



# Cruz Alta



MARÇO  
2016

Edição nº 134 - Ano XIV  
Director: P. Armindo Reis

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

Distribuição Gratuita

## RETIRO QUARESMA DA UPS

13 de Março de 2016 - IGREJA SÃO MIGUEL

Orientado pelo Pe. Manuel Barbosa (Dehoniano)



## NOS DESERTOS DA VIDA SER OÁSIS DA MISERICÓRDIA

09h Acolhimento

09h30 Início

17h Encerramento

Inscrição no Cartório de S. Miguel (tel.:219 244 744) ou por email: [sao.miguel@paroquias-sintra.pt](mailto:sao.miguel@paroquias-sintra.pt)  
Contribuição para o Almoço e outras despesas: 12€



## PEREGRINAÇÃO A FÁTIMA

Crianças da Catequese

Páginas Centrais



## Encontro Ecuménico

Página 3

## TRÍDUO PASCAL

Páginas Centrais



## ANO DA MISERICÓRDIA

Obras de Misericórdia  
Corporal e Espiritual

Página 7



## Feliz Páscoa!

...E Ele começou a Sua caminhada para o Calvário!

Primeiro foi Batizado, para receber o Espírito de Deus.

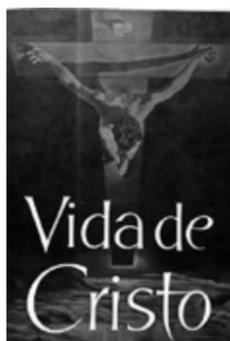
Depois escolheu alguns amigos, que chamou para junto de Si, para que com Ele caminhassem, seguindo os Seus passos, aprendendo com Ele a Amar os outros.

Conduziu os amigos, os Apóstolos, e disse-lhes: "Vamos fazer uma peça de Teatro juntos. Eu sou o Ator principal. O nome da peça será "A Vida de Cristo". E dou-vos como missão que divulgueis esta peça teatral por todo o mundo".

Então começou a construir os cenários desta peça, onde haveria sempre imensos figurantes, tantas pessoas com quem se cruzavam no seu percurso. E ao longo do Caminho mostrou-lhes como interpretar as Escrituras e a trazê-las para os seus dias. Ensinou-os quem era O Pai, e como é fácil atingir o Reino de Deus.

Ao longo da Caminhada encontraram muitos obstáculos e Cristo foi ajudando a resolver todas as situações, fez muitos milagres, salvou muita gente.

Sempre com os olhos virados para o Pai, que afinal é o Realizador de todo este Teatro, e que atentamente seguia todos os passos da vida dos Seus filhos, mostrou-lhes



que a entrega aos outros é a única maneira de concretizar o Amor e que, por isso, temos de transportar uma cruz aos ombros. E para que todos percebessem, assumiu o papel de levar a Cruz aos ombros e o seu significado. E levou a Cruz até ao Calvário. A entrega é total. Até à morte.

E o mistério desta história está aqui - o Realizador faz com que o Amor vença a morte. E nesta Ressurreição aparece a Nova Vida.

E esta peça de Teatro da "Vida de Cristo", foi passando de geração em geração, até aos nossos dias. Hoje chamamos-lhe Missa, ou Eucaristia.

Na Missa recordamos todos os passos da Vida de Cristo: a Palavra como ensinamento, a entrega das nossas cruces que, no Ofertório, são entregues juntamente à Cruz de Cristo, ao Corpo e Sangue de Cristo, presentes no altar, para que sejamos salvos e convertidos com Ele, na Consagração. E neste Alimento temos a garantia da Vida Eterna! Ressurreição!

Feliz Páscoa para todos!



## O encontro histórico entre o Papa e o Patriarca ortodoxo de Moscovo

A Igreja Ortodoxa Russa é uma Igreja de tradição bizantina, ou seja, reconhece, como a Igreja Católica, os sete Concílios Ecuménicos do primeiro milénio (do I Concílio de Niceia, em 325 ao II Concílio de Niceia, em 787). Moscovo é uma Igreja com primaz próprio e jurisdição do território, desde 1448 e patriarcal desde 1589, ocupando o quinto lugar na ordem das Igrejas Ortodoxas. Ortodoxos e católicos encontram-se divididos desde o Cisma do Oriente, em 1054, data em que trocaram excomuniões o Papa Leão IX e o Patriarca de Constantinopla Miguel Cerulário; as excomuniões foram levantadas em 1965, mas as Igrejas não recuperaram ainda a unidade plena.

O Papa Francisco e Cirilo, Patriarca de Moscovo (Igreja Ortodoxa Russa), foram os primeiros das duas Igrejas a encontrar-se, após quase mil anos de separação. O seu encontro de 12 de Fevereiro em Cuba, representou um "grito" cristão pela paz. Esta reunião histórica já vinha sendo preparada há quase 20 anos e era inclusivamente um sonho muito desejado pelo Papa João Paulo II. Foi acelerada pelo genocídio dos cristãos às mãos de grupos terroristas.

"Somos irmãos, temos o mesmo Batismo", disse Francisco ao Patriarca Cirilo, no início da sua reunião. O Papa abraçou e beijou o Patriarca ortodoxo, dizendo "finalmente".

Os dois líderes assinaram uma declaração conjunta manifestando preocupação com as perseguições religiosas e o ter-

rorismo. "O nosso olhar dirige-se, em primeiro lugar, para as regiões do mundo onde os cristãos são vítimas de perseguição. Em muitos países do Médio Oriente e do Norte de África, os nossos irmãos e irmãs em Cristo veem exterminadas as suas famílias, aldeias e cidades inteiras", refere o texto. O Papa e o Patriarca russo evocaram as igrejas "barbaramente devastadas e saqueadas", objetos sagrados profanados e monumentos destruídos. "Na Síria, no Iraque e noutros países do Médio Oriente, constatamos, com amargura, o êxodo maciço dos cristãos da terra onde começou a espalhar-se a nossa fé e onde eles viveram, desde o tempo dos apóstolos, em conjunto com outras comunidades religiosas", advertem. Os dois responsáveis pediram uma "ação urgente" da comunidade internacional para prevenir nova expulsão dos cristãos do Médio Oriente.

A ameaça de uma nova guerra mundial esteve presente nas preocupações dos dois responsáveis, recomendando aos países envolvidos na luta contra o terrorismo que "atuem de maneira responsável e prudente". "Exortamos todos os cristãos e todos os crentes em Deus a suplicarem, fervorosamente, ao Criador providente do mundo que proteja a sua criação da destruição e não permita uma nova guerra mundial", acrescentaram.

O texto abordou também o problema histórico da Ucrânia, atualmente envolvida num conflito militar, recordando as vítimas das batalhas entre o exército de Kiev e os rebeldes pró-russos.

Francisco e Cirilo mostraram-se preocupados com a situação de "restrição da liberdade religiosa" para os cristãos, em várias nações, e criticaram ainda a "transformação de alguns países em sociedades secularizadas, alheias a qualquer referência a Deus e à sua verdade" por considerarem que tal "constitui uma grave ameaça à liberdade religiosa". Defenderam que a Europa "deve permanecer fiel às suas raízes cristãs".

As duas partes chamaram ao diálogo inter-religioso e classificaram como "absolutamente inaceitáveis" as tentativas de justificar ações criminosas com motivações religiosas. "Nenhum crime pode ser cometido em nome de Deus", escreveram.

A declaração recordou o drama dos milhões de migrantes e refugiados que "batem à porta dos países ricos", deixando depois críticas ao "consumo desenfreado" e à "crescente desigualdade na distribuição dos bens".

O Papa e o líder ortodoxo russo realçaram depois o que une as suas Igrejas em relação à defesa da vida, da família e do matrimónio, lamentando que "outras formas de convivência já estejam postas ao mesmo nível desta união". O texto deixou uma crítica ao aborto, afirmando que "milhões de crianças são privadas da própria possibilidade de nascer no mundo". "Pedimos a todos que respeitem o direito inalienável à vida", referiram os líderes cristãos, que advertiram também para o "desenvolvimento da chamada eutanásia".



## NOSCE TE IPSUM

Desde a antiguidade clássica que o homem se interroga: quem sou ( donde vim) e para onde vou. Os filósofos gregos procuraram dar resposta a esta interrogação posta pelo homem. Começa por conhecer-te primeiramente a ti mesmo.

Assim este aforismo "conhece-te a ti mesmo" foi inscrito no frontal do templo de Apolo em Delfos, para que o homem se debruçasse sobre si próprio antes de procurar outros caminhos. A sabedoria maior é para o filósofo perceber quem ele é.

A antiguidade egípcia seguia na mesma linha de pensamento. O importante era entender a pessoa humana na sua grandeza. Só percebendo quem é, o homem pode progredir no seu aperfeiçoamento. O templo de Luxor ostentava no seu exterior: "o corpo é a casa de Deus", justificando deste modo o aforismo: "homem, conhece-te a ti mesmo, assim conhecerás os deuses e o universo".

Como cristãos estamos a viver um tempo "favorável" para esta realização. Conhecermo-nos melhor e entrar no

convívio íntimo com o nosso Deus. Porque este "é o tempo favorável, é o dia da salvação" (2Cor.6,2) e deve ser aproveitado o melhor possível para realizar esta "metanóia" deixando que a transfiguração desejada por Jesus se realize em nós.

O tempo da quaresma é um grande retiro espiritual que deve levar-nos a este encontro com nós próprios e a uma maior fidelidade ao nosso baptismo. "Converti-vos no que sois!" diz-nos S. Leão Magno.

Por isso "trabalhai com te-

mor e tremor na vossa salvação porque é Deus que opera em vós o querer e o agir segundo os seus desígnios" (fl 2,12b,13).

Transformação, conversão, mudança, transfiguração, são atitudes que nos levarão à Páscoa gloriosa de Jesus, se de verdade aspiramos conhecer melhor quem somos, de onde viemos e para onde caminhamos. Foi este o caminho percorrido por Saulo a caminho de Damasco e que ao longo da



sua vida soube viver até sentir que Paulo era uma outra pessoa e que por isso pode dizer: "estou crucificado com Cristo. Já não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim" (Gl 2,19b-20)



## Encontro Ecuménico - Proclamar os Altos feitos do Senhor

Rita Gôja

**C**ristão, ouves? Sentes no teu coração?

Estás a ser chamado!

Para que missão te chama Deus só tu sabes. Se já foste tocado por Jesus no coração, não deixes escapar esse tesouro. Se ainda não sentes o seu amor, então continua atento.

Mas por que nos chama Cristo ao mesmo espaço, no mesmo dia, à mesma hora? Porque somos, nós cristãos, chamados a estar todos juntos?

Porque independentemente da nossa Igreja, temos fé em Jesus, partilhámos os valores do Evangelho e caminhamos nos trilhos de Deus. É com intuito de estarmos cada vez mais perto uns dos outros que todos os anos dedicamos uma semana à oração pela nossa unidade.

Para culminar as orações da semana Ecuménica realizou-se, no sábado dia 23 de Janeiro, na paróquia do Algueirão, o 6º Encontro Ecuménico. Estiveram presentes cristãos da Igreja Lusitana, da Igreja Presbiteriana, da Igreja Metodista, da Igreja Católica e de Igrejas Evangé-

licas. Também o encontro pôde contar com a nossa UPS. Jovens do 10º Volume da Catequese e do Grupo de Jovens DIA estiveram presentes. Durante a tarde tiveram a oportunidade de participar nos Workshops propostos, momentos com objetivo de refletir sobre a vida cristã. Afinal de contas, como posso ser cristão na internet? Nas artes? No namoro? Nas escolhas que faço na vida? No serviço social? Uma tarde dedicada a questões do quotidiano simples mas que facilmente nos podem conduzir a caminhos escuros se nos esquecermos de optar em conjunto com Jesus.

Para os participantes adultos houve a oportunidade de participar num Fórum sobre ética cristã, um momento para repensar a forma como nos relacionamos com os outros. Ser cristão implica relação, uma vez que o próprio Deus é uma relação entre Pai, Jesus e o Espírito Santo.

Um jantar em convívio com todos os participantes e de seguida a nossa festa para louvar e dar graças a Deus, mas acima de tudo

para "Proclamar os Altos Feitos do Senhor". Foram ouvidos testemunhos dos representantes de todas as Igrejas, foram partilhadas experiências, uma banda para animar a noite com cânticos dedicados a Jesus. Mas o verdadeiro desafio da noite surgiu com um conjunto de questões: Para que somos nós Cristãos chamados? Que somos chamados a proclamar? Que altos feitos do Senhor são estes?

Somos chamados a gravar Jesus no coração, a viver como Jesus nos ensinou, a amar os outros como Jesus nos amou. Cristãos somos quando as nossas atitudes refletem as ações de Jesus. Proclamamos os altos feitos de Deus quando deixamos que Jesus brilhe através de nós. Quando nos permitimos ser parte de um corpo cuja cabeça é Cristo. Quando passamos a ser membros desse corpo.

"Cristãos vós sois o corpo de Cristo"

Tu és parte dele!

Eu sou parte dele!



## Igreja de S. Martinho voltou a ecoar canto gregoriano

**N**o passado dia 31 de Janeiro, pelas 16h, decorreu na Igreja de S. Martinho, em Sintra, um concerto de preparação da Quaresma pelo Coro Gregoriano Solemnis, a comemorar o seu 20º aniversário.

Num ambiente de intimidade e oração, recordaram-se cânticos gregorianos milenares, próprios do tempo que antecede a Páscoa do Senhor: do Domingo da Septuagésima até Quinta-Feira Santa. Foram interpretadas também peças polifónicas dos Responsórios da Semana Santa do Pe. Pascal Piriou e do Cón. Manuel Faria.

O Coro Gregoriano Solemnis tem como objectivo a divulgação do canto litúrgico por excelência, na vertente



musical e na língua latina que o enforma, seguindo o espírito dos monges de Solismes.

Fundado em 1995, e constituído por elementos com larga experiência na arte do canto gregoriano, tem mantido uma actividade intensa por todo o país, com participações em celebrações litúrgicas e concertos,

a convite de diversas entidades.

A sua direcção musical está, desde a sua fundação, a cargo do Prof. João Crisóstomo. O concerto foi preparado e dirigido por João Luís Ferreira por impedimento daquele.

corosolemnis@gmail.com

corosolemnis.wix.com/

## E Deus criou a mulher

Luís Santos

São para ti.

Estás tão bonita...

Gosto da curva do teu sorriso.

Deixa colocar-te a gargantilha.

Gosto de acariciar a pele do teu pescoço, suave,

Beijar o perfume a rosas, vermelhas.

São para ti.

Estás tão bonita hoje.

O nó da gravata está como gostas?

A minha voz nomeia-te a mulher mais bonita que Deus criou!

Sim, gosto do vestido preto.

Podes gastar o espelho à vontade,

a noite não tem pressa...

Reservei-a.

Oh, como o teu corpo é lençol de linho, e seda,

e cambraia no beijo!

Estás tão bonita!



## Lei e máximas dos Lobitos

Equipa de animação da I secção

Uma das bases do escutismo são as leis e princípios do escuta. No caso dos Lobitos, tal como a promessa, esta base é adaptada e em vez de 10 leis e 3 princípios temos 1 lei com dois artigos e 5 máximas. Apesar de diferentes a lei e máximas dos Lobitos estão integradas por outras palavras nas leis e princípios do escuta que acompanharão os educadores nas secções seguintes.

### 1º Artigo da Lei - O Lobito escuta Àquelá

Àquelá é a personagem do Livro da Selva atribuída ao Chefe da Alcateia, no entanto este artigo da lei não se refere apenas a uma pessoa mas sim a todos os chefes,

guia, catequista, professor, pais, etc. É importante para os lobitos ouvirem os mais velhos para aprenderem e crescerem dentro e fora do escutismo.

### 2º Artigo da Lei – O Lobito não se escuta a si próprio

Em complemento ao 1º artigo é também importante o Lobito não ouvir a sua voz que leva a ações sem pensar. O conjunto dos dois artigos ensina aos mais novos a ouvirem os mais velhos e a confiarem nesses conselhos.

### 1ª Máxima – O Lobito pensa primeiro no seu semelhante

O altruísmo é uma caracte-

rística estimulada no escutismo e está refletida nesta máxima. Na promessa o Lobito compromete-se a fazer uma boa ação diariamente aplicando assim esta máxima no dia-a-dia.

### 2ª Máxima – O Lobito sabe ver e ouvir

Não sendo necessariamente literal esta máxima significa estar atento ao que nos rodeia.

### 3ª Máxima – O Lobito é verdadeiro

Nos lobitos é transmitida a importância da honestidade, seja num jogo em que confiamos que cumprem as regras, seja ao longo da vida em todos os aspetos.

### 4ª Máxima – O Lobito é assado

Os hábitos de higiene são importantes de manter, mesmo num acampamento em que as condições podem ser mais difíceis se os hábitos forem fortes a higiene será mantida.

### 5ª Máxima – O Lobito é alegre

Como crianças que são é importante que sejam alegres em tudo. Sendo a máxima mais fácil de cumprir pelos lobitos é também a que maior felicidade traz à Alcateia. O sorriso é contagiante e todos os educadores, sejam chefes de escuteiros, catequistas, professores ou pais, têm como objetivo ver os educandos a sorrir.



# Escuteiros Católicos

## CONGRESSO EUCARÍSTICO NACIONAL

O IV Congresso Eucarístico Nacional, vai realizar-se de 10 a 12 de junho, em Fátima.

A iniciativa, integrada nas celebrações do Centenário das Aparições de Fátima, tem como tema “Viver a Eucaristia, fonte de Misericórdia”, e é um momento privilegiado para os participantes aprofundarem a riqueza deste ano Jubilar, na sua relação com a Eucaristia e a Mensagem de Fátima.

O painel de oradores é constituído por reconhecidas figuras como o cardeal brasileiro D. João Braz de Aviz, prefeito da Congregação para os Institutos de Vida Consagrada e as Sociedades de Vida Apostólica – Roma; o Arcebispo italiano D. Piero Marini, presidente do Comité Pontifício para os Congressos Eucarísticos Internacionais; D. António Couto, bispo de Lamego; Irmã Ângela Coelho, postuladora da Causa de Canonização dos Pastorinhos de Fátima; José Eduardo Borges de Pinho, da Universidade Católica Portuguesa; e o padre Francisco Couto, reitor do Santuário de Nossa Senhora da Conceição de Vila Viçosa.

O programa, para além das conferências, inclui tempos de celebração e momentos culturais. As inscrições, a cargo do Santuário de Fátima, podem ser efectuadas no site oficial do Congresso:

<http://www.congressoeucaristico.pt/programa.html>

ou através do telefone 249 539 600

ou ainda através do mail [geral@congressoeucaristico.pt](mailto:geral@congressoeucaristico.pt)



**MAFEP**  
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO  
PROTEGIDO  
E CUMPRINDO  
A LEGISLAÇÃO

- # Extintores
- # Detecção de Incêndio
- # Extinção Automática
- # Sinalização de Emergência

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



## ENDOMETRIOSE

Trata-se de uma doença que atinge o sexo feminino, muitas vezes ignorada apesar de atingir milhões de mulheres no mundo, sendo uma causa de infertilidade.

O endométrio é o tecido que reveste o interior do útero. Todos os meses o endométrio fica mais espesso para que um óvulo fecundado se possa implantar nele. Quando não há gravidez, esse endométrio que aumentou, descama e é eliminado mensalmente na menstruação. A Endometriose é uma doença caracterizada pela presença do endométrio fora da cavidade uterina, ou seja, noutros órgãos da pélvis, mais frequentemente nas trompas e ovários e ligamentos que sustentam o úte-

ro, mas também, embora com menor incidência, nos intestinos e bexiga. Dado que o crescimento do tecido endometrial, fora do lugar, responde às mesmas hormonas a que responde o que se encontra dentro do útero, este tecido pode sofrer hemorragias durante a menstruação, muitas vezes provocando câibras abdominais, dor, irritação e a formação de tecido cicatricial.

As causas desta doença são ainda desconhecidas, mas sabe-se que há um risco maior de desenvolver endometriose se um dos familiares próximos, mãe ou irmã, sofrerem desta situação clínica. Esta doença pode atingir mulheres desde a primeira à última menstruação. Afecta, de

uma forma geral, cerca de uma em cada dez mulheres em idade reprodutiva, tendo a maioria das vezes um diagnóstico difícil, porque os sintomas, muitas vezes, são considerados pouco precisos e banais. Dadas as queixas não serem concretas, esta doença é muitas vezes ignorada por médicos e doentes. É encarada como culpa “daque-la altura do mês”, ou ainda, “daqueles problemas das mulheres”....

Assim, os principais sintomas ou sinais são a dor pélvica, portanto com localização nos quadrantes inferiores do abdómen, que acompanha ou não o período menstrual. A dor é variável, leve a grave, aguda ou crónica, por vezes como uma cólica. A dor pode não

ser proporcional às áreas de endometriose, ou seja, a dor pode ser intensa e a área de endometriose pequena ou vice-versa. Cerca de 60% das mulheres portadoras desta doença têm dor e infertilidade, 20% apenas dor e, as restantes, sem sintomas, constata-se apenas a impossibilidade de engravidarem. A dor pode ter a ver com os órgãos lesados. Por exemplo, se é atingida a bexiga, podem surgir queixas do foro urinário.

Na confirmação diagnóstica o ginecologista faz uma vídeo-laparoscopia, técnica em que são utilizados tubos no abdómen para observação das lesões. Poderão realizar-se, de forma complementar, também análises bioquími-

cas específicas, ecografia e Ressonância Magnética.

O tratamento varia conforme a vontade de engravidar, a área afectada, a intensidade dos sintomas e a idade da doente. O tratamento mais conservador consiste na administração de fármacos que suprimem a actividade dos ovários e que reduzem o crescimento do tecido endometrial (anti-concepcionais e outros) e anti-inflamatórios no período menstrual. Casos moderados a graves justificam intervenção cirúrgica para remover o tecido do endométrio localizado fora do útero. Nos casos mais graves terão de ser removidos os órgãos atingidos.



## Oficinas de Oração e Vida

Dário Tojeira

Pediram-me para dar o meu testemunho sobre as Oficinas de Oração e Vida, que concluí recentemente.

Tomei conhecimento das oficinas através de uma pessoa que as frequentou, e cujo testemunho me suscitou a curiosidade para ir experimentar.

A minha caminhada para Deus tem sido lenta, sempre fui um católico pouco praticante, e só desde há alguns anos para cá é que comecei, pouco a pouco, a ir mais ao encontro de Deus, quer a ir mais regularmente à missa, quer a rezar.

A partir do momento que comecei a procurar mais ativamente Deus, comecei a ter mais curiosidade sobre todo este Mistério, a querer saber mais e a tentar procurar onde poderia descobrir mais, e foi precisamente nessa altura que me falaram nas oficinas, o que só pelo nome me despertou a atenção, como se fosse aprender um ofício...

As sessões tiveram duas vertentes principais: aprender a orar e aprender a viver.

Quando falo em aprender

a orar é porque nos ensina muitas maneiras diferentes de orar, para além de outro pormenor importante: como preparar o espírito para a oração, para tornar a oração eficaz e não apenas um ritual ou uma rotina que se cumpre.

Cada vez que rezava, fazia sempre tudo da mesma maneira, e por vezes parecia que apenas estava a seguir uma rotina, acabando por não ter muitas vezes os resultados desejados. Neste momento utilizo algumas das maneiras diferentes de orar que aprendi, consoante o meu estado de espírito, e assim consigo que a minha oração possa dar mais frutos. No entanto, não basta saber várias maneiras de orar; é preciso acalmar a mente e preparar o espírito para a oração, pois se estivermos a orar e a nossa mente estiver perdida nos problemas do quotidiano acabamos por não alcançar o desejado.

Duas das coisas mais importantes que retirei destas sessões foram o ter aprendido a ler a Bíblia e a ganhar o hábito da sagrada meia hora diária, algo que não fazia.

As poucas vezes que tinha lido a Bíblia foi como se estivesse a ler um livro normal, mas quando se lê corretamente a Bíblia, em certos dias até parece que Deus está a falar directamente connosco, em que a passagem que se lê é precisamente o que precisávamos de ouvir nesse dia... Tal como vem escrito na Bíblia: “Nem só de pão vive o homem, mas de toda palavra que sai da boca de Deus”, e só através das oficinas é que realmente percebi esta passagem, como a Palavra de Deus é alimento para o nosso espírito, e a sua leitura diária algo importante na nossa vida.

O hábito da sagrada meia hora diária, ou seja, ter todos os dias um bocadinho de tempo para estar com Deus (a ler a Bíblia, a rezar, ou até a falar directamente com Ele), é algo que me faz muito bem e todos deviam fazer, pois todas as distrações e estímulos do mundo tendem a afastar-nos do caminho de Deus, e quando damos por isso estamos completamente focados e preocupados com os problemas do dia-a-dia, e a sagrada meia hora per-

mite-nos relativizar muitas dessas preocupações e obsessões, ajuda-nos a lembrar que a nossa vida a este mundo é apenas uma pequena passagem, e esse tempo serve para nos “puxar” ou “encaminhar” novamente para o caminho de Deus.

Por último, também foi importante ter frequentado as oficinas pois também se aprende a viver; quando digo isto é porque nos ensina a mudar de mentalidades e padrões de pensamento, a encarar de maneira diferente, sob a perspectiva cristã, quer o passado, quer os problemas que nos aparecem todos os dias, para tentar viver com um pouco mais de paz, tentando mudar o que se pode mudar e a aceitar o que não podemos mudar, a ter a noção que tudo o que acontece é permitido por Deus, e por isso alguma razão haverá para tal, mesmo que na altura não o compreendamos... Descobre-se como a dimensão dos problemas está, na maior parte dos casos, na importância que lhes damos. Basta só mudar um pouco a maneira de olhar para eles...

O processo de mudança pessoal e espiritual é muito lento, e o caminho para Deus tem muitos degraus para subir e obstáculos para ultrapassar, por isso estou muito grato de ter frequentado as oficinas, pois aprendi mais algumas ferramentas e ganhei alguns hábitos que me irão ajudar a subir mais alguns degraus no caminho de Deus; comecei também a ter uma maior vivência cristã, e até a encarar a vida de outra maneira.

Por último, gostaria de deixar um sincero agradecimento às duas guias, Odet e Rute, pelo trabalho evangelizador e gratuito que fizeram, que enriqueceu quer a minha vida quer a dos colegas que comigo fizeram as oficinas.

Espero que com este testemunho possa ter suscitado a curiosidade a algumas pessoas para irem pelo menos ver como são estas sessões, tal como aconteceu comigo, porque é algo que com certeza vão gostar e irá fazer diferença na vida de quem as frequenta.

## Rotary Club de Sintra distingue Cristina Vinagre como "Profissional do Ano"



O Rotary Club de Sintra (RCS) atribui anualmente o galardão denominado "Profissional do Ano" ao cidadão, conhecido na comunidade sintrense, que se distinga por: "Promover e aderir aos mais altos padrões de ética na sua ocupação, incluindo a lealdade para com os seus colaboradores e contactos de trabalho, bem como a adoção de um tratamento justo para com eles, seus concorrentes, o público e todos aqueles com os quais mantém relações profissionais".

Assim, o RCS deliberou

atribuir este ano o referido galardão a Cristina Brandão de Mello Vinagre por "reconhecer a excelente e marcante obra executada em prol do turismo na Vila de Sintra".

A cerimónia de entrega do galardão de "Profissional do Ano" decorreu no passado dia 11 de janeiro, no Hotel Tivoli Sintra, durante um jantar que reuniu perto de 50 pessoas, entre rotários e respetivas famílias, personalidades do concelho, amigos e familiares da homenageada.

Cristina Brandão de Mello Vinagre mostrou a sua "satis-

fação e honra" por receber "tão importante galardão", "sobretudo por ser atribuído por um dos mais prestigiados clubes", onde "a vocação multidisciplinar, a forma de pensar, a responsabilidade, dedicação e perseverança fazem a diferença".

No discurso que proferiu, Cristina Brandão de Mello Vinagre deixou ainda palavras de agradecimento a toda a família, em especial ao marido e aos filhos.

Na mesma ocasião, foi emblemada uma nova sócia a Companheira Fernanda Godinho. ■



## Contraponto além-mar || Fevereiro 2016, p. 13

Marta Arrais

Ser pobre é guardar o perdão no lugar do rancor e da vingança.

Queres ser pobre?

Temos cada vez mais frio. O ferver que nos queimava a beirinha da pele da alma, que nos fazia querer curar todas as feridas do mundo, foge-nos e arrefece-nos. Temos cada vez mais frio. Amontoam-se coisas que não precisamos nos corredores de tudo o que somos. Compramos o que não nos faz falta para sentir que conseguimos ter algo que nos pertence de verdade, que é nosso. Vamos anoitecendo e arrefecendo perante o espreitar da consciência que nos assegura que estamos cada vez mais perdidos. Ajoelhamo-nos diante do que brilha mas não tem luz. Rendemo-nos ao que nos dá uma amostra de alegria para depois perdermos o riso outra vez. Guardamo-nos de sentir e de amar para proteger as paredes do nosso coração e, com esse escudo vazio, fazemos nascer mais dor. Estamos perdidos. Olhamos como quem procura o que não pode ser visto. Sentado ao nosso lado está Jesus. Põe a mão na nossa. Esgueira o seu coração para mais perto do nosso e esperamos. Espreita-nos. Não nos diz nada porque os grandes amigos sabem ler as entreli-

nhas do nosso silêncio. Enteramos a cara nas mãos sujas da tristeza que cultivamos e não encontramos Jesus. Ele, respirando as esperanças que tem em nós, coloca-se à nossa frente e acena com a mão. No centro do seu aceno está cravada a sombra da sua chaga. Atrás do Seu olhar está a luz de um dia de sol. Temos cada vez mais frio. Somos pobres e a nossa fé parece uma roupa rasgada, coçada e triste. Temos tudo e somos pobres. Estamos magros de esperança. Temos fome de luz. Estamos surdos de amor. Amputados nos gestos. Jesus quer-nos pobres de coração, mas quer que vistamos a alma de lavado. Não quer que nos arrastemos dentro das nossas faltas de tudo. Das nossas falsas riquezas. Jesus quer-nos pobres de amor, para que sintamos sempre a falta de amar melhor. Quer que voltemos a ser crianças e que tenhamos

saudades do seu colo. Quer que saibamos nascer outra vez quando a vida nos despir de possibilidades e de sonhos. Tudo nos parece incrivelmente difícil. Enrolamos o corpo nas nossas dificuldades e adormecemos a pensar que Jesus fez as malas e partiu de nós. Mas Aquele que nunca desiste embala-nos num sono ausente de medos e feridas e soprados aos ouvidos do coração o mais bonito de todos os segredos: «Ser pobre é querer ser sempre mais. Ser pobre é querer ter sempre menos. Ser pobre é guardar o perdão no lugar do rancor e da vingança. Ser pobre é querer abrir os braços a quem já nos espera. Ser pobre é ser menino. Que, mesmo tendo tudo, valoriza e ama aquilo que não cabe em lugar nenhum. A alegria de quem nunca se cansa de ser alegre. Ser pobre é continuar a ser tudo mesmo quando já não se tem mais nada.» ■





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 Padeira*



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



Volta do Duche, 12  
Tel. 219230493  
**SINTRA**  
PORTUGAL



## COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

## Ano da Misericórdia

P. Jorge Doutor

Ilustrações Obras de Misericórdia por: Sara Diniz

Continuamos esta nossa peregrinação por reflectir sobre as obras de misericórdia “dar de beber aos sedentos” e “perdoar as ofensas”; meditaremos sobre a parábola de a quem foi perdoado pouco, demonstra pouco amor; e vamos também conhecer a Beata Isabel Canori Mora, belo exemplo de quem soube perdoar e cujo amor conquistou aquele que a ofendia – o próprio marido.

### **Obra de Misericórdia Corporal: "Dar de beber aos sedentos"**

Não há homem ou mulher que na sua vida, como aquela mulher da Samaria que se encontrou com Jesus (Jo. 4,5-42), não se encontre junto de um poço com um cântaro vazio, com a esperança de saciar o desejo mais profundo do coração, o único que pode dar significado pleno à existência. Também a Igreja sente o desejo de tornar o Senhor presente nas vidas de todas as pessoas, de modo que O possam encontrar, porque só o seu Espírito é a água que dá vida verdadeira e eterna.



O Papa Francisco lembra que povos inteiros adoecem e morrem por beberem água não potável. Afirma que o acesso à água potável e segura é um direito humano essencial e universal. Este mundo tem uma grave dívida social para com os pobres que não têm acesso à água potável, porque isto é negar-lhes o direito à vida.

### **Obra de Misericórdia Espiritual: "Perdoar as ofensas"**

A revelação bíblica comunica um Deus capaz de perdão, cujo amor extremo – manifestado em Jesus - inculca em nós o amor aos próprios inimigos. Esta é a prescrição mais exigente de Jesus e é o sinal distintivo da vida e conduta cristãs. “Quem não ama quem o odeia, não é cristão” (2ª Carta de Clemente). O perdão dos inimigos “pertence à perfeição da caridade” (S. Tomás de Aquino). Esta obra de misericórdia está bem evidente na própria oração do Pai-Nosso (“perdoai-nos as nossas ofensas como nós perdoamos...”).



Também aqui tem importância decisiva o sacramento da Reconciliação, que permite tocar sensivelmente a grandeza da misericórdia e será, para cada penitente, fonte de verdadeira paz interior.

### **Parábola: A quem foi perdoado pouco, demonstra pouco amor... (Lc. 7,36-50)**

Jesus convivia com os pecadores, o que escandalizava certas pessoas, como os fariseus. Num almoço em casa dum fariseu uma mulher pecadora lava os pés de Jesus com lágrimas, beija-os e perfuma-os. Estes gestos desconcertam os presentes: como pode Jesus, deixando-se



tocar assim, aceitar ser contaminado com o pecado dela? Jesus conta a parábola de dois devedores, ambos perdoados na sua dívida: o devedor a quem foi perdoada a maior soma, amará mais o seu credor.

Jesus diz que à mulher pecadora foram perdoados os pecados e por isso muito amou. Se não se lhe tivesse perdoado uma culpa tão grande, agora não teria capacidade para amar. Ela é capaz de amar porque lhe foi dada uma graça sem condições. Por outro lado, quem não vive o amor gratuito de Deus, não está em condições de amar.

A mulher aproximou-se de Jesus, superando os obstáculos, porque teve uma inabalável fé: Jesus é capaz de perdoar os pecados.

Isto significa que a Igreja é composta por servos aos quais é perdoada uma dívida ilimitada para que possam perdoar aos outros servos. A misericórdia de Jesus redime a miséria humana.

### **Beata Isabel Canori Mora**

Hoje muito se fala da misericórdia que muitas famílias estão a necessitar, afogadas em problemas e conflitos. Às vezes, para as salvar, chegaria somente a misericórdia pacientemente exercitada por um único membro, capaz de esperar e de amar com esperança.

Tal foi a história de Isabel Canori Mora (1774-1825), mulher com amor heróico. Casou com o jovem e rico advogado Cristóvão Mora. Ele estava encantado com a beleza dela, não queria que fizesse qualquer trabalho que a pudesse desfigurar. E também tinha um ciúme obsessivo. Mas após poucos meses, tornou-se distraído, ausente, passando noites fora de casa. Havia rumores que andava com outra mulher e as perdas no jogo multiplicavam-se, até que se viu reduzido a nada, só com dívidas. Tiveram de mudar de casa e Isabel tinha de cuidar dos filhos com o trabalho das suas mãos.



Isabel tinha acolhido sacramentalmente o seu esposo que depois a renegou e traiu. Então o verdadeiro Esposo, o Único, decidiu tomar o lugar que lhe competia e também sensivelmente: assim a vida mística de Isabel foi rica de orações, visões e irresistíveis transportes amorosos – ela vivia os seus dias em total união com o Senhor. Participava diariamente na Missa, cuidava das suas meninas, dos trabalhos domésticos e rezava.

Cristóvão quase nunca se deixava ver, vinha de madrugada, mas Isabel tinha decidido não discutir mais com ele e dirigir-lhe apenas boas palavras ou alguma exortação para mudar de vida. No seu tempo livre dedicava-se às obras de misericórdia: alimentava os pobres, visitava os doentes, não tentava escapar aos serviços mais humildes e repugnantes. Cristóvão ia-se enfurecendo a ponto de ameaçar matar a mulher.

Isabel rezava pela salvação do marido e também da sua amante. Sabendo que se avizinhava a hora da sua morte, Isabel recomendou às filhas que respeitassem e ajudassem sempre o papá. Morreu aos cinquenta anos. Cristóvão permaneceu perto dela, choramingando e cheio de confusão. Ele nada tinha dito mas, pouco tempo antes, morrera-lhe nos braços também a amante. Ele transformou-se: não se preocupava já com a sua elegância, passava longas horas na igreja e chorava. Dizia que tinha feito Isabel santa com as suas desordens. Nove anos após a morte de Isabel, concluídos os estudos de teologia, foi ordenado sacerdote. Também ele morreu – depois de onze anos de remorsos, orações e penitências - com fama de santo.

### **Crónica: Familiarmente Falando...**

O Centro de Acolhimento da ACISJF em Sintra.

**A ACISJF - ASSOCIAÇÃO CATÓLICA INTERNACIONAL AO SERVIÇO DA JUVENTUDE FEMININA** - é a antiga “Obra da Protecção”. Foi fundada na Suíça, em 1897 e instituída em Portugal em 1914. Tem por fim apoiar, promover e salvaguardar a juventude feminina quando fora do seu ambiente familiar, seja qual for a sua situação económica, condição social e religiosa, contra os perigos a que as jovens se podem ver expostas.



Enquadra-se nas Instituições Particulares de Solidariedade Social. Desde 1997, mantém um Centro de Acolhimento, situado na Galeria do “Edifício Sintra”, ao lado da Igreja de S. Miguel.

De acordo com os seus Estatutos, a ACISJF toma as medidas e iniciativas adequadas às necessidades da época e do meio.

Deste modo, e tendo em conta as transformações sociais e familiares que têm ocorrido na sociedade, o Centro de Acolhimento, adaptando-se às novas necessidades das famílias, tem ao dispor as mesmas valências.

Dispõe de vários serviços, nomeadamente:

- Conversas com os pais;
- Atendimento e Acompanhamento Parental;
- Formação Parental .

As Crónicas serão mensais, abordarão temas da Família e serão assinadas pela Dra. Sandra Alves(Formadora/Mediadora Familiar)

Até Abril...

# Encontro Vicarial de Catequese

Fátima, 20 de fevereiro de 2016

## A Catequese de Sintra em peregrinação

“QUANDO O CRISTÃO VEM A FÁTIMA DEVE SER PEREGRINO, NÃO TURISTA. HOJE FOMOS TODOS PEREGRINOS, AQUI EM FÁTIMA”. FOI COM ESTAS PALAVRAS, DIRIGIDAS AOS ADOLESCENTES, QUE O NOSSO PÁROCO – O PE. ARMINDO REIS – TERMINOU O “ITINERÁRIO DO PEREGRINO”, ANTES DE VOLTARMOS PARA CASA.

O dia começou cedo, quando três autocarros nos transportaram até ao belo Santuário de Fátima, fantástica “homenagem” a Jesus Cristo e a Nossa Senhora, Sua mãe e mãe da Igreja. Para além dos catequistas, cerca de 100 crianças e adolescentes da UPS partiram de Sintra, em amizade e alegria. Em Fátima juntaram-se a outras 1400 crianças, sendo que o grupo da nossa vigararia era o mais numeroso, totalizando cerca de 750 crianças. E porque foi escolhido este dia para esta jornada de fé? Porque no dia 20 de fevereiro assinala-se a festa litúrgica dos pastorinhos (beatos Francisco e Jacinta), por ocasião da data da morte de Jacinta Marto, a mais nova dos três videntes de Fátima.

Após um breve lanche, entrámos no Santuário, onde nos integrámos na procissão para a majestosa Basílica da Santíssima Trindade, seguida da Missa com bênção das crianças. Esta Missa foi presidida pelo bispo de Leiria-Fátima (D. António Marto) que destacou "o exemplo de vida dos pastorinhos", salientando que "os pequenos por vezes dão grandes lições e dizem coisas muito belas". Referiu ainda que Francisco, Jacinta e Lúcia "são a expressão do sorriso, da ternura e da carícia de Deus pelos homens" e incentivou os mais novos a serem "colaboradores" de Deus "no amor e na misericórdia, para tornar o mundo melhor".

Estava na hora de almoçar. Juntámo-nos no parque de merendas para recuperar energias, conviver e partilhar as delícias trazidas de casa (obrigado aos pais e a outros “chefs” ;-)

O programa recomeçou às 14h, tendo os “jovens peregrinos” formado dois grupos e partido à descoberta da mensagem de Fátima, à descoberta da força do amor:

□ As crianças (+- até aos 11 anos) voltaram à basílica onde tiveram um “Encontro com os Pastorinhos” e rezaram o Rosário. Ficaram a conhecer melhor a história e a força da fé que animou os corações dos três pastorinhos. Uma vida entregue... Este momento foi animado pelas Religiosas da Aliança de Santa Maria e presidido pelo reitor do Santuário.

□ Os adolescentes (a partir dos 12 anos), orientados pelo Pe. Armindo, percorreram o “Itinerário do Peregrino”, interessante iniciativa idealizada pelo Santuário. Neste ano pastoral é dedicado ao tema “Eu vim para que tenham vida”. Com base em textos, reflexões, histórias e orações (incluindo o Rosário), experimentámos uma pequena peregrinação (interior e exterior) por cinco espaços do Santuário (Presépio, Capelinha das Aparições; Túmulos dos videntes, Capela do Santíssimo Sacramento e Basílica). Destaco aqui o momento que o grupo viveu na singular Capela do Santíssimo, onde sentimos e criámos a beleza do silêncio a iluminar a oração pessoal, durante alguns minutos. Uns minutos sem palavras exteriorizadas, mas inundados pelo Espírito.

Para todos aqueles que partilharam, em unidade, este dia na força de Fátima, certamente que o “sim de Maria”, bem como o testemunho e coragem dos pastorinhos, marcarão a “memória do coração” e a caminhada de fé individual e comunitária, que fazem de nós discípulos do Amor de Cristo.



# A PÁSCOA EM 3 DIAS

## O QUE CELEBRAM OS CRISTÃOS NA PÁSCOA?

Na nossa Europa cristã toda a gente tem uma ideia sobre a Páscoa, a maioria conseguirá chegar à palavra “ressurreição”, apesar de se notar um esforço da comunicação social por dissociá-la da vivência cristã, propondo imagens como o ovo ou o coelho.

Claro que a Cruz não seria o motivo ideal para os spots publicitários e ainda bem que também não usam a ressurreição de Cristo para esses fins, mas a verdade é que se vai dessacralizando a Páscoa e para muita gente não passa de um tempo de férias.

A Páscoa é a celebração anual da fé cristã, a ocasião de recordar o essencial da intervenção de Deus na História humana, actualizando essa intervenção, deixando que ela se renove na vida de cada pessoa. A celebração da Páscoa é tão intensa para a Igreja que demora 3 dias a ser celebrada (Tríduo Pascal), tendo sido preparada durante 40 dias (Quaresma) e prolongando-se depois do domingo de Páscoa por mais 50 dias (Tempo Pascal).

O Tríduo Pascal é então um percurso celebrativo que começa na quinta-feira santa com a evocação da Última Ceia de Jesus com os apóstolos, onde instituiu o memorial a que hoje chamamos Eucaristia e deixou o mandamento do amor no gesto do lavar os pés aos discípulos. É importante que se comece a Páscoa por aqui, caso contrário há o risco de não se conseguir compreender os mistérios celebrados nos dias seguintes.

O dia seguinte, sexta-feira santa, é o dia da Morte. É feriado em Portugal e em quase todos os países cristãos, para que se possa olhar o Cristo na Cruz, às 3 horas da tarde, a hora em que morreu em Jerusalém. É o único dia em que não há Missa “completa” (celebração da ressurreição) precisamente porque se pára na meditação do mistério da Morte. É doloroso ainda hoje contemplar o Crucificado, mas vale a pena o desafio de interpretar aquele sofrimento e aquela morte. Se percebermos que aquele não é um homem qualquer (como percebeu o centurião romano), mas é Deus que nos oferece a sua vida, que trava por nós a luta contra a morte, então esta sexta-feira é um dia grande e procuramos vivê-lo com o coração aberto a esse mistério. Por isso a Igreja nos convida nesse dia a fazer jejum (comer menos) e abstinência (não comer carne nem

comidas sofisticadas), para que nos associemos melhor a essa entrega de Cristo e participemos do seu combate.

O silêncio característico de sexta-feira prolonga-se pelo sábado santo. Este sábado é um dia vazio de celebrações (não há missas, casamentos, batismos) até à noite, em que se realiza a maior e mais bela celebração de todo o ano, a Vigília Pascal.

A Vigília da Páscoa é que vem dar sentido a tudo o que se viveu nos dois dias anteriores. O mandamento do amor, o sinal desse amor mostrado na dádiva da vida na cruz, desabrocham agora na Ressurreição: afinal aquele que se entregou por amor não está morto, venceu a morte e vive para sempre! Vale a pena dar a vida, vale a pena sofrer por amor, é aí que encontramos a vida plena! É noite de festa, noite de alegria, noite de luz, noite de aleluia! É a noite em que brilha a Luz que ilumina a Igreja o resto do ano. O círio pascal que se acende na Vigília representa essa luz da Ressurreição que ilumina a escuridão da mente humana.

A Vigília é já uma celebração de domingo, por isso prolonga-se na noite do sábado, normalmente até ao início do domingo. Jesus despertou da morte nessa noite e foi no primeiro dia da semana que o encontraram vivo. Por isso, no dia de Páscoa volta-se a celebrar a Eucaristia da Ressurreição, emanada da Vigília anterior, que se repetirá depois em cada domingo do ano.

A Páscoa é, portanto, estes 3 dias: quinta, sexta e sábado/domingo. Não deixemos de a celebrar como um todo, não mutilemos a vivência destes mistérios em que Jesus nos salva. Faz-nos muito bem passar por eles, vivê-los com Cristo, fazer com Ele essa “passagem” (páscoa), da morte em que muitas vezes vivemos, à vida que Ele nos dá.

*P. Armindo*

todos os principais Acordos e Seguros de Saúde



## CINTRAMÉDICA

PORTELA DE SINTRA

CONSULTAS E EXAMES

MEDICINA DENTÁRIA

SERVIÇOS DE SAÚDE

ANÁLISES CLÍNICAS

ENFERMAGEM

FISIOTERAPIA

faça a sua marcação online:  
[cintramedica.pt](http://cintramedica.pt)

21 910 00 80

MAIS DE 200 PROFISSIONAIS E 100 SERVIÇOS DE SAÚDE AO SEU DISPÔR!



## Conversando com: São Filipe Néri

Carmo Borges

Filipe Rómulo Néri nasceu num bairro popular de Florença, a 22 de julho de 1515. Aos 18 anos, seu pai, Francesco Néri, enviou-o para casa de um tio, em San Germano, a fim de aprender o ofício de comerciante. Da bela cidade onde nascera, que deixava para sempre, haveria de conservar como um tesouro a formação religiosa recebida dos dominicanos do Convento de São Marcos: "Tudo quanto tenho de bom, recebi dos padres de São Marcos", repetirá ao longo da vida.

A sua vocação, porém, não era mercantil. Desapontado com as perspectivas de um lucro que hoje se conquista e amanhã se perde, partiu para Roma no ano seguinte, abandonando o tio e os negócios.

O problema de uma vocação "oficial" não se pôs para este jovem, já decidido a entregar-se a Deus. Não quis ser padre, nem ir para um convento, nem integrar qualquer instituição eclesial da época. Entretanto, dificilmente encontraremos entre o clero, nos claustros ou confrarias daquele século, pessoa mais devota do que ele. Desde a juventude, Filipe teve a característica de escapar aos esquemas habituais, para mostrar que a única regra perfeita em si mesma é a caridade, e nenhuma disciplina tem valor quando se afasta da obediência a Jesus Cristo.

Com efeito, levava no mundo uma vida espiritual admirável! Tendo recebido asilo na casa de um nobre florentino, estabelecido na Cidade Eterna, ali passou vários anos em isolamento, oração e severa penitência. Frequentava com avidez a Roma Antiga, deixando-se ficar longas horas em oração nos sagrados lugares. Alguns anos mais tarde, sentiu-se atraído a estudar Filosofia e Teologia, e os mestres da Sapienza e do Studium agostiniano assombraram-se perante o voo intelectual desse homem que vivia como um mendigo.

Tais anos de estudo foram altamente fecundos, a ponto de lhe valerem para o resto da vida e darem-lhe a justificada fama de possuir uma sabedoria em nada inferior à dos maiores teólogos que

essa época conheceu. São Tomás de Aquino será para sempre seu mestre; a Suma Teológica, seu livro de cabeceira.

Em pouco tempo, por toda a Urbe, se comentava a santidade desse peregrino de vida edificante. Solidificado na virtude, pelo longo período de recolhimento, sentiu ter chegado a hora de iniciar a sua obra evangelizadora. Para isso, escolheu as regiões mais pobres e em todos os bairros, mesmo nos de pior fama, pregava ao ar livre a ouvintes benévolos e obtinha conversões extraordinárias. A sua fórmula de interpelar um pecador consistia em pousar a mão no seu ombro, no lugar onde o encontrasse, e dizer: "Vamos ver, irmão, é hoje que nos decidimos a comportar-nos bem?"

Dotado de grande atrativo pessoal, Filipe Néri difundia ao seu redor a alegria da santidade, perto da qual a satisfação efémera do pecado não passa de grotesca caricatura. Os jovens juntavam-se ao seu redor, para o ouvir falar das coisas do Céu e brincarem juntos, em ruidosa algazarra. Com efeito, no inovador método de evangelização desse apóstolo leigo, tudo era permitido, menos o pecado e a tristeza.

Lançando-se num incansável apostolado junto aos leitos dos doentes, Filipe livrou do desespero e conduziu à morte santa muitos moribundos. No ano de 1548 fundou, juntamente com seu confessor, Persiano Rosa, a Confraria da Santíssima Trindade, destinada a atender os enfermos e peregrinos.

Santo Inácio de Loyola percebia o valor de Filipe e fez-lhe reiterados convites para ingressar na Companhia de Jesus, mas este preferiu continuar na condição de "piedoso mendigo".

Admirado pela legião de pessoas que, movidas por suas palavras, abraçavam a vida consagrada, Santo Inácio cognominou-o de "o Sino", dando a seguinte explicação: "Assim como um sino de paróquia, que chama todo mundo para a igreja e permanece no seu lugar, este homem apostólico faz os outros entrarem na vida religiosa e permane-

ce de fora".

Em 23 de maio de 1551, recebeu a ordenação sacerdotal. Contava 36 anos, e agora executaria, como ministro do Senhor, os trabalhos de sua vinha. No exercício do ministério sacerdotal, aos discípulos pobres se juntariam nobres, burgueses, artistas e cardeais.

Qual o principal método de atuação escolhido por São Filipe para atraí-los? A originalíssima "peregrinação às sete igrejas".

O programa da "peregrinação" começava na Basílica de São Pedro, onde, após a leitura espiritual, se fazia uma exposição doutrinária. Os participantes meditavam, comentavam, e Padre Filipe tirava a conclusão. Em seguida, todos se levantavam e se dirigiam para a Basílica de São Paulo, cantando hinos e salmos em compenetrada devoção. Ali chegando, ouviam uma nova conferência sobre a História da Igreja, a vida dos santos ou a Bíblia. E assim prosseguiram até o meio-dia, quando assistiam à Missa e comungavam na Igreja de São Sebastião ou na de Santo Estêvão.

Em seguida, servia-se uma refeição nos jardins da redondeza, sempre animada pela contagiante alegria de São Filipe. A "peregrinação" recomeçava com novo cortejo musical, passando por outros templos veneráveis. O número de conversões ultrapassava todas as expectativas.

Membros de importantes famílias, como a dos Médicis e a dos Borromeu, estiveram, lado a lado, com crianças órfãs e humildes artesãos nesse exercício que, pelo seu fervor, censurava os cristãos tíbios e ao mesmo tempo os exortava. Poderemos contar até mil pessoas peregrinando juntas num mesmo dia, entre elas quatro futuros papas - Gregório XIII, Gregório XIV, Clemente VIII e Leão XI - e o genial compositor Giovanni Pierluigi da Palestrina. São Filipe, porém, dava pouca importância aos cargos e talentos, se discernia nas almas a fealdade do pecado. Ele cumpria a sua missão de purificá-las e torná-las humildes, quaisquer que fossem.

Ao cair da tarde, findava a

meditação na Basílica de Santa Maria Maior, todos voltavam para casa carregados de bons propósitos e, o que é mais importante, com força para cumpri-los.

Os seus métodos pitorescos e cheios de vivacidade, empregava-os com muito critério e na hora certa, sempre visando extirpar ou ridicularizar o erro, conduzir à virtude e, por vezes, ocultar a sua santidade ou os seus dons sobrenaturais. Assim, por exemplo, se um penitente omitia na confissão algum pecado, ele dizia: "Falta tal pecado". Mas se alguém lhe perguntasse: "Como sabes que cometi também esse pecado?", a sua resposta seria: "Pela cor do teu cabelo!" Evitava assim revelar o dom de discernimento dos espíritos com o qual a Providência o dotara.

Filipe obtinha de Deus o favor de muitos milagres, que o povo não deixava de relacionar com a eficácia das suas preces. Para evitar isso, arranjou uma grande bolsa, onde afirmava estarem preciosas relíquias. Tocava os enfermos com ela, e quando algum se curava, atribuía o facto ao poder das relíquias. Esse argumento convenceu a muitos, até o dia em que se fez uma grande descoberta: a sacola estava vazia!

São Filipe Néri deixou este



mundo aos 80 anos. O seu amor à Igreja, a sua entranhada devoção à Santa Missa e à Santíssima Virgem, somados à disposição de servir o próximo, produziram copiosos frutos. No dia de sua morte, 26 de maio de 1595, ainda celebrou Missa, atendeu várias confissões e manteve com os padres do Oratório umas últimas horas de convívio. Ao receber o Viático, pronunciou estas palavras, resumo da sua existência: "Eis a Fonte de toda a minha alegria!".

A Congregação por ele fundada, inovadora sob muitos aspectos, assumiu a missão de continuar a sua obra baseada na caridade, isenta de rígidas normas que poderiam cercar uma actividade evangelizadora exercida no meio do mundo, em benefício das almas imersas nas preocupações mundanas.



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



## Para os mais pequenos

Anónimo

### O Pássaro que enganou o Gato



Certo dia, um gato muito sabichão caminhava sobre o telhado de uma casa, quando avistou um canarinho asobiando, em um fio da rede elétrica.

“Ei! Belo pássaro cantor, já sabe da novidade?” Disse o bichano olhando para o alto.

“Que novidade?” Perguntou o passarinho, já desconfiado.

“Uma nova lei foi aprovada... Agora todos os bichos terão de ser amigos, não haverá mais rivalidade, nem presas, nem predadores e todos terão que viver em harmonia”.

“Sério?!!” Questionou o canário.

“Sim, e para comemorar, voe até aqui e venha-me dar um abraço, sejamos amigos!”.

“Tudo bem” disse o canário, “Vou pousar próximo à casinha do Rex, aquele grande pastor alemão ali no quintal e então nos abraçaremos e comemoraremos os três juntos”.

Ouvindo isto, o felino saltou tentando agarrar o pássaro, que voou rapidamente e gargalhou do gato.

“Lei nova... ha, ha, ha, ha!!!

O gato saiu frustrado e resmungando, pois não contava com a astúcia do pequeno pássaro.

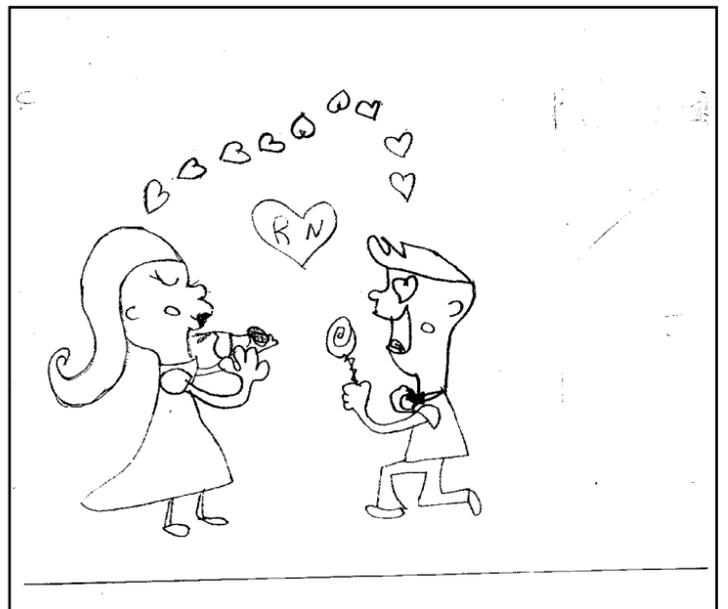


## Sopa de Letras de Países

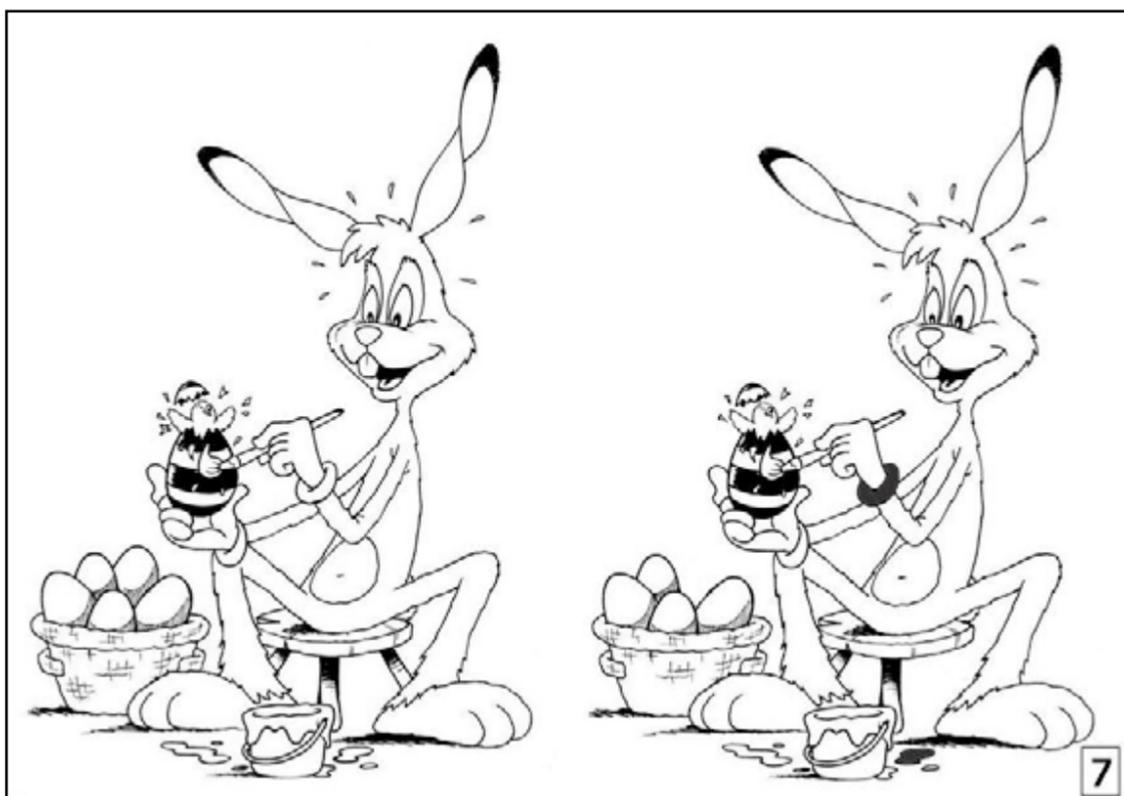
C	O	R	A	A	I	D	N	I	D	V	L	Q	F	U
D	J	N	N	L	P	N	S	B	F	G	M	Z	Y	J
E	G	H	G	A	U	S	T	R	A	L	I	A	U	D
O	B	O	O	G	Q	U	E	N	I	A	Y	V	Y	X
H	D	L	L	U	F	A	A	N	D	O	R	R	A	W
C	F	A	A	T	L	R	H	C	I	T	A	L	I	A
C	S	N	T	R	T	U	P	N	G	N	M	R	I	D
Z	T	D	S	O	T	H	X	G	A	A	E	S	T	T
M	W	A	L	P	J	U	E	E	R	M	E	N	K	D
I	A	Q	I	T	C	S	R	R	M	N	E	J	T	E
C	T	L	M	S	P	H	O	Q	O	B	H	L	T	R
H	D	E	A	A	S	C	I	D	U	V	U	W	A	A
I	S	C	N	S	O	U	N	N	R	I	H	R	E	D
L	M	H	S	S	I	R	G	A	B	A	B	G	Y	
E	A	N	D	L	Z	A	B	R	A	S	I	L	Y	O

- Portugal - Malasia - Espanha - Luxemburgo  
 Holanda - Andorra - Alemanha  
 Chile - Itália - Brasil - Angola  
 Índia - China - Quênia Austrália - Turquia - Rússia  
 Marrocos - Indonésia

## Imagem para colorir



## Descubra as 7 diferenças



## Sudoku - puzzle

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

 **Deus é Amor**  
Teresa Santiago

Jesus ensina a amar sempre mais, o Seu Coração ensina-nos a descobrir o Amor.

Todos conhecemos a passagem bíblica da morte de Jesus. O Amor aparentemente foi vencido pelo ódio. A dor da flagelação, da humilhação, do abandono. O povo que aplaudia Jesus condenou-O, influenciado pelos sumos sacerdotes judeus. O povo que recebeu Jesus como um grande líder, mudou de opinião. Julgou. Pilatos lavou as mãos, não quis comprometer-se, mas comprometeu-se. Jesus carrega na Cruz os pecados de todos nós.

Porque mudaram de opinião? Aqueles que na mesma semana O aclamaram dando vivas, na sua entrada triunfal em Jerusalém. Será que somos tão influenciáveis ? Gostamos de alguém, admiramos alguém, e um boato qualquer faz com que essa imagem seja destruída.

Como a inveja faz mal! Como a língua tem um poder destruidor.

São Filipe Néri era um padre conhecido pelas penitências criativas que dava aos seus fiéis. Certa vez uma mulher veio à confissão, dizendo que cometia o pecado de falar mal do próximo. São Filipe Néri ouviu atentamente a confissão da mulher, deu-lhe a seguinte penitência: ela deveria depenar uma

galinha pelas ruas de Roma, e depois deveria voltar para continuar a penitência. Assim fez a mulher.

Quando perguntou o que mais teria de fazer, São Filipe Néri respondeu: "Agora volta por todas as ruas pelas quais caminhaste e recolhe uma a uma as penas da galinha. Presta atenção não deixes uma pena sequer esquecida."

Respondeu a mulher: "Mas padre isso é impossível: tinha tanto vento que nunca poderei recolher todas as penas."

"Eu sei" - disse ele - "espero que tenhas compreendido a lição. A tua maledicência parece-se com essas penas. As palavras ditas sem compaixão espalham-se e depois não há como recolhê-las."

O boato e a intriga é assim: é devastador, destrói pessoas, famílias, casamentos, amizades. A palavra quando destrói fá-lo de forma cruel. Quantas pessoas se esforçam para destruir e não para construir!

São Paulo dizia que o Messias crucificado é um escândalo para os judeus e loucura para os gentios. Os chefes dos judeus, diziam que era um líder carismático, porém subversivo, perigoso.

A Cruz era a humilhação máxima. Antes, a coroação de espinhos, a flagelação - tudo para destruir a imagem desse novo líder, que surgia e representava



um perigo para o poder dominante.

Para Santa Teresinha do Menino Jesus, "a cruz é loucura de amor que se paga somente com amor!"

A Cruz é sinal de entrega. É a maior prova de amor. Os pecados dos homens estavam pregados naquele madeiro. Abraçar a cruz com amor é reconhecer que o Calvário precisará ser percorrido nesta vida terrena. Jesus enfrentou o ódio, a humilhação, a morte, para nos dar a paz. Jesus enfrentou os poderes mesquinhos para nos poder unir.

A conquista da paz está na acção quotidiana e na obediência ao ensinamento de Cristo. É o Seu Amor que nos une sempre. E a paz, que é fruto da Cruz e da Ressurreição.

São Paulo diz: "O amor é paciente, o amor é prestável. Não é invejoso, não é orgulhoso, nem arrogante. Nada faz de inconveniente, não procura seu próprio interesse, não se irrita, nem guarda ressentimento. Não se alegra com a injustiça, mas rejubila com a verdade. Tudo desculpa tudo crê, tudo espera, tudo suporta. Agora permanecem estas três coisas: a fé, a esperança e o amor, mas a maior delas é o amor."

Rezemos com a Palavra de Deus, pedindo ao Espírito Santo que encha os nossos corações, libertando-nos e fazendo-nos reencontrar o verdadeiro sentido da palavra Amor nas nossas vidas.



## Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de  
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

FARMÁCIA MARRAZES

Horas Seg - Sex: 8:45 - 20:00  
Sáb: 9:00 - 13:00

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

Telefone: 21 923 00 58



Intenções do Papa

Março  
2016

**UNIVERSAL: FAMÍLIAS EM DIFICULDADE**  
Para que as famílias em dificuldade recebam os apoios necessários e as crianças possam crescer em ambientes saudáveis e serenos.

**PELA EVANGELIZAÇÃO: CRISTÃOS PERSEGUIDOS**  
Para que os cristãos discriminados ou perseguidos por causa da sua fé permaneçam fortes e fiéis ao Evangelho, graças à oração incessante de toda a Igreja.

### Calendário Litúrgico - Março 2016 - Ano C

	Dia 6	Dia 13	Dia 20	Dia 27	<div style="text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">QUARESMA</h2>  <p style="font-size: small; margin-top: 10px;">"Quaresma é um tempo de especial graça, é tempo favorável para nos convertermos..."</p> </div>
	IV Domingo QUARESMA	V Domingo QUARESMA	DOMINGO DE RAMOS	PÁSCOA	
Leitura I	Jos 5, 9a.10-12	Is 43, 16-21	Is 50, 4-7	Actos 10, 34a.37-43	
	"Tendo entrado na terra prometida, o povo de Deus celebra a Páscoa"	«Vou realizar uma coisa nova: matarei a sede ao meu povo»	«Não desviei o meu rosto dos que Me ultrajavam, mas sei que não ficarei desiludido»	«Comemos e bebemos com Ele, depois de ter ressuscitado dos mortos»	
Salmo	136, 1-2.3.4-5.6	125, 1-6	21, 8-9.17-18a.19-20.23-24	117, 1-2.16ab-17.22-23	
	"Saboreai e vede como o Senhor é bom."	"O Senhor fez maravilhas em favor do seu povo."	"Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?"	Este é o dia que o Senhor fez: exultemos e cantemos de alegria."	
Leitura II	"2 Cor 5, 17-21"	Filip 3, 8-14	Filip 2, 6-11	Col 3, 1-4	
	«Por Cristo, Deus reconciliou-nos consigo»	«Por Cristo, considere todas as coisas como prejuízo, configurando-me à sua morte»	«Humilhou-Se a Si próprio; por isso Deus O exaltou»	«Aspirai às coisas do alto, onde está Cristo»	
Evangelho	Lc 15, 1-3.11-32	Jo 8, 1-11	Lc 22, 14-23, 56	Jo 20, 1-9	
	«Este teu irmão estava morto e voltou à vida»	«Quem de entre vós estiver sem pecado atire a primeira pedra»	Paixão de Nosso Senhor Jesus Cristo	«Ele tinha de ressuscitar dos mortos»	

## SERVIÇO PASTORAL E LITÚRGICO - MARÇO

**Dia 1 – Terça-feira da semana III**

11.00h Missa no Lar de Galamares  
18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.00h Oração do Grupo Carismático Nazaré

**Dia 2 – Quarta-feira da semana III**

14.30h Confissões no Lar Cardeal Cerejeira  
17.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Confissões em S. Miguel  
19.00h Missa em S. Miguel  
19.30h Missa rito Greco-Católico - S. Martinho  
21.00h Reunião da direcção do Agr. Escuteiros  
21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 3 – Quinta-feira da semana III**

15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira  
18.30h Confissões em S. Martinho  
19.00h Missa em S. Martinho  
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro  
21.30h Reunião do Secretariado da Catequese

**Dia 4 – Sexta-feira da semana III (1ª sexta)**

JORNADA PARA O SENHOR – Exp. SSmo. 9h-22h  
CONFISSÕES EM S. MIGUEL: das 9h30 às 11h30,  
das 16h às 19h e das 21h às 22h  
09.00h Missa em S. Miguel  
10.30h Reunião da Conf. S. Vicente de Paulo  
18.00h Tomada de Posse da Mesa Administrativa  
da Santa Casa da Misericórdia de Sintra  
18.15h Confissões, em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.30h Reunião do clero da UPS

**Dia 5 – Sábado da semana III**

15.00h Celebração da Palavra - Lar Asas Tap  
16.30h Missa em Manique  
16.30h Celebração da Palavra em Galamares  
18.00h Missa em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel

**Dia 6 – Domingo IV da Quaresma**

Encontro quaresmal dos adolescentes da UPS  
09.00h Missa na Abrunheira  
09.00h Celebração da Palavra em Janas  
09.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
10.15h Celebração da Palavra em Lourel  
10.15h Missa em S. Pedro e na Várzea  
11.30h Missa em S. Miguel  
12.00h Missa no Linho  
19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 7 – Segunda-feira da semana IV**

07.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Missa no Linho e Ramalhão

**Dia 8 – Terça-feira da semana IV**

11.00h Confissões Lar de Galamares  
18.30h Atendimento/Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.00h Missa com Grupo Nazaré, em S. Miguel  
21.00h ‘Conversas s/ Deus’ na Várzea e Abrunheira  
21.00h Reunião da Pastoral Juvenil Vicarial

**Dia 9 – Quarta-feira da semana IV**

17.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Confissões em S. Miguel  
19.00h Missa em S. Miguel  
21.00h ‘Conversas sobre Deus’ em S. Miguel e no Linho  
21.00h Atracção às Quartas – Igreja da Terrugem  
21.30h Ultreia em Cascais  
21.30h Reunião resp. Cateq. da Vigararia

**Dia 10 – Quinta-feira da semana IV**

10.00h Reunião do Clero da Vigararia  
16.00h Atendimento do Gota a gota  
18.30h Confissões em S. Martinho  
19.00h Missa em S. Martinho  
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro

**Dia 11 – Sexta-feira da semana IV**

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões  
10.30h Reunião de Conf. S. Vicente de Paulo  
18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro

**Dia 12 – Sábado IV (3º Aniv. Eleição do Papa)**

09.00h Encontro catequistas 1º ao 6º (Alfragide)  
15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap  
16.00h Concerto Coral Cons. Música de Sintra -  
S. Martinho  
16.30h Missa em Galamares  
16.30h Celebração da Palavra em Manique  
18.00h Missa em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel  
21.30h Reunião de Preparação para Baptismo

**Dia 13 – Domingo V da Quaresma**

09.15h **RETIRO QUARESMA** da U.P.S. em S. Miguel  
09.00h Missa na Abrunheira e Janas  
09.30h Missa rito Greco-Católico - S. Martinho  
10.15h Celebração da Palavra na Várzea  
10.15h Missa em S. Pedro e no Lourel  
11.30h Missa em S. Miguel  
12.00h Missa no Linho  
19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 14 – Segunda-feira da semana V**

07.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Missa no Linho e Ramalhão  
21.15h Reunião do Sec. Permanente (confirmar)

**Dia 15 – Terça-feira da semana V**

18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.00h Oração do Grupo Carismático Nazaré  
21.00h Encontro sobre Sínodo Dioc., S. Miguel

**Dia 16 – Quarta-feira da semana V**

17.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Confissões em S. Miguel  
19.00h Missa em S. Miguel  
19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
21.00h Reunião Geral de Catequistas  
21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 17 – Quinta-feira da semana V**

15.00h Missa no Lar do Oitão  
18.30h Confissões em S. Martinho  
19.00h Missa em S. Martinho  
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro  
21.30h Reunião dos MEC da U.P.S.

**Dia 18 – Sexta-feira da semana V**

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões  
18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro

**Dia 19 – Sábado da semana V – Dia do Pai**

15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap  
16.30h Missa em Manique  
16.30h Celebração da Palavra em Galamares  
18.00h Missa em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Miguel

**Dia 20 – Domingo de Ramos na Paixão do Senhor**

09.00h Missa na Abrunheira  
09.00h Celebração da Palavra em Janas  
09.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
10.15h Celebração da Palavra em Lourel  
10.15h Missa em S. Pedro e na Várzea  
11.15h Missa em S. Miguel (junto O. Cadaval)  
12.00h Missa no Linho  
19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 21 – Segunda-feira da Semana Santa**

07.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Missa no Linho e Ramalhão

**Dia 22 – Terça-feira da Semana Santa**

18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.00 Adoração do SSmo. com Grupo Nazaré

**Dia 23 – Quarta-feira da Semana Santa**

17.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Confissões em S. Miguel  
19.00h Missa em S. Miguel

**DIA 24 – QUINTA-FEIRA SANTA**

10.00h Missa Crismal na Sé Patriarcal, Lisboa

**TRÍDUO PASCAL**

19.30h **MISSA DA ÚLTIMA CEIA DO SENHOR**, em S. Pedro, seguida de procissão do Santíssimo para a capela de São Lázaro  
21.30h **MISSA DA ÚLTIMA CEIA DO SENHOR**, em S. Miguel

**DIA 25 – SEXTA-FEIRA SANTA**

(Peditório para ajudar os cristãos do Médio Oriente)  
10.00h Oração da Manhã (Laudes) em São Miguel  
15.00h **Celebração da MORTE DO SENHOR**, em S. Martinho  
15.00h **Celebração da MORTE DO SENHOR**, em S. Pedro  
21.15h Via Sacra da Correnteza para S. Martinho

**Dia 26 – SÁBADO SANTO**

10.00h Oração da Manhã (Laudes) em São Pedro  
21.15h **VIGÍLIA PASCAL da RESSUREIÇÃO, EM S. MIGUEL**

**Dia 27 – DOMINGO DE PÁSCOA**

+Início da hora de Verão – adianta 1 hora+  
09.00h Missa na Abrunheira e Janas  
10.15h Celebração da Palavra na Várzea  
10.15h Missa em S. Pedro e no Lourel  
11.30h Missa em S. Miguel  
12.00h Missa no Linho  
13.15h Missa na Penha Longa  
16.30h Missa em Galamares  
19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 28 – Segunda-feira da Oitava da Páscoa**

07.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Missa no Linho e no Ramalhão

**Dia 29 – Terça-feira da Oitava da Páscoa**

18.30h Confissões em S. Pedro  
19.00h Missa em S. Pedro  
21.00h Oração do Grupo Carismático Nazaré

**Dia 30 – Quarta-feira da Oitava da Páscoa**

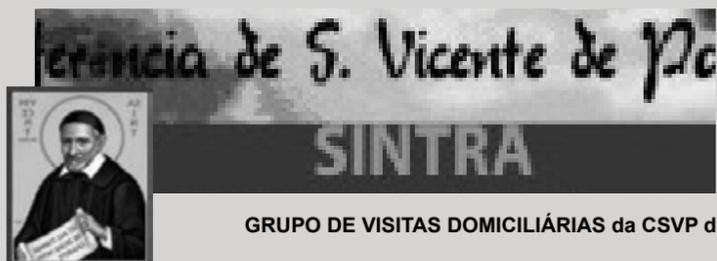
17.30h Missa em Monte Santos  
18.30h Confissões em S. Miguel  
19.00h Missa em S. Miguel  
19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
21.00h Reunião Com. Jubileu da Misericórdia  
21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 31 – Quinta-feira da Oitava da Páscoa**

14.30h Missa no Lar A 80  
15.00h Missa no Lar Asas Tap  
18.30h Confissões em S. Martinho  
19.00h Missa em S. Martinho  
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro

**PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:**

15 Abr: Início dos colóquios “Jesus Cristo rosto da Palavra”  
16 Mar: Festa do Perdão  
17 Mar: Assembleia Diocesana de Catequistas  
24 Mar: Almoço Janela a favor de Galamares



GRUPO DE VISITAS DOMICILIÁRIAS da CSVP da UPS

O Homem é por excelência aberto à relação com o próximo. A sua vida não deverá ser um poço de virtudes individualistas que busca prazer pessoal, mas sim viver segundo os mandamentos de Deus e os ensinamentos de Jesus Cristo, procurando sempre servir o próximo, praticando o amor cristão que se quer imediato, independente e gratuito, demonstrando com esta gratuidade a própria atitude de Jesus Cristo, que não veio para ser servido mas para servir. Este próximo tem a dignidade de pessoa, pois este não é apenas alguma coisa, mas alguém, porque foi criado à imagem de Deus. Uma sociedade só será justa se souber respeitar a dignidade do próximo sem qualquer tipo de discriminação.

O projeto de vida de São Vicente de Paulo foi uma vida de amor a Deus e de doação aos pobres em nome de Jesus Cristo, pois via Este em cada uma dessas pessoas e como tal tinham que ser tratadas como se fossem o próprio Jesus Cristo. Pobres são aqueles que carecem de algo material ou espiritual que é essencial e fundamental para a sua vida, e de acordo com os imperativos do Evangelho são portadores de uma dignidade que não se vende, não se transfere e do qual não se abdica.

Na Unidade Pastoral de Sintra através da Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim foi operacionalizado no final de 2015 o Grupo de Visitas Domiciliárias da CSVP da UPS. A missão deste grupo centra-se na visita domiciliária tendo em vista aliviar o sofrimento das pessoas que são vítimas do esquecimento, da exclusão e da adversidade, procurando deste modo, com a ajuda do Espírito Santo, dar testemunho de fé no amor alegre e libertador de Jesus Cristo. O grande objetivo será partilhar algo que lhes devolva a dignidade e integridade da pessoa humana em todas as suas dimensões, pois carecem de compreensão, de carinho, de amizade e de calor humano, permitindo-nos testemunhar a nossa fé através do amor ao próximo, inseparável do amor a Deus.

Como referido pelo Papa Francisco (12 de novembro de 2015) os leigos são discípulos de Cristo que, através do Batismo e da sua inserção no mundo, são chamados a animar todo o ambiente, atividade e relação humana segundo o espírito do Evangelho, levando a luz, a esperança e a caridade recebida de Cristo aos lugares que, caso contrário, ficariam sem a ação de Deus e abandonados na miséria da condição humana.

Desafiamos o leitor(a) a juntar-se a este grupo: (i) na identificação ou sinalização de pessoas que necessitem de ser visitadas ou achem que precisam de ser visitadas; (ii) como visitante(a); (iii) como doador(a) de equipamentos de apoio a acamados (i.e. colchões anti escaras, peles, arrastadeiras) que já não estejam a ser usados. Todas as situações serão analisadas e tratadas em confidencialidade.

O amor ao próximo não pode ficar somente em palavras, mas, sobretudo, deve ser vivido com ações verdadeiras e concretas (1 João 3:17,18).

**Carlos A. F. Macias**

**Vicentino e Coordenador do Grupo de Visitas Domiciliárias da CSVP da UPS**

**Ainda um pedido:** Se tiver alguns destes bens (micro-ondas, frigorífico, máquina de lavar roupa, usados ou não) e desejar doá-los à Conferência, contribuirá para a melhoria das condições habitacionais de alguns dos nossos protegidos mais carenciados. Bem haja!

Poderá contactar-nos pelo **TM 912 192 999** ou através do e-mail [conf.vicentina.penaferrim@gmail.com](mailto:conf.vicentina.penaferrim@gmail.com)

## Sínodo Lisboa 2016 - Guião 5 - Janeiro a Março de 2016

*“Evangelizadores com Espírito” (Ex. Apost. «A Alegria do Evangelho», Capítulo V)*

*Aqui continuamos a apresentar as questões extraídas do Guião 5, que está disponível no cartório paroquial em livro e também na internet em formato digital ([www.paroquias-sintra.pt](http://www.paroquias-sintra.pt)).*

*Os jovens podem encontrar na internet um outro guião, próprio para eles.*

### Oração

Invoco o Espírito Santo para que me inspire e me conduza, em liberdade e sem preconceitos, na leitura, na reflexão, na partilha e na concretização da Exortação Apostólica do Papa Francisco «A Alegria do Evangelho».

### Leitura e reflexão pessoal

Leio integralmente o Capítulo V [n.259-288] da Exortação Apostólica «A Alegria do Evangelho».

### Perguntas:

## II. Maria, a Mãe da evangelização

1. Que lugar ocupa Maria na nossa vida, individual e comunitária?

### . O dom de Jesus ao Seu povo

1. Como é que, na nossa vida pessoal, se manifesta a presença de Maria como referência de fé?

### . A Estrela da nova evangelização.

1. Com os olhos postos em Maria, modelo de evangelização, o que é que preciso mudar na maneira como entendemos e procuramos concretizar a evangelização?

2. O que é que tem de mudar na maneira como viemos e transmitimos a Boa Nova do Evangelho?

### Síntese

Faço a síntese das respostas dadas às questões anteriores, enriquecendo-a com outros contributos relevantes que tenham surgido no debate e na partilha, e respondo ao questionário online, até ao dia 31 de Março de 2016, no endereço: [sinodo2016.patriarcado-lisboa.pt](http://sinodo2016.patriarcado-lisboa.pt)

Em alternativa, e até à mesma data, poderei enviar a síntese para o endereço de e-mail: [sinodo2016@patriarcado-lisboa.pt](mailto:sinodo2016@patriarcado-lisboa.pt)

### Concretização / Compromisso / Acção

Depois de ter dado este primeiro “primeiro passo” – na oração, na leitura e no diálogo – rumo ao Sínodo diocesano, comprometo-me com um gesto concreto:

Por exemplo: na oração, peço ao Espírito Santo que me ilumine e me ajude a concretizar, pessoalmente ou em grupo, uma acção de evangelização (“ensaio” missionário) no meu prédio, no meu bairro ou na minha terra.

*P. Jorge Doutor*



**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





## Tão inteligentes que eles eram

Inês Teotónio Pereira

**P**or mim, eu parava de elogiar a criança. E se eles fossem inteligentes nunca, jamais, lhes revelaria tal descoberta. Escondia a informação e até pedia a ajuda da Comissão Nacional de Proteção de Dados para garantir o sigilo.

Quando os professores dos meus filhos escrevem nas avaliações que eles são muito inteligentes, levo as mãos à cabeça. Ao princípio, quando era mais novinha e menos experiente nesta lide maternal, ficava toda orgulhosa: "Ah, que maravilha, este meu rico menino é tão inteligente. Aprende tudo à primeira. Já o estou a ver a ganhar o Nobel." Foi assim durante anos. O facto de os professores reconhecerem a inteligência da minha criança era um consolo e, achava eu, o quanto baste. Depois cresci. Cresci eu e cresceram eles. E foi então, mais ou menos por esta altura, que percebi o óbvio: a inteligência é como a farinha, não serve para nada sozinha. Aliás, a inteligência, sozinha, morre. Ora, os meus filhos inteligentes andam todos a dormir à sombra da inteligência que os professores lhes deram há anos. E isso chega-lhes. Houve um dia, quando eles ainda lutavam para aprender a ler e a fazer contas de dividir com dois números, que alguém lhes ditou uma espécie de passaporte para o ócio: "Tu és muito inteligente, se quiseres consegues melhores resultados." E todos os trimestres, com cada um deles, é a mesma coisa: "Tu és muito inteligente, se trabalhares vais longe, só tens de querer." É o fim. Este reconhecimento de inteligência, que do ponto de vista dos professores serve para encorajar e motivar a miudagem, tem nos meus filhos o efeito contrário: eles enroscam-se na inteligência e trabalhar, que é bom, nada. Acham que não têm mais nada para provar e ficam pacientemente à espera que uma vontade vinda do além os faça trabalhar. E enquanto a vontade não chega, descansam.

Por mim, e desculpem os professores pelo atrevimento do conselho, eu parava de elogiar a criança. E se eles forem inteligentes nunca, jamais, lhes revelaria tal descoberta. Escondia a informação e até pedia ajuda à Comissão Nacional de Proteção de Dados para garantir o sigilo. As crianças não têm maturidade para lidar com uma informação tão preciosa quanto esta. Se elas forem de facto inteligentes, não precisam que ninguém lhes diga; se não forem, muito menos precisam.

Uma criança com o rótulo de inteligente na testa acha que se conseguirá safar em qualquer circunstância. De facto, eles até vão passando de ano, até se safam nos exames, conseguem aguentar-se estudando apenas na véspera, apanham meia dúzia de coisas que os professores dizem nas aulas e, muitas vezes, até conseguem inventar outras tantas, revelando a sua inteligência e criatividade. Mas mais tarde ou mais cedo, a farrá acaba. E quando lhes são exigidos hábitos de trabalho, treino e responsabilidade, eles nem sabem o que isso quer dizer.



A verdade é que para qualquer miúdo, inteligente ou não, o que conta na escola e na vida é a responsabilidade, a capacidade de trabalho e o esforço. E isso treina-se. A inteligência pode ajudar mas, em qualquer caso, é apenas um acessório. O mundo dos crescidos está cheio de crianças inteligentes que nunca acharam que fosse preciso esforçar-se, pois bastava-lhes a inteligência, e por isso ficaram a meio caminho do sítio onde queriam chegar. Afinal, nunca passaram de uma promessa.

Há uma altura na vida escolar e, depois, na vida profissional que o trabalho e a persistência dão 100 a zero à inteligência. E é aí que os nossos filhos inteligentes se arriscam a ficar para trás, agarradinhos à sua almofada de inteligência e a suspirar por um futuro e por uma vontade de trabalhar que não há maneira de cair do céu. É que é preciso ser-se esperto para usar a inteligência.

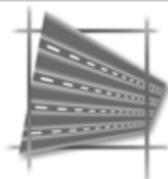
### SABE CALCULAR A DATA DO DOMINGO DE PÁSCOA?

*"O Concílio de Niceia (325 d.C.) fixou a data da Páscoa no primeiro domingo após a primeira Lua Cheia da Primavera."*

Além disso:

- A data da Páscoa nunca pode ocorrer antes de 22 de Março nem depois de 25 de Abril. Se ultrapassar este último limite, passa para o domingo anterior.

- O dia de Carnaval, é 47 dias antes da Páscoa. O Dia da Ascensão, numa quinta-feira, 39 dias depois. O Domingo de Pentecostes, 49 dias depois. O Corpo de Deus, numa quinta-feira, 60 dias depois.



ESTORES  
BANDARRA L.D.A.

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

Recta da Granja, Lote 6  
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119  
www.estoresbandarra.com

## Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Avº Adriano Júlio Coelho ~ Estefânia ~ 2710-518 SINTRA

::: cruzalta@paroquias-sintra.pt :::

Tel: 219 244 744



Paróquia de Santa Maria e São Miguel

Paróquia de São Martinho

Paróquia de São Pedro de Penaferrim

## Ficha Técnica

Nº DL 355534/13

### Direção:

P. Armindo Reis; P. Jorge Doutor,  
Mafalda Pedro; Graça e Álvaro Camara  
de Sousa;  
Rui Antunes; José Pedro Salema;

### Jornalista:

Rita Goja

### Colaboração:

Miguel Forjaz; Teresa Santiago;  
P. Armindo Reis; Carmo Borges;  
Rita Gôja; P. Jorge Doutor;  
Conf S. Vicente de Paulo; Vítor Cabrita;  
Catarina Bettencourt; Matilde Carvalho;  
Anabela Macias; Diác. Joaquim Craveiro;  
Inês Teotónio Pereira;

### Fotografia:

Arquivo Cruz Alta;; P. Jorge Doutor;  
Mafalda Pedro; Rui Antunes.

### Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Pedro Martins;  
Rita Carvalho; Rui Antunes;

### Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

### Área financeira:

Mafalda Pedro.

### Distribuição e assinaturas:

João Valbordo; Manuel Sequeira;

### Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa  
926 890 565  
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.pt

### Impressão:

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

Tiragem deste número:  
2000 exemplares



## SANTA CATARINA DA SUÉCIA

Santa Catarina viveu entre 1331 e 1381. A sua vida e obra é inseparável da de Santa Brígida, sua mãe, sendo ela a sua quarta filha de oito. Foi discípula e fiel seguidora de sua mãe, após a morte prematura do marido, um nobre com quem casou ainda muito jovem. Depois do falecimento do pai, Catarina vê a mãe partir para Roma, rumo à vida religiosa. Decide então juntar-se à mãe em Roma, faz os votos e vestem o mesmo hábito

de religiosas. Acompanhou a mãe em todo o trabalho evangelizador e caritativo e juntas fundaram o mosteiro de Valds-tena, na Suécia.

Santa Brígida era, assim, a abadessa da ordem de São Salvador, por elas fundada, cujas religiosas são chamadas de Brigidinas. Catarina estava em peregrinação à Terra Santa quando sua mãe morreu em Roma. De regresso, acompanhou o corpo de volta à Suécia, onde foi aclamado

por todos, que já lhe reconheciam gestos de santidade. Foi a própria filha que, pouco tempo depois, requereu ao Papa a canonização de sua mãe, de quem já muitos afirmavam ter alcançado graças por sua intercessão.

Durante os cinco anos que permaneceu em Roma, Catarina viveu sempre num convento, onde primava pela simplicidade e pela caridade junto dos mais necessitados e doentes. Voltou então à

Suécia, gravemente doente, mas ainda assim, mantendo as responsabilidades como abadessa das Brigidinas até à data da sua morte, 24 de Março de 1381.

Só em 1484 o Papa Inocêncio VIII confirmou o culto a Santa Catarina da Suécia, mas já por toda a Europa era venerada.

Oração a santa Catarina da Suécia:

"Dignai-vos meu Deus, permitir que eu tenha em Santa



ST. CATHERINE OF SWEDEN

Catarina da Suécia uma poderosa e eficaz advogada, diante de Vosso poder, a fim de que seja afastado de mim o mal que me ameaça. Que ela me conduza, pela sua protecção, são e salvo, através de todos os perigos, a fim de mostrarme a glória do Vosso nome, e para que eu possa louvar-Vos, meu Deus, eternamente. Peço-vos por Nosso Senhor Jesus Cristo. Que assim seja!"

## À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO

O Cruz Alta iniciou em 2015 uma secção dedicada à descoberta do nosso património, por vezes pouco apreciado por quem está tão próximo dele.

Descubra neste mês de onde é esta representação do Agnus Dei!



No mês passado a imagem foi impressa sem nitidez, pelo que a voltamos a publicar ao lado.

Era um fecho de abóbada da igreja de Santa Maria, um medalhão em pedra representando um rosto de cuja face saem dois dragões.



## Jornada para o Senhor

Igreja Jubilar de S. Miguel de Sintra  
4 de Março de 2016



Jubileu da Misericórdia

9h – Missa

9h30 – Início da Exposição do Santíssimo

10h-22h – Escala hora a hora de adoração,

garantida pelos diversos grupos e serviços da Unidade Pastoral de Sintra

Em simultâneo haverá a presença de sacerdotes para confessar, das 9h30 às 11h30; das 16h00 às 19h00; das 21h00 às 22h00

"A iniciativa «24 horas para o Senhor», que será celebrada na sexta-feira e no sábado anteriores ao IV Domingo da Quaresma, deve ser incrementada nas dioceses. Há muitas pessoas – e, em grande número, jovens – que estão a aproximar-se do sacramento da Reconciliação e que frequentemente, nesta experiência, reencontram o caminho para voltar ao Senhor, viver um momento de intensa oração e redescobrir o sentido da sua vida. Com convicção, ponhamos novamente no centro o sacramento da Reconciliação, porque permite tocar sensivelmente a grandeza da misericórdia. Será, para cada penitente, fonte de verdadeira paz interior." (Papa Francisco, Bula *Misericordiae Vultus*, 17)



## 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