



Distribuição Gratuita

# Cruz Alta

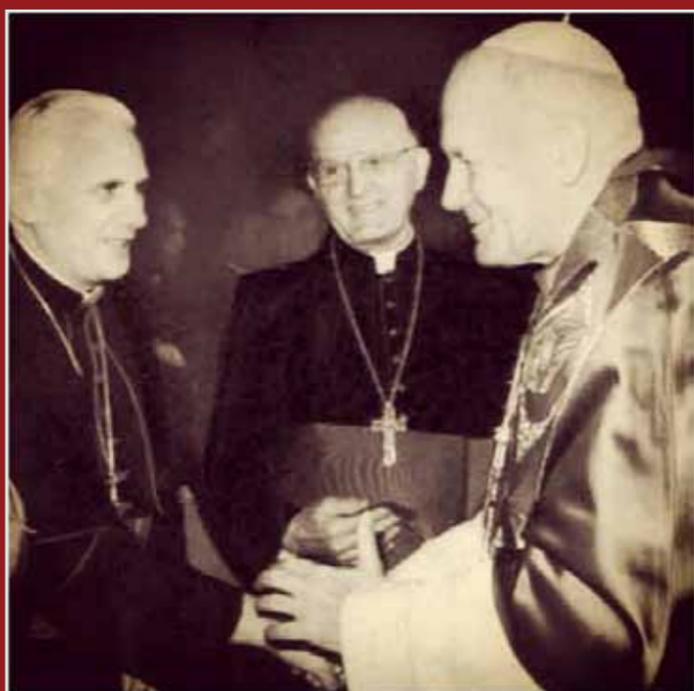


Abril 2013  
Edição nº 104 - Ano XI  
Director: P. António Ramires  
www.paroquias-sintra.pt

## Francisco: a eleição de um papa que vem "do fim do mundo"



*"Sou um grande pecador; confiando na misericórdia e na paciência de Deus, em sofrimento, aceito"*



# ANO DA FÉ

## PÁSCOA Centrais CRISTO RESSUSCITOU!



"Fica connosco, já é tarde e já declina o dia". Entrou então com eles.

Aconteceu que, estando sentado conjuntamente à mesa, ele tomou o pão, abençoou-o, partiu-o e serviu-lhos.

Então se lhes abriram os olhos e o reconheceram... mas ele desapareceu.

Diziam então um para o outro: "Não se nos abrasava o coração, quando ele nos falava pelo caminho e nos explicava as Escrituras?"

Lucas, 24



Página 14

Peregrinação a **Vila Viçosa** 12 de Maio  
com o Pe António Ramires



**MENSAGEM DE SUA EMINÊNCIA REVERENDÍSSIMA  
O SENHOR CARDEAL-PATRIARCA DE LISBOA  
À VIGARARIA DE SINTRA**

Irmãos e Irmãs,

Concluída a Visita Pastoral à Vigararia de Sintra quero saudar todas as Comunidades Cristãs, os seus Párocos e Diáconos, as Comunidades de Religiosos e Religiosas, e todos os cristãos comprometidos na missão da Igreja.

Para os Senhores Bispos Auxiliares e para mim as visitas às comunidades constituíram momentos de alegria eclesial. Há diferenças nas diversas comunidades, mas há em comum a alegria de ser Igreja.

Sempre que em Igreja celebramos com alegria o fato de o Senhor nos ter chamado a sermos seus membros, sentimos mais vivamente seu chamamento à autenticidade cristã. Queremos ser uma Igreja como Ele a deseja, uma Igreja de que Ele goste. Sublinho alguns desafios desta construção da Igreja que se evidenciaram na visita:

**1. Formar para a missão.** A evangelização é um desafio contínuo numa Vigararia tão populosa, onde a Igreja praticante é uma minoria. Crescer na fé tem de ser sempre um aprofundar do sentido da missão. Não somos apenas chamados, somos também enviados.

**2. O desafio da comunhão.** As diferenças não anulam a vontade do Senhor de que a Igreja seja sempre comunhão de fé e de amor. Esta comunhão no caso da Vigararia tem de ser um fenómeno de **comunidades em comunhão**.

**3. Unidade na diversidade.** Que as diferenças não sejam obstáculo à unidade que é também de critérios e de caminhos de pastoral, em comunhão com toda a Diocese. Fomos sensíveis à discrepância na preparação para o Crisma e outros sacramentos da Iniciação Cristã. Não caiam na confusão de pensar que a “facilitação” ajuda a construir a Igreja.

A Vigararia é, por definição, um espaço que permite a formação conjunta dos agentes de pastoral e o implementar os caminhos e as exigências comuns.

**4. A prioridade da caridade.** É um capítulo que nunca se esgota, um programa que nunca está completamente cumprido. O cristianismo é, na sua essência, uma ajuda fraterna. A família como comunidade de amor deve ser uma prioridade. É aí que se iniciou a vida, sendo amado é que se percebe que só se descobre a vida amando.

Desejo a todos uma Santa Páscoa. Celebremo-la descobrindo que Jesus Cristo é a fonte da nossa força para amar.

JOSÉ, Cardeal-Patriarca



**A Melhor Parte**

Diác. Fernando Santos

## "O Senhor providenciará"

Todos conhecemos a passagem: quando Abraão sobe ao monte em Moriá com Isaac, a fim de o oferecer em sacrifício a Deus, a certa altura o filho pergunta ao pai: «Levamos fogo e lenha, mas onde está a vítima para o holocausto?» A resposta de Abraão: «Deus proverá quanto à vítima para o holocausto, meu filho». (Gn 22,1-19) Será que Abraão tem consciência do que está a dizer? Será que consegue imaginar o que Deus está a fazer com ele? Será que acredita mesmo? Será que é apenas uma resposta para fazer calar Isaac? Sou sincero: até há bem pouco tempo, nunca me tinha colocado esta questão. Nunca me tinha debruçado verdadeiramente sobre a questão da providência divina. É claro que tratei, nas aulas de teologia, do conceito de providência no Antigo Testamento, no Novo Testamento, em Santo Agostinho, em São Tomás de Aquino, etc. É claro que tive de “marrar” a história das disputas acerca da providência divina entre católicos e calvi-

nistas, e depois entre jansenistas e molinianos na modernidade. E é claro também que essa formação me deu chaves para abrir recentemente a porta à questão: porque é que eu digo «o Senhor providenciará»?

Se me perguntassem há um ano atrás o porquê desta frase de Abraão, provavelmente teria respondido: «Abraão tenta poupar Isaac a um sofrimento antecipado». Porquê? Porque Abraão estava convencido de que Isaac iria morrer. Então, se vai morrer de qualquer modo, mais vale poupar-lhe a angústia enquanto sobem ao monte, dando-lhe uma resposta piedosa, mas ambígua: «Deus proverá quanto à vítima para o holocausto, meu filho».

Mas, com um pouco de boa vontade... vá lá, ainda poderia admitir que Abraão tivesse uma fé maior que a minha. E por isso talvez dissesse que Abraão acreditava que Deus viesse a livrar Isaac do sacrifício. Assim sendo, esta frase nos daria a lição de que podemos confiar em Deus contra

toda a lógica das circunstâncias: «Deus proverá quanto à vítima para o holocausto, meu filho».

Mas... será isto a fé? Será que a fé na providência é apenas um calmante para a ansiedade? Ou, na segunda hipótese, será que a fé na providência é uma última esperança num milagre quando tudo vai de mal a pior?

Há uns meses atrás, aconteceu-me algo que me fez duvidar que Deus estivesse a “tomar conta da situação”. Pedi-Lhe então que me iluminasse, me fizesse acreditar na sua providência, me fizesse esperar contra toda a esperança. A resposta veio na primeira leitura da missa nesse mesmo dia: o relato da Criação (Gn 1,1-19). Na verdade, ao fazer a homilia nesse dia, dei por mim a dizer: «Então se nós acreditamos que Deus é capaz de criar do nada todas as coisas, como é que podemos achar que algo Lhe seja impossível?» Estas palavras fizeram ricochete na assembleia, entraram no meu coração e trouxeram paz. Compre-

endi algo tão simples quanto isto: na sua bondade, Deus dá provas de que posso confiar n'Ele. Na história do mundo, na história da Igreja, na minha história pessoal, Deus já me mostrou tantas vezes que é fiel! Por isso, quando digo que Deus providencia, não estou a afirmar algo que vai contra a lógica das coisas, mas afirmo algo que vou descobrindo graças à lógica da história. Por isso, Deus pedia-me para eu não deixar que o problema me cegasse, mas que o olhasse no conjunto da minha história. E aí encontrei mais do que razões para acreditar que Deus providencia.

Voltando à resposta de Abraão: «Deus proverá quanto à vítima para o holocausto, meu filho». A fé que demonstra Abraão não é uma fé na providência contra toda a lógica, mas sim a lógica fé na providência. Se Deus o conseguiu encaminhar desde Ur na Caldeia até à terra de Canaã, se Lhe providenciou o improvável acolhimento por parte dos habitantes da terra, se consentiu poupar o seu



sobrinho Lot da destruição de Sodoma, se Lhe deu um filho com Sara já na velhice de ambos... como não haveria de Lhe providenciar a vítima para o holocausto? Nesta perspetiva, esperar na providência já não é para Abraão um último recurso, mas sim o fruto natural do hábito de ver Deus agindo na sua história.

Também nesta perspetiva, a frase de Abraão já não é uma simples resposta para acalmar o seu filho, mas é sobretudo um lembrar da providência divina, é uma oração, é a fé feita palavras: «Deus proverá quanto à vítima para o holocausto, meu filho».



## Peregrinação do 3.º Volume da Catequese a Fátima

Os pais da Elisa

**L**ançaram-nos o desafio e nós aceitámos, com agrado, participar na Peregrinação a Fátima.

Assim, no dia 23 de março, na companhia das nossas crianças do terceiro volume da Catequese, seus pais e das catequistas Ana Salema, Tininha e demais colegas, lá fomos, guiados pelo nosso Padre António que também nos acompanhou e orientou nesta jornada.

Acordámos cedinho... rezámos, cheios de vontade de ir ao encontro, em Fátima, de um marco da nossa crença em Jesus... e sua mãe...

A viagem de autocarro decorreu com tranquilidade mas com muita cantoria, exultando o nosso Jesus; quando che-

gámos, logo seguimos o nosso pastor, o Padre António, em direção ao Santuário. Continuámos, caminhando, até à Igreja da Santíssima Trindade. Aí, sentimos o aconchego proporcionado por aquele espaço amplo - mas austero - o silêncio, o respeito que nos inspira segurança perante a representação das figuras marcantes da nossa história e vivência cristã.

Assistimos à missa celebrada pelo Padre António e mais dois sacerdotes, onde alimentámos o espírito. No final eram, claro, horas de almoço... que o digam as barquinhas das nossas crianças!...De imediato seguimos rumo ao piquenique.

Em grupo, descobrimos um

espaço onde pudemos almoçar, conviver e refletir. Entretanto, as nossas crianças, que vão fazer a primeira comunhão em abril, confessaram-se - o Padre António confessou ali mesmo, ao ar livre, sob as árvores, evocando a Bíblia, o que se traduziu, sem dúvida, numa bonita e marcante forma de as crianças se confessarem pela primeira vez.

As catequistas entregaram, então, aos meninos, um envelope com uma nota explicativa da história e origem do lugar sagrado que estávamos a visitar, ponto de partida para um pequeno trabalho educativo feito em grupo, para melhor assimilar a informação.

Ainda tivemos tempo para mais uma ida ao Santuário,



culminando com uma breve visita à Igreja de Nossa Senhora do Rosário...e foi logo depois que as condições atmosféricas deixaram de dar tréguas e a chuva começou a cair...nada que assustasse e que uma corridinha não tenha resolvido. Era hora de regressar e, assim, de forma aben-

çoada, a nossa peregrinação estava a chegar ao fim... regressámos verdadeiramente preenchidos e as nossas crianças felizes e mais ricas e preparadas para a nova etapa em Cristo que vão iniciar.

Um grande bem-haja a todos.

## Cantinho do EPS

(Preparado por Ana Paula Bento)



### A aranha

À janela, a velha tecelã fiava ininterruptamente. De vez em quando levantava os olhos para observar alguém que passava, ou as crianças que brincavam com uma bola ou um cão. A velha tecelã gostava particularmente de crianças e de animas. As rugas no seu rosto mostravam que os anos não lhe tinham sido leves, não deixando ao mesmo tempo de ter uma cara simpática, sempre com um sorriso ou com uma palavra doce para distribuir.

Movimentava-se pouco e falava muitas vezes sozinha; "Sozinha não, com Deus", costumava dizê-lo, tentando contrariar a ideia de quem pensava que já estava um bocadinho louca ao fim de tantos anos sozinha, por nunca ter casado por opção. "A minha família é a roca e o tear", dizia quando lhe perguntavam o porquê de tal escolha.

O que ninguém sabia é que quando ela tecia, a vida fluía. Era como se algo superior lhe tivesse destinado um papel fundamental na vida das pessoas. Nas poucas horas em que dormia, acordava com a sensação de que alguém lhe falava durante o sono. Nunca se apercebeu que Deus lhe respondia quando sonhava, apaziguavam-na aquelas conversas silenciosas, mas preocupava-se com o facto de ter uma vida que considerava já muito longa.

O tempo não pára. Os anos foram passando e a velha continuou a tecer. Começou por notar que os dedos das mãos estavam ligeiramente tortos e os olhos mais fracos. Nesse sábado, acordou cedo, como todos os outros dias na sua vida mas pela primeira vez não lhe apeteceu tecer. Sentiu-se cansada e fraca. Sentou-se na velha "senhorinha" de fundo vermelho, estampada com flores de todas as cores já poída de tanto uso e fechou os olhos, como quem descansa. Quando os abriu reparou que a sua casa tinha desaparecido.

Pensou que se encontrava num chão branco e fofo "Algodão"? - pensou. Olhou à sua volta e só viu o céu azul e o chão branco. Virou o olhar até ver o sol, que gentilmente lhe transmitiu uma ligeira sensação de calor no corpo todo. Levou a mão aos olhos formando uma espécie de pala. Ao ver tal paisagem, susteve a respiração por segundos e suspirou ao mesmo tempo que, estupefacta com a cor do azul, pensou "Meu Deus!". Simultaneamente uma luz se despejou do sol e avançou, imobilizando-se à sua frente.

"Olá, sê bem-vinda, tecelã" - ouviu na sua mente. Uma voz grave e cava soou à sua volta. Mais uma vez, inundando-a de paz e calma; "A tua vida terrena acabou tal como a conhecias. Todos os novelos que terminaste, todos os nós que desataste, todo o linho que fiaste, correspondem à vida das pessoas de quem gostaste e com quem te preocupaste." Receosa, a velha tecelã encolheu-se ligeiramente: "É este o fim?" - questionou-se. "A partir de hoje viverás em todos os seres que tecem, humanos ou animais. Não tenhas receio, tecelã, tiveste uma vida longa e boa. Chegou a altura de descansares".

A tecelã ouviu com atenção e silenciosamente sorriu. A luz ficou mais brilhante, como se sorrisse também. Esmoreceu e desapareceu como que engolida pelo próprio sol. Tornou-se a sentar-se, a velha tecelã, na velha senhorinha e viu-se rodeada por todos aqueles que tinha "partido" antes dela. Serenou e saboreou cada segundo do feliz encontro.

Ao fim da tarde desse sábado, a vizinha bateu mais uma vez na porta da casa da velha tecelã. Estranhou, tanto silêncio, a ausência de resposta. Resolveu espreitar pela janela e viu a tecelã sentada na velha cadeira, como quem dorme. Bateu na janela e preocupada pela falta de movimento, gritou: "Ajuda, ajuda por favor..." Rapidamente se juntaram várias pessoas à porta. Através de uma janela das traseiras, alguém entrou, abrindo a porta da frente. Toda a gente entrou de rompante. O inevitável foi confirmado.

"Parece que está a dormir!", comentaram uns, "Coitada" diziam outros, "Está em paz!" constatavam alguns.

A tecelã observava toda a azáfama que acontecia naquela que tinha sido a sua casa, e mais uma vez sorriu. A páginas tantas, o sorriso alargou ao reparar na pequena aranha que, no canto do quintal que um dia tinha sido seu, se preparava para tecer a sua teia. Calmamente ...como se tivesse todo o tempo do mundo.

### Agradecimento Irmã Isabel

No passado dia 13 do corrente mês, tivemos a visita da Irmã Isabel e do Sr. Padre Milheiro da Fraternidade Missionária de Cristo-Jovem. Esta visita anual tem como objectivo principal o trazer esperança a quem a perdeu. Apesar da avançada idade quer a Irmã Isabel quer o Sr. Padre trazem palavras de esperança e também algumas lembranças, colocam-se à disposição dos reclusos para com eles se corresponderem.

Sentimos que é com imenso carinho e sacrifício pessoal que o fazem.

Em nome dos reclusos e em nome da Direcção do Estabelecimento Prisional o nosso muito OBRIGADO.

A técnica responsável pelo projecto  
Cláudia Poeta





## Sofrimento de Mãe

Rui Órfão

No passado dia 29 de março, ao participar na Via Sacra realizada no salão da igreja de S. Miguel, ao ver a personagem de Maria, não pude deixar de pensar no Seu sofrimento, na Sua dor, nas Suas lágrimas a escorrer pelo Seu rosto ao ver o Seu Filho ser acusado injustamente e condenado à morte como um qualquer criminoso. Transporte estes momentos de sofrimento, para a sociedade em que vivemos hoje, quantas mães não sofrem, por lhes serem retirados os filhos por homens e mulheres sem escrúpulos, que não se importam com a dor, com o choro, com o sofrimento que vão provocar, mas só olham ao din-

heiro que podem ganhar, ou simplesmente ao prazer em praticar o mal, realizar as suas fantasias macabras.

Vêm os seus filhos ainda adolescentes serem recrutados para guerras feitas por adultos, entregam-lhes uma arma como se fosse um brinquedo, que não sabem manejar e quanto é perigoso, enviam-nos para o campo de batalha, ordenam-lhes que matem homens, mulheres e meninos da sua idade, e nem lhes explicam que eles próprios podem ser mortos.

Acredito que muitas vezes, estes meninos não sabem o que estão ali a fazer. Porque não são como os da maioria

da sua idade? Porque não frequentam a escola? Porque não brincam, não convivem com outros? Porque foram retirados do aconchego, do amor, da casa, da sua família? Porque têm que crescer tão depressa? Ninguém lhes dá uma explicação.

Ainda há dias vi uma reportagem na tv sobre um caso que se passou no nosso país, como sofre aquela mãe, a quem lhe raptaram o filho, não sabe se está vivo ou morto. Que sofrimento meu Deus uma mãe viver nesta escuridão, sem saber o que aconteceu ao seu filho, e quem praticou este crime, foi condenado sem dizer verda-

deiramente o que se passou, para onde o levaram e o que fizeram com ele, daqui a uns tempos é libertado por bom comportamento.

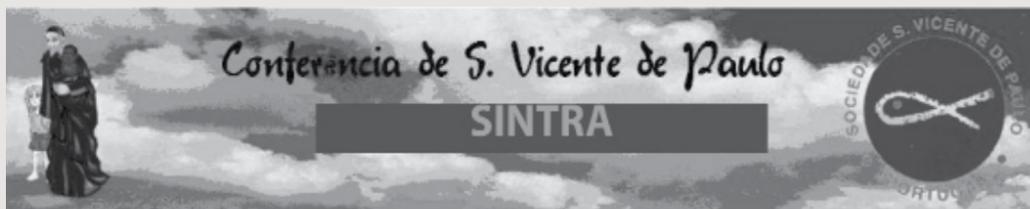
Meu Deus com deves sofrer com estas atrocidades feitas aos mais pequenos, a crianças indefesas, pelos pilatos, soldados romanos e doutores da lei da sociedade a que pertencemos.

Meu Deus peço-te que não desistas, se já os venceste uma vez, vais tornar a vencê-los, porque és Corajoso, Forte, Bondoso, e tens o maior



tesouro do Mundo que vence qualquer mal, o Teu imenso Amor por nós.

Peço-te que enxugues as lágrimas, que escorrem pelo rosto das Mães que sofrem, que as abrace com os Teus longos braços para as consolares, que lhes alivie a dor, a saudade que sentem nos seus corações.



Por Rui Pereira

### É A CRISE!!!...

Ouvimos a todo o momento esta expressão, como que justificando quase tudo o que acontece.

Todos sabemos que estamos em crise e que as suas consequências são muitíssimo preocupantes, como a importante redução do rendimento disponível, o aumento avassalador do desemprego, as muitas famílias a passarem dificuldades, etc., etc., etc..

É natural que neste quadro social a ajuda da Conferência de São Vicente de Paulo seja muito solicitada. Com efeito, nos últimos tempos têm-nos chegado com muita frequência pedidos de auxílio, a que temos procurado responder no âmbito da nossa actividade, atentos aos nossos princípios e às nossas capacidades pessoais e materiais.

Para dar esta resposta, contamos com os nossos vicentinos e colaboradores que generosamente oferecem o seu tempo e os seus talentos em prol do bem do próximo. E temos de socorrer-nos de recursos financeiros que são obtidos de diversas formas, nomeadamente, peditórios e colectas, organização de eventos, alguns apoios institucionais, donativos particulares pontuais ou regulares.

É precisamente para obter os meios materiais necessários a uma resposta mais alargada às crescentes solicitações que temos em curso uma **CAMPANHA DE ANGARIAÇÃO DE NOVOS BENFEITORES** que (apesar da crise, com ela e por causa dela!) desejem estar connosco na ajuda aos mais necessitados.

Para tal, basta efectuar a sua contribuição através de uma **quota** regular, entregue pessoalmente ou por transferência bancária. A adesão pode ser realizada por meio do preenchimento da **Ficha de Benfeitor**, disponível nos cartórios das nossas Igrejas e na página da internet da Unidade Pastoral de Sintra, onde estarão mais explicações sobre esta campanha (procurar "Conferência de São Vicente de Paulo" no separador "Grupos/Movimentos").

Qualquer importância é bem-vinda.

*Cada um dê conforme determinou em seu coração, não com pesar ou por obrigação, pois Deus ama a quem dá com alegria. (2 Cor 9, 7)*

**BEM-HAJA PELA SUA GENEROSIDADE!**



Rua João de Deus, 86/92  
Sintra  
Tel: 219231386

**Especialidades:**  
*Carnes e Peixes Frescos,  
diariamente na grelha*  
**Às Quintas Feiras:**  
*Cozido à Portuguesa e Polvo  
à Lagareiro*  
**Aos Domingos:**  
*Cozido à Portuguesa e  
Cabrito à Padeiro*



### Microgeração

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

[www.sintra2001.pt](http://www.sintra2001.pt) - [info@sintra2001.pt](mailto: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



**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](http://www.mafep.pt)



## Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

### Osteoartrose

**A** osteoartrose é uma doença reumatismal muito frequente, de progressão lenta, que é causada pelo desgaste da cartilagem da articulação. Incide especialmente em idosos, em pessoas com excesso de peso e mais no sexo feminino, assim como existe uma tendência naqueles cujos familiares sofreram desta patologia. Também pode surgir em trabalhadores que executam trabalhos repetidos com os membros superiores, por exemplo, durante a sua vida laboral. É uma das grandes causas de invalidez em pessoas com mais de 65 anos.

O desgaste da cartilagem pode, eventualmente, conduzir a alterações nos ossos causando-lhes deformidades, ou osteófitos, os chamados

bicos de papagaio. Uma articulação afectada tende a aumentar de volume devido ao crescimento ósseo junto à cartilagem doente. A cartilagem articular é um tecido conjuntivo elástico, que é alimentada pelo líquido sinovial, um líquido viscoso que contribui para lubrificar a articulação, facilitando os movimentos.

#### Sintomas

O sintoma mais frequente é a dor articular. Pode agravar-se após um período de repouso, como é o caso do levantar da cama pela manhã, ou pela sesta, ou até o simples levantar da cadeira após uma refeição, por exemplo, nos casos mais graves. A limitação dos movimentos e a rigidez são também sinais ou sintomas que demonstram a presença da doença, que se

manifestam, por exemplo, na dificuldade na marcha, ou na dificuldade na execução de simples actividades da vida diária.

No diagnóstico, o exame radiológico pode revelar redução do espaço entre os ossos que indica desgaste da cartilagem, dado que a cartilagem não é visível nos raios X, ou pode revelar também a presença de aumento de calcificação no osso junto à cartilagem. A Ressonância Magnética possibilita a visualização de todas as estruturas das articulações, o estado dos ligamentos e das cartilagens. A Tac pode dar informação mais pormenorizada sobre as estruturas ósseas. O estudo do líquido sinovial, através da aspiração, com uma seringa, geralmente, não fornece indi-

cações especiais e concretas e, por isso, raramente é realizado.

#### Prevenção e tratamento

Na prevenção é fundamental atingir-se o peso ideal, pois o excesso de peso é prejudicial, especialmente, para as articulações da coluna e membros inferiores. Deve tentar-se alterar o estilo de vida, apontando-se para uma vida saudável, executando-se exercício regular, no sentido de ajudar a fortalecer os músculos, estimulando-se assim o crescimento da cartilagem. O exercício físico pode ajudar a recuperar alguma da mobilidade perdida. O mais indicado é o aeróbico de baixo impacto como andar de bicicleta, nadar, ou andar a pé em piso liso ou plano.

Os suplementos dietéticos



glucosamina e condroitina podem ser benéficos para a cartilagem, e os analgésicos e anti-inflamatórios aliviam as dores. Caso o processo se agrave, está indicada a cirurgia, geralmente substituindo-se a articulação doente por uma prótese, (artroplastia total) como no joelho, ou na anca, tratamento cirúrgico que dá um excelente alívio da dor, trazendo mobilidade à articulação. No entanto, estas próteses têm uma duração limitada de 15 a 20 anos, pelo que são reservadas de preferência para adultos idosos.



## Nutrição

Elsa Tristão, Nutricionista

### Poupe na Saúde e no bolso - 1.ª de 2 partes

**Numa altura em que tanta gente está a passar por dificuldades financeiras, é urgente que as pessoas sejam informadas de como poupar na sua saúde, gastando o menos dinheiro possível. Por isso é importante rever as práticas alimentares para evitar desperdícios de todo o género.**



**C**ada vez mais são as ocasiões em que aparecem nutricionistas na comunicação social a partilharem sugestões e receitas que permitem comer melhor por menos dinheiro.

Uma das últimas notícias que me surge na memória referia que o INE (Instituto Nacional de Estatística) apontava para uma diminuição significativa no consumo

de géneros alimentícios. Na realidade, muitos desses alimentos referidos são alimentos prejudiciais à saúde e não faz mal nenhum a redução do seu consumo. Talvez faça mal à economia... Alimentos esses, entre os quais, os refrigerantes, as bolachas e biscoitos, os cereais de pequeno almoço ricos em açúcares, e os alimentos pré-preparados, etc.

Fiquei chocada quando uma das entrevistadas referia que infelizmente andava a alimentar-se pior porque tinha que optar preferivelmente pela carne de frango e de peru por serem mais baratas e que invariavelmente comia mais fritos!!! Agora pergunto Porquê??? Porque é que come pior? Porque come mais fritos ou porque deixou de comer carne de porco, vaca e enchidos? Ou porque deixou de poder comprar os sumos e refrigerantes e o pão "plástico" embalado ou os "pseudo" cereais de pequeno almoço ricos em chocolate e açúcares, e agora só pode comprar pão?

Tive vontade de ter direito de antena e alertar: "Minha senhora ainda bem que deixou estes alimentos supérfluos de lado, e que ainda pode comer e optar pela carne mais magra (frango e peru). Contudo, seria melhor grelhar os bifeiros em vez de os fritar. Assim, evita gastar tanto dinheiro em óleo e margarina para fritá-los. Grelhar não necessita de gordura e poupa mais um bocadinho!!! Certo?"

E o peixe congelado? Tão bom nutricionalmente como o fresco. Pode optar por estufá-lo com pouco azeite (assim evita gastar mais pela quantidade, uma vez que o azeite está caro) e até pode juntar uns legumes congelados (tão bons nutricionalmente quanto os frescos!). Mas afinal, é assim tão caro comer bem para evitar o desenvolvimento de doenças, ou a Ignorância é que é muita!!! Lamento ser tão directa mas creio que aqui a culpa é do povo que não gosta de ouvir o que muitas vezes os técnicos de saúde recomendam. Na realidade, como em quase tudo, a culpa e a responsabilidade é sempre mútua. Talvez os técnicos de saúde não saibam passar

a mensagem correcta de uma forma simples e prática. Espero humildemente que as minhas sugestões mesmo que repetitivas, possam ser úteis a todos os que lêem este jornal e que possam ser difundidas junto da família e amigos:

- Tenha a sopa num lugar de destaque na sua ementa diária.

Até há alguns anos atrás, a sopa era obrigatória na mesa dos portugueses. De tal modo era importante que, quando alguém referia a ementa do almoço ou do jantar, quase sempre falava da sopa e do "resto", termo que conferia à sopa o papel principal.

(Continua no próximo número)



**Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores**

Recta da Granja, Lota 6  
2725-116 Algueirão

Tel: 219265110 Fax: 219265119  
www.estoresbandarra.com



## Apresentação do Livro "Véu de Morte numa noite de Luar"

Rui Antunes



Se algo me captou a atenção quando me propuserem o trabalho de Leigo da Consolata em Moçambique, foi a destinação que me deram, Guiúá.

Já tinha conhecimento da sua história e do ataque que foi feito à missão onde mataram as 12 famílias que ali se encontravam a frequentar o curso de formação. Um nervosismo miudinho apoderou-se de mim. Bem que sabia da paz que já havia há mais de 15 anos, no entanto uma pessoa pensa sempre no que se passou lá. Ao viver com esta comunidade durante dois anos deu para entender a sua história e o testemunho que este martírio provocou na igreja católica, mais concretamente na diocese de Inhambane, uma diocese com cerca de 800 km de extensão. Da autoria do P. Diamantino Antunes, com quem eu e a Diana fizemos comunidade e trabalhámos durante dois anos, este livro que narra os acontecimentos do martírio são um testemunho forte de fé e são uma riqueza para quem o lê. As atrocidades existiram mas a fé esteve preservante até ao fim e, o que destaco enquanto cidadão do Guiúá é o respeito

e devoção que existe na população por aqueles que deram a vida. Este livro é bem revelador disso.

O Centro de Promoção Humana do Guiúá realiza anualmente um curso de formação para animadores de comunidades. Este curso que tem a duração de um ano letivo reúne famílias de diversos pontos de Moçambique que ao frequentar o mesmo instalam a sua residência na missão, nas pequenas casas existentes para o efeito. Apesar do perigo que havia de morte e dos ataques existentes, foram as próprias comunidades a solicitar o reinício do curso interrompido pela guerra. Assim, o bispo de Inhambane, decretou o reinício das atividades do centro com o curso. As famílias eram selecionadas pelas várias comunidades e por elas eram enviadas para frequentar este curso. E foi na noite em que estas famílias chegaram que houve o ataque à missão pelos rebeldes da Renamo.

O Bispo do Porto, D. Manuel Clemente, destaca no prefácio o testemunho vivo de fé que esta famílias deram. Eu, destaco a fé, que os levou a aceitar esta missão mesmo sabendo do perigo e mesmo assim ficaram firmes.

O processo de canonização já deu os primeiros passos, aguardando neste momento a designação do postulador para avançar. A população do Guiúá e da Diocese de Inhambane já os tornou santos e o próprio bispo já elevou a capela e a zona envolvente do cemitério dos mártires do Guiúá de Santuário de Maria, Rainha dos Mártires.

Para o adquirir, podem solicitar aos Leigos Missionários da Consolata através da sua associação adGENTES pelo email [geral@adgentes.org.pt](mailto:geral@adgentes.org.pt)

Este livro é para todos uma leitura aconselhada para melhor compreendermos a fé que nos guia e um testemunho de vida. Não deixem de o ler.

"As pegadas na areia do tempo não são deixadas por quem fica sentado."

"Ninguém experimenta a profundidade de um rio com os dois pés."

"Nunca são esquecidas as lições aprendidas na dor."

Provérbio Macua

0,5% de IRS  
=  
100% Sorrisos

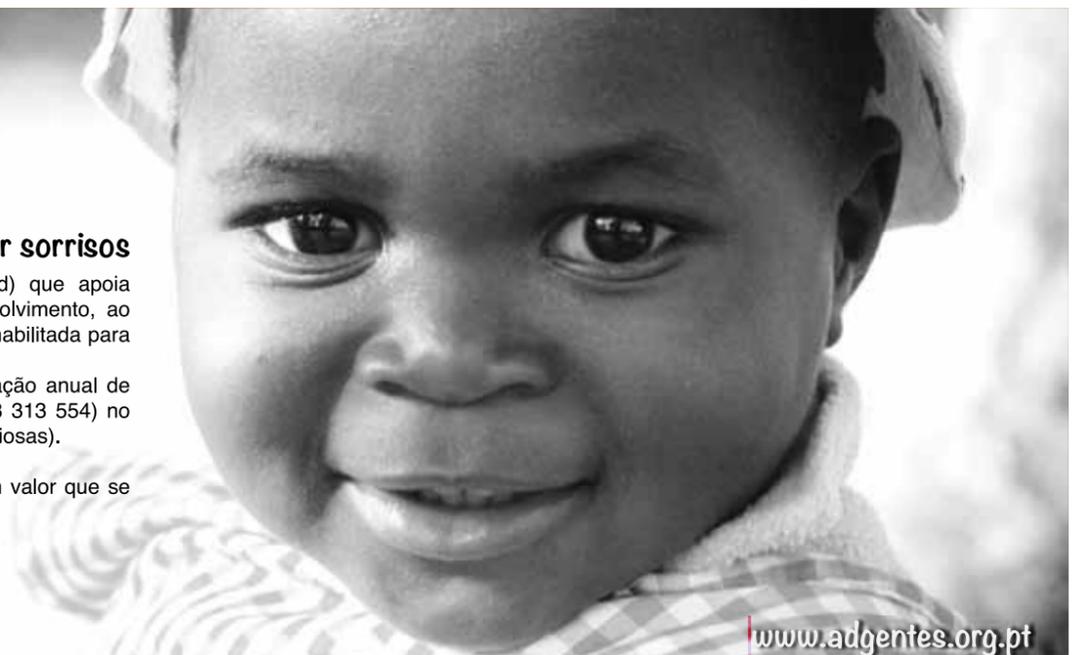
### O seu IRS pode ajudar a criar sorrisos

A adGENTES, como associação (ongd) que apoia projetos de cooperação para o desenvolvimento, ao abrigo da lei do mecenato, encontra-se habilitada para receber donativos provenientes do IRS.

Assim, quando preencher a sua declaração anual de IRS, coloque o NIF da adGENTES (508 313 554) no quadro 9 do ANEXO H (Instituições Religiosas).

Estes 0,5 por cento correspondem a um valor que se não for doado reverte para o Estado!

**Colabore!**



[www.adgentes.org.pt](http://www.adgentes.org.pt)

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

**COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

**D.PIPAS**

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



## Foto Comentário

Guilherme Duarte

Avenida Heliodoro Salgado,  
uma zona nobre com muito pouca nobreza



Quando há uns anos atrás o executivo camarário de então decidiu transformar a Avenida Heliodoro Salgado numa área exclusivamente pedonal, havia a intenção de fazer dela a zona nobre do Bairro da Estefânia, com esplanadas, com lojas atraentes, modernas e de qualidade, com animação e muito movimento. Foi assim que os responsáveis camarários da época, e os sintrenses, sonharam aquele local. Era um sonho bonito, temos que concordar. Um sonho perfeitamente executável se tivesse sido bem planeado e ainda melhor executado. Infelizmente não foi isso que aconteceu.

O piso, em lajes de granito, não era, e não é, o mais apropriado, (é opinião quase unânime que a calçada portuguesa teria sido uma escolha muito mais acertada), a proliferação de lojas chinesas também não ajudou a melhorar a qualidade e a diversidade da oferta e a permissividade das autoridades ao não punir de-

vidamente a circulação indevida de veículos naquele local deram a machadada final nas boas intenções que estiveram na base da requalificação daquela rua, que muitas vezes mais parece um parque de estacionamento automóvel que outra coisa.

Como se não bastassem já estas anormalidades, a zona, que se pretendia nobre, perdeu toda a nobreza que lhe restava quando ali colocaram, mesmo no centro da via, bem visível aos olhos de todos, uns quantos contentores de lixo e mais recentemente, também um armário para recolha de roupas usadas. É um quadro feio e desagradável aquele com que os utentes dessa rua se deparam quando por ali circulam. É verdade que os comerciantes e moradores da zona precisam de um local onde possam depositar o lixo mas não é menos verdade que o tipo de contentores e o local onde foram instalados não é o mais aconselhado. Eu tenho por hábito, quanto criti-

co alguma coisa, ter uma solução alternativa para sugerir. Neste caso tenho que confessar que para além de enterrar esses contentores eu não tenho em mente uma solução óbvia para apresentar mas tenho uma certeza, que o que ali está actualmente é degradante, não prestigia o bairro da Estefânia e envergonha os sintrenses, mas tenho também a certeza que existem na Câmara pessoas competentes e capazes de encontrar uma solução satisfatória para todos os interessados no embelezamento e dignificação de Sintra.

Se quisermos que a Avenida Heliodoro Salgado venha finalmente a ser o espaço nobre que se deseja temos que tirar de lá tudo o que a emporcalha e assumir definitivamente que aquela é uma zona exclusivamente pedonal, senão mais vale tirar daí o sentido e voltar à fórmula antiga porque tal como está, a segurança dos peões não está assegurada. Muito pelo contrário.

Vamos de uma vez por todas transformar a rua pedonal na zona nobre que se pretendia e que sempre deveria ter sido. Senhores autarcas pensem nisso ou arriscam-se a levar com a "Grândola Vila Morena", lembram-se? aquela canção, agora recuperada da arca das velharias, com que em 1975, nos tempos loucos do PREC, o PCP tentou embalar o povo português enquanto se preparava para lhe impor uma nova e brutal ditadura para substituir a ditadura do Estado Novo então acabada de derrubar.

NOTA; Ultimamente tenho vindo a constatar que a Polícia Municipal tem vindo a actuar com alguma eficácia contra o estacionamento abusivo de viaturas na Heliodoro Salgado. Os resultados, pelo que me tenho apercebido, têm sido positivos. Esperemos que a fiscalização não abandone e que se acabe de vez com os abusos. As leis e as regras são para se cumprirem por todos, sem excepção. ■



## Poesia

Guilherme Duarte

### Sintra, terra de lendas

*Em cada recanto, uma lenda.  
Em cada lenda uma moura,  
Normalmente uma princesa  
Tomada pela paixão  
Por um cavaleiro cristão,  
Um garboso cavaleiro  
Também ele enamorado,  
Conquistador conquistado  
Pela beleza serena  
Da princesa sarracena  
Do reino do inimigo.*

*Diz a lenda que um dia  
Enquanto a luta decorria  
Junto às muralhas do castelo,  
Uma formosa princesa  
Assiste da sua janela  
À luta dura e mortífera  
Com o coração apertado.  
Porque no calor da batalha  
A lutar contra os cristãos  
Está seu pai, velho guerreiro,  
Valente, mas já cansado,  
A comandar a moirama.*

*De repente a bela moura  
Repara num cavaleiro  
Do exército inimigo  
Que de armadura a brilhar  
Aos raios do sol abrasador,  
Monta com garbo e valor  
O seu corcel veloz  
Que ao mando da sua voz  
Investe forte e sem medo  
Contra o horda muçulmana.  
O cavaleiro cristão  
De espada em riste na mão  
Defende-se com galhardia  
E derruba, um a um  
Os inimigos ferozes  
Que lhe aparecem na frente.  
Fascinada com a coragem  
Do valente cavaleiro  
A bela princesa moura  
Fica logo apaixonada  
Por aquele jovem guerreiro  
Que no calor da guerra dura  
Fixa os olhos no castelo  
E vê na ameia mais alta  
A figura delicada  
De uma jovem encantadora.  
Perante tão bela visão  
De imediato o cristão  
Se apaixonou loucamente  
Pela jovem e bela moura.*

*Baixa a guarda por instantes  
Mas sente de imediato  
Uma espada a trespassá-lo  
E cai no chão inanimado.  
Do alto da fortaleza  
Soa um grito lancinante  
Que faz parar a peleja.  
O pai da bela princesa  
Que já tinha reparado  
Que os olhos da filha que-rida*

*Seguiam o jovem cristão  
Percebe de imediato  
O que se está a passar  
No coração da princesa.  
Manda recolher o jovem  
E que o levem para o castelo  
Para poder ser assistido  
Pela mais bela enfermeira  
Que ele podia desejar.*

*Por acordo, os comandantes  
Dos batalhões em confronto  
Mandam parar a batalha  
E que se façam logo tréguas  
Para que os dois exércitos  
Percorram o campo da luta  
Para recolher os seus feridos  
Que numa perfeita harmonia  
São tratados em conjunto  
No interior do castelo.*

*As tréguas eternizaram-se  
E alguns meses mais tarde  
A bela princesa moura  
E o cavaleiro cristão  
Consagram a sua união  
Através do casamento.  
Há uma festa de arromba  
Que junta mouros e cristãos*

*Diz a lenda que o casal  
Viveu feliz para sempre  
E que os mouros e os cristãos  
Se tornaram bons amigos  
Convivendo como irmãos*



RuiAntunes.net

design gráfico // webdesign // publicidade

www.ruiantunes.net



Rua 1º Dezembro, nº3/5  
2710-497 Sintra

Tel.: 219 235 679

e-mail:  
cafedanatalia@sapo.pt

www.cafedanatalia.com

SEMANA SANTA E PÁSCOA na nossa UPS Guilherme Duarte

# Cruz Alta



## Domingo de Ramos



Uma vez mais a Unidade Pastoral de Sintra celebrou a Semana Santa com a solenidade que os importantes acontecimentos que são narrados e meditados nesta quadra, amplamente justificam. A Semana Santa é também conhecida entre os católicos como a Semana Maior precisamente porque recorda os momentos mais marcantes do cristianismo: a Paixão, Crucifixão, Morte e Ressurreição de Jesus Cristo, Nosso Senhor.

### DOMINGO DE RAMOS

As celebrações da Semana Santa na nossa UPS iniciaram-se, tal com acontece em todo o mundo cristão, em Domingo de Ramos com a recriação da entrada triunfal de Jesus em Jerusalém aclamado por uma multidão entusiasmada que, estranhamente, dias mais tarde iria exigir a sua morte na cruz. Nas igrejas de S. Pedro de Sintra, S. Martinho e S. Miguel as Eucaristias desse dia foram precedidas pela bênção dos ramos e por procissões que decorreram ao som de cânticos e hossanas de louvor a Jesus. Foi assim em festa que se iniciaram as celebrações da Semana Maior em todo o mundo cristão e também na nossa Unidade Pastoral.

### QUARTA-FEIRA SANTA

Realizou-se na igreja de S. Martinho uma celebração penitencial presidida pelo Sr. D. Joaquim Mendes, Bispo Auxiliar do Patriarcado de Lisboa. Foi uma excelente ocasião de os fiéis se reconciliarem com Deus, confessando com arrependimento as suas faltas com o propósito sincero de não voltar a pecar.

### QUINTA-FEIRA SANTA

A Ceia do Senhor foi recordada e celebrada na missa vespertina que como habitualmente se realizou na igreja de S. Pedro que também como vem sendo habitual esteve uma vez mais completamente lotada. Durante a Eucaristia realizou-se a cerimónia do Lava-Pés, uma lição de humildade que Jesus quis deixar aos homens quando na Última Ceia lavou os pés aos seus apóstolos. Após a Santa Missa o Santíssimo Sacramento foi conduzido em procissão até à capela de S. Lázaro onde esteve em adoração até às 24 horas desse dia.

## 5.ª Feira-Santa



## SEMANA SANTA

### SEXTA-FEIRA SANTA

O dia mais solene da Paixão do Senhor, o dia em que se recorda o seu ignóbil julgamento, condenação, crucifissão e morte, começou com a Oração das Laudes em S. Martinho. À tarde realizou-se um Cortejo Litúrgico que partiu da antiga capela da Misericórdia em direcção à igreja de S. Martinho onde se celebrou solenemente a Paixão do Senhor. À noite, devido às más condições atmosféricas não se realizou a tradicional Via Sacra entre a Correnteza e a igreja de S. Martinho tendo sido transferida para o salão da igreja de S. Miguel. Esta cerimónia contou com a participação de um número apreciável de fiéis que apesar do mau tempo não quiseram deixar de percorrer simbolicamente o percurso e meditar as incidências que Jesus sofreu no caminho que percorreu desde o Sinédrio até ao Calvário.



### 6.ª Feira-Santa - Via Sacra

### SÁBADO-SANTO

As cerimónias deste dia começaram uma vez mais em S. Martinho com a Oração de Laudes. Depois...depois chegou finalmente a Noite das Noites com a celebração da Vigília Pascal .a cerimónia litúrgica mais importante da nossa Igreja. A Vigília Pascal é dividida em quatro partes distintas,

I – A LITURGIA DA LUZ com a bênção do Lume Novo que simboliza o esplendor de Cristo Ressuscitado e que irá acender o Círio Pascal.

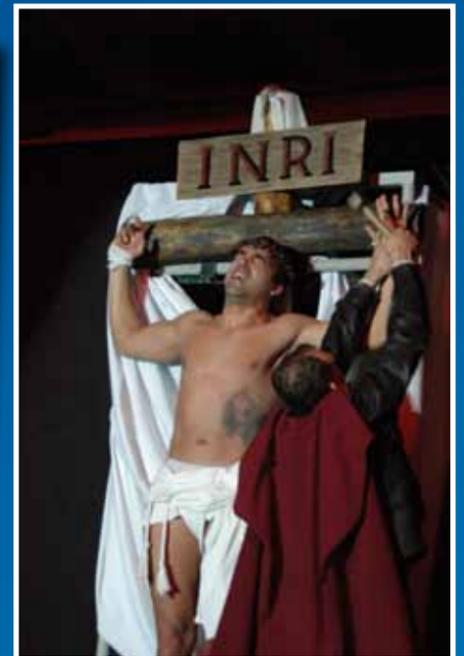
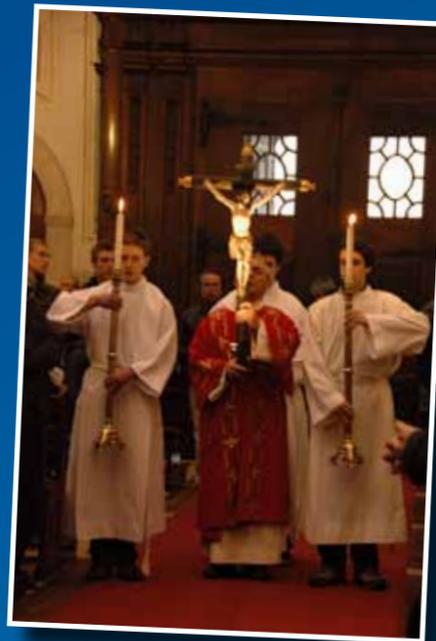
II – A LITURGIA DA PALAVRA onde se fazem sete leituras do Antigo Testamento entre salmos e orações.

III – A LITURGIA BAPTISMAL com o baptismo dos catecúmenos.

IV - A CELEBRAÇÃO EUCARÍSTICA para proclamar a glória de Cristo Ressuscitado.

Uma vez mais a igreja de S. Miguel foi pequena para acolher todos os fiéis que fizeram questão de ali se deslocar para celebrar com toda a solenidade a Ressurreição de Jesus.

Jesus Ressuscitou. É tempo de esperança e alegria. Aleluia! Aleluia!



### Vigília Pascal



## Reflexão

Migalha de Pó

Todos já ouvimos vezes sem conta que “a face de Deus não se contempla” ou “um dia veremos a face de Deus”. Desde bem pequena que as oiço. E ao meditar nestas frases e nas passagens do Livro Sagrado que o pronunciam e proclamam assalta-me a dúvida; Porque se afirma tal coisa? Claro que o que para nós simples mortais representa esta palavra – face – é um rosto, mas se nos elevarmos, será que não somos capazes de ver “A Face de Deus” nas nossas vidas?

Será que só sabemos olhar para o pó que pisamos e o chão que trilhamos sem nos atrevermos a levantar os olhos e OLHAR em volta e temos medo de perceber que esta Face de Deus está espelhada em tudo o que nos rodeia? Para mim, e daí reflectir e partilhar convosco, não contemplar a face de Deus não

faz sentido. Porque eu posso vê-Lo em todo o lado! Talvez não o Seu rosto (que não imagino como será) em sentido real, ou físico ou “palpável” se me permitem usar a expressão.

Mas num sentido figurado, tal como Jesus apresentou a realidade em parábolas aos homens de então. Quando olhamos um nascer do sol brilhante nas suas cores esplendorosas, numa paleta de cores que jamais pintor algum conseguiu copiar ou traduzir, quando ouvimos o cantar cristalino de um regato, de uma ribeira, que saltita entre pedras, ou olharmos a nossa serra e observarmos os pedregulhos que num equilíbrio que desafia todas as leis físicas que conhecemos lá se mantêm pelos séculos. Ou ainda quando olhamos a força de um mar tempestuoso ou manso e dócil a escorre-

gar pela areia, quando damos atenção à florinha grácil que na beira do caminho se impõe pela singeleza e simplicidade, quando olhamos um carvalho, uma faia, um pinheiro, um castanheiro que apumados e imponentes silenciosamente nos dão sombra e abrigam debaixo dos seus ramos. Ou quando deitados na relva nos chega às narinas aquela fragrância única da terra húmida e fértil, e sobre as nossas cabeças, bem lá no alto, num céu azul deslumbrante e inigualável correm brancas nuvens que até nos fazem lembrar animais, ou objectos e os embalam por devaneios tantas vezes infantis que nos acalmam e dão força para enfrentar a vida.

Digam-me...Essa não é a Face de Deus? Não é nessas expressões (ou manifestações) que nós Homens entendemos que Ele mostra

o “Seu rosto”? Não dizemos vezes sem conta (a maior parte das vezes sem pensar sequer) isto sim é obra do Senhor, ou aqui está a mão de Deus? Então e depois ouvimos a proclamação da escritura e deixamo-nos abater porque não O vemos? Quanta contradição nos nossos corações! Sim, não O vemos como é um rosto humano, mas vemo-Lo sempre que permitirmos que os nossos olhos da alma e do coração O vejam nas Suas mais simples ou complexas criações, em tudo aquilo que nos deu pelo Seu imenso e único amor de Pai.

Por isso da próxima vez que ouvirmos “a face de Deus não se contempla” ou “nunca ninguém O viu senão o Fi-



lho” tenhamos a coragem de abandonar a nossa condição de simples homens e elevemo-nos um pouco na Fé, deixemos que o Seu amor nos inunde e nos mostre que a Sua face (ainda que em sentido figurado) está em todo o lado, porque o Pai no seu amor perfeito jamais se afastaria dos Seus filhos amados e mostra-se aos que se atrevem a ver mais além e não ficarem ancorados na margem à espera de “um dia contemplar a face de Deus” literalmente.



**ESPERAMOS POR SI !**

**DÊ SANGUE! E REGISTE-SE COMO DADOR DE MEDULA ÓSSEA**

**DIA – 09 de Abril de 2013**

**Horário – das 15h00 às 19h00**

**LOCAL – ESCOLA SEC. STA. MARIA PORTELA DE SINTRA**

**O SEU GESTO FAZ A DIFERENÇA**

**OBRIGADO**

## Rotary Club de Sintra

Uma gota ...muitas vidas!



Como vem sendo habitual, o Rotary Club de Sintra vai promover mais uma **recolha de sangue** no próximo dia **14 de abril, entre as 9h00 e as 13h00, no Salão Paroquial da Iq. 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.



### ALMOÇO "JANELA"

**DOMINGO, 28 / 04 / 2013**

(a partir das 12H30)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

#### EMENTA

- ⇒ Entradas: Presunto, azeitonas e manteigas
- ⇒ **Sopa de legumes**
- ⇒ **JARDINEIRA DE VITELA**
- ⇒ **LOMBINHOS DE PESCADA COM ARROZ DE CENOURA**
- ⇒ Sobremesa: Bolos, doces, e frutas variadas
- ⇒ Café

**NÃO É PRECISA MARCAÇÃO.**

**A receita reverte a favor da Unidade Pastoral de Sintra**

A "Equipa Janela" deseja a todos um bom apetite e ótimo convívio!



# Acreditem

António Torrado | Cristina Malaquias  
Retirado da Internet, site: Histórias do dia



Era uma vez uma senhora que tinha três cães. Um era já velhote. Outro, assim assim. O terceiro era um cachorro ladino, que nunca estava quieto. Os três da mesma raça. Não me perguntem qual, porque nisso de marcas de cães e raças de automóveis - perdão! - de raças de cães e marcas de automóveis sou muito ignorante. O cão velho, deitado no capacho da entrada, vendo o mais novo a correr atrás de uma aranha, de uma borboleta, até da própria sombra, comentava para o cão do meio:

- Também já fui assim.
- Não acredito - latia o cachorrinho, sem deixar de correr. - Tu nunca brincaste.
- Brinquei, podes estar certo. E, às vezes, ainda me apetece. Se não me sentisse tão pesado, ainda te apanhava.
- Não acredito - insistia o

cachorrinho, de riso nos dentes muito brancos.

- Mas deves acreditar - aconselhou o cão do meio. - Nós que somos mais velhos, já fomos tão ligeiros como tu.
- Não acredito - teimava o cachorrinho, sempre a correr.
- Como é que havemos de convencê-lo que já passámos pela idade dele e que ele há-de chegar à nossa? - perguntou o cão do meio ao cão mais velho.
- Vai ser difícil - concluiu o cão velhote, sem se despegar do capacho.

A senhora, dona dos três cães, que toda esta conversa ouvira ou adivinhara, trouxe um álbum de fotografias, pois o cachorrinho no colo e mostrou-lhe:

- Este é o retrato do velho Piloto, quando ainda só comia sopinhas de leite. A fotografia está tremida, porque ele era um vivo demónio. Nunca se cansava de correr.

- Não acredito - protestava o cachorrinho, no colo da dona.

Páginas adiante, a senhora apontou outro cãozinho de grandes olhos brilhantes e orelhas espetadas:

- Este é o Xana, quando veio cá para casa, dentro de um cestinho. Era um brincalhão.
- Não acredito - esbraveja o cachorro, no colo da dona.

E sem querer saber de mais histórias antigas, o cãozinho soltou-se das mãos da dona e desatou a correr.

Não acreditava, não acreditava, não acreditava que aqueles dois cãozarrões sisudos, muito dignamente sentados nas patas traseiras, já tivessem sido como ele. Era mentira. Era impossível. Era um disparate. Não acreditava, pronto.

Mas, com o tempo, acabou por acreditar...

descobre as diferenças



## Sudoku - puzzle

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

## desenho para colorir





## É urgente regressar à Fé

Teresa Santiago

A cruz que trago ao peito, dia e noite, é o sinal da minha Fé no Amor Salvador com que Cristo me remiu. Olho para a cruz e penso neste Homem que está pregado nela, penso no Seu amor por mim, por nós. Não é verdade Jesus, que pelo Baptismo temos obrigação de Te seguir de um modo sério, coerente, exigente e evangélico? A Fé é uma vida, não uma teoria. Olhando para a cruz fico a pensar em alguns com responsabilidades na Igreja, frequentam os mandamentos mas seguem o "ioga" e falam de "mantras" e tudo o que encontram. Infelizmente alguns cristãos estão deixando a verdade, que é Jesus, a vida que é Jesus, para buscar as doutrinas e filosofias pagãs que vieram do Oriente. A loga é uma dessas práticas que muitos

cristãos acham que não tem nada de mal. Pelo contrário dizem que traz muita paz, muita harmonia, ajuda a pessoa a se concentrar, a se conhecer...Enfim, é uma coisa boa. Aparentemente sim. Tudo isso é real mas não posso deixar de denunciar que é uma das práticas para atrair muitos e retirar cristãos do caminho da verdade e da vida, que é Jesus. Pedro afirma-nos: "Esse Jesus, pedra angular que foi rejeitada por vós, edificadores, tornou-se a pedra angular. Em nenhum outro há Salvação porque debaixo do Céu nenhum outro nome foi dado aos homens, pelo qual devemos ser salvos." (AT 4, 11, 12). A Salvação não vem dos homens. A Salvação vem de Deus, mas quando o Filho de Deus desceu do Céu e nos

trouxe a verdade, esses caminhos perderam a razão de ser., Ele é a única verdade. O único caminho. Primeiro a loga é baseada numa filosofia pagã. Segundo, todos os exercícios levam pouco a pouco à prática de uma filosofia reencarnacionista. Muitas pessoas dizem que absorvem o que é bom dessas filosofias. Mas será que podemos retirar de um prato apetitoso apenas o que não está envenenado? Claro que não. Quantos cristãos depois de entrarem no chamado relaxamento muscular fizeram da filosofia hindu a sua prática e apagaram a chama do Baptismo. Uma das práticas da loga é o uso de "mantras". A pessoa repete certas sílabas para ela totalmente desconhecidas mas que na verdade são a manei-

ra de a cultura hindu entrar em contacto com os espíritos! A pergunta é, que espíritos são esses? É claro que não são de Deus. Agora podemos imaginar quando as pessoas os invocam. Esse veneno é muito subtil. Sem perceber parece que estão na maior paz, na melhor solução dos problemas, são muito eficientes, na realidade essas pessoas estão a ficar a grande distância de Jesus. Deus Nosso Senhor quer de nós uma decisão: a quem quereis servir? Ao único Deus verdadeiro ou a esses espíritos? Precisam conhecer a Jesus Cristo e ao Seu Evangelho. Precisam de ser resgatados pela única Redenção que vem da Cruz e da Ressurreição de Jesus, o Filho de Deus. Tenho ouvido algumas pessoas falar de loga e de "mantras" para obterem o que querem, isso fez-me ler sobre o assunto para perce-



ber a quem andam a seguir. Dou graças a Deus por saber dizer sim ou não sempre que foi preciso. Por graça de Deus sempre fiz as minhas opções de acordo com as minhas convicções. Que Deus me dê a graça da Fé, todos os dias da minha vida. Isto é a verdade da Fé, em nenhum outro há Salvação. Isto não é intolerância nem discriminação. É coerência com a verdade revelada. Por isso também a necessidade de alguns cristãos terem de expulsar do seu coração os antigos e novos ídolos, de se deixar purificar pelo Senhor.

### Intenções do Papa para Abril



#### FÉ CELEBRADA, FONTE DE VIDA

**P**ara que a celebração pública e orante da fé seja fonte de vida para os crentes.

#### IGREJAS, SINAL DE RESSURREIÇÃO

**P**ara que as Igrejas locais das zonas de missão sejam sinal e instrumento de esperança e de ressurreição.



### Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Técnica de  
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

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

Tel.: 21 923 00 98  
Fax: 21 910 90 45

## Calendário Litúrgico - Abril 2013 - Ano C

|            | Dia 7   | Dia 14   | Dia 21  | Dia 28   | PÁSCOA   |
|------------|---|--|---|--|--|
|            | 2.º Domingo da Páscoa   | 3.º Domingo da Páscoa  | 4.º Domingo da Páscoa   | 5.º Domingo da Páscoa  |  |
| Leitura I  | Actos 5, 12-16  | Actos 5, 27b-32.40b-41   | Actos 13, 14.43-52  | Actos 14, 21b-27   |  |
|            | «Cada vez mais gente aderiu ao Senhor pela fé, uma multidão de homens e mulheres» | «Somos testemunhas destes factos, nós e o Espírito Santo»                  | «Vamos voltar-nos para os pagãos»   | «Contaram à Igreja tudo o que Deus tinha feito com eles»         |  |
| Salmo      | Salmo 117, 2-4.22-24.25-27  | Salmo 29, 2.4-6.11-12a.13b   | Salmo 99, 2.4.5.6.11.12.13b   | Salmo 144, 8-13ab  |  |
|            | "Dai graças ao Senhor, porque Ele é bom, porque é eterna a sua misericórdia".     | "Eu vos louvarei, Senhor, porque me salvastes"                             | "Nós somos o povo de Deus, somos as ovelhas do seu rebanho."                      | "Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei." |  |
| Leitura II | Ap 1, 9-11a.12-13.17-19   | Ap 5, 11-14  | Ap 7, 9.14b-17  | Ap 21, 1-5a  |  |
|            | «Estive morto, mas eis-Me vivo pelos séculos dos séculos»                         | «Digno é o Cordeiro que foi imolado de receber o poder e a riqueza»        | «O Cordeiro será o seu pastor e os conduzirá às fontes da água viva»              | «Deus enxugará todas as lágrimas dos seus olhos»                 |  |
| Evangelho  | Jo 20, 19-31  | Jo 21, 1-14  | Jo 10, 14   | Jo 13, 31-33a.34-35  |  |
|            | «Oito dias depois, veio Jesus...»   | «Jesus aproximou-Se, tomou o pão e deu-lho, fazendo o mesmo com os peixes» | «Eu sou o bom pastor, diz o Senhor: conheço as minhas ovelhas e elas conhecem-Me» | «Dou-vos um mandamento novo: que vos ameis uns aos outros»       | Se Cristo não tivesse derramado o seu Sangue por nós, não teríamos qualquer esperança, o nosso destino e do mundo inteiro seria inevitavelmente a morte. Mas a Páscoa inverteu a tendência: a Ressurreição de Cristo é uma nova criação, como um enxerto que pode regenerar toda a planta. (Bento XVI) |



## Os Nossos Padres

P. António Ramires

### Ano da Fé, a Paz de Cristo e a Missão

**“Jesus disse-lhes de novo: ‘A paz esteja convosco. Como o Pai me enviou, assim também eu vos envio’” (Jo 20, 19).**

Para Jesus, como de resto a experiência da fé na história nos mostra, o envolvimento na missão da Igreja é que fortalece a fé, porque afasta o crente da incredulidade e da dúvida. Em ação pelo evangelho, o coração se empolga com as bênçãos que Jesus derrama nas obras da missão. Benção que começa com a paz que o próprio Salvador nos trouxe com a sua ressurreição, a mesma que afirmou aos discípulos no primeiro dia de Páscoa. Esta paz de Cristo que reconcilia o ser humano com Deus é que

oferece tudo o que o cristão necessita para fazer da sua vida uma grande empreitada missionária.

Paz não é apenas ausência de conflito. A paz de Cristo reconcilia e provoca uma enorme série de serviços em favor do projeto de Deus para a salvação da humanidade. A experiência da paz é poderosa para extrair do cristão o que ele tem de melhor dentro de si, e fazer com que tudo se ponha ao serviço do Reino.

A paz estabelece relações que encaminham o ser humano para a sua original vocação: filho amado de Deus e pleno de vida. Esta paz de Cristo tem uma participação passiva do ser humano, mas que se transforma numa relação ativa na medida em que



se põe ao serviço do próximo.

A paz com Deus torna-nos importantes: enviados por Deus em favor da vida. Isto é um privilégio maravilhoso, o qual jamais deveríamos rejeitar, mas torná-lo partilhado com os que não têm a paz de Cristo.

Desejo a todos a continuação de uma Santa Páscoa na Paz de Cristo. E que esta paz seja a prática da nossa vida em favor do próximo.



## Editorial

José Pedro Salema

### Um Novo Papa

Comovido, assisti à Celebração do novo Papa.

É que não gosto de estar sem Pastor, mesmo que seja por um período pequeno. E a expectativa do sucessor de Bento XVI fervilhava dentro de mim, como se fosse um dos discípulos de Emaús, a quem Deus segredava que já tinha encontrado um novo representante de Cristo na terra. E assim foi! Enquanto o Espírito Santo se encarregava de fazer o Seu trabalho, mais uma vez para meu bem, eu não consegui viver a Quaresma com aquela tranquilidade e entrega a que tanto me tinha predisposto.

Mas agora, passada que está a Caminhada sofrida com a cruz às costas, e que o

Calvário me mostrou a grandeza do meu Senhor, morrendo para que eu possa ter paciência, tranquilidade e paz. A Sua Paz!

Já temos Papa, já consigo sentir que, aqui na terra, porque a minha fé é pequenina, preciso muito de seguir o meu Pastor. Precisamente aquele que Deus Espírito Santo acaba de colocar no meu caminho.

Agora já volto a dormir descansado, com a certeza de que o Cristo ressuscitado ampara cada um dos meus passos, dando-me força e coragem para também conseguir levar a minha cruz com valentia. Até ELE, que está à minha espera!



## SERVIÇO LITÚRGICO

DE 7 A 28 DE ABRIL

### Dia 7 – Domingo II da Páscoa ou Divina Misericórdia

09:00 - Missa em Janas  
09:00 - Celebração da Palavra na Várzea  
09:00 - Celebração da Palavra em Manique  
09:30 - Missa em 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

### Dia 8 – Segunda-feira - Anunciação do Senhor

17:00 - Missa em Monte Santos

### 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

### Dia 10 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Miguel

### 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  
21:30 - Curso Bíblico - História da Igreja em S. Miguel

### 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  
21:30 - Catequese VATICANO II no Café de S. Miguel

### Dia 13 – 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 - Reunião de Pais dos participantes da Profissão de Fé

### Dia 14 - Domingo III da Páscoa

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 - 1ª Comunhão  
11:00 - Missa em S. Miguel  
12:00 - Missa no Linhó - 1ª Comunhão  
17:00 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Martinho

### Dia 15 – Segunda-feira

17:00 - Missa em Monte Santos

### 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  
21:00 - Grupo Nazaré em S. Miguel

### Dia 17 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Miguel  
21:30 - Reunião Geral de Catequistas - Aberto à Comunidade  
Presença P. Feytor Pinto

### 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 - História da Igreja em S. Miguel

### Dia 19 – Sexta-feira

09:00 - Missa em S. Miguel. Atendimento e Confissões  
15:00 - Missa no Lar Oitão  
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Pedro  
19:00 - Missa em S. Pedro  
21:30 - Catequese sobre VATICANO II em S. Miguel

### 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  
21:30 - Catequese do CREDO em S. Martinho

### Dia 21 - Domingo IV da Páscoa

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 - 1ª Comunhão  
12:00 - Missa no Linhó  
15:30 - Reunião Mensal do Grupo LIAM no Café de S. Miguel  
17:00 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Martinho

### Dia 22 – Segunda-feira

17:00 - Missa em Monte Santos

### 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  
21:00 - Grupo Nazaré em S. Miguel

### Dia 24 – Quarta-feira

17:30 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Miguel

### Dia 25 - Quinta-feira

**IV Encontro Vicarial da Catequese - Santuário de Nossa Senhora da Piedade - Almargem do Bispo**  
09:00 - Missa em S. Pedro. Atendimento e Confissões  
17:00 - Atendimento e Confissões em S. Martinho  
19:00 - Missa em S. Martinho

### 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 - Velada de Armas em S. Miguel  
21:30 - Catequese VATICANO II no Café de S. Miguel

### 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 - Promessa dos Escuteiros

### Dia 28 – Domingo V da Páscoa

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  
**ALMOÇO JANELA**  
17:00 - Missa em Monte Santos  
19:00 - Missa em S. Martinho



## Histórias de Cascos de Rolha

Vasco d'Avillez

### **Bacalhau à Brás**

Há dias atrás, durante um almoço, serviram-me um prato de Bacalhau à Brás. Estava muito bom e isso lembrou-me uma história que ouvi há muitos anos a 2 escritores portugueses, num jantar, no Porto, no Palácio da Bolsa e que contavam da seguinte forma:

Afonso de Albuquerque valente Governador da Índia e grande herói de Portugal, conquistador de Goa, de Malaca e de Ormuz, foi nomeado pelo Rei D. Manuel que tinha garantido que depois de nomear D. Francisco d'Almeida como Vice-Rei da Índia não nomearia outro Vice-Rei.

Afonso de Albuquerque foi um dos Governadores de maior sucesso do Século XVI, na Índia, pelas conquistas e pelas políticas sociais que implementou.

Casou com uma mulher do povo, rica por ser filha de negociantes de bacalhau. A alcunha dela era a «Bacalhoa».

Afonso de Albuquerque não teve filhos com esta sua mulher mas teve um filho de uma outra liga ção, que se chamou Brás de Albuquerque. Quando morreu, na Índia, pediu ao Rei D. Manuel I por carta, para tomar conta do filho, para o deixar herdar o nome, os títulos e a sua fortuna, o que o Rei fez mudando o nome deste menino para Afonso Brás de Albuquerque.

Afonso Brás de Albuquerque foi um homem bom e muito amigo dos pobres, a quem dava muito do seu dinheiro bem como dava ajuda e assistência. Quando morreu em 1580, os pobres pediram à Câmara de Lisboa que o lembrasse como benfeitor. A Câmara prometeu dar o seu nome a uma rua mas eles disseram que não pois poderia ser mudado um dia. Então propuseram-lhes uma estátua mas também não era isso o que queriam.

Ficou então assente que seria feito um prato com bacalhau que receberia o seu nome.

Desde aí sempre que pedimos e comemos Bacalhau à Brás estamos a homenagear o D. Brás de Albuquerque, e a lembrar que temos que continuar a olhar pelos pobres.



## **Agenda Cultural**

Guilherme Duarte

CENTRO CULTURAL OLGA CADAVAL

**DIA 5 DE ABRIL** - FREI HERMANO DA CÂMARA ( 50 ANOS A CANTAR A DEUS). No Auditório Jorge Sampaio às 22 horas . Preços: 20, 15 e 12 euros.

**DIA 6 DE ABRIL** – CRIANÇÓPOLIS – ( A CIDADE DOS QUE SÃO ADULTOS SÓ ÀS VEZES).No Pequeno Auditório às 16 horas. Preço 7,5 euros.

**DIA 19 DE ABRIL** – SHOW NICO - NICOLAU BREYNER – No Auditório Jorge Sampaio às 22 horas. Preços: 15 e 12 euros.

**DIA 21 DE ABRIL** – MATINÉ DANÇANTE – No Foyer Superior das 15 às 19 horas. Preço 4 euros, ( com direito a lanche).

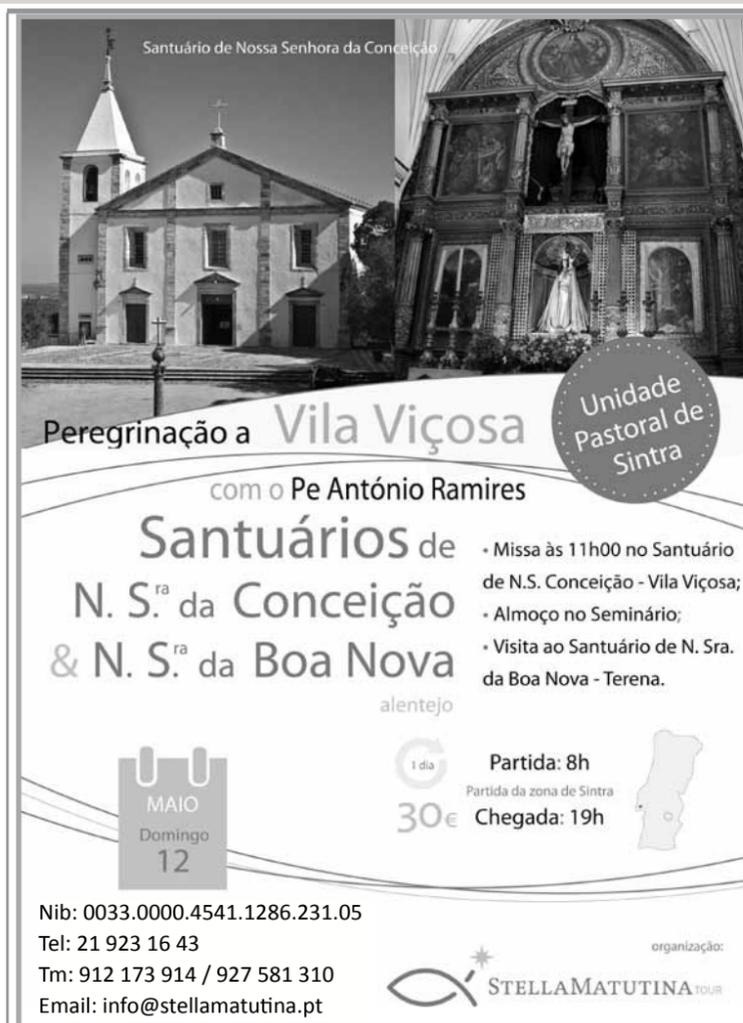
**DIA 21 DE ABRIL** – CONCERTO PARA BÉBÉS – ( SONS DOS ANJOS). No palco do Auditório Jorge Sampaio às 10 e às 11,30 horas. – Preços: Adulto + bebé até 47 meses: 17,5 euros. Mais de 47 meses 12,5 euros por pessoa.

**DIA 26 DE ABRIL** – MIGUEL GAMEIRO apresenta o novo disco “11 CANÇÕES” no Auditório Jorge Sampaio às 22 horas. Preços 17 e 12 euros.

**DIA 27 DE ABRIL** - CINEMA - “ARGO” no Pequeno Auditório às 21,30 horas. Preço 3 euros.

### **CONSELHOS DO MÊS**

Se puder visite alguns dos vários museus de que Sintra dispõe.



Santuário de Nossa Senhora da Conceição

Peregrinação a Vila Viçosa

com o Pe António Ramires

Santuários de N. S.<sup>ra</sup> da Conceição & N. S.<sup>ra</sup> da Boa Nova

alentejo

1 dia Partida: 8h  
30€ Partida da zona de Sintra  
Chegada: 19h

MAIO Domingo 12

Nib: 0033.0000.4541.1286.231.05  
Tel: 21 923 16 43  
Tm: 912 173 914 / 927 581 310  
Email: info@stellamatutina.pt

organização: STELLAMATUTINA.TOUR

Unidade Pastoral de Sintra



**ESPECIALIDADES DA FÁBRICA:**  
Queijadas - Travesseiros - 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





## HABEMUS PAPAM

Não tem sido fácil a vida da Igreja Católica nestes últimos tempos. Para sermos mais rigorosos temos mesmo que admitir que vida fácil foi algo que a Igreja de Cristo nunca conheceu ao longo da sua história de mais de dois mil anos em que teve desde o início que enfrentar inimigos poderosos e cruéis. Jesus foi crucificado por pregar o bem e o amor e denunciar a hipocrisia., Pedro teve o mesmo destino tal como alguns outros apóstolos. Os primeiros cristãos viram-se obrigados a esconderem-se em catacumbas para celebrar a sua Fé e foram perseguidos e lançados às feras em pleno Coliseu de Roma para gáudio de imperadores despóticos, tribunos e senadores desumanos e bestializados e do povaréu alarve. Com o fim do Império Romano não acabaram as perseguições aos cristãos. Foi a barbárie que veio a seguir, depois o poder político a querer mandar na Igreja e as famílias poderosas da época a salpicarem-na com a lama em que chafurdavam. O passar dos séculos e a civilização que se seguiu não calou os inimigos da Igreja Católica que são ainda muitos mas mais subtis nos seus métodos, mais venenosos e dissimulados e também mais encarniçados na tentativa de desacreditar e destruir o Catolicismo. Bem tentam os inimigos de Cristo afundar a barca da Fé que Ele pôs a navegar e cujo leme confiou aos homens para que a conduzam através dos quatro cantos do mundo levando consigo a boa nova do Evangelho. Nunca a barca de Cristo navegou em águas calmas mas com a ajuda de Deus, a inspiração do Espírito Santo e, seguindo fielmente a rota que Jesus traçou e ainda contando com a protecção maternal de Maria, sempre os diversos timoneiros que seguraram o lema da barca da Fé Cristã conseguiram superar ventos e tempestades por muito violentos que eles tivessem sido. Sempre assim foi e

sempre assim será até ao fim dos tempos. Ninguém conseguirá destruir a Igreja de Jesus, uma Igreja que foi temperada no sangue de Cristo e dos muitos cristãos que o seguiram e foram martirizados. A Igreja está habituada a sofrer...e a vencer.

Há algumas semanas atrás o mundo cristão, e não cristão, foi surpreendido com a notícia inesperada da resignação do Papa Bento XVI. Iniciou-se então um período de incerteza e sobretudo de enorme expectativa como acontece sempre que há uma situação de "Sede Vacante" no Vaticano. É um período em que tudo vale para fazer notícia e captar audiências ainda que para o conseguir se tenha que recorrer frequentemente à mentira, à especulação e a insinuações maldosas. Algumas víboras que por aí abundam aproveitaram a ocasião para destilar o seu veneno em doses ainda mais massivas e tentar intoxicar a opinião pública. O rigor informativo foi preterido em favor do espectáculo e do folclore. Voluntariamente ou não promoveu-se a confusão e tentou confundir-se os católicos.

Sibilinamente insinuou-se que o Papa teria sido traído por alguns dos cardeais que o rodeavam. A Cúria Romana foi uma vez mais apresentada como um antro de conspiradores ávidos de poder, mais preocupados com as vaidades terrenas do que com as coisas de Deus. A intriga ter-se-ia instalado nos corredores e jardins do Vaticano que foi descrito não como a sede e cérebro da Igreja mas como uma arena onde se digladiam homens ambiciosos numa intensa e dura luta para satisfação de interesses pessoais. Claro que não me atrevo a garantir a santidade de todos os elementos da Cúria e a negar peremptoriamente que não possam existir interesses escondidos nem que aqui e além não se alimentem algumas intrigas e pressões que pouco têm a ver com a Fé e o amor a Deus. Não sou ingénuo a esse ponto. Todos sabemos que a Igreja de Deus é servida por homens e não por anjos. Como seres humanos que são, esses homens estão longe de serem perfeitos, têm as suas fraquezas e estão sujeitos, como qualquer um de nós, a tentações que muitas vezes não conseguem superar. É que o homem dorme mas Satanás não.

Voltemos ao assunto desta reflexão, a eleição de um novo Pontífice para a nossa Igreja, um novo timoneiro que continuará, também ele, a en-

frentar um mar embravecido mas que conseguirá, para desespero de muitos, manter a nau a navegar em segurança e conduzir a barca de Cristo a porto seguro. Nestas ocasiões alguns ditos vaticanistas e muitos profissionais da comunicação social entretiverem-se, uma vez mais, a especular sobre os nomes que eles consideravam ter mais possibilidades de serem eleitos. Rotularam-se os cardeais considerados "papáveis" de conservadores, de progressistas e, imagine-se, alguns até de reaccionários. Felizmente estes "videntes" enganam-se frequentemente, como acontece geralmente a quem se dedica à "arte" da especulação. Por seu lado os cristãos, expectantes mas tranquilos, limitaram-se a rezar para que o Espírito Santo iluminasse os cardeais eleitores para escolherem o homem certo, para ocupar a cadeira de S. Pedro no tempo certo e uma vez mais o Espírito Santo trocou as voltas aos alegados especialistas nos assuntos do Vaticano. Um novo Papa foi eleito. Por "acaso" nenhum dos nomes que foram aventados insistentemente.

O que esperam os cristãos do seu novo Pontífice? Esperam sobretudo que seja um homem piedoso, senhor de uma Fé inabalável, como não podia deixar de ser, e que com o seu exemplo convide e incentive os cristãos a trilhar o caminho da santidade. Os cristãos, nestes tempos conturbados que se vivem no mundo, anseiam por um Papa solidário, corajoso, que faça ouvir bem alto a sua voz contra a opressão, contra a fome e o esbanjamento, contra a corrupção, a desumanidade e a insensibilidade social de muitos governantes. Um Papa que a exemplo de Jesus esteja permanentemente ao lado dos pobres e dos mais desfavorecidos, que promova a paz, o amor entre os homens, a tolerância, o diálogo entre religiões e que lute com todas as suas forças para que nunca mais se mate em nome de Deus. Os cristãos esperam tudo isto e muito mais do novo Pontífice. Ao que se sabe do novo Papa, que o Espírito Santo "foi buscar ao fim-do-mundo", pelo seu passado, parece ser o homem certo para travar o bom combate. Gostaria ainda de tecer mais algumas considerações sobre o que se espera deste Papa, mas o espaço não dá para mais. Prometo voltar ao tema no próximo mês. Entretanto, HABEMUS PAPAM. Graças a Deus.

# Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Av<sup>º</sup> Adriano Júlio Coelho ~ Estefânia ~ 2710-518 SINTRA  
:: cruzalta@paroquias-sintra.pt ::



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

## Ficha Técnica

Nº DL 355534/13

### Direcção:

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:

Ana Paula Bento; Teresa Santiago;  
Miguel Forjaz; Margarida Barros;  
pais da Elisa, 3.º vol.; Guilherme Duarte;  
Cláudia Poeta; Rui Pereira;  
Rui Antunes; Rui Órfão;  
Elsa Tristão; Migalha de Pó;  
Vasco d'Aviliez; Diác. Fernando Santos.

### Fotografia:

Arquivo Cruz Alta; Guilherme Duarte;  
Ana Paula Bento; Internet;  
Mafalda Pedro;

### 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.pt

### Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense  
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:  
2000 exemplares



## Pequenos Escritores

Margarida Barros, 9 anos



### O menino e o senhor

Um menino pobrezinho ia todos os domingos à missa, com uma roupinha limpa mas muito rota.

Uma vez, um senhor muito bem vestido perguntou-lhe:

- Olha lá, porque é que não pedes ao teu Deus que te dê uma roupa nova?

E o menino respondeu:

- Ele já pediu a alguém que me desse uma roupa nova, mas essa pessoa não quis ouvir.

O senhor corou, olhou para o chão e foi-se embora muito depressa.



## A Fé das crianças

Migalha de Pó



Hoje trago-vos uma experiência engraçada e reveladora, que vivi com um grupo de crianças, perto do local onde moro. Fui convidada por uma professora, de quem sou amiga há vários anos, para ir passar um bocadinho com ela e um dos grupos de que toma conta à tarde, ajudando nos trabalhos

de casa. Na tarde combinada lá cheguei e juntei-me às carinhas risonhas que, em círculo, se sentavam na sala. Não os contei, mas deveriam estar uns 12 a 15 garotos, todos entretidos, com os cadernos à frente a escrever com entusiasmo.

Baixinho, perguntei à minha amiga em que se ocupavam e ela

respondeu-me que lhes tinha feito uma pergunta e aguardava, com expectativa, o que ia sair dali. Perguntara-lhes "O que é a Fé para vocês?"

Também eu fiquei suspensa do resultado, até porque achei ser uma pergunta "pesada" para crianças pequenas como as que tinha à minha volta. São exactamente estas respostas que gostaria de vos deixar. Talvez esteja na hora de nós, adultos, termos a capacidade de "perceber" desta forma a Fé, e fazermos verdadeiras tentativas para as pormos em prática.

- "Fé é sentir que quando a mãe me põe de castigo é porque eu mereci. Mesmo que eu ache que não fiz mal."

- "Acho que ter Fé é

saber esperar em sossego."

- "A Fé para mim é uma coisa que não vejo, nem agarro, mas sei que está cá dentro, mas tenho que estar atento se não nem a sinto."

- "Fé é saber que quando acordo à noite e não consigo voltar a dormir, se falar com Jesus Ele está lá a ouvir-me. Não O vejo, mas sei que está!"

- "A minha avó diz que ter Fé é acreditar mesmo que não se veja nem se perceba. Eu não sei se é isso, mas como acredito nela, então digo que tenho Fé que ela esteja certa."

- "Fé é ter a certeza que se dar a mão ao paizinho ele me leva por

onde eu não caia."

- "Fé é prometer e cumprir"

- "Já ouvi dizer que a Fé e a ciência nunca estão juntas, mas eu acho que se calhar deviam estar e serem vistas cada uma de sua maneira. A Fé acredita, a ciência mostra"

- "Ter Fé é ser amiga do menino Jesus"

- "Eu acho que não sei. Mas tenho a certeza que um dia vou sentir e saber o que é a Fé"

Nada mais acrescento, ficam apenas algumas das frases que me passaram pelas mãos e a lição que delas devemos ter a capacidade de retirar.

20 de Abril de 2013 • 21h  
Salão da Ig. de S. Miguel - SINTRA

# Grande Noite do Fado

Nuno da Câmara Pereira  
e suas filhas Madalena Câmara Pereira  
Carlota Câmara Pereira  
Lia Graça  
Nuno Silvestre

Paulo Jorge, guitarra  
Carlos Garcia, viola  
Fernando Calado, viola-baixo

13,5 "guitarras"

Bilhetes: Membros da Comissão Cantórios das Ig. Paroquiais

Informações: rscabo@paroquias-sintra.pt 93 869 45 60 | 91 617 70 64

caldo verde; croquetes; rissóis; pasteis de bacalhau; azeitonas; chouriço assado; queijinhos; manteigas; pão saloio; arroz doce; vinho; sangria; sumos; água.

SINTRA  
Comissão Cantórios de Sintra  
Nossa Senhora do Cabo  
Epichel



## 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