior parte dele de qualidade muito duvidosa. Socorro-me de velhos filmes que coloriram a minha meninice e que a encheram de sonhos, de ternura e de magia. Procuo desesperadamente recuperar a criança que fui, voltar a adormecer embalado por histórias de encantar em que abundam princesas e fadas, lobos e bruxas más. Quero voltar a adormecer de mão dada com a Branca de Neve, com a Bela Adormecida, a Cinderela, e de tantas

outras personagens que em tempos idos me serviram de embalo para mergulhar num sono profundo povoado por sonhos mágicos. Quantas vezes o cinema não me fez querer ser o herói, o justiceiro valente em luta permanente pela justiça, sempre pronto para sair em defesa dos mais fracos e dos oprimidos, castigando sem piedade os opressores e os injustos. Em suma o cinema ensinou-me desde sempre que o bom combate será sempre aquele que opõe o bem ao mal e à perversidade, e que tudo deveremos fazer para que o bem saia sempre vencedor. Qual o rapaz do meu tempo que nas suas brincadeiras de criança não arrogou para si o papel do Zorro, do Tarzan, do D'Artagnan, do Robin dos Bosques, do Tin Tin e de tantos outros heróis generosos e valentes sempre prontos a arriscar a vida para combater a prepotência e a maldade? Como hoje fazem falta neste mundo e principalmente neste país este tipo de combatentes do bem. Infelizmente dessas histórias de antanho apenas sobram hoje os espoliados, os oprimidos, os injustiçados, os opressores e os corruptos, Faltam os Zorros e os restantes heróis. Os únicos que ainda se vão vendo por aí são uma versão adulterada do Robin dos Bosques, que ao contrário do original roubam descaradamente aos pobres para distribuírem generosamente a riqueza pelos ricos e poderosos. Se não há heróis para nos defender da prepotência e da injustiça teremos que ser nós os cavaleiros andantes dos tempos modernos. Não haverá super homens com super poderes, mas pode haver a união dos espoliados para lutar pelos seus direitos. Se se juntarem e erguerem a bandeira da luta pela equidade e pela justiça e se mostrarem determinados a vencer, a escumalha corrupta e opressora será definitivamente banida e o bem e a justiça sairão vencedores. Com que armas? Apenas quatro, a razão, a união a legalidade e a justiça, sempre ao serviço do bem comum.

Como "ameacei" deixei que as palavras fluissem ao



Poesia
Guilherme Duarte
Ouvir a voz de Deus

Procuo o silêncio mas não o encontro.
Quero conversar com Deus
Mas, à minha volta
O barulho é tanto
E o caos, tão grande
Que não consigo ouvir a Sua voz.

Calai-vos ó gentes!
Aquietai-vos.
Deixai-me orar.

Calai-vos ó gentes?
Que dizes tu?

Será só o ruído alheio
Que perturba o teu silêncio
E te impede de rezar com devoção?
Não será antes o alvoroço interior
E a desordem que alimentas
E manténs dentro de ti
Que te distrai
E te dificulta a oração?

Pára um pouco.
Debruça-te sobre ti e olha-te com atenção
Se o fizeres, então dirás para ti:
Cala-te tu!
Aquieta-te.
Concentra-te e medita.
Só assim ouvirás a voz de Deus
E rezarás como desejas
E como Deus gosta.

correr da pena a dar voz às emoções que me invadem. Dispersei-me e o discurso saiu confuso e imperceptível. Era um risco que eu sabia que iria correr, mas confusão é algo que actualmente não falta no meu cérebro. Para a próxima sairá melhor. Espero eu.



**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

MAVIMÓVEIS, Lda

-Orçamentos grátis-

Móveis * tecidos * decorações

Praça D.Fernando II Lt 1C S.Pedro de Sintra
Tel.219231957



Entrevista

Guilherme Duarte

Padre Raimundo Mangens

Por nomeação do Senhor Cardeal Patriarca chegou recentemente à nossa Unidade Pastoral de Sintra, o P. Raimundo Mangens, o novo Vigário Paroquial que veio substituir nestas funções o P. Custódio Langane que por sua vez foi nomeado prior das paróquias da Igreja Nova, Cheleiros e Alcainça, no concelho de Mafra. É hábito do nosso jornal dar a possibilidade aos novos padres ou diáconos que chegam a Sintra de se apresentarem e falarem um pouco sobre si, para se darem a conhecer um pouco melhor à comunidade onde vêm servir. Pedimos ao P. Raimundo que nos concedesse algum do seu tempo para responder a algumas questões que achámos por bem colocar-lhe, ao que ele aceitou com simpatia e enorme disponibilidade. Desde já lhe agradecemos a deferência e convidamos os nossos leitores a “ouvirem” com atenção o que o nosso novo pastor tem para nos dizer.

CA – A chegada de um novo padre à nossa Unidade Pastoral gera sempre alguma expectativa e curiosidade no seio da comunidade. Tem sido um hábito do nosso jornal tentar responder a essa expectativa dando a possibilidade ao presbítero recém-chegado de se apresentar através de uma pequena entrevista. O padre Raimundo chegou recentemente a Sintra. Quer aproveitar este espaço no nosso jornal para se apresentar e dizer aos católicos sintrenses quem é o novo Vigário Paroquial da nossa UPS?

PR – Com certeza. Já me apresentei no dia 2 de Setembro oficialmente na Missa que tive oportunidade de concelebrar com o Pároco na Igreja de S. Miguel; compreendo que nem todos paroquianos puderam estar presentes, o que é normal. Sou o Pe. Raimundo Mangens, de nacionalidade angolana, tenho trinta e oito anos de idade. Pertencço à Dio-

cese de Benguela – Angola, estou no Patriarcado de Lisboa desde Janeiro de 2009. Primeiro nas Paróquias de S. Tiago de Camarate e N^a Sr^a da Encarnação, donde vim a ser transferido para colaborar nas Paróquias de São João de Brito – Alvalade e N^a Sr^a do Carmo no Alto do Lumiar.

CA – Sabemos que já leva onze anos de vida sacerdotal. Quer falar-nos sobre o trabalho que tem desenvolvido ao longo destes anos dedicados ao serviço de Deus e dos irmãos, das alegrias, das inquietações e das dificuldades que têm marcado a sua caminhada pelo espinhoso caminho que é levar Deus a um mundo que cada vez mais se está a afastar Dele?

PR – A história do cristão rumo à santidade é sempre um desafio porque implica uma missão específica. Tenho dificuldades em descrever os momentos marcantes da minha vida como padre pois me revejo algumas vezes na história das pegadas do jovem com o Senhor na área, outras vezes na expe-

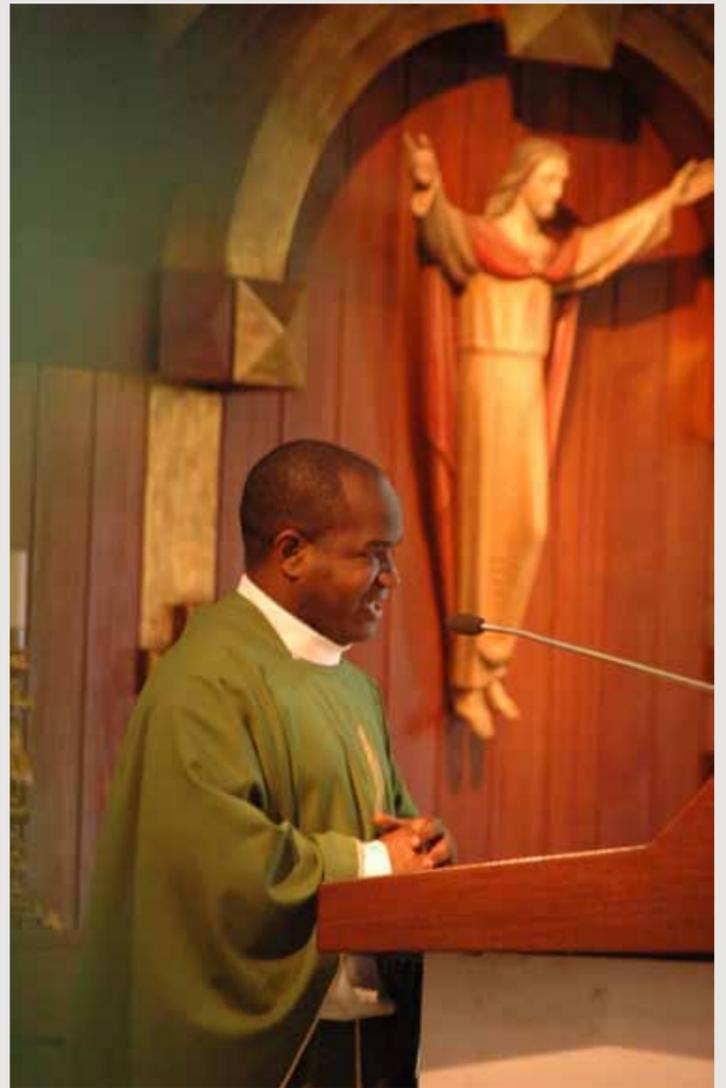


riência do aluno que teve diversas dificuldades ao longo do ano lectivo, mas que esqueceu tudo no fim do ano porque transitou de classe. Tudo para dizer que é o Senhor que faz a nossa história. Fui Pároco durante 8 anos na minha própria Diocese, 1 ano e 9 meses como Pároco Coadjutor e 2 anos como colaborador. Ao longo deste tempo percebi na vida o que sabia apenas em teoria: SERVIR A CRISTO NOS IRMÃOS ATRAVÉS DA SUA IGREJA. Os mo-

mentos em que eu não assumia isso na vida tive mais dificuldade a ponto de me sentir como um barco sem leme, quando tomava consciência da minha missão tudo ganhava sentido, tudo era uma alegria.

CA – A Unidade Pastoral de Sintra é um imenso campo de missão que se diferencia de muitos outros não só pela sua vasta extensão territorial mas também pelas características da comunidade que a integra. As diferenças sociais na nossa UPS, tal como na generalidade deste país são abissais, mas em Sintra serão talvez ainda mais nítidas. Acha que esta diversidade da condição social pode de alguma forma complicar a missão do pastor? Será que Deus pode ser anunciado da mesma forma a quem se debate no dia a dia com todo o tipo de carências e vive no limiar da miséria e a quem vive confortavelmente na abundância e em muitos casos no luxo e na ostentação?

PR – Eu penso sempre que Deus se revela na história e através da história dos homens ao longo dos tempos



pela opinião do mundo social contemporâneo e por outras correntes com função destruidora da graça de Deus no homem.

CA – Todos nós traçamos objectivos para as nossas vidas e metas que gostaríamos de alcançar. O que sonha o padre Raimundo para a sua vida sacerdotal? Há alguma área por que tenha particular aptidão para centrar a sua acção pastoral?

PR – Enquanto padre sonho SERVIR MAIS A CRISTO através do sacramento da reconciliação e do ministério da pregação da palavra, traduzida na minha própria vida para melhor ajudar aos que eu sirvo.

- Ser mais disponível para todos que precisarem de mim.

- Enquanto técnico de educação gostaria de ser útil em todas áreas que tem a ver com a formação educativa tanto para adultos como para crianças.

CA – Para não me repetir procurei fazer-lhe algumas per-

guntas diferentes das que foram feitas anteriormente a colegas seus que acabaram de chegar à nossa UPS. Pretendi não me tornar demasiado repetitivo e possivelmente deixei temas bem mais importantes por abordar. Gostaria o P. Raimundo de acrescentar algo que lhe pareça importante e que não lhe foi perguntado?

PR – Cristo enquanto Pastor procurou conhecer as suas ovelhas, chamava-as pelos nomes; em função disso as ovelhas conheciam-no também, conheciam a sua voz, ver, julga e agir. Eu gostaria de conhecer os meus paroquianos para que eles me conheçam também. Não só por aquilo que faço, digo, tenho... mas por aquilo que eu sou com as minhas circunstâncias para que eu cresça e amadureça na missão a mim confiada.

Missão na Guiné

Rita Carvalho

Curvados em redor da tigela ou da panela, ali estão eles... Podem ser dois, três, seis, oito, dez... Poucos com colher, a maioria com as mãos. O arroz enche a travessa, no meio alguma verdura, peixe, ou se tiverem sorte, carne. Tudo regado pelo obrigatório "mafé", molho... Homens, mulheres, crianças... cada um na sua tigela. Ou se for só uma, cada um na sua vez... muitas vezes por esta ordem.

A maioria de vocês diria: "Que falta de higiene!". Outros talvez lhe chamassem "cultura". Um padre brasileiro viu nesta refeição comum uma imagem da Eucaristia. A mim impressiona-me o valor da partilha. Qualquer pessoa que passe por outros que estejam a comer vai com certeza ouvir: "Bim no cumil!". Vem comer connosco! Podem nunca o ter visto antes, nem sequer saber o seu nome, mas o convite é certo. Vem! Vem sentar-te aqui connosco, partilhar do nosso prato, da nossa vida... Vem tomar parte connosco, no pouco que temos. Sem vergonha nem mascarar, sem esconder a sua pobreza, mas com a alegria e a simplicidade de quem dá o pouco que tem.

Impressionante, não é?

Em Portugal não se fala de outra coisa senão da crise, dos problemas, das dificuldades financeiras. Cada um de vocês é bombardeado constantemente por este "monstro" que parece crescer de dia para dia, ao ponto de levar tantos ao desespero. No meio disto alguns homens e mulheres decidiram abrir o coração e as mãos a um outro país. Alguns reuniram-se e pensaram, alguns construíram e desenharam, alguns dobraram e cortaram, alguns compraram e têm em casa aquele pequeno mealheiro onde o menino de olhos grandes nos lembra que para lá das nossas fronteiras, das nossas prisões e dificuldades há outros, muitos outros, que não têm medo de partilhar o pouco que têm para conseguirem chegar juntos ao dia de amanhã. É o mistério e o milagre da partilha que multiplica em dons, graças e alegrias tudo o que pomos ao serviço dos nossos queridos irmãos.

Iniciamos este mês de Outubro, mês das Missões, pelas mãos da pequena grande Teresinha, padroeira das missões juntamente com São Francisco Xavier. É às suas orações que confio cada um de vós, queridos amigos, que mesmo sem chegar a pisar África se tornaram missionários, pela oração, pelo empenho e disponibilidade.



Próximas actividades da Missão Guiné

- Outubro: "Apadrinhamento" da Missão: Guiné;
- Novembro: Almoço solidário, em data a indicar;
"Postais de Natal solidários"
- 1 e 2 de Dezembro: Exposição de presépios em S. Martinho.

NIGÉRIA A extraordinária história de uma congregação inspirada na Cova da Iria

O outro milagre de Fátima



Irmãs de Nossa Senhora de Fátima

"Onde quer que nos encontremos, quer exista ou não uma crise ou um conflito, tentamos ajudar a todos, distribuir alimentos, medicamentos e tudo aquilo de que necessitam, e também pregamos o Evangelho. Se conseguíssemos obter mais ajudas seríamos capazes de construir nestas zonas rurais escolas, clínicas, dar formação, arranjar emprego às mulheres e aos jovens, e muito mais.

A nossa maior necessidade no momento prende-se com a formação das nossas irmãs porque são elas as mensageiras da Boa Nova no meio deste povo.

Agradeço à Fundação AIS tudo o que fizeram por nós no passado e tudo aquilo que Continuam a fazer no presente. Sem esta ajuda, penso que nunca poderíamos ter levado tão longe os nossos esforços.

E rezo para que esta corrente de solidariedade e colaboração se mantenha."

Ir. Lucy Quidadu

NÃO INTERESSA QUANTO DAMOS, MAS SIM A DIFERENÇA QUE A SUA AJUDA VAI FAZER.

ESTAS IRMÃS CONTAM AINDA COM A SUA AJUDA.

> BEM-HAJA



Irmãs Concepcionistas franciscanas - Viseu

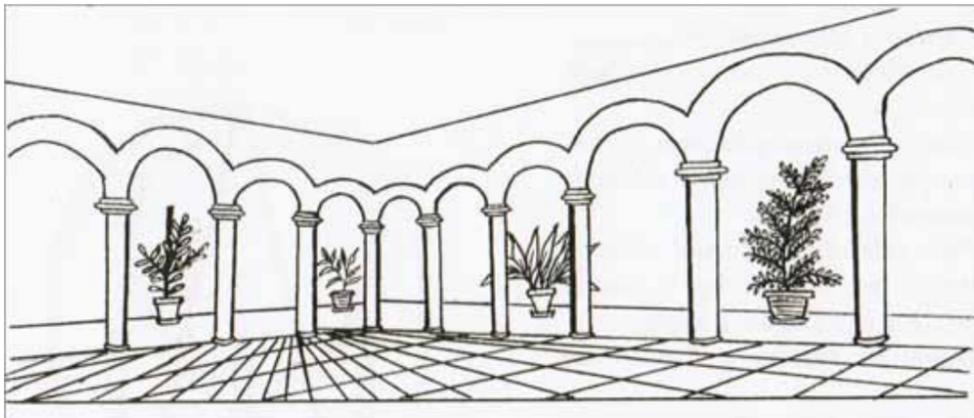
Zé Pedro Salema

Quem são?

Numa colina sobranceira á cidade de Viseu, mesmo no extremo do Bairro do Viso Norte, ergue-se uma construção que pelo seu tamanho e arquitectura, com o seu característico campanário encimado pela cruz, faz lembrar aos transeuntes um convento monacal.

Sim, trata-se de um dos conventos da Ordem da Imaculada Conceição, mais conhecido por Concepcionistas Franciscanas. É um dos Institutos a quem o Concílio definiu como "Institutos inteiramente dedicados à contemplação", e fundado por uma portuguesa, Santa Beatriz da Silva, para honrar o privilégio da Imaculada Conceição de Maria, 400 anos antes de este mistério ser definido como dogma pelo Papa Pio IX.

O que fazem?



Quem procurar indagar a vida e missão destas Irmãs Contemplativas surpreender-se-á., talvez, pela constatação de que apesar das suas aptidões humanas e profissionais, renunciaram à promoção directa dos homens, seus contemporâneos, numa aparente inutilidade, vivida no recolhimento do seu Mosteiro.

Na realidade, têm uma vida muito organizada de oração e trabalho qualificado, com o qual ganham o seu sustento e cooperam na construção da cidade terrena, não são parasitas da sociedade.

Estão igualmente atentas e disponíveis para todos os que necessitam de um coração que compartilhe os seus íntimos problemas ou que desejem uma palavra de ajuda ou conselho e a todos que solicitam a sua cooperação orante, não esquecendo os grandes problemas da Igreja e do mundo. Se a Monja se separa do mundo — cujo sinal material é a clausura — é para estar mais perto do mundo, mesmo no coração do mundo, como a Virgem Imaculada esteve no centro da missão do seu divino Filho.

Um convento de clausura é chamado a ser:

- Luz para quantos procuram o sentido das suas vidas;
- Apelo à dimensão sobrenatural do Homem, à maior dignidade humana;
- Seta de orientação para os valores que verdadeiramente realizam o homem e a mulher;
- Primazia do espiritual sobre o material, do eterno sobre o transitório, da oração sobre a acção;
- Oásis de pureza e fraternidade;
- Canal da única fonte cuja água pode saciar o nosso coração de alegria e paz, carinho e ternura, amizade e amor, liberdade e solidariedade;



- Presença silenciosa do amor infinito e incompreensível de Deus por cada um;
- Sinal d' Aquele que unicamente dá sentido, peso e profundidade à nossa existência;
- Paixão pelo Maior Bem, Único necessário – Deus – pelo qual, gozosamente tudo se deixa.

Talvez seja este o maior e mais urgente serviço a prestar ao Homem do nosso tempo. Serviço que a Comunidade do Convento de Santa Beatriz procura afadigosa e perseverantemente prestar à Humanidade, lutando por ser, de alguma forma, na Terra, continuidade da missão de Cristo e de sua Mãe.

Para ti que procuras a Verdade e lutas pelo Bem, que queres fazer da tua vida algo de grande em favor dos outros, lê esta missiva até ao fim.

O valor da tua vida exige de ti grandes decisões, Cristo é o caminho.

Deus está bem perto de ti: no fundo do teu coração. Por vezes vais procurá-lo longe e corres o risco de te cruzares com Ele e não o reconheceres quando Ele te acompanha e está presente na história que passo a passo vais construindo.

É necessário que te conserves bela flor, agradável a Deus, apesar dos espinhos que te cercam.

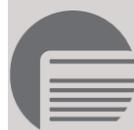
Já pensaste em lançar-te à procura do caminho e do projecto que Deus tem para ti?

Há diversos caminhos, um deles é a vida contemplativa. Esta tem a peculiar missão de testemunhar perante os homens, a prioridade absoluta de Deus.

Quando os primeiros discípulos de João seguiram Jesus e lhe perguntaram: «Mestre, onde moras?» Jesus respondeu: «Vinde e vede.»

Também nós te fazemos este convite, vem passar connosco um dia de diálogo e oração para melhor ouvires a voz do Senhor.

Santa Beatriz era de linhagem real, muito bela e a quem a vida muito prometia, acolheu o chamamento de Deus e à imitação de Nossa Senhora disponibilizou-se para servir o Altíssimo, como fundadora da nossa Ordem, com o intento de honrar a



Histórias de Cascos de Rolha

Vasco d'Avillez

No Séc. XVI, o famoso Leonardo Da Vinci, ao serviço do seu amo, o riquíssimo Ludovico Sforza, criou para este último um estilo de vida muito diferente do que em geral existia. Uma das principais mudanças foi na atitude perante a gastronomia e a vida em geral, de forma a torná-la mais agradável e mais prática.

Assim o mestre Da Vinci introduziu o conceito de um local fixo para as refeições, a que chamaríamos hoje uma "casa de jantar". Os palácios da altura não tinham uma e os grandes Senhores e os seus convidados comiam onde estavam, sendo o trabalho dos criados, o de trazer até eles as mesas, as cadeiras e os utensílios. Ora as mesas nesse sistema «eram postas» onde as pessoas estavam. Isto deu origem a uma frase portuguesa que ainda hoje usamos: "Vá pôr a mesa!" Mas que, de facto, já não fazemos pois a mesa, desde essa altura, está sempre "posta" numa casa de jantar.

Depois escolheu para o seu amo vinhos produzidos no que hoje é a Itália, sobretudo os que eram de perto de Milão, e fazia com que os produtores se esforçassem por melhorar continuamente a qualidade dos vinhos servidos. Ensinou os poderosos do seu tempo a comer com maneiras e inventou-lhes o guardanapo. Cada um tinha um e já não precisavam de limpar as mãos às toalhas... As toalhas eram uns panos grossos e depois de todos comerem as carnes e hortaliças que eram servidas, Leonardo mandava tirar as toalhas, sujas de mãos e talheres, e a parte mais sofisticada da refeição, os doces, servia-os directamente «sobre mesa». Será esta a razão por que entre nós, ainda hoje, chamamos aos doces 'sobremesa' embora de facto comemos todos os pratos sobre a mesa?

Todos estes factos foram fazendo com que para eles, e para nós, a gastronomia e os vinhos fizessem sempre parte da nossa Cultura.





Os Quatro Irmãos

António Torrado | Cristina Malaquias

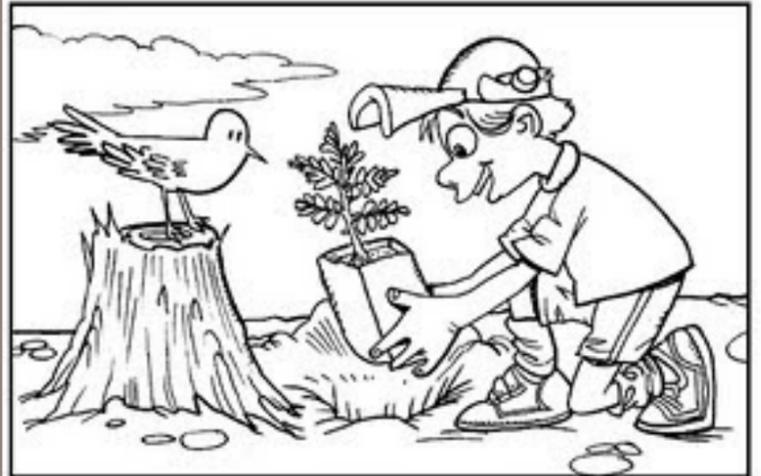


Era uma vez um rei chamado Sol. Todos o conhecem. Todos o estimam. Poderoso, os seus raios são espadas. Majestoso, os seus raios são de ouro e mais do que todo o ouro valem. Generoso, os seus raios são fios de vida. Poderoso, majestoso e generoso era este rei, mas tinha um grande desgosto - os seus quatro filhos davam-se muito mal uns com os outros. Chamavam-se os quatro irmãos, por ordem de idade, a começar pelo mais novo: Primavera, Verão, Outono e Inverno. Bulhavam constantemente, porque todos queriam, à uma, governar a Terra. Ora isto não podia ser. Assim pensando, o rei Sol decidiu que cada um deles governasse por sua vez, durante um certo tempo. As ordens de um pai, para mais rei, e ainda por cima Sol, têm de se cumprir. O Outono não gostava desta partilha. Queixava-se de que lhe não davam tempo... Ainda estava ele a arrumar e a alindar a casa, pintando tudo da cor da púrpura, em tons e meios tons amarelos doirados, e já o Inverno lhe batia à porta. Então o Outono tinha uma birra e arrancava as folhas das árvores, algumas ainda por pintar...

Saía o Outono com lágrimas nos olhos e entrava o Inverno. - Em que desordem isto está - exclamava ele, irritado. E punha-se a varrer. Varría com tanta força que fazia vento. Depois lavava, em grandes bâtegas de água, caídas do céu... As sementes e os grãosinhos, que o Outono deitara à terra, assustavam-se: - Iremos nós também na cheia? - perguntavam uns para os outros. O Inverno ouvia-os e dizia-lhes: - Sosseguem! Durmam descansados. Vai tudo dormir um longo sono. Assim tem de ser. E tão carinhoso ele era que cobria os lugares mais desprotegidos da terra com um manto branco de neve. Lá fora, a Primavera impacientava-se. Não tinha feito para suportar os vagares do irmão. Às vezes, não se continha que não perguntasse pela frincha da porta: - Já posso? Ainda era cedo, mas só de lhe ouvirem a voz, as primeiras flores rompiam a terra. Então, quando ela chegava, era uma festa. Corria a Primavera de lés a lés e não havia ervinha, folha, haste, flor que não quisesse dançar com ela. Era uma enorme roda de alegria. Mas a folgança não podia

continuar sempre. Cansada do bailarico, a Primavera dava de bom grado o seu lugar ao Verão. - Vamos trabalhar - dizia ele, assim que chegava. E trabalhava-se, pois então! Os grãos e os frutos amadureciam. Nas tocas, nos ninhos, nos cortiços e por toda a parte, as palavras de ordem eram: trabalhar, colher, guardar. Enquanto, nas praias, uns gozavam as férias, outros, no campo, não tinham descanso. - O essencial fica feito. Deixo os retoques ao cuidado do meu irmão Outono - dizia o Verão, à despedida. Lá vinha o Outono, com pincel e tintas apurar as cores. Achava sempre que merecia mais tempo. São tantas as tonalidades, do verde-escuro ao castanho, do laranja ao vermelho... Não se pode fazer obra aseada quando se sente os passos do Inverno a aproximar-se. Que nervos! Sorrindo no seu trono, o Sol acompanhava a obra dos seus quatro filhos. Descansa. Eles estão a dar muito boa conta de si. E o Sol, risonho, ainda mais resplandece.

Descobre as 7 diferenças



Sudoku - puzzle

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

Anedotas

Numa escola de canto, uma jovem aspirante a cantora acabara a sua primeira demonstração.

- Então, professor? - Perguntou ela. - Que acha da minha voz? - Bom - respondeu o

professor. - Penso que lhe pode vir a ser muito útil em caso de incêndio ...



Saudades do Avô

Rui Órfão

Vou falar sobre uma pessoa, que marcou muito a minha infância, adolescência e uma parte de adulto, o Meu Avô materno, partiu há alguns anos para junto do Pai. Que saudades tenho dele!

Foi um trabalhador, humilde, amigo do seu amigo, não tinha qualquer tipo de maldade, nem uma palavra ofensiva fosse para quem fosse. Nunca vi o meu querido Avô, tratar mal aqueles que passavam junto da sua porta e o ofendiam com palavras e gestos, a resposta era sempre esta, por parte do meu Avô: "Que Deus te acompanhe".

Lembras-te Avô, quando ainda garoto me pedias para ir comprar tabaco e me davas 5 tostões para rebuçados? Estava sempre perguntar-te se precisavas de tabaco.

Lembras-te das conso-

adas de Natal em tua casa? Como ficavas feliz por teres os netos, filhos, filhas, genros e noras à tua volta. Perto da meia-noite chamavas os netos um a um e davas 100\$00 a cada, e dizias não digas nada aos teus primos porque só te dou a ti, o que nos ríamos quando descobríamos que tinhas dado a todos.

Lembras-te, quando me levaste às festa da Nª Srª dos Remédios em Lamego? Subimos a escadaria do Santuário e ias distribuindo esmola por quem pedia, nesse dia pensei "Que coração maravilhoso tem o meu Avô".

Lembras-te dos piqueniques, na praia das Maças, no pinhal de Janas, etc? que saudades eu tenho desses momentos, que saudades eu sinto do teu olhar, do teu carinho, dos teus beijos, de te abraçar, obrigado Avô por todos estes

momentos.

Consequência da vida dura que tiveste, ficaste muito cedo preso a uma cama, por te custar a andar e até a levantar, mas mesmo assim não te ouvi uma queixa, o culpar alguém. Quando te visitava ficava perplexo, porque te via com o terço na mão e a rezar, chegava-me a interrogar, o meu Avô a sofrer tanto e ainda reza? Como hoje te entendo, nunca perdeste a Fé, e Deus compensou-te, permitindo que te sentisses melhor, e conseguisses sair da cama e te levássemos a passear, a passar fins de semana em casa dos meus pais, que serões, passados a jogar à bisca, ou a jogar ao dominó. No último ano da tua vida na terra, já nada disto foi possível, só te alegravas com a minha visita.

Avô até na hora da tua

morte foste Grande, muitas das pessoas que passavam junto da tua porta e davam Graças a Deus por estares tão doente, apareceram no teu velório e choraram a teus pés, esses momentos provocaram-me uma grande revolta para com elas, e ainda não passou, quero perdoá-las como tenho a certeza que as perdoaste, ajuda-me a que o

meu coração obtenha o perdão para essas pessoas.

Obrigado Meu Querido Avô, pelo teu exemplo de humildade, coragem, valentia e de Fé, que és para mim. Eu sei Avô que um dia vou matar estas saudades, porque espero reencontrar-me contigo, junto de Deus.

Amo-te Avô!



Recolha de Sangue

Como vem sendo habitual, o Rotary Club de Sintra vai promover mais uma recolha de sangue no próximo dia 14 de Outubro, entre as 9h00 e as 13h00, no Salão Paroquial da Ig. de S. Miguel, na Estefânea (Sintra). Este evento é organizado pelo Rotary Club de Sintra em colaboração com o Instituto Português do Sangue e a Unidade Pastoral de Sintra.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estefânea
2710-519 SINTRA

Tel.º : 21 923 00 58
Fax: 21 910 50 45

Intenções do Papa para Outubro



Nova Evangelização

Para o desenvolvimento e progresso da Nova Evangelização nos países de antiga tradição cristã.

Jornada Missionária Mundial

Para que a celebração da Jornada Missionária Mundial seja ocasião de um renovado empenho na evangelização.

Calendário Litúrgico em Outubro - Ano B

Dia 7 - DOMINGO XXVII DO TEMPO COMUM

LEITURA I Gen 2, 18-24

«E os dois serão uma só carne»

Salmo 127, 1-2.3.4-5.6

"O Senhor nos abençoe em toda a nossa vida."

LEITURA II Hebr 2, 9-11

«Aquele que santifica e os que são santificados procedem todos de um só»

EVANGELHO Mc 10, 2-16

«Não separe o homem o que Deus uniu»

Dia 14 - DOMINGO XXVIII DO TEMPO COMUM

LEITURA I Sab 7, 7-11

«Considerarei a riqueza como nada, em comparação com a sabedoria»

Salmo 89, 12-13.14-15.16-17

"Saciai-nos, Senhor, com a vossa bondade e exultaremos de alegria."

LEITURA II Hebr 4, 12-13

«A palavra de Deus é capaz de discernir os pensamentos e intenções do coração»

EVANGELHO Mc 10, 17-30

«Vende o que tens e segue-Me»

Dia 21 - DOMINGO XXIX DO TEMPO COMUM

LEITURA I Is 53, 10-11

«Se oferecer a sua vida como sacrifício de expiação, terá uma descendência duradoira»

Salmo 32, 4-5.18-19.20.21

"Desça sobre nós a vossa misericórdia, porque em Vós esperamos, Senhor."

LEITURA II Hebr 4, 14-16

«Vamos cheios de confiança ao trono da graça»

EVANGELHO Mc 10, 35-45

«O Filho do homem veio para dar a vida pela redenção de todos»

Dia 28 - DOMINGO XXX DO TEMPO COMUM

LEITURA I Jer 31, 7-9

«Vou trazer de novo o cego e o coxo entre lágrimas e preces»

Salmo 125, 1-2ab.2cd-3.4-5.6

"Grandes maravilhas fez por nós o Senhor, por isso exultamos de alegria."

LEITURA II Hebr 5, 1-6

«Tu és sacerdote para sempre, segundo a ordem de Melquisedec»

EVANGELHO Mc 10, 46-52

«Mestre, que eu veja»

TEMPO COMUM



"O Tempo Comum propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspecto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos."

 **O ANO DA FÉ**
Diác. Joaquim Craveiro

Estamos às portas da abertura oficial do Ano da Fé que será a 11 de Outubro. A diocese de Lisboa assinala a abertura a 25 de Outubro, dia da dedicação da Catedral. Celebrar o Ano da Fé é acolher o Cristo, Filho de Deus que a partir do meu baptismo passou a fazer parte da minha vida. Celebrar o Ano da Fé é ter a ousadia de propor Cristo de novo. Celebrar o Ano da Fé “é ir além da pobreza espiritual onde se encontram muitos contemporâneos, que já não percebem a ausência de Deus na sua vida, como uma carência que deve ser vivida. O Ano da Fé quer ser um caminho que a comunidade cristã brinda aos que vivem com nostalgia de Deus e com desejo de encontra-Lo de novo”. (D. Rino Fisichella)

Por isso celebrar o Ano da Fé implica uma nova evan-

gelização como o Papa João Paulo II a designou e que envolve, não uma nova doutrina, mas uma forma nova de apresentar Cristo aos homens: nova no vigor apostólico, nova no método, nova na vivência. O Ano da Fé será uma ocasião excelente para intensificar o testemunho da caridade. O apóstolo Tiago afirma que a fé sem obras é morta, não dá fruto. Fé e caridade reclamam-se mutuamente. Por isso em virtude da fé, podemos reconhecer naqueles que reclamam o nosso amor o rosto de Cristo ressuscitado. “sempre que fizestes isto a um dos meus irmãos mais pequenos, a Mim o fizestes”(Mt 25,40) Estas palavras de Jesus são uma advertência que não se deve esquecer e um convite perene a desenvolvermos aquele amor com que Ele cuida de nós. É a fé que permite recon-

hecer Cristo, e é o seu próprio amor que impele a socorre-Lo sempre que se faz próximo nosso no caminho da vida. Sustentados pela fé, olhamos com esperança o nosso serviço, aguardando novos céus e nova terra, onde habite a justiça. (2Pd 3,13; Ap 21, 1), (Porta Fidei, 14)

Por fim temos o logótipo do Ano da Fé que nos é apresentado pelo presidente do Pontifício Conselho para a Nova Evangelização, que consiste em uma barca, imagem da Igreja, cujo mastro é a cruz com as velas desdobradas e o trigrama (IHS). O sol como fundo, recorda a Eucaristia. As ondas representam as dificuldades da Igreja através dos tempos.



**ANO DA FÉ 2012
2013**

Nota: IHS – trigrama cristológico usado na Idade média: IHESUS. Retomado no século XVI com o significado de Iesus habemus socium cuja tradução é: temos Jesus como companheiro

 SERVIÇO LITÚRGICO DE 7 A 31 DE OUTUBRO		
<p>Dia 7 – XXVII Domingo do Tempo Comum 09:00 - Celebração da Palavra em Janas 09:00 - Missa na Várzea 09:00 - Missa em Manique 09:30 - Celebração da Palavra no Lourel 10:00 - Missa em S. Pedro 11:00 - Missa em S. Miguel 12:00 - Missa no Linhó 17:00 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Martinho</p> <p>Dia 8 – Segunda-feira 18:00 - Missa em Monte Santos</p> <p>Dia 9 – Terça-feira 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro 21:00 - Missa do Grupo Nazaré em S. Miguel</p> <p>Dia 10 – Quarta-feira 17:30 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Miguel</p> <p>Dia 11 – Quinta-feira 09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões. 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho</p> <p>Dia 12 – Sexta-feira 09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões. 15:00 - Missa no Lar ASASTAP 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Pedro</p> <p>Dia 13 – Sábado - Abertura do Ano da Fé em Fátima 18:00 - Missa em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Miguel 21:30 - Procissão das Velas e Missa em Galamares</p> <p>Dia 14 – XXVIII Domingo do Tempo Comum 09:00 - Missa em Janas 09:00 - Celebração da Palavra na Várzea 09:00 - Celebração da Palavra em Manique 09:30 - Missa no Lourel 10:00 - Missa em S. Pedro 11:00 - Missa em S. Miguel 12:00 - Missa no Linhó 17:00 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Martinho</p>	<p>Dia 15 – Segunda-feira 18:00 - Missa em Monte Santos</p> <p>Dia 16 – Terça-feira 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro</p> <p>Dia 17 – Quarta-feira 17:30 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Miguel</p> <p>Dia 18 – Quinta-feira 09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:30 - Curso Bíblico em S. Miguel</p> <p>Dia 19 – Sexta-feira 09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões 15:00 - Missa no Lar do Oitão 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Pedro 21:30 - Catequese Concílio VATICANO II no Bar de S. Miguel</p> <p>Dia 20 – Sábado 17:00 - Celebração da Palavra em Galamares 17:00 - Missa na Abrunheira 18:00 - Missa em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Miguel</p> <p>Dia 21 – XXIX Domingo do Tempo Comum 09:00 - Celebração da Palavra em Janas 09:00 - Missa na Várzea 09:00 - Missa em Manique 09:30 - Celebração da Palavra no Lourel 10:00 - Missa em S. Pedro 11:00 - Missa em S. Miguel 12:00 - Missa no Linhó 17:00 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Martinho</p> <p>Dia 22 – Segunda-feira 18:00 - Missa em Monte Santos</p> <p>Dia 23 – Terça-feira 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro</p>	<p>Dia 24 – Quarta-feira 17:30 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Miguel</p> <p>Dia 25 – Quinta-feira 09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:30 - Curso Bíblico em S. Miguel</p> <p>Dia 26 – Sexta-feira 09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Pedro 21:30 - Reunião Comissão de N.Sr.ª do Cabo em S. Pedro</p> <p>Dia 27 – Sábado 17:00 - Missa em Galamares 17:00 - Celebração da Palavra na Abrunheira 18:00 - Missa em S. Pedro 19:00 - Missa em S. Miguel 21:30 - Catequese do Ano da Fé - CREDO em S. Martinho</p> <p>Dia 28 – XXX Domingo do Tempo Comum 09:00 - Missa em Janas 09:00 - Celebração da Palavra na Várzea 09:00 - Celebração da Palavra em Manique 09:30 - Missa no Lourel 10:00 - Missa em S. Pedro 11:00 - Missa em S. Miguel 12:00 - Missa no Linhó 17:00 - Missa em Monte Santos 19:00 - Missa em S. Martinho</p> <p>Dia 29 – Segunda-feira 18:00 - Missa em Monte Santos</p> <p>Dia 30 – Terça-feira 17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho 19:00 - Missa em S. Martinho 21:00 - Partilha da Palavra em S. Pedro</p> <p>Dia 31 – Quarta-feira 09:00 - Missa em S. Miguel 17:30 - Missa em Monte Santos</p>



Palavras para Ler e Sentir

Maria João Bettencourt

Por muito que tente fugir a este tema, tentando agarrar-me a um ou outro sentir que me toca, existe sempre um telefonema, uma notícia, uma lembrança ou um sentir que, mais que me tocar, me envolve e me leva de novo até ele. Doenças.

Nunca lidei bem com doenças, nem com as doenças dos outros, nem com as minhas. Nunca fui amiga de doenças. Até hoje, os médicos que visitei em consultórios me dizem ser uma das suas piores pacientes. Não tenho respeito nenhum àquela coisa que me tenta impedir de ser como sou.

Com as doenças dos outros, das pessoas que amo, não é mais fácil. Sinto-lhes a dor, sinto a impotência de nada poder fazer para lhes apagar o que sentem: ansiedade, medo. E tenho acima de tudo receio de que se tornem amigas dessa coisa que de cinzenta consegue passar a negra com a ajuda do próprio doente, medo que se deixem abraçar por ela.

Não há muito tempo, fui também abordada por uma. Nada de grave, aliás nada que eu própria considere digna de ter direito a esse nome que tanto peso arrasta consigo. Digamos que excedi os limites que o meu corpo suporta. Soa bem melhor, certo? Doença é só por si palavra forte. Foi um choque verme com comprimidos, regras (que nunca ou poucas vezes cumpri) e a consciência clara de que ela (a tal doença) me roubava parte de mim. De imediato decidi que nunca seria sua amiga, apenas simples conhecidas. Convivemos quando assim tem de ser e a cada vez

que ela se tenta impor, lembro o prazer que tive a cada gargalhada partilhada com amigos, os sorrisos que vi nascer em rostos que amo, os sonhos que ainda quero sonhar e remeto-a para um canto.

Aceitar a doença como nossa amiga é fazer dela a nossa dama de companhia e sem darmos conta, ela, fingindo que cuida de nós num perfeito acto teatral, afasta-nos de amigos, esconde-nos os sorrisos, abafa-nos as gargalhadas, baralhamos os sonhos e por fim isola a nossa alma. E assim ficamos à sua mercê.

Já caminhei junto a alguém que amo muito e que se viu de um momento para o outro vestida de uma doença, esta sim digna deste nome, como se lhe tivessem vestido uma túnica comprida e pesada. Nunca ela vergou ao seu peso, nunca a ela se afeiçoou. Cansada e humilhada por tal mulher com tamanha força e vontade, a doença retirou-se, vencida!

Noutra caminhada, acompanhei alguém que recebeu de braços abertos dois acidentes que teve na vida e que poderiam ter ficado para trás, trazendo consigo apenas uma ou outra dor. Optou por fazer delas a sua companhia diária e de algo fez algo bem maior – verdadeira doença. Tanta atenção lhe deu que deixou de ter tempo para rir, depois para conversar e mais tarde para viver. Os lamentos eram o seu idioma e alimentava-se de toda a atenção que a si chamava, sem perceber que ela lhe ia sugando todos os sonhos, toda a vontade própria. Um dia, tendo apenas a delicadeza de o avisar primeiro,

sugou-lhe a vida.

Existe ainda quem goste de ter sempre a seu lado algo a que possa chamar doença. Nada de grave evidentemente, mas passível de dar ares de importância e ser levado em consideração. Sempre que o meu caminho segue junto a alguém assim, depressa o desvio. Falta-me a paciência. Preciso dela para algo mais útil.

A quem amo, e a todos os que aqui me leem, peço que nunca se deixem acorrentar por uma doença. Seja ela qual for, seja ela tão grave quanto possa ser, nunca se esqueçam de que nada, ninguém, nenhuma doença, vos pode impedir de sorrir, de sonhar ou de amar.

Porquê passar 24 horas a pensar apenas nela, lembrando-a a cada minuto? Será esta uma forma de cura? Não me parece. Não bastará, lembrá-la a cada vez que a dor surge, ou que se tomam os medicamentos ou que se vai ao médico e utilizar o restante tempo em tudo o resto a que chamamos verdadeiramente VIVER?

50 Livros que toda a gente deve ler

Este mês deixo-vos algo diferente. Em vez de dois livros, deixo-vos 50! Uma lista publicada pelo Jornal Expresso na sua Revista Atual e elaborada por um grupo de jornalistas/escritores seus colaboradores (Ana Cristina Leonardo, Clara Ferreira Alves, Henrique Monteiro, José Mário Silva, Luísa Mellid-Franco e Pedro Mexia) e que justificam no texto abaixo, as suas escolhas.

“Não há listas perfeitas. Escolher 50 livros (ou 100) implica sempre deixar de fora muitas obras igualmente importantes - ou até mais importantes - que poderiam com toda a justiça estar no lugar destas. Conscientes de que é impossível agradar a gregos e a troianos, pretendemos fazer uma seleção equilibrada, com natural predominio dos clássicos (essas obras que já passaram o crivo do tempo e entraram no cânone), mas também com algumas apostas pessoais dos colaboradores, escolhas talvez menos óbvias e que esperamos possam corresponder a surpresas e descobertas. Estes 50 títulos foram fixados após um processo de sobreposição de várias listas. A ordem em que aparecem não reflete qualquer juízo de valor comparativo. E uma coisa é certa: mais ou menos consensuais, todos os livros sugeridos têm uma qualidade literária acima de qualquer suspeita.”

Guerra e Paz - Tolstói
Ficções - Jorge Luis Borges
Crime e Castigo - Fiódor Dostoiévski
As Elegias de Duíno - Rainer Marie Rilke
Ulisses - James Joyce
À Espera de Godot - Samuel Beckett
MacBeth - William Shakespeare
Os Miseráveis - Victor Hugo
A República - Platão
O Coração das Trevas - Joseph Conrad
O Homem sem Qualidades - Robert Musil
O Processo - Franz Kafka
Madame Bovary - Gustave Flaubert
A Vida e opiniões de Tristram

Shandy - Laurence Sterne
A Vida Modo de Usar - Georges Perec
Memórias Póstumas de Brás Cubas - Machado de Assis
O Ofício de Viver - Cesare Pavese
Montanha Mágica - Thomas Mann
Retrato de Uma Senhora - Henry James
Lolita - Vladimir Nabokov
Rayuela O Jogo do Mundo - Julio Cortázar
Em Busca do Tempo Perdido - Marcel Proust
Moby Dick - Herman Melville
Se Isto é Um Homem - Primo Levi
O Vermelho e o Negro - Stendhal
O Grande Gatsby - F. Scott Fitzgerald
Ensaio - Michel de Montaigne
Poeta em Nova Iorque - Federico Garcia Lorca
Austerlitz - W. G. Sebald
As Aventuras de Augie March - Saul Bellow
1984 - George Orwell
Terra Sem Vida - T. S. Eliot
Os Maias - Eça de Queiroz
As Ondas - Virginia Woolf
Dom Quixote de La Mancha - Miguel de Cervantes
Poesia - Giuseppe Ungaretti
Poesia - Álvaro de Campos
Confissões - Santo Agostinho
Auto-de Fé - Elias Canetti
O Som e a Fúria - William Faulkner
Debaixo do Vulcão - Malcom Lowry
O Monte dos Vendavais - Emily Bronte
O Ano da Morte de Ricardo Reis - José Saramago
Os Detetives Selvagens - Roberto Bolaño
Cândido ou o Optimismo - Voltaire
Submundo - Don Delillo



Agenda Cultural

Guilherme Duarte

CENTRO CULTURAL OLGA CADAVAL

DIA 6 DE OUTUBRO - “O CORPO, A NATUREZA E A GEOMETRIA” - Pela Companhia Portuguesa da Bailado Contemporâneo. Às 16 horas na Auditório Jorge Sampaio. Duração do espectáculo: 25 minutos. No final a coreógrafa estará à conversa com os espectadores. Preço 3 €

DIA 12 DE OUTUBRO - “ANTÓNIO CHAINHO” APRESENTA O NOVO DISCO, “Entre Amigos”. Às 22 horas no Auditório Jorge Sampaio. Preço - Entre 15 e 20 €.

DIA 15 DE OUTUBRO - MATINÉ DANÇANTE - No foyer superior. Das 15 às 19 horas. Preço: 4 € (com direito a lanche).

DIA 19 DE OUTUBRO - ANTÓNIO CHARRAZ apresenta o novo disco “A Chave”. Às 22 horas no Pequeno Auditório. Preço 10 €.

DIA 20 DE OUTUBRO - CINEMA - Será exibido o filme “COSMOPOLIS” um dos filmes mais aplaudidos no Festival de Cannes de 2012. Às 21,30 h. Preço: 3 €.

DIA 21 DE OUTUBRO - CONCERTO PARA BEBÉS - (Embalos azuis e alguns swings). Às 10 e 11,30 horas no palco do Auditório Jorge Sampaio. Preços: 17,50 € para adulto mais bebé até 47 meses. 12,50 € por pessoa com mais de 47 meses.

DIA 27 DE OUTUBRO - “GALO GORDO - ESTE DIA VALE A PENA” - Concerto e lançamento de novo livro e CD. No Auditório Jorge Sampaio às 16 horas. Preço 7,5 €

Entre os dia 6 de Outubro de 2012 e 25 de Maio de 2013 funcionará na sala de ensaios do Olga Cadaval uma Oficina de Teatro para crianças das 15 às 16.30 horas.



PIRIQUITA

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

ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:

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

PIRIQUITA dois

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





Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estetária
2710-519 SINTRA

Telef.: 21 923 00 58
Fax: 21 920 50 45



TECAN Soc. de Utilidades Domésticas, Lda.

Largo 1º de Dezembro, 10

S. Pedro de Penaferrim - Sintra

Telef.:
21 923 11 31

Sintra Quinhentista: D. Manuel I (Continuação)

Ana Paula Duarte

D. Manuel I foi aclamado rei em Alcácer do Sal, em 27 de Outubro de 1495, tendo herdado a coroa por determinação de D. João II, que o escolheu após a morte, por acidente, do príncipe herdeiro D. Afonso.

D. Manuel I foi talvez o monarca português que mais tempo passou em Sintra, fazendo-se sempre acompanhar por grande comitiva, incluindo cantores e tangedores para animarem as festas e as refeições da corte. Foi também ele que mandou que o Paço Real fosse objecto de grandes e importantes melhoramentos, como já foi referido neste estudo. No reinado deste rei, e devido às prolongadas estadias da corte, em Sintra, esta vila foi palco e testemunha de inúmeros acontecimentos políticos e mundanos.

Todos os domingos e dias santos o rei promovia um serão para as damas da corte, que se realizavam na sala das Pegas ou na dos Cisnes. Nestes dias festivos tocavam-se cornetas, harpas, tambores, rebecas e trombetas durante os banquetes reais. D. Manuel I divertia-se em caçadas, torneios de justa, corridas de cavalos e de touros, jogo das canas, entre outras ocupações lúdicas. Também se dedicava à poesia nos momentos mais intimistas.

A saída de D. Manuel I do Paço de Sintra para as caçadas reais, constituía um espectáculo animado e pitoresco. Sempre acompanhado por um numeroso séquito e por muitas matilhas de cães impacientes e de ginetes nervosos, o latir dos cães e o relinchar dos cavalos ecoavam pelos arredores anunciando a partida para mais uma caçada com a participação do rei, dos senhores da corte e de cerca de duzentos cavaleiros que sempre os acompanhavam. Moços de estrebaria, moços de esporas, corcundas e chocarreiros montam pacíficas mulas. Músicos menestréis seguem a caçada. O rei é normalmente acompanhado pelo Barão de Alvito, Prior do Crato, D. João de Menezes, o estribeiro mor Francisco Homem entre muitos outros.

Vários documentos reais foram assinados em Sintra por D. Manuel I, ilustrados neste estudo pelos dois exemplos que se seguem:

1 – Carta enviada aos vereadores da cidade de Lisboa a revogar a decisão anterior de retirar à capital do reino os privilégios que tinha, e de retirar aos seus habitantes 1/5 dos seus bens, em favor da coroa. (Carta enviada pela rainha, datada de Sintra em 14/07/1508).

2 – Outro documento datado de Sintra em 1508, nomeia Jorge Afonso, pintor de D. Manuel I, seu inspector e veador de todas as obras de pintura, nacionais e estrangeiras, que não seriam pagas sem o seu exame e avaliação.

D. Manuel I, a exemplo dos seus antecessores, renovou através de um documento régio, a autorização para se cortar lenha nas matas e coutadas reais, para a festa do Espírito Santo e para a realizar nos terrenos adjacentes ao Paço da Vila.

Foi também em Sintra que D. Manuel I recebeu algumas notícias importantes:

1 – Recebeu aqui a notícia do regresso da armada de Vasco da Gama, cuja entrada no rio Tejo, o rei tivera ocasião de avistar do alto da Serra de Sintra.

2 – Foi em Sintra que o Rei esperou, com impaciência, o resultado do seu pedido em casamento, da princesa D. Isabel, filha dos Reis Católicos. Foi ainda nesta Vila que D. Manuel I sofreu o luto pela morte da sua Rainha, e foi aqui que recebeu, em 1500, “sem sentimento nem emoção”, segundo Damião de Góis, a notícia da morte, em Granada, de seu filho, o príncipe D. Miguel, herdeiro da coroa portuguesa e das coroas de Aragão e Castela.

3 – D. Manuel I encontrava-se em Sintra, juntamente



com sua noiva, D^a Maria de Castela, quando, em Março de 1501, foi informado da chegada das naus de Pedro Álvares Cabral ao Brasil, onde toma conhecimento, ainda, da chegada ao Tejo das naus de Lopo Soares.

Durante os 17 anos que durou o matrimónio de D. Manuel com D^a Maria de Castela, muitas vezes veio a corte até Sintra, e por cá passaram certamente, homens notáveis como o Duque de Bragança, António Saldanha, D. Duarte de Menezes, Afonso de Albuquerque, e homens de letras e ciências como: Bernardim Ribeiro, Garcia de Rezende, Ayres Barbosa, Gil Vicente, Pedro Nunes, etc.

Também foi em Sintra, no convento Jerónimo da Penha Longa, que D. Manuel I após a morte da Rainha D^a Maria, em Março de 1517, veio passar o período de “nojo”.

Em 1518, o Rei e toda a corte voltam a procurar Sintra para se acautelar da epidemia de peste que então recomeçara em Lisboa, depois grande peste, que poucos anos antes levava o rei a refugiar-se na Vila de Sintra, também no convento da Penha Longa.

- 1 Os tangedores eram tocadores de instrumentos.
- 2 Estes torneios consistiam em combates entre dois homens armados de lança.
- 3 Os chocarreiros eram bobos ou jograis.
- 4 Lopo Soares foi o 3º Governador da Índia.

(Continua no próximo número)

Cruz Alta 
ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

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



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

Ficha Técnica

Direção:

Mafalda Pedro; Graça e Álvaro Camara
Guilherme Duarte; de Sousa;
Rui Antunes; P. Raimundo Mangens;
José Pedro Salema; P. António Ramires.

Jornalista:

Guilherme Duarte

Colaboração:

P. António Ramires; Teresa Santiago;
Zé Pedro Salema; Diác. Joaq. Craveiro;
Diogo Forjaz; Guilherme Duarte;
Maria João Bettencourt; Irmãs Clarissas;
Mafalda Pedro; Rui Órfão;
Tiago Salema; Rita Carvalho;
Vasco Avillez; Ana Paula Duarte.

Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Guilherme Duarte;
Mafalda Pedro; Internet;

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Rui Antunes;

Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

Área financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição e assinaturas:

João Valbordo; Manuela Alvelos;
Manuel Sequeira; Guilherme Duarte;

Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa
937 198 124
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.net

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:
2000 exemplares

PEQUENOS ESCRITORES

Jean-Jacques Fdida

A Santa sem nome



Era uma vez uma pequena que servia numa quinta – já não se sabe onde... Esta jovem parecia de tal maneira insignificante que só a chamavam por “Ei, tu aí”, “Psst, pequena” ou “Ó miúda”. O seu nome havia sido completamente esquecido e ela própria também já não o recordava.

Depois da sua morte, quando se encontrou no paraíso, qual não foi a surpresa ao ver que a conduziam diante dos maiores santos do céu! Sim, porque apesar de uma vida discreta e pouco notável, a jovem tinha chegado, sem se dar conta – e talvez por causa disso – ao maior estado de santidade.

E se, cúmulo da inocência, ela estava surpreendida e perturbada com tantas atenções, os outros santos estavam muito embaraçados. Todos sabiam que, por não ter nome próprio, a nova santa nunca poderia receber orações particulares, pedidos que só a ela fossem dirigidos.

Desde logo os santos mais generosos propuseram-lhe partilhar os seus nomes, mas ela recusava educadamente, dizendo que até aí tinha vivido bem dessa maneira, e assim poderia continuar. Foi então que Deus se pronunciou:

- À nova santa sem nome irão todas as preces sem

nome.

Depois desse dia é esta pequena, de quem nada se sabe, que recolhe no céu a maior parte das orações. Com efeito, é a ela que sobem todos os impulsos dos nossos corações cada vez que, mesmo sem termos consciência, somos atravessados por uma inclinação para o bem ou um desejo impreciso de tornar o mundo melhor.

Diz-se que cada sorriso, cada lágrima das nossas emoções mais puras é no mesmo instante recolhida e abençoada pela santa sem nome.



ANO DA FÉ 2012 2013

FÁTIMA

1^{os} Sábados

rodos os meses

Disse Nossa Senhora de Fátima, no dia 13 de Junho de 1917:
"Se fizerem a que Eu vos disser, salvar-se-ão muitas almas ...
virei pedir ... a Comunhão reparadora nos Primeiros Sábados de cada mês"
"A quem abraçar esta devoção, Eu prometo a Salvação"



programa 1^o Sábado de cada mês

- 10h – Confissões
- 11h – Missa na Igreja da Santíssima Trindade
- 14h – Hora de Reparação (Terço) na Capelinha seguido de 15 minutos com Maria
- 15h – Meditação e Adoração Eucarística na Igreja da Santíssima Trindade
- 16h50 – Adoração ao Santíssimo
- 17h50 – Partida de regresso

12€ Partida: 8h
 (partida na zona de Sintra)
 Chegada: 19h

Inscrições:
 Tel: 210 987 036
 Tlm: 012 175 914
 Email: info@stellamatutina.pt

organização




A FUNERÁRIA

São João das Lampas

QUINTINO E MORAIS

25 Anos

Funeral Social 356,20 € • Funeral Económico 676 €

SEDE
 R. Oliveira, 1, Aldeia Galega
 S. João das Lampas – Sintra
 Tel.: 21 961 85 94

Filial Mucifal/Colares
 R. Visconde d'Asseca, 25
 Mucifal/Colares
 Tel.: 21 928 23 95

Filial Mem Martins
 R. do Moinho de Fanares, 10
 Mem Martins
 Tel.: 21 921 43 40

**ATENDIMENTO
 PERMANENTE
 808 201 500**

**Brevemente
 na Terragem**

www.funerariaquintinoemoraes.pt • E-mail: quintinoemoraes@mail.telepac.pt