



# Cruz Alta



ABRIL  
2016

Edição nº 135 - Ano XIV  
Director: P. Armindo Reis

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

Distribuição Gratuita

## PEREGRINAÇÃO À SÉ

30 DE ABRIL 2016

caminhada e comboio

### JUBILEU DA MISERICÓRDIA



- 08h00 - Oração na igreja de S. Miguel de Sintra
- 08h50 - Ida de comboio (Portela de Sintra - Rossio)
- 09h50 - Oração na Igreja de S. Nicolau
- 10h45 Sé de Lisboa
- 12h30 - Regresso de comboio (Rossio - Portela de Sintra)
- 13h30 - Chegada a Sintra
- 14h30 - Confissões na igreja de S. Miguel

Inscrição no Cartório de S. Miguel (tel.:219 244 744) ou por email: [sao.miguel@paroquias-sintra.pt](mailto:sao.miguel@paroquias-sintra.pt)  
Custo 2,50€ (Incluí Bilhete CP)



Retiro UPS  
"OÁSIS"  
Reportagem

Página 4



Inauguração  
Igreja  
Mem Martins

Página 3



ACISJF  
Campanha  
do  
Laço Azul

Página 6



## Assembleia Diocesana de Catequistas

*Catequistas de Lisboa vivem o Jubileu da misericórdia em caminhada Sinodal*

**17 de abril 2016**  
Pavilhão multiusos de Torres Vedras

- 09:30 - Acolhimento
- 10:00 - Oração Inicial
- 10:30 - Partilha das Vigararias
- 13:00 - Almoço
- 14:30 - A alegria do Encontro com Jesus Cristo
- 16:00 - Eucaristia presidida pelo Sr. Patriarca

Marco Ivan Ruppik - Pentecostas Capela Episcopal de Tenerife, Maio 2010





VICENTINOS  
Património dos Pobres

Página 14



SEMANA SANTA  
Testemunho

Páginas Centrais



**Editorial**  
José Pedro Salema

## Depois da Páscoa!

Sinto a sensação estranha de ter passado estes dias que antecederam a Páscoa, baralhado e confuso, à procura de perceber o sentido da morte de Jesus, e a Sua Ressurreição para uma nova Vida, que é Eterna.

Em cada Eucaristia que participo, arrepio-me sempre que passa o momento da consagração e ... "MISTÉRIO DA FÉ"... E logo depois a Oração Eucarística continua: "alimentando-nos com o Corpo e o Sangue do vosso Filho, sejamos repletos do Espírito Santo e nos tornemos em Cristo um só corpo e um só espírito".

Este é o Mistério que tanto me seduz na Missa, e que me faz pensar muitas vezes neste sentimento: Será que Deus, somos todos nós, unidos como um só corpo?

Será que quando Cristo partiu para o Pai e nos disse que nos enviava o Espírito Santo, cuja Missão é ajudar-nos a caminhar na vida com os ensinamentos de Cristo, para que vivamos, como dizia São Paulo, "já não sou eu que vivo, mas sim Cristo dentro de mim", queria dizer isso mesmo?

Será que o pedacinho de Deus que habita em mim, mais o pedacinho de Deus

Ânimo significa:  
**DEUS**  
dentro  
de **MIM**



que habita em ti, mais o pedacinho de Deus que habita em cada um dos outros todos... será?

E fica a convicção de que a minha relação com Deus será tanto mais próxima e íntima, quanto mais conseguir iluminar este pedacinho de Deus que existe em mim! É isso que Ele quer despertar em mim, e nos outros todos. Por isso a importância, e a responsabilidade, de dar a conhecer Cristo e a Sua mensagem, pelo menos com a minha conduta e exemplo, com o meu ardor e entrega, com a minha oração.

Recordo estas palavras reconfortantes de Madre Angélica: "A fé é a força que te empurra para começar; a esperança a virtude que te motiva a continuar e o amor é o sentimento que leva até ao fim".

Vou aproveitar este Tempo Pascal, até ao Pentecostes, para entender um pouco mais o significado deste Espírito que nos foi enviado do Céu, e que desceu até nós. Qual o acolhimento que teve no meu coração, na minha alma, no pedacinho de Deus que vive em mim?



**Os Nossos Padres**  
Pe. Armindo Reis

## Quinta feira Santa, O DIA DO SACERDÓCIO

Por que existem padres na Igreja Católica?

O sacerdócio como mediação entre o humano e o divino é algo com origens muito remotas e comum a muitas religiões antigas. Também o judaísmo do tempo de Jesus tinha os seus sacerdotes cuja missão estava praticamente circunscrita aos ritos sacrificiais no templo de Jerusalém. Ofereciam animais sobre o altar do templo, pedindo a Deus que por esse sacrifício escutasse as preces de quem os tinha oferecido. Os sacerdotes pertenciam a uma classe social, os saduceus, sendo portanto descendentes de sacerdotes. O ministério da palavra não lhes pertencia, estava a cargo dos escribas e doutores da Lei.

Jesus assume-se como sacerdote, não dos que ofereciam animais, mas oferecendo-se a Si mesmo ao Pai. Assume-se também como profeta, interpretando as escrituras e pregando ao povo. E ainda como rei, na medida em que se propõe conduzir um povo. Em Jesus unem-se estas três dimensões que eram distintas na sociedade judaica a que pertencia.

O projeto de Jesus, como Cristo, traduziu-se na comunicação dessas três dimensões ao seu povo, mais tarde



apelidado de igreja (povo convocado por Deus). Escolheu doze apóstolos para que garantissem a continuidade na construção do seu Reino. São esses apóstolos a quem na sua última ceia pascal confia o memorial da sua oferta sacrificial na cruz, o essencial da sua pregação e o mandamento da caridade. É dessa última ceia que nasce o sacerdócio cristão, sem ligação direta ao sacerdócio judaico, mas à triplice missão de Cristo. Todo o Povo de Deus participa desse sacerdócio enquanto membro do Corpo de Cristo, mas os apóstolos e os seus sucessores, bispos ou padres, recebem o ministério de garantir a realização desse sacerdócio à mesma Igreja, sobretudo pela presidência da Eucaristia, memorial da Páscoa do Senhor.

Os presbíteros ou padres têm assim a missão de colaborar com o bispo nesse ministério junto do Povo de

Deus. Como o bispo não pode chegar a todas as comunidades da sua diocese, escolhe homens que com ele partilhem esse ministério sacerdotal.

Na Igreja Católica ocidental o ministério sacerdotal é acompanhado de dois votos, o da obediência, para garantir a comunhão com o bispo e o de celibato, para assegurar uma entrega total ao serviço da Comunidade à qual se destina. Nas ordens religiosas ainda juntam o voto de pobreza para assegurar que todos os bens são partilhados.

É na Missa Crismal, quinta-feira santa de manhã que os sacerdotes renovam o compromisso que fizeram na Ordenação, junto do seu Bispo, sendo por isso esse o dia do sacerdócio católico.

Aproveito este espaço do Cruz Alta para agradecer a todos os que rezaram por nós e nos felicitaram nesse dia.



**A melhor parte**  
Diác. Joaquim Craveiro

## Pelo Cordeiro imolado, passamos da morte à Vida

**Neste tempo propício da Páscoa convidamos a visitar os escritos dos Padres da Igreja Primitiva. Tempos áureos de consolidação da Igreja e da Fé em Jesus ressuscitado.**

"O mistério pascal é um mistério novo e antigo, eterno e transitório, corruptível e incorruptível, mortal e imortal.

É mistério antigo em relação à Lei, novo em relação à Palavra encarnada; é transitório na sua figura, eterno pela graça; é corruptível pela

imolação do cordeiro, incorruptível pela vida do Senhor; é mortal pela sua sepultura na terra, imortal pela sua ressurreição de entre os mortos.

A Lei é antiga, mas a Palavra é nova; a figura é transitória, mas a graça é eterna; corruptível o cordeiro, incorruptível o Senhor, que foi imolado como cordeiro, mas ressuscitou como Deus.

Na verdade, era como ovelha conduzida ao matadouro e, contudo não era ovelha; era como cordeiro sem voz e no entanto não era cordeiro. Com efeito, passou a figura e

apareceu a realidade perfeita: em vez de um cordeiro, Deus; em vez de ovelha, o homem; no homem, porém, apareceu Cristo que tudo abrange.

Por consequência, a imolação da ovelha, a celebração da Páscoa e a escritura da Lei tiveram a sua perfeita realização em Jesus Cristo; porque tudo o que acontecia na antiga Lei se referia a Ele, e mais ainda na ordem nova, para Ele tudo converge.

Com efeito, a Lei fez-se Palavra e, sendo antiga, tornou-se nova; o preceito deu lugar à graça, a figura transformou-

se em realidade, o cordeiro em Filho, a ovelha em homem e o homem em Deus.

O Senhor, sendo Deus, fez-se homem e, tendo sofrido em vez do enfermo, tendo sido encarcerado em vez do prisioneiro, tendo sido condenado em vez do criminoso e sepultado em vez do que jazia no sepulcro, ressuscitou dos mortos e exclamou: Eu libertei o condenado, dei a vida ao morto, ressuscitei o que estava sepultado. Eu sou Cristo, Aquele que destruiu a morte, que venceu o inimigo, que calçou aos pés o inferno, e arre-



batou o homem para as alturas dos Céus; Eu sou Cristo.

Eu vos elevarei até às alturas dos Céus; Eu vos ressuscitarei e vos mostrarei o Pai que está nos Céus; Eu vos exaltarei pela minha mão direita".

In, Homilia de Melitão de Sardes, Séc.II, 2ª feira da Páscoa (LH-II)

# Inauguração da Igreja de Mem Martins, dia 3 de Abril

A comunidade paroquial de São José de Algueirão - Mem Martins - Mercês alegrou-se com a realização de um sonho já muito antigo, a inauguração da nova igreja em Mem Martins.

A Paróquia é relativamente recente, separou-se de São Pedro de Penaferrim em 1962, mas o crescimento populacional fez que a igreja de Algueirão rapidamente se tornasse pequena e em Mem

Martins apenas existia a capela de Nossa Senhora da Natividade.

A nova igreja, é um espaço amplo e moderno, que muito contribuirá para o desenvolvimento pastoral da Paróquia.

O projeto ainda contempla uma segunda fase de construção de instalações pastorais, mas já possui salas de catequese e capela mortuária.

A Paróquia de São Pedro, como boa "mãe" não pode deixar de se congratular com este novo passo da Paróquia de Algueirão - Mem Martins. Bem hajam todos os que trabalharam pela realização deste projeto.

A inauguração começará com uma caminhada desde a capela de Mem Martins, às 15h00, e Missa na nova igreja às 15h30.





Núcleo Rotário de Desenvolvimento Comunitário

## Visita ao Palácio Nacional de Sintra

1 de Maio de 2016



10H | Ponto de encontro Largo Rainha D. Amélia (em frente ao palácio)

<p><b>Valor da Inscrição</b></p> <p>Adultos: 3 € + 1 Produto de Higiene</p> <p>Crianças até aos 12 anos: 1 €</p>	<p><b>Inscrições para</b></p> <p>- 938 694 560</p> <p>- 965 720 023</p> <p>nucleo.nrdc.sintra@gmail.com</p>
--	---

A Visita será guiada  
O valor da inscrição é um donativo para instituições de cariz solidário




## Peregrinação à Sé de Lisboa

Caminhada e Comboio

### JUBILEU DA MISERICÓRDIA

## 30 de ABRIL

8h00 Oração na igreja de S. Miguel de Sintra  
8h50 Ida de comboio (Portela de Sintra - Rossio)  
9h50 Oração na Igreja de S. Nicolau  
10h45 Sé de Lisboa  
12h30 Regresso de comboio (Rossio - Portela de Sintra)  
13h30 Chegada a Sintra  
14h30 Confissões na igreja de S. Miguel





Inscrições no Cartório Paroquial  
Tel: 219 244 744 || 966 223 785  
Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

Custo: 2,50€ (inclui bilhete CP)



## NOS DESERTOS DA VIDA SER OÁSIS DA MISERICÓRDIA

Retiro Quaresmal da UPS

A Igreja é insistentemente incentivada pelo Papa Francisco a constituir-se como um oásis de Misericórdia no qual se sintam acolhidos e reconfortados os homens e as mulheres de todas as raças, credos, condições económicas e sociais. Na concretização desse propósito, indispensável é que cada cristão se assuma como parte integrante desse oásis, como palmeira que acolhe à sua sombra protectora os que se arrastam, exaustos e, tantas vezes, vencidos, pelos desertos da vida e como água que os dessedenta e revitaliza, levando-lhes o amor Jesus Cristo, fonte da água viva e primeira verdade da Igreja. O modo de realizar essa missão centra-se na observância, prática e efectiva, das Obras de Misericórdia, para a qual somos particularmente despertados, neste Ano Jubilar.

Constituíram, assim, estas o percurso pelo qual o Padre Manuel Barbosa – Sacerdote do Coração de Jesus (Dehonianos) – nos conduziu, no Retiro Quaresmal da nossa Unidade Pastoral,

que teve lugar, em 15 de Março, nas instalações da Igreja de São Miguel. Desde o início da manhã e após a Oração de Laudes, foram as 14 Obras de Misericórdia alvo de análise e meditação, quer em termos gerais, quer cada uma de per si, numa perspectiva não puramente teórica ou abstracta, mas centrada no modo concreto da sua realização na vida de cada um, tendo sempre presente que aquele que nos é proposto acolher, assistir ou apoiar é a personificação de Cristo, como repetidamente nos é ensinado, designadamente nos versículos 31 e seguintes do capítulo 25 do Evangelho segundo S. Mateus.

Este propósito – ilustrado com diversos cânticos apresentados pelo orientador do Retiro, com letras plenas de significado para os temas da reflexão –, veio a ser reforçado, ao final da manhã, com a participação na Celebração Eucarística da Comunidade. Seguiu-se o almoço, esmeradamente preparado, como é habitual, pelo Grupo Janela, prosseguindo, durante a

tarde, os trabalhos do Retiro. Na prática das Obras de Misericórdia, a primeira barreira a superar é, sem dúvida, a da indiferença – um dos grandes problemas com que se debate a nossa sociedade actual, mais voltada para o comodismo e o hedonismo, do que para o “estender da mão” ao irmão carenciado que encontremos nos caminhos da vida. E, mesmo, a consciencialização de que, para além do gesto de amor devido em resposta aos casos que se nos deparem, a missão do cristão implica ir ao encontro dessas situações de carência, colaborando, segundo as suas capacidades e possibilidades, no sentido da respectiva superação.

Encontramos aí o exemplo de quantos que se dedicaram e dedicam a atender às necessidades dos outros, em especial, dos pobres e enfermos – de que, neste momento, podemos recordar, de forma especial, a Beata Teresa de Calcutá, cuja canonização em breve ocorrerá –, mas, em todos os tempos, o de tantos e



tantos voluntários que, nos mais diversos campos e nas mais longínquas periferias, disponibilizam as suas vidas e, muitas vezes, as colocam em risco e, mesmo, as perdem, com o único propósito de fazerem chegar às vítimas, tanto de catástrofes naturais como de conflitos que a mão do homem faz proliferar, meios para satisfação das suas mais básicas necessidades e uma presença que amorosamente os conforta.

Não poderemos, é certo, dar solução a todos os problemas, nem melhorar tudo o que desejaríamos. Mas, o

pouco que nos seja possível concretizar será importante, quem sabe mesmo se decisivo, para aqueles irmãos que as nossas mãos acolham ou o nosso olhar toque. Como súplica da lição deste dia, bem podemos reter o refrão de um dos cânticos trazidos pelo Padre Manuel Barbosa:

“Nas nossas mãos, Tu és o Pão  
Nas nossas mãos, Tu és a Vida,  
Abre as nossas mãos para dar o Pão  
Abre as nossas mãos para dar a Vida.”

Hernâni Loureiro

## TOMADA DE POSSE DOS CORPOS SOCIAIS DA MISERICÓRDIA DE SINTRA

2016/2019

Teve lugar, no dia quatro de março, a Cerimónia de Tomada de Posse dos Corpos Sociais da Santa Casa da Misericórdia de Sintra para o mandato 2016-2019. Em resultado das eleições, foram reeleitos, como Presidente da Assembleia Geral, Dr. Salvador Corrêa de Sá, como Presidente do Definitório, Dr. Carlos Alberto do Couto Marques e para o cargo de Provedor, Dr. João Lacerda Tavares, que inicia assim o seu quarto mandato

ao serviço da Instituição.

A cerimónia contou com um momento de oração dirigido pelo Pároco Armindo Reis, também Irmão da Instituição e com o juramento conjunto dos Corpos Sociais.

O Presidente da Assembleia Geral deu as boas vindas a todos os convidados e a todos os Irmãos, agradecendo e apresentando um voto de confiança e de reconhecimento aos Corpos Sociais que tomaram posse.

O Provedor, João Lacerda

Tavares, dirigiu-se aos presentes, assumindo mais um mandato de comprometimento e dedicação à comunidade de Sintra, relembrando que a grande prioridade da Instituição será sempre garantir o bem-estar, o conforto e a qualidade de vida dos utentes, através de serviços de excelência e de cuidados especializados. Para tal, destacou a importância das sinergias com a Autarquia e a Segurança Social e, agradeceu o contributo destes parceiros, assim como, da Irmandade e dos funcionários da Instituição.

O Senhor Presidente da Câmara Municipal de Sintra, Dr. Basílio Horta, proferiu palavras de apreço ao trabalho social desenvolvido pela Misericórdia, destacando vários serviços de interesse público, para a população sintrense.



**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)





**Consultório Médico**  
Miguel Forjaz, Médico

## Anticoagulação

**T**rata-se de um tratamento medicamentoso que tem como objectivo diminuir a formação de coágulos dentro do coração ou dos vasos sanguíneos (artérias e veias) prevenindo a sua obstrução.

A coagulação é um processo natural que permite ao organismo combater as perdas de sangue em caso de hemorragia. É uma sequência complexa de reacções químicas (vitamina K, factores de coagulação) que resultam na formação de um coágulo de fibrina. Por exemplo, num caso de um corte num dedo, em que um vaso sanguíneo é danificado, o organismo forma um coágulo de fibrina que leva a parar

a hemorragia e ajuda a reparar o tecido sanguíneo danificado. No entanto, existem várias doenças que aumentam a capacidade do sangue de formar coágulos mesmo dentro do coração e nos vasos sanguíneos. Estes coágulos "perigosos" podem ser lançados na circulação e obstruir uma artéria, veia ou válvula cardíaca artificial, podendo provocar graves problemas agudos para a saúde, como por exemplo uma embolia pulmonar, ou um acidente vascular cerebral. Para evitar estes problemas utiliza-se a medicação anticoagulante oral (comprimidos) ou subcutânea, injectável de baixo da pele (em casa) ou injectável na veia (no hos-

pital). Os anticoagulantes fazem com que o sangue demore mais tempo a coagular.

Em que doenças ou situações é necessário o uso de anticoagulantes?

Arritmias (Fibrilhação auricular); aneurismas cardíacos, trombose profunda das pernas, embolia pulmonar, infarto do miocárdio, acidente vascular trombo-embólico, doenças de obstrução das artérias, sendo esta situação mais frequente em fumadores.

Nem sempre são doenças, como é o caso das próteses mecânicas de válvulas cardíacas que, por serem feitas de material não biológico, têm maior propensão à formação de coágulos.

É na prevenção destes acidentes que se usam os anticoagulantes, como a Varfarina (varfine, Sintrom) e outros agora mais recentes. Eles actuam no metabolismo da vitamina K que é necessária para a actuação dos factores de coagulação, diminuindo a produção destes factores. Se o doente estiver anticoagu-

lado em excesso, as complicações mais frequentes deste tratamento são as hemorragias. Estas podem ocorrer sem golpes ou feridas aparentes. Podem manifestar-se como uma perda anormal de sangue pelo nariz, nas gengivas, derrame nos olhos, urina com sangue, fezes escuras, ou nódoas negras ou hematomas sem traumatismos. Assim, urgentemente, terá que reduzir o tratamento e falar com o seu médico. Pelo contrário, se estiver a tomar uma dose baixa, está em risco de sofrer uma trombose ou embolia devido à possibilidade de formação de um coágulo.

Cada pessoa necessita de uma determinada dose e é variável para cada caso. A realização periódica de vigilância de anticoagulação, faz-se através de uma análise periódica, o INR, que permite ao seu médico definir a dose diária a tomar. O doente anticoagulado não deve alterar a dose por sua iniciativa sem que tenha recebido formação específica para o seu autocontrolo.

Se estiver a tomar

este tipo de medicamentos (varfine por ex.) deve ter alguns cuidados: Não deve exagerar no álcool e no tabaco, no exercício físico e deve evitar quedas ou traumatismos. Deve ter uma dieta equilibrada. Há alimentos ricos em vitamina K que podem diminuir o efeito destes medicamentos, como os legumes verdes em geral, chá verde, café de cevada e cerveja, entre outros. Existem também medicamentos que podem interferir com o varfine, alterando o seu INR. Se tiver dores ou febre, o Paracetamol pode tomar, mas a aspirina e outros anti-inflamatórios em geral não estão indicados. O valor do INR deve estar entre 2 a 3, valor terapêutico ideal. Existem actualmente anticoagulantes orais que dispensam este controlo laboratorial, mas essa mudança deve ser decidida pelo seu médico. Se for extrair um dente ou fazer algum exame que possa implicar uma hemorragia, deve avisar o médico, reduzindo ou suspendendo a toma do comprimido uns dias antes. ■



## A Minha Vivência Escutista

Mariana Monteiro, exploradora  
Agrupamento 1134 - Sintra

**S**er escuteira é uma experiência inesquecível. É aqui onde aprendemos a ter o espírito de liderança, o trabalho em equipa e a vivência em grupo. Desde lobitos que começamos a aprender pequenos nós, a montar as tendas sozinhos, a começar a perceber como se fazem construções ou a saber onde é o Norte na bússola.

Quando chegamos a exploradores aprendemos a fazer vários tipos de fogueiras, a guiarmo-nos com um mapa e uma bússola, a tirar azimutes, a seguir pistas ou identificar constelações. Acampamos umas seis vezes por ano e fazemos

as nossas próprias construções.

A melhor parte de ser escuteira é poder estar em contacto com a natureza, rodeada com o menos possível e mesmo assim divertir-nos imenso com troncos e um pedaço de sisal, fazer raids ou a jogar. E no final do dia sentarmo-nos à volta da fogueira, a conversar e a ver as peças de teatro das outras patrulhas ou a decifrar enigmas.

Fazer parte deste grupo faz-nos realmente perceber o que é o espírito de equipa e como a natureza nos leva a descobrir as coisas maravilhosas que tem para oferecer. ■





## Rotário para as Novas Gerações (RYLA)

Rotary Club de Sintra



O Rotary Club de Sintra organizou em Sintra mais uma edição do projeto Rotário para as Novas Gerações, RYLA (Rotary Youth Leadership Awards), que representa um prémio de liderança juvenil atribuído pelo Rotary a jovens com reconhecidas capacidades de liderança e elevado desempenho pessoal e escolar.

Este projeto, denominado "RYLA Sintra 2016" teve como lema "Portugal e a Globalização", tendo decorrido em Sintra na Colónia de Férias da Paróquia de S. João de Brito em Almoçageme, entre 19 e 23 de março, contando com a participação de 15 jovens de diversas cidades do País (desde Castelo Branco a Ponta Delgada).

Este projeto teve como pontos altos, as visitas profissionais a empresas com elevado índice de internacionalização (SCP Pool Portugal – empresa multinacional americana instalada em Sintra, o Grupo Luís Simões, no Carregado, e a Adega Viúva

Gomes, em Almoçageme), palestras de administradores destas e de outras empresas de relevo e visitas culturais ao Património Sintrense, ilustrando com a arte portuguesa expressa as influências de contactos com diferentes povos e civilizações, sendo um contexto onde a globalização também se faz sentir.

Saúda-se o apoio da União das Freguesias de Sintra, da Câmara Municipal de Sintra, de diversos clubes Rotários e de outras entidades públicas e privadas do Concelho, bem como, a presença de diversas individualidade na cerimónia

de despedida de que se destaca o Sr. Embaixador Miguel Raymond Amado, o Governador do Distrito Rotário 1960, Miguel Real Mendes e o Sr. Vereador da CMS, Eduardo Quinta Nova.

Este evento, que contou com a colaboração dos Clubes de Rotaract, Interact e NRDC de Sintra, foi mais um momento importante da vida Rotária em Sintra, permitindo promover o ideal de Rotary da Paz e Compreensão Mundial através de lideranças futuras com sentido ético e responsabilidade Social.



## Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF

Abril é, em muitos países, desde o início do século, o **Mês Internacional da Prevenção dos Maus-Tratos na Infância**. Sensível a esta temática, a **ACISJF** associa-se, durante o mês de Abril, à **Campanha do Laço Azul**, como uma iniciativa de sensibilização e responsabilização para com a prevenção dos maus tratos na infância.

Lembramos que a Campanha do Laço Azul (Blue Ribbon) teve início em 1989, na Virgínia, E.U.A., quando uma avó, **Bonnie W. Finney**, amarrou uma fita azul na antena do seu carro, "para fazer com que as pessoas se questionassem".

A história que Bonnie Finney contou aos elementos da comunidade, que se revelaram "curiosos", foi trágica, sobre os maus-tratos à sua neta, e, também, ao seu neto, que, pelo mesmo motivo, tinha sido morto de forma brutal. **E porquê azul?** Porque, apesar de o azul ser uma cor bonita, Bonnie Finney não podia esquecer os corpos agredidos e cheios de nódoas negras dos seus dois netos. **O azul servir-lhe-ia como um lembrete constante para a sua luta na proteção das crianças contra os maus-tratos.**

Com esta história, fica presente a importância da atitude individual, pois, foi através de uma delas, que este movimento se tornou internacional, no que concerne à sensibilização dos maus-tratos contra as crianças. **Não esqueça que este é um problema de TODOS. Sinta-o também como seu !**

Delegadas da ACISJF estarão a distribuir laços e marcadores de livros com a sua história, nos seguintes dias, locais e horários:

- 2 Abril (sábado) na Igreja S. Pedro às 18 h
- 2 Abril (sábado) na Igreja S. Miguel às 19 h;
- 3 Abril (domingo) no Convento das Irmãs Doroteias, Linhó às 12 h;
- 3 Abril (domingo) na Igreja S. Martinho às 19h

ATÉ MAIO...



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

FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA** CINTRA

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

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



**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

Diácono Joaquim G. Craveiro

Ilustrações Obras de Misericórdia por: Sara Diniz

Continuamos esta nossa peregrinação por reflectir sobre as obras de misericórdia “enterrar os mortos” e “consolar os tristes/aflitos”; meditaremos sobre a parábola que relata a alegria pela conversão do pecador; e vamos também conhecer S. Camilo de Lélis – Patrono dos enfermeiros.

### **Obra de Misericórdia Corporal: “Enterrar os mortos”**

“Judas Macabeu e os seus companheiros foram levantar os corpos dos mortos para os depositar na sepultura, ao lado dos seus pais” (2Mac 12,39b)

“E mandou fazer uma colecta...para que se oferecesse um sacrifício pelo pecado, agindo digna e santamente ao pensar na ressurreição” (2Mac 12,43)

“Era este um pensamento santo e piedoso” (2Mac 12,45b)



De facto o belo gesto de dar sepultura aos mortos vem de muitos séculos antes do cristianismo e começou por um reconhecimento da pessoa. Os nossos queridos mortos são aqueles que mereceram o nosso respeito e consideração pelo bem que fizeram. E há tantos que, anonimamente gastaram a vida em favor dos mais pequenos e pobres da sociedade! Que contribuíram para o bem-estar e progresso dos povos... Todos lhes devemos estar gratos! Por isso não os podemos esquecer! Recordá-los junto de Deus é o maior tributo que lhes podemos dar.

### **Obra de Misericórdia Espiritual: “Consolar os tristes/aflitos”**

“Mas, na sua angústia, clamaram ao Senhor, e Ele livrou-os das suas aflições. Tirou-os das trevas e da escuridão e despedaçou as suas cadeias”. (Sl 107(106),13-14)

A consolação tem os seus tempos. Temos de nos despojar das formas de posse, de renunciar às respostas salvíficas, à ilusão de possuir consolação. Além disso, aquele que se faz próximo de quem está triste nunca poderá substituí-lo. A consolação não é uma intervenção mágica. Trata-se de entrar, na situação do outro, ou melhor, de estar ao lado do outro e de mostrar empatia comunicando-lhe o nosso sentimento. Muitas vezes, não há quem console. Na Bíblia repete-se com frequência esta lamentação: «Esperava alguém que me consolasse, mas não encontrei» (Salmo 69, 21), ou esta amarga constatação: «Vede as lágrimas dos oprimidos: eles não têm consolador. (Ecl 4,1). Há o falar ao coração que designa o gesto amoroso e afectuoso de quem apoia a cabeça sobre o peito da pessoa amada e lhe dirige palavras que pretendem atingi-la profundamente, no coração. Trata-se de uma comunicação íntima e pessoal. O próprio Deus é o verdadeiro sujeito da consolação, e a sua acção de consolador é descrita recorrendo às imagens de uma mãe (cf. Isaías 66, 13) e de um pastor (cf. Isaías 40, 11). A consolação revela-se como elemento essencial do cuidado que Deus tem pelo seu povo e pelas suas criaturas, cuidado esse que tende para a plenitude de vida do seu povo. É significativo que a imagem talvez mais comovente, que exprime a salvação escatológica, seja a de Deus que enxuga as lágrimas dos olhos das criaturas (Apocalipse 7, 17; 21, 4)



### **Parábola: “Haverá mais alegria no Céu por um só pecador que se converte...” (Lc 15, 4-7)**

S. Lucas é chamado o evangelista da ternura de Deus por tratar de modo particular o tema da misericórdia. Ele descreve a infinita e paternal misericórdia de Deus e a Sua alegria pela conversão do pecador. O Evangelho ensina que ninguém está excluído do perdão e, que os pecadores podem chegar a ser filhos queridos de Deus mediante o arrependimento e a conversão. Tal é o desejo divino que as três parábolas



descritas por S. Lucas terminam repetindo o mote, da grande alegria no Céu por cada pecador arrependido. Na parábola da ovelha perdida, ao deixar as noventa e nove para encontrar a que se transviou, não quer dizer que o Senhor não estime a perseverança dos justos, mas pretende realçar o gozo de Deus diante do pecador que se converte.

### **S. Camilo de Lélis (1550-1614)**

Em Agosto de 1930, Pio XI, declarava S. Camilo Lélis e S. João de Deus, como Patronos dos Enfermeiros pelo breve Exedit Plane. Um aspecto muito particular e comum é que ambos conheceram como poucos o sofrimento no corpo e no espírito.

Camilo de Lélis nasce em Bucchianico a 25 de Maio do Ano Santo de 1550. Nasceu quando a mãe, de idade avançada, já não esperava ter um filho. Perde a mãe antes dos catorze anos; aos dezassete segue o pai para Veneza. O pai morre durante uma paragem nas Marcas e aparece no pé direito de Camilo uma misteriosa chaga da qual nunca se curará. Abandona a carreira militar. A chaga atormenta-o e resolve ir a Roma, recolhendo-se ao Hospital de S.



Tiago onde vai prestando alguns serviços remunerados que gasta no jogo. Perde todo o património familiar. Por causa do jogo vê-se reduzido à condição de mendigo. Após tantas contrariedades, com séria reflexão, toma o hábito dos Capuchinhos. Mas no fim do noviciado é rejeitado por causa da chaga no pé direito. Esta experiência nos Capuchinhos vai marcá-lo espiritualmente. Ele próprio marca a data da sua conversão a 2 de Fevereiro, Festa da Purificação de Nossa Senhora. Volta à vida religiosa em 1579, mas a chaga vai obrigá-lo a recorrer ao Hospital de S. Tiago pela terceira vez. Transforma-se de doente em agente voluntário de saúde, preparando a sua instituição religiosa que veio a fundar em 1584, aprovada por Sisto V, a 18 de Maio de 1586, com a designação de Congregação dos Clérigos Regulares “Ministros dos Enfermos”. Nos nove anos que passou no Hospital de S. Tiago, foi doente, servo, enfermeiro, e mordomo. Foi ordenado sacerdote a 26 de Maio de 1584, em S. João de Latrão. Perante tantas dificuldades criadas à sua comunidade pensou desistir, valendo-lhe a ajuda preciosa do irmão Pedro Soriano, dos irmãos de S. João de Deus que sustentou Camilo, levando-o a resistir às provações e a responder à missão a que Deus o havia chamado.

Camilo morreu em 1614. Foi beatificado em 1642 e, quatro anos mais tarde, canonizado por Bento XIV.

sem 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.



## A PÁSCOA DO HOMEM

A Quaresma, uma caminhada exigente! Época de reflexão, de ganhar coragem para deixar para trás o que nos tira riqueza humana. Um caminho de quarenta dias em que passo a passo caminhamos para nos libertarmos do Homem velho e sermos renovados pela Ressurreição de Jesus a Homens novos. Já dizia Deus através de Ezequiel que iria desfazer a pedra do nosso coração e dar-nos ia um coração de carne.

Uma oportunidade para desfazer esta pedra, uma oportunidade para desfazer os nós da corda que nos torna prisioneiros, que nos enforca e nos suga a felicidade.

Para mim foi uma quaresma especial, embora pesada, com altos e baixos, bastante zangada e cheia de reclamações, esforcei-me para desfazer uns quantos nós. Queria libertar mágoas, sentir-me livre, para acolher Jesus num coração quentinho. Acabei por me sentir abraçada por Jesus, senti o seu calor no meu coração e pela primeira vez senti-me leve para viver a Páscoa com Jesus. Leveza de pouca duração.

Na missa de quinta-feira santa, que dá início à Páscoa, recordamos a instituição da Eucaristia e os mandamentos de vida que Jesus nos deixou. Este ano com um ritual de lava pés em representação de toda a comunidade, em representação de todos nós que somos os discípulos atuais de Jesus.

Eis que me é feito um pedido de ajuda inesperado: “Podes participar no ritual do lava pés? Falta-nos uma pessoa”. Sou pequena de mais, pensei eu, e rapidamente respondi que não seria a pessoa certa. Afastei-me e nem por um segundo me lembrei de Jesus. Só lhe voltei a dirigir atenção quando Jesus respondeu a Pedro “se não tos lavar, não terás parte comigo”. Na noite em que Jesus nos oferece o seu Corpo, eu deixei-me ficar de fora e a leveza do meu coração tornou-se pesada.

Ficou o vazio de sexta-feira santa, sacrário sem corpo, e nem sequer imagens de Jesus, que embora sejam apenas material, podem de alguma forma transmitir conforto. Às 15h recordámos a paixão de Cristo, o momento em que por nossa culpa Jesus foi crucificado, o momento em que Jesus morre por nosso amor, para nos ensinar a viver. Teimosos somos! Optamos muitas vezes por viver como mortos, insensíveis ao amor, frios com o próximo e passivos na ação. Eis a oportunidade que Jesus nos deu para que com a sua morte também nós possamos dar morte ao nosso mal, aos nossos erros, ao nosso egoísmo e ao que mais haja que nos afasta de Deus.

Às 21h15 da noite deu início a via sacra. Quatorze estações espalhadas pelo percurso entre a Correnteza e a igreja de S. Martinho, representadas pelo grupo de teatro Manta de Retalhos. Um caminho para acompanharmos Jesus no pior momento da sua vida, e para também nós carregarmos a nossa cruz, seja ela de que tamanho e medida for; Deus carrega cada um com o seu peso adequado. São cruzeiros necessários ao seguir o caminho de Jesus. Um itinerário em que estamos acompanhados e em que a nossa cruz deverá ser partilhada, porque uma cruz com companhia pesa menos. É-me difícil partilhar a minha cruz, parece que a amarrei com tanta força que não consigo ceder nem um pouco, mas fica a vontade de vencer receios, de caminhar acompanhada e com leveza no caminho da vida. Que as nossas dificuldades, frustrações, desalentos e sofrimentos não tenham a última palavra, que não vençam o nosso combate, caso contrário estamos a permitir que Jesus tenha morrido em vão.

Depois do Sábado Santo, uma noite especial, de alegria, em que se celebra a ressurreição de Jesus, na Vigília Pascal. Uma cerimónia que nos permitiu ser iluminados e renovados por Jesus. Um momento em que reafirmamos a nossa fé, em que renunciamos ao mal e às tentações e ganhamos esperança de chegar mais perto de Deus. Um momento em que me senti criança, porque a pureza do momento fez desaparecer toda a maldade.

Também nessa noite acolhemos nove crianças na comunidade através do seu Batismo.

A Páscoa, uma das festas tradicionais mais antigas, já celebrada antes de serem entregues a Moisés as tábuas com os dez mandamentos. Conhecida pela festa das tendas, era comemorada pelo povo para dar as boas vindas à primavera, tempo de colheitas. Com a saída do Egito e os mandamentos, passou a ser celebrada para festejar esta aliança com Deus. E com a ressurreição de Cristo passou a ser celebrada para reviver com Ele os seus últimos dias de vida, a sua paixão, a sua entrega e a sua vitória sobre a morte.

Uma quaresma que me trouxe leveza, uma quinta-feira santa que me causou peso no coração, uma sexta-feira santa triste e vazia pela falta daquele abraço, e um sábado que me fez sentir renovada de espírito, transmitiu-me força para seguir em frente, que me trouxe ao coração Jesus e me lembrou que nunca estou sozinha; pela frente um caminho exigente, mas bom, sincero e alegre.

Embora a Páscoa seja um período do ano, deverá estar gravada no coração, para que todos os dias este acontecimento nos possa afastar da maldade, reforçar a nossa fé, a nossa esperança, e nos fazer chegar cada vez mais próximos de Jesus.

RITA GÔJA

## QUINTA-FEIRA SANTA



## SEXTA FEIRA DA PAIXÃO





VIA SACRA



VIGÍLIA PASCAL



*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**

 21 910 00 80

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



## Conversando com: São Damião de Molokai (1849-1889)

Carmo Borges

Conhecido como 'o leproso voluntário por amor', nasceu em Tremoloo, Bélgica, a 3 de janeiro de 1849. O seu nome de baptismo é José Veuster. Entrou na vida religiosa, na Congregação dos Sagrados Corações de Jesus e Maria, em 1860, tomando o nome de Damião. Sendo noviço em Paris, ofereceu-se para as missões. A sua Congregação tinha levado a Igreja Católica ao Havai, enviando missionários. O Ir. Damião foi enviado para lá em 1864 e dois meses mais tarde foi ordenado sacerdote em Honolulu, a capital. A sua primeira paróquia foi de nativos, em Puno e Kohala, terra árida e vulcânica onde não existia igreja nem qualquer tipo de ajuda numa extensão aproximadamente igual à da Bélgica, sua terra natal. Não se deteve perante as dificuldades, trabalhou com suas próprias mãos e aca-

bou por ganhar a estima daquele povo.

No Havai, em 1873, desencadeou-se uma tremenda epidemia de lepra. A doença não tinha cura e conduzia à putrefação progressiva de todo o corpo. O pânico era generalizado. O rei promulgou um decreto: todos os que contraíssem a doença deviam ser isolados e levados para uma colónia especial, longe de todos, na ilha de Molokai. Praticamente sem assistência – apenas alguns alimentos e abastecimentos – eram abandonados à sorte. O bispo de Molokai, preocupado com a assistência espiritual destas pessoas, estava hesitante, pois enviar qualquer sacerdote para lá equivalia a condená-lo à doença e ao isolamento perpétuo. O Padre Damião pediu para ser enviado e, em Honolulu, embarcou para lá acompanhado de 50 leprosos. Os

seus novos paroquianos esperavam-no em condições desesperadas. Numa mera capela de madeira, quase desfeita, ajoelhou-se para rezar e passou a noite a limpá-la. Com tristeza escutava o riso dos bêbados, o choro dos moribundos, o uivar dos cães selvagens que devoravam os mortos. Não havia lei nem proteção para ninguém. Crianças e mulheres viviam no medo da violência. Considerava-se o lugar como um inferno na terra. O Padre Damião, com o poder do amor de Deus, transformou esse inferno numa comunidade de amor e de paz acudindo às necessidades espirituais e corporais. Construiu uma igreja que dedicou a Santa Filomena, um hospital, enfermaria, escola, casas, etc... Por fim, em 1885, ele próprio contraiu a lepra, com apenas 49 anos. Apesar dela, recusou ser

evacuado para tratamento e continuou em Molokai até morrer: 'Sinto-me feliz e contente, e se me dessem a escolher a possibilidade de sair daqui curado, responderia sem hesitação: Fico aqui para toda a vida com os meus leprosos.'

No final da vida teve a consolação do Padre Wendelin e das irmãs franciscanas que foram para Molokai encarregar-se da enfermaria. Morreu em 15 de Abril de 1889 e foi enterrado junto da igreja de Santa Filomena em Molokai.

Em 1936, o corpo do Padre Damião foi trasladado para a majestosa catedral de Antuérpia onde foi acolhido pelo cardeal primaz da Bélgica, pelos bispos, membros do governo, o rei e numerosa multidão.

Beatificado por São João Paulo II em 1955, foi canonizado em 2009 pelo então Papa Bento XVI.



'... Seguindo a S. Paulo, São Damião leva-nos a escolher o bom combate (cf. 1Tim 1,18). Não aquele que conduz à divisão, mas o que nos une. Convida-nos a abrir os olhos para as lepras que, ainda hoje, desfiguram os nossos irmãos e que apelam a algo mais que à nossa generosidade, à caridade da nossa presença de serviço...' (homilia do Papa Bento XVI no dia da canonização).

## Assembleia de Catequistas, 17 de abril, em Torres Vedras

«Catequistas com Espírito»: Acolher o olhar de Jesus, ser dom para todos, educar para a misericórdia' é o tema da Assembleia Diocesana de Catequistas, que vai ter lugar no pavilhão multiusos de Torres Vedras, no dia 17 de abril, Domingo, entre as 9h30 e as 17h30, e que vai contar com a presença do Cardeal-Patriarca, D. Manuel Clemente. Organizado pelo Departamento da Catequese da diocese, esta iniciativa constitui-se como "um grande encontro dos catequistas do Patriarcado de Lisboa com o seu Bispo, no Ano da Misericórdia e no contexto do Sínodo Diocesano", refere um comunicado.

Informações: [www.catequese.net](http://www.catequese.net)



**Assembleia Diocesana de Catequistas**

*Catequistas de Lisboa vivem o Jubileu da misericórdia em caminhada Sinodal*

**17 de abril 2016**  
Pavilhão multiusos de Torres Vedras

09:30 – Acolhimento  
10:00 – Oração Inicial  
10:30 – Partilha das Vigararias  
13:00 – Almoço  
14:30 – A alegria do Encontro com Jesus Cristo  
16:00 – Eucaristia presidida pelo Sr. Patriarca

Marcos José Pereira, Penitências Capela Episcopal de Sequeira, Lisboa, 2012

SÍNODO Diocese de Lisboa



**ra** IMAGEM E PUBLICIDADE

we love image

# DESIGN GRÁFICO  
# COMUNICAÇÃO DIGITAL  
# BRANDING  
# PUBLICIDADE  
# WEB DESIGN  
# SOCIAL MEDIA

[WWW.RADESIGN.COM.PT](http://WWW.RADESIGN.COM.PT)



**Café da Natália**

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

Tel.: 219 235 679

e-mail: [cafedanatalia@sapo.pt](mailto:cafedanatalia@sapo.pt)

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



## Para os mais pequenos

(Lenda do Folclore Inglês)

### A Galinha Ruiva

**E**ra uma vez uma galinha ruiva, que morava com os seus pintainhos numa fazenda. Um dia ela percebeu que o milho estava maduro, pronto para ser colhido e virar um bom alimento.

A galinha ruiva teve a ideia de fazer um delicioso bolo de milho. Todos iam gostar!

Era muito trabalho: ela precisava de bastante milho para o bolo.

Quem podia ajudar a colher a espiga de milho no pé?

Quem podia ajudar a debulhar todo aquele milho?

Quem podia ajudar a moer o milho para fazer a farinha de milho para o bolo?

Foi pensando nisso que a galinha ruiva encontrou os seus amigos:

- Quem me pode ajudar a colher o milho para fazer um delicioso bolo? - Eu é que não, disse o gato. Estou com muito sono.

- Eu é que não, disse o cachorro. Estou muito ocupado.

- Eu é que não, disse o porco. Acabei de almoçar.

- Eu é que não, disse a vaca. Está na hora de brincar lá fora.

Todo o mundo disse não.

Então, a galinha ruiva foi preparar tudo sozinha: colheu as espigas, debulhou o milho, moeu a farinha, preparou o bolo e colocou no forno.

Quando o bolo ficou pronto...

Aquele cheirinho bom de bolo foi fazendo os amigos chegarem-se. Todos ficaram com água na boca.

Então a galinha ruiva disse:

- Quem foi que me ajudou a colher o milho, preparar o milho, para fazer o bolo?

Todos ficaram bem quietinhos. (Ninguém tinha ajudado.)

- Então quem vai comer o delicioso bolo de milho sou eu e os meus pintainhos, apenas. Vocês podem continuar a descansar.

E assim foi: a galinha e seus pintainhos aproveitaram a festa, e nenhum dos preguiçosos foi convidado.

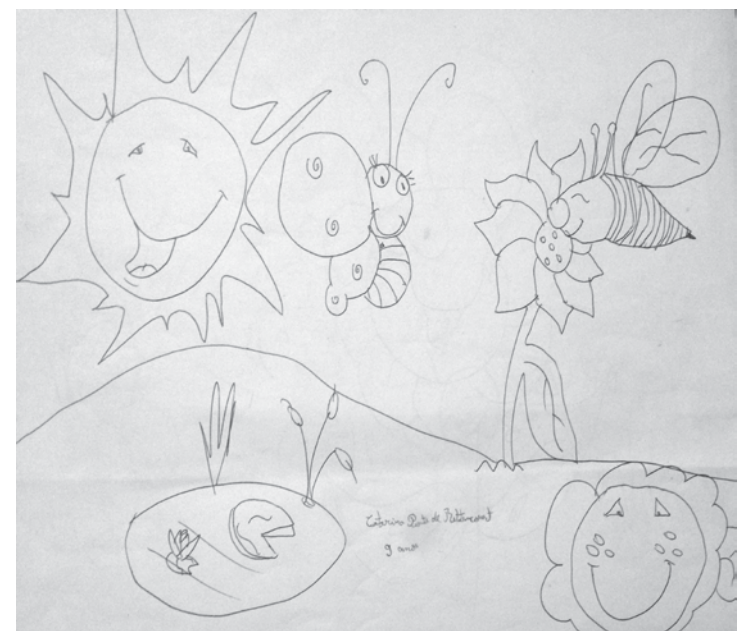


## Sopa de Letras de Alimentos

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

ARROZ	OVOS	LEITE	COUVE
AVEIA	PEPINO	LENTILHA	ERVILHA
BATATA	PORCO	MILHO	ESPINAFRE
BETERRABA	QUEIJO	NABO	FAVA
CEBOLA	TOMATE		IOGURTE
CENOURA	VITELA		

## Imagem para colorir



## Descubra as 8 diferenças



## Sudoku - puzzle

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

## Amor fraterno - Os Teus desejos de unidade

Teresa Santiago

**"É este o meu mandamento: que vos ameis uns aos outros como Eu vos amo".**

Ninguém tem mais amor do que quem dá a vida pelos seus amigos. Vós sois meus amigos, se fizerdes o que Eu vos mando. Já não vos chamo servos, visto que o servo não está ao corrente do que faz o seu Senhor; mas a vós chamei-vos amigos, porque vos dei a conhecer tudo o que ouvi ao meu Pai. Não fostes vós que me escolhestes; fui Eu que vos escolhi a vós e vos destinei a ir e a dar fruto, e fruto que permaneça; e, assim, tudo o que pedirdes ao Pai em meu nome Ele vo-lo concederá. É isto o que vos mando: que vos ameis uns aos outros.» (Jo 15, 12-17)

Quanto mais amor, mais unidade, e quando o amor é puro, é total, é infinito, a unidade é plena. Assim, Jesus vive no seio dessa vida divina a que chamamos Trindade.

Por isso Ele vive nessa intensidade com o Pai, é um com Ele, pela força do exemplo. Em Nazaré, no deserto, no Tabor, nas andanças da Sua vida pública, vive em comunhão com o Pai. Chega a afirmar: "Eu e o Pai somos um"; "Eu só quero o que o Pai quer"; "a obra não é minha mas do Pai"; "o meu alimento é fazer a vontade do Pai".

Como somos diferentes de Ti, ó Jesus da unidade e da comunhão!

Há um conto chinês que conta a história de um jovem que foi visitar um sábio conselheiro e lhe falou das dúvidas que tinha a respeito de seus sentimentos por uma bela

moça.

O sábio escutou-o, olhou-o nos olhos e disse-lhe apenas uma coisa: "ame-a!".

E logo se calou.

O rapaz insatisfeito acrescentou: "Mas ainda tenho dúvidas..."

Novamente o sábio lhe disse: "ame-a!".

E diante do desconcerto do jovem, depois de um breve silêncio continuou:

Meu filho, amar é uma decisão, não um sentimento. Amar é dedicação. Amar é um verbo e o fruto dessa acção é o amor. O amor é um exercício de jardinagem. Arranque o que faz mal, prepare o terreno, semeie, seja paciente, regue e cuide. Esteja preparado porque haverá pragas, secas ou excessos de chuvas, mas nem por isso abandone o seu jardim. Ame, ou seja, aceite, valorize, respeite, dê afecto, ternura, admire e compreenda simplesmente: ame! A vida sem amor... não tem sentido.

Todos nós temos dificuldades na vida. A diferença está no modo como reagimos diante delas.

Era uma vez um camponês que tinha um burro. Um dia o animal caiu acidentalmente num poço e não conseguia sair de lá.

O camponês tentou várias vezes libertar o burro, mas não era possível.

Pediu ajuda a uns amigos mas mesmo assim não conseguiram nada. Ao fim de vários dias desistiu. O poço

estava seco, o burro estava velho e a única solução era enterrá-lo lá.

Pegou numa pá e começou a deitar terra no poço. O burro ficou desesperado ao aperceber-se do que estava a acontecer. Começou a zurrar cheio de amargura. Fazia dó ao camponês, mas ele não via outra solução.

Até que num momento determinado deixou de ouvir o animal. Aproximou-se com temor da boca do poço para contemplar o cemitério. Com espanto viu algo insólito. Cada vez que o burro recebia a terra em cima, sacudia-a com decisão e pisava sobre ela.

Com esta operação, na qual estava profundamente concentrado, já tinha subido mais de um metro dentro do poço. O camponês sorriu. Continuou a deitar terra e em pouco tempo o burro estava cá fora.

É doido amar sem esperar nada, a não ser amar. Foi devido à entrega por amor do homem de Nazaré, o Filho único do Pai, que hoje somos capazes de amar, mesmo quando o amor dói.

Como diz S. Paulo, "tudo é para bem" (Rm 8, 28). Ao cristão esta certeza fá-lo encarar as contrariedades como aquilo que são: uma oportunidade para crescer. Crescer no amor de Deus e crescer no amor ao próximo. Por isso, quando as dificuldades aparecem, sacode-as de cima com oração, esforço e optimismo. Diante das contradições não perde a paz, porque sabe que tudo procede do amor. Tudo está ordenado à salvação do homem, e Deus, que é amor, não permite nada que não seja com essa finalidade.



### Intenções do Papa

Abril  
2016

#### UNIVERSAL: PEQUENOS AGRICULTORES

Para que os pequenos agricultores recebam a justa compensação pelo seu precioso trabalho.

#### PELA EVANGELIZAÇÃO: CRISTÃOS DE ÁFRICA

Para que os cristãos de África dêem testemunho do amor e da fé em Jesus Cristo no meio dos conflitos político-religiosos.



## Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de

FARMÁCIA  
MARRAZES


Dra. Célia Maria Simões Casinhas

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

## Calendário Litúrgico - Abril 2016 - Ano C

	Dia 10	Dia 17	Dia 24	Dia 1 Maio	<h3>Páscoa</h3>  <p>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)</p>
	3.º DOM. PÁSCOA	4.º DOM. PÁSCOA	5.º DOM. PÁSCOA	6.º DOM. PÁSCOA	
	Actos 5, 27b-32.40b-41	Actos 13, 14.43-52	Actos 14, 21b-27	Actos 15, 1-2.22-29	
	«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»	«O Espírito Santo e nós decidimos não vos impor mais nenhuma obrigação, além destas que são necessárias»	
Salmo	29, 2.4-6.11-12a.13b	99, 2.4.5.6.11.12.13b	144, 8-13ab	66, 2-3.5.6.8	
	«Eu vos louvarei, Senhor, porque me salvastes.»	«Nós somos o povo do Senhor; Ele é o nosso alimento.»	"Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei."	"Louvado seiais, Senhor, pelos povos de toda a terra."	
Leitura II	Ap 5, 11-14	Ap 7, 9.14b-17	Ap 21, 1-5a	Ap 21, 10-14.22-23	
	«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»	«Mostrou-me a cidade santa, que descia do Céu»	
Evangelho	Jo 21, 1-19	Jo 10, 27-30	Jo 13, 31-33a.34-35	Jo 14, 23-29	
	«Jesus aproximou-Se, tomou o pão e deu-lho, fazendo o mesmo com os peixes»	«Eu dou a vida eterna às minhas ovelhas»	«Dou-vos um mandamento novo: que vos ameis uns aos outros»	«O Espírito Santo vos recordará tudo o que Eu vos disse»	

## SERVIÇO PASTORAL E LITÚRGICO - ABRIL

**Dia 3 – Domingo II da Páscoa**

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 Linhó  
 15.30h Inauguração da igreja de Mem Martins  
 19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 4 – Segunda-feira da semana II**

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

**Dia 5 – Terça-feira da semana II**

11.00h Missa Lar de Galamares  
 18.30h Confissões em S. Pedro  
 19.00h Missa em S. Pedro  
 21.00h Oração do Grupo Nazaré, em S. Miguel  
 21.00h Reunião Direção do CNE  
 21.30h Reunião sobre CPM da UPS

**Dia 6 – Quarta-feira da semana II**

11.00h Missa em S. Martinho (em polaco)  
 17.30h Missa em Monte Santos  
 18.30h Confissões em S. Miguel  
 19.00h Missa em S. Miguel  
 21.00h ‘Conversas sobre Deus’, no Linhó  
 21.30h Ultreia em Cascais  
 21.30h Reunião resp. Cateq. da Vigararia

**Dia 7 – Quinta-feira da semana II**

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 Secr. da Catequese da UPS

**Dia 8 – Sexta-feira da semana II**

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  
 21.15h 1ª CONFERÊNCIA “Jesus Cristo, Rosto da Palavra”, em S. Miguel - P. Alexandre Palma

**Dia 9 – Sábado da semana II**

15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap  
 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 10 – Domingo III da Páscoa – Semana das Vocações**

09.00h Missa na Abrunheira e Janas  
 09.30h Missa rito Greco-Católico - S. Martinho  
 10.00h Missa Dia CNE: Qtª Ribafria - D. Traquina  
 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 Linhó  
 14.15h Jornada Dioc. da Juventude em Cascais  
 19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 11 – Segunda-feira da semana III**

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

**Dia 12 – Terça-feira da semana III**

18.30h Confissões em S. Pedro  
 19.00h Missa em S. Pedro  
 21.00h Missa com Grupo Carismático Nazaré  
 21.00h Conversas sobre Deus - Várzea e Abrunheira  
 21.00h Reunião da Pastoral Juvenil Vicarial

**Dia 13 – Quarta-feira da semana III**

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 Conversas sobre Deus e a Igreja - S. Miguel  
 21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 14 – Quinta-feira da semana III**

10.00h Reunião do Clero da Vigararia  
 16.00h Atendimento Gota a Gota  
 18.00h Reunião grupo Gota a Gota  
 18.30h Confissões em S. Martinho e Missa (19:00h)  
 21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro

**Dia 15 – Sexta-feira da semana III**

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões  
 18.30h Confissões em S. Pedro e Missa (19:00h)  
 21.00h Cursistas: Caminhada Penitencial  
 21.15h 2ª CONFERÊNCIA “Jesus Cristo, Rosto da Palavra”, em S. Miguel - P. Alexandre Palma

**Dia 16 – Sábado da semana III**

10.00h FESTA DO PERDÃO – 3º vol. Catequese  
 11.00h Conselho de Agrupamento 1134  
 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 e S. Pedro (em inglês)  
 21.00h Encer. Cursilho Senhoras nº 463

**Dia 17 – Domingo IV da Páscoa**

DIA MUNDIAL DE ORAÇÃO PELAS VOCAÇÕES  
 09.00h Missa na Abrunheira  
 09.00h Celebração da Palavra em Janas  
 09.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
 10.00h ASSEMBLEIA DIOC. CATEQUISTAS  
 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 Linhó  
 19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 18 – Segunda-feira da semana IV**

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

**Dia 19 – Terça-feira da semana IV**

18.30h Confissões em S. Pedro e Missa (19:00h)  
 21.00h Oração com Grupo Nazaré

**Dia 20 – Quarta-feira da semana IV**

17.30h Missa em Monte Santos  
 18.30h Confissões em S. Miguel e Missa (19:00h)  
 19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
 21.00h REUNIÃO GERAL DE CATEQUISTAS  
 21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 21 – Quinta-feira da semana IV**

15.00h Missa no Lar do Oitão  
 18.30h Confissões em S. Martinho e Missa (19:00h)  
 21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro

**Dia 22 – Sexta-feira da semana IV**

09.00h Missa em S. Miguel, seguida de confissões  
 10.30h Reunião da Conferência S. Vicente de Paulo  
 18.30h Confissões em S. Pedro e Missa (19:00h)

**Dia 23 – Sábado Santo**

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 24 – Domingo V da Páscoa**

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 Linhó  
 12.30h ALMOÇO JANELA: a favor de Galamares  
 19.00h Missa em S. Martinho

**Dia 25 – Segunda-feira da semana V**

07.30h Missa em Monte Santos  
 EMA – Encontro de Acólitos  
 09.30h RECOLEÇÃO DOS CATEQUISTAS  
 18.30h Missa no Linhó e no Ramalhão

**Dia 26 – Terça-feira da semana V**

18.30h Confissões em S. Pedro  
 19.00h Missa em S. Pedro  
 21.00h Adoração ao SSmo. com R. Carismático  
 21.00h Conversas sobre Deus - Várzea e Abrunheira

**Dia 27 – Quarta-feira da semana V**

17.30h Missa em Monte Santos  
 18.30h Confissões em S. Miguel e Missa (19:00h)  
 19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho  
 21.00h Conversas sobre Deus - S. Miguel e Linhó  
 21.30h Ultreia em Cascais

**Dia 28 – Quinta-feira da semana V**

14.30h Missa no Lar Asas Tap  
 18.30h Confissões em S. Martinho e Missa (19:00h)  
 21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro  
 21.15h Reunião do Secr. Permanente do C. P.

**Dia 29 – Sexta-feira da semana V**

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões  
 18.30h Confissões em S. Pedro e Missa (19:00h)  
 21.15h 3ª CONFERÊNCIA “Jesus Cristo, Rosto da Palavra”, em S. Miguel - P. Alexandre Palma

**Dia 30 – Sábado da semana V**

08.00h PEREGRINAÇÃO da UPS à Sé  
 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  
 21.00h Serenata a Nª Srª, em S. Pedro (ENS)

**PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:**

1 Maio: Festa da Primeira Comunhão  
 1 Maio: Missa em Santa Eufémia, às 16h  
 8 Maio: Festa da Família, em Loures  
 15 Maio: Dia da Unidade Pastoral de Sintra  
 16 Maio: Festa da Srª da Saúde, na Penha Longa  
 21 Maio: Festival Jovem  
 28 e 29 Maio: Profissão de Fé (6º ano)

## Património dos Pobres - a casa n.º 59 já está habitada!

No passado dia 27 de Fevereiro teve lugar a “cerimónia” de inauguração da renovada moradia n.º 59 do Património dos Pobres no Linhó, assim como da assinatura do contrato de cedência e entrega das chaves a um casal com três filhos menores.



Na ocasião, estiveram presentes, além do nosso Pároco, Padre Armindo Reis, que dinamizou o evento, e da família que foi ocupar aquela moradia, elementos de várias das instituições mais ligadas ao projecto de recuperação das moradias.

Em primeiro lugar, gostaríamos de referir o enorme empenho e esforço do Padre Armindo, sem o qual muito dificilmente a obra teria sido concluída nos termos e prazos em que foi conseguido. De facto, o seu entusiasmo, dinamismo, espírito de iniciativa e permanente interesse no acompanhamento dos trabalhos foram fundamentais para a levar a bom porto.

No evento em apreço, há a referir a presença de Eduardo Quinta-Nova, vereador da Câmara Municipal de Sintra responsável pela área social, sob cuja orientação foi possível celebrar um protocolo da Câmara com a Paróquia para a disponibilização de uma verba de 10.000 euros para estas obras (protocolo idêntico foi assinado com a Parques de Sintra - Monte da Lua).

Igualmente presente, o Presidente da União das Freguesias de Sintra, Eduardo Casinhas, já que o projecto da Conferência de S. Vicente Paulo para a pintura exterior e o arranjo do telhado das quatro moradias (no valor de 5.000 euros) foi um dos vencedores do Orçamento Participativo de 2015 da Junta.

A Fundação AXA – Corações em acção, vertente social da estratégia de responsabilidade corporativa do Grupo AXA em Portugal, foi das instituições que teve uma das intervenções mais significativas, já que, quer as várias acções dos seus grupos de voluntariado, quer as ajudas financeiras, se revelaram um precioso contributo para a concretização da obra. Estiveram presentes na cerimónia alguns elementos da sua direcção, que, para além do entusiasmo que sempre demonstraram, presentearam a família com várias lembranças.



Também diversos voluntários da nossa comunidade, na altura representados pelo coordenador da obra, Fernando Tristão, deram muito do seu tempo e meios para minimizar as dificuldades e os custos de uma obra cuja envergadura dificilmente seria ultrapassada sem o seu contributo.

Finalmente, a Conferência de São Vicente de Paulo esteve representada por vários elementos da sua Mesa, nomeadamente a anterior e a actual Presidente.

Mas não só dos presentes há que dar nota, pois várias empresas e particulares da nossa Unidade Pastoral contribuíram com dinheiro, trabalho ou materiais. Outras instituições foram igualmente muito generosas nas suas participações, como é o caso de uma Associação de Oficiais da GNR ou dos agrupamentos de escuteiros da UPS e da Benedita.



A TODOS queremos agradecer o empenho, a dedicação, a generosidade e o esforço que dispensaram ao projecto de recuperação deste património que se destina a minimizar os problemas de alojamento existentes na nossa terra para famílias carenciadas e com vários filhos menores.

Mas não podemos ainda descansar!!!

É que ainda falta recuperar a moradia n.º 57, que já teve um tímido começo, novamente com recurso a voluntários. Mas a vossa ajuda continuará a ser indispensável para levar a bom porto esta iniciativa. Por isso, apelamos de novo à vossa generosidade para podermos concluir esta outra obra, tendo sempre em mente que existem muitas famílias necessitadas para quem uma casa com um custo simbólico é uma ajuda fundamental para que possam reerguer-se e prosseguir uma nova vida sem a preocupação de ter ou pagar um tecto condigno, para si e para os seus filhos.



**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



Aos Pobres, aos Doentes, a todos os que sofrem

**MENSAGEM DO PAPA PAULO VI  
NA CONCLUSÃO DO CONCÍLIO VATICANO II  
AOS POBRES, AOS DOENTES,  
A TODOS QUE SOFREM**

8 de Dezembro de 1965

*Aos pobres, aos doentes, a todos os que sofrem*

Para vós todos, irmãos que suportas provações, visitados pelo sofrimento sob infinitas formas, o Concílio tem uma mensagem muito especial.

O Concílio sente, fixados sobre ele, os vossos olhos implorantes, brilhantes de febre ou abatidos pela fadiga, olhares interrogadores, que procuram em vão o porquê do sofrimento humano, e que perguntam ansiosamente quando e de onde virá a consolação.

Irmãos muito amados, sentimos repercutir profundamente nos nossos corações de pais e pastores os vossos gemidos e a vossa dor. E a nossa própria dor aumenta ao pensar que não está no nosso poder trazer-vos a saúde corporal nem a diminuição das vossas dores físicas, que médicos, enfermeiros, e todos os que se consagram aos doentes, se esforçam por minorar com a melhor das vontades.

Mas nós temos algo de mais profundo e de mais precioso para vos dar: a única verdade capaz de responder ao mistério do sofrimento e de vos trazer uma consolação sem ilusões: a fé e a união das dores humanas a Cristo, Filho de Deus, pregado na cruz pelas nossas faltas e para a nossa salvação.

Cristo não suprimiu o sofrimento; não quis sequer desvendar inteiramente o seu mistério: tomou-o sobre si, e isto basta para. nós compreendermos todo o seu preço.

Ó vós todos, que sentis mais duramente o peso da cruz, vós que sois pobres e abandonados, vós que chorais, vós que sois perseguidos por amor da justiça, vós de quem não se fala, vós os desconhecidos da dor, tende coragem: vós sois os preferidos do reino de Deus, que é o reino da esperança, da felicidade e da vida; Vós sois os irmãos de Cristo sofredor; e com Ele, se quereis, vós salvais o mundo.

Eis a ciência cristã do sofrimento, a única que dá a paz. Sabei que não estais sós, nem separados, nem abandonados, nem sois inúteis: vós sois os chamados por Cristo, a sua imagem viva e transparente. Em seu nome o Concílio saúda-vos com amor, agradece-vos, assegura-vos a amizade e a assistência da Igreja, e abençoa-vos.

## Poesia de Primavera

Era preciso agradecer às flores  
Terem guardado em si,  
Límpida e pura,  
Aquela promessa antiga  
Duma manhã futura

*Sophia de Mello Breyner*



Há uma Primavera em cada vida:  
É preciso cantá-la assim florida,  
Pois se Deus nos deu voz,  
Foi para assim cantar!

E se um dia hei-de ser pó, cinza e nada  
Que seja a minha noite uma alvorada,  
Que saiba perder...  
Para me encontrar...

*Florabela Espanca, in "Charneca em flor"*



Olhos postos na terra, tu virás  
no ritmo da própria Primavera,  
e como as flores e os animais  
abrirás as mãos de quem te  
espera.

*Eugénio de Andrade*



**ESTORES  
BANDARRA LDA**

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

Recta da Granja, Lote 6      Tel:219265110 fax:219265119  
2725-118 Algueirão      www.estoresbandarra.com

Cruz Alta   
ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Av. Adriano Júlio Coelho, 3 - 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 Gôja

#### Colaboração:

Miguel Forjaz; Teresa Santiago;  
P. Armindo Reis; Carmo Borges;  
Rita Gôja; Hernâni Loureiro;  
Conferência de S. Vicente; P. Jorge Doutor;  
de Paulo; Vitor Cabrita;  
Catarina Bettencourt; Mariana Monteiro;

#### 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; Manuela Alvelos;  
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

## Santos do mês

Vitor Cabrita

### São Bernardo

São Bernardo, abade e doutor da Igreja, celebrado na festa litúrgica de 20 de Agosto.

Descendente de uma família nobre, nasceu no ano de 1091, em França, na cidade de Dijon. Era o terceiro de sete irmãos e muito querido pela mãe que, devido a um sonho que teve, o consagrou a Deus de um modo particular.

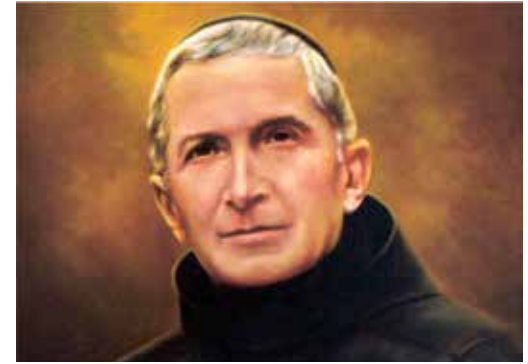
De invulgar inteligência e beleza, após completar vinte anos, perde a mãe. Numa noite de Natal, enquanto esperava pela missa da meia-noite, teve uma experiência mística em que viu o menino Jesus envolto em beleza

za celestial, visão esta que o fez renunciar por completo ao amor mundano e entrar para a recém fundada Ordem de Cister. Entrou Bernardo e mais 30 companheiros, entre eles um tio e vários amigos, tão forte era a influência que exercia sobre o espírito dos que lhe eram mais chegados.

Na ordem de Cister, Bernardo era o protótipo de persistência e renúncia. Embora de constituição física fraca, entregou-se aos trabalhos no campo. Dia e noite, o seu pensamento e atitude era de oração e meditação dos livros sagrados. Era o estudo a sua fonte de inspiração teológica, que mais

tarde veio a atrair todos quantos o ouviam.

Três anos após a profissão, Bernardo foi nomeado Abade na nova fundação de Claraval, outro mosteiro da ordem de Cister, que se propunha reformar a ordem Beneditina. O lugar era húmido e frio; exigiu muito e duro trabalho dos monges que foram enviados para aquele lugar deserto. Foi de tal forma produtivo o esforço dos monges, que Bernardo foi testemunhando a dedicação e sofrimento dos seus companheiros, que tratava com caridade e paciência, e assim foi atraindo cada vez mais religiosos, até ter ao seu



cuidado setecentos monges que, em alegria e contentamento, seguiam as suas ordens.

São Bernardo teve a alegria de entregar o santo hábito a seu pai, e ao irmão mais novo. A sua única irmã, também terminou os seus dias num convento.

Graças a São Bernardo, a ordem de Cister conservou o espírito original monástico, como também a sua propagação em inúmeros países, incluindo Portugal (Alcobaça). Todo esse movi-

mento religioso não deixou de influenciar outras ordens religiosas mais antigas, que também precisavam de ser restauradas na sua disciplina interna.

São Bernardo, teve forte e próxima amizade com Pedro, abade do mosteiro beneditino de Cluny, que no fim da vida realizou o desejo de se mudar para Claraval e lá terminou os seus dias.

De todos os contemporâneos do seu tempo, não é igualável na interpretação do divino amor, na beleza e doçura que punha na forma retórica.

Alguns encontraram em Bernardo um forte e inflexível adversário. Fez várias viagens a Itália no sentido de pacificar a Igreja e teve êxito no seu empenho. Levou os principais cristãos a reconhecer a legitimidade do Papa Inocêncio II e do sucessor, o Papa Eugénio III.

Por toda a dedicação em vida, foi canonizado em 1165 pelo Papa Alexandre II e proclamado Doutor da Igreja, já no séc. XIX, pelo Papa Pio VIII.

Muito conhecida é a oração de São Bernardo a Nossa Senhora: "lembrai-vos ó piíssima virgem Maria, de que nunca se ouviu dizer, que algum daqueles que tenha recorrido à vossa clemência, implorado a vossa assistência, reclamado o vosso socorro, fosse por vós abandonado. Animado pois, com igual confiança, a vós, Virgem das virgens, como Mãe recorro, de vós me valho e gemendo sob o peso de meus pecados, me prostro a vossos pés. Não desprezeis as minhas súplicas, ó mãe do Verbo de Deus humanado, mas dignai-vos de as ouvir propícia e de alcançar o que vos rogo.

Amém!

## À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO

O Cruz Alta dedica esta secção à descoberta do nosso património, por vezes pouco apreciado por quem está tão próximo dele. Em cada jornal é publicada a fotografia de uma peça ou de um pormenor arquitetónico, sem identificação do local, com o intuito de que o leitor descubra onde se encontra e o passe a valorizar.



No mês anterior a fotografia publicada era uma pintura do teto da capela mor de São Martinho.



### ALMOÇO JANELA

**DOMINGO, 24 / 04 / 2016**

(a partir das 12H30)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

#### EMENTA

⇒ Entradas: Queijo, azeitonas e manteigas  
⇒ Sopa de feijão

⇒ **CARNE DE PORCO NO FORNO COM BATATA ASSADA**

OU

⇒ **ARROZ DE POLVO**

⇒ Sobremesa: Bolo, doces, frutas variadas e café

**NÃO PRECISA DE MARCAÇÃO.**

**A receita reverte a favor da construção da**

**IGREJA DE GALAMARES**

(Próximos almoços reverterão a favor

de igrejas da UPS em obras)



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