



Distribuição Gratuita

Cruz Alta



OUTUBRO
2016

Edição nº 140 - Ano XIV
Director: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt



PÁGINA 3



Dia de
S^o Miguel

PÁGINA 4



Igreja de
portas abertas

PÁGINA 4

MADRE TERESA DE CALCUTÁ

PÁGINAS CENTRAIS



Gota
a Gota

PÁGINA 6



JUBILEU
CATEQUISTAS

PÁGINA 5



Editorial
José Pedro Salema

Sim, Deus existe!

Queridos amigos, sempre gostei de partilhar o que me vai na Alma, os meus estados de espírito, algumas das minhas experiências.

A presença de Deus na minha vida faz com que eu me sinta feliz, que esteja bem comigo e com os outros. E é este estado de espírito que eu quero transmitir aos que me rodeiam. Evangelizar não é mais do que mostrar quão importante é esta presença de Deus dentro de mim, e como é que Ele se pode manifestar através de mim.

Em muitos casos discuto a existência de Deus e não é fácil transmitir esta realidade, a não ser com o meu exemplo. Mas sinto que quanto mais simples e compreensível for a minha linguagem, mais possibilidades tenho de tornar este Deus acessível e real.

Li recentemente um artigo que, pela sua simplicidade, e porque responde à questão que mais se coloca neste mundo muito descrente, a da existência de Deus.

Por isso não resisto a partilhar este texto.

Reparem na maravilha desta explicação da existência de Deus, recolhida de um escritor húngaro:

No ventre de uma mãe havia dois bebés.

Um perguntou ao outro:

"Acreditas na vida após o parto?"



O outro respondeu: "É claro. Tem de haver algo após o parto. Talvez nós estejamos aqui para nos prepararmos para o que virá mais tarde."

Disparate", disse o primeiro. "Que tipo de vida seria essa?" O segundo disse: "Eu não sei, mas haverá mais luz do que aqui. Talvez nós possamos andar com as nossas próprias pernas e comer com as nossas bocas. Talvez tenhamos outros sentidos que não podemos entender agora."

O primeiro disse: "Isso é um absurdo. O cordão umbilical fornece-nos nutrição e tudo o mais de que precisamos. O cordão umbilical é muito curto. A vida após o parto está fora de cogitação."

O segundo insistiu: "Bem, eu acho que há alguma coisa e talvez seja diferente do que é aqui. Talvez nós não iremos mais precisar deste tubo físico."

O primeiro contestou: "Dis-

parate, e além disso, se há realmente vida após o parto, então, por que é que ninguém jamais voltou de lá?"

"Bem, eu não sei", disse o segundo, "mas certamente vamos encontrar a Mãe e ela vai cuidar de nós."

O primeiro respondeu: "Mãe!, acreditas realmente na Mãe? Isso é ridículo. Se a Mãe existe, então, onde ela está agora?"

O segundo disse: "Ela está ao nosso redor. Estamos cercados por ela. Nós somos dela. É nela que vivemos. Sem ela este mundo não seria e não poderia existir."

Disse o primeiro: "Bem, eu não posso vê-la, então, é lógico que ela não existe."

Ao que o segundo respondeu: "Às vezes, quando estamos em silêncio, se nos concentrarmos e realmente ouvirmos, poderás perceber a presença dela e ouvir a sua voz amorosa"



Os Nossos Padres
Pe. Jorge Doutor

Comunicar

«Ninguém acende uma candeia para a cobrir com um vaso ou para a esconder debaixo da cama; mas coloca-a no candelabro, para que vejam a luz aqueles que entram.» (Lc. 8, 16; cf. Mt. 5, 13-16)

Deus é comunicação – comunhão de Amor cujo rosto é a Palavra, o Verbo de Deus que incarnou e habitou entre nós para nos revelar a Trindade e a Sua salvação.

A Igreja é chamada a comunicar – a anunciar a Boa Nova do Reino de Deus com os diversos meios à sua disposição.

O principal meio é o testemunho e a palavra de cada cristão – na família, na relação com os amigos, na vida profissional, na vida paroquial, etc. Quer individualmente, quer através dos diversos grupos e movimentos eclesiais em que podemos participar.

Mas, vivendo numa era da comunicação, devemos também usar os meios modernos que estão ao nosso alcance.

Este mesmo jornal é disso exemplo – é bom que o valorizemos e o divulguemos, pois é um bom rosto das nossas comunidades paroquiais.

De acesso fácil por via electrónica, e em qualquer lugar, temos o sítio da Unidade Pastoral de Sintra na internet, em www.paroquias-sintra.pt – que contém, entre outras

informações, a agenda pastoral, os horários das celebrações, os contactos e horários de atendimento, apoios para ajudar na preparação para os sacramentos (matrimónio, baptismo...), espaços para cada grupo, serviço ou comunidade se dar a conhecer, etc. Já o visitou? Tem-no divulgado?

Permitindo partilhar facilmente as notícias, temos também uma página no Facebook: www.facebook.com/UP-Sintra. Costuma consultar?

Estes meios têm mais pertinência se forem dinâmicos e actualizados – por aqui passa também a responsabilidade dos diversos órgãos da nossa Unidade Pastoral de comunicarem as suas actividades, de darem a conhecer os seus carismas, de anunciarem o que irão realizar...

Há ainda, do Patriarcado, a aplicação para smartphones 'Missas em Lisboa' com os horários e também com a funcionalidade de pesquisa das Confissões, através da geolocalização e horário, nas paróquias da Diocese de Lisboa. Também a Vigararia de Sintra tem uma App com algumas informações.

Sejamos uma comunidade aberta ao Mundo, que dá a conhecer a Vida que a percorre!



A melhor parte
Diác. Joaquim Craveiro

Entrar pela porta estreita (Lc. 13, 24)

Nestes dias, tempo de algum repouso, li, reli o Documento de Trabalho que serve de base ao Sínodo Diocesano, bem como os relatórios finais dos cinco trimestres. Digo-vos que fiquei preocupado, expectante, esperançoso. Vi em algumas conclusões a resposta do dono da casa que Jesus nos apresenta na parábola da porta estreita: "não vos conheço" (Lc. 13,25). Queiramos ou não mas esta resposta do dono da casa a quem sempre O serviu é tremenda.

Resposta dada a quem tantas vezes frequentou a casa, partilhou a mesma mesa, ouviu a mesma palavra e... temos sido tão diligentes!...

Mas Jesus insiste: é preciso entrar pela porta estreita (Lc. 13,24), "fazendo a vontade do Pai que está nos Céus" (Mt 7,21).

Que porta estreita é esta e que Jesus nos propõe? A resposta, creio eu, está nos vários relatórios enviados ao Secretariado do Sínodo: comunhão na hierarquia da Igreja e

com a comunidade, sabendo escutar, sabendo propor, sabendo dialogar.

Não esquecer que "a Igreja de Lisboa é chamada a cultivar a consciência de que é na Igreja e só na Igreja que se pode encontrar uma espiritualidade que é ousada e que liberta, frente a outras experiências de busca espiritual que tiram a liberdade às pessoas". (Relatório 2º trimestre, 2.1.2).

Pode parecer desconcertante por nos considerarmos já em casa, senhores dos nossos galardões só porque frequentamos a Igreja e os sacramentos. Já nos sentimos por isso da família divina. Mas

cuidado, o dono da casa fecha a porta e não estamos dentro, mas fora e a gritar: "Senhor, abre-nos!" e de dentro, vem a resposta do dono da casa: "não vos conheço" (Lc.13,25).

Olhamos a casa e está cheia de "estranhos" (Lc.13,29). Nós de fora. Nós que somos seus ministros, catequistas, MEC, acólitos, leitores, membros dos conselhos paroquiais e não sei que mais, estamos do lado de fora? É simples: o dono da casa não nos conhece. Estamos dentro, falamos, tagarelamos, guardamos ciosamente os serviços paroquiais para nos afirmarmos. Mas prestamos atenção ao dono



da casa? Neste novo ano pastoral que começa "tenhamos presente que a sede de Deus está presente em todos os homens e que isso precede a nossa acção evangelizadora...consciencializemo-nos de que a evangelização é a experiência de sermos um Povo que se reconhece num mesmo caminho..."(Relatório final do 5º trimestre,2,1).



Carta aos diocesanos de Lisboa, no início do novo ano pastoral

Como há dois mil anos começou o Reino

1. Em Setembro, a vida retoma o seu curso geral, após o chamado “tempo de férias”. Das famílias às escolas, das empresas à sociedade, recuperam-se os ritmos habituais. Também assim nas nossas comunidades, da catequese à liturgia e à ação sociocaritativa. Desejo a todos as maiores felicidades, aos que continuam nos mesmos lugares e serviços e aos que assumem novos encargos, paroquiais e outros.

Tudo isto é um bem, na cadência certa da vida que prossegue. Mas, para quem está no mundo como tantos mais, convém perguntar o porquê da vida eclesial, do que ela significa realmente para os discípulos de Cristo. Não bastaria retomarmos o habitual, mesmo que positivo, como os dias que sucedem às noites, ou a roda das estações do ano. Sim, partilhámos com todos os seres humanos o modo comum de ser e conviver, como o Criador nos sustenta, com deveres e direitos a irmarmos e responsabilizar-nos. Mas havemos de o fazer como cristãos, isto é, participantes do Espírito de Cristo e alargando o seu Reino. Permite-me insistir neste ponto identitário, que julgo particularmente oportuno. Estamos no ano 2016 da era de Cristo, vivendo o que com Ele começou e só com Ele pode progredir. E sempre à sua maneira, tão diferente de qualquer projeto temporal que se impusesse exteriormente ou estabelecesse à força. É natural e positivo que, como cidadãos entre cidadãos, integremos projetos de melhoramento social e procuremos modos de o conseguir sempre mais e melhor, dentro aliás dum legítimo pluralismo de perspetivas e opções. Mas é sobrenatural e necessário que, seguindo a atitude de Jesus Cristo, abramos sempre o ocasional ao definitivo, o princípio ao fim e o tempo à eternidade. Não nos alheamos da realidade, damos-lhe a sua verdadeira dimensão.

Neste sentido, pode dizer-se que o nosso programa essencial está feito há dois milénios. Para leigos, consagrados e clérigos, trata-se de, pela palavra e pelo testemunho, partilhar com cada pessoa e em cada momento a possibilidade propriamente “cristã” de viver. Quando nasce, cresce e morre, que seja com Cristo; quando goze de saúde, a perca ou a

recupere, que seja com Cristo também; e o mesmo quando ria ou quando chore, quando trabalhe ou descanse, quando estude e descubra, quando reze e contemple.

Por isso acompanhamos os outros da conceção ao nascimento, do nascimento à maturidade, à velhice, às exéquias e ainda depois. Tal como Cristo o fez, nascendo, vivendo, morrendo e ressuscitando, para assim continuar, através do corpo eclesial que connosco forma, a acompanhar a vida dos outros, abrindo-a em cada etapa à própria vida de Deus.

Por isso é Pastor, para nos conduzir a pastagens que não secam nunca (cf Sl 23). Por isso há “pastoral” propriamente dita – essa mesma, essencial e constante, na cidade ou no campo, na escola, no hospital ou na prisão, seja onde for, seja para quem for. No ano pastoral que iniciamos, como quando tudo recomeçou há dois milénios, para dar sentido e pleno cumprimento a toda a vida e à vida de todos. Mais do que viver para um futuro possível, o cristão preenche cada momento com a certeza das coisas finais, como Cristo as alcançou e oferece.

2. Nos dias em que vivemos, de cultura tão rarefeita e dispersa, a nova evangelização significa redescobrir e partilhar o modo cristão de ser, como possibilidade concreta de vida em abundância. Significa iniciação cristã autêntica e vida em Cristo sempre, pessoal, familiar e comunitariamente levada. Como só pascalmente se alcança, pois «a felicidade está mais em dar do que em receber» (Act 20, 35).

É por isso que um novo ano pastoral – como este de 2016-2017 – só pode ter como plano e programa, no que toca ao essencial, alcançar uma catequese, uma liturgia e uma ação sociocaritativa sempre mais conformes com as palavras e atitudes com que Jesus há dois mil anos inaugurou o Reino. Reino que a ressurreição garantiu para sempre e a vida dos cristãos assinala e oferece. Um Reino assim só filialmente se alcança, pois a Deus pertence e por Deus se estende. Se progredirmos na aprendizagem do Pai Nosso, experimentaremos e faremos experimentar bem mais a realidade plena do Reino de Deus.

Será a melhor maneira de vivermos o tempo, a partir de Deus, com indispensável entrega e confiança. Como escreve

um autor contemporâneo: «Falar do Reino significa falar de um coração novo, de relações pessoais diferentes, de estruturas humanas que correspondam à forma como Deus criou e sonha este mundo. A questão decisiva está em entrar no Reino e como participar pessoalmente num espaço de salvação, de felicidade e de agradecimento – que Deus, manifestando-se, põe ao alcance de todos por intermédio de Jesus. No fundo de tudo, existe uma decisão, um desejo, uma vontade, que não coloca condições». E continua, indicando o essencial do que devemos ser e pedir, diante de Deus e da vida: «Por este motivo, Jesus, perante a estranheza dos seus discípulos, refere-se às crianças como modelo: é preciso receber o Reino de Deus como o faz uma criança, ou seja, a partir da necessidade e da fragilidade de quem sabe que não pode fazer nada por si próprio (Mc 10, 15, Lc 18, 17)» (Armand Puig, Jesus. Uma biografia, Lisboa, Paulus, 2006, p.342).

Diante das dificuldades que certamente tocarão a cada um – família a família, comunidade a comunidade – coloquemo-nos filialmente diante de Deus, neste ano e sempre. Demos-lhe oportunidade para construir também em nós e por nós o seu Reino, como só Ele sabe e pode. Passagens como a seguinte, das primeiras gerações cristãs, devem ser levadas muito a sério, antes, durante e depois de qualquer programação, para que não seja demasiadamente nossa: «Se o Senhor quiser, viveremos e faremos isto ou aquilo» (Tg 4, 15).

3. Partilho convosco estes sentimentos e convicções, no início dum ano pastoral marcado por acontecimentos relevantes, como o tricentenário da qualificação patriarcal de Lisboa e o centenário das aparições de Fátima. Acontecimentos que não nos devem distrair do que mencionei e é de sempre, mas devemos aproveitar para o fazer melhor e mais definitivamente.

O tricentenário da qualificação patriarcal de Lisboa (7 de novembro de 1716, pelo Papa Clemente XI) evoca o empenho que D. João V pusera em ilustrar a capela real e o zelo que demonstrava, como os seus antecessores, pela propagação da fé, como então se entendia. Trezentos anos depois, só pode lembrar-nos a nós, num contexto histórico e eclesial tão diferente, que toda



a Igreja é uma realidade missionária, como a missão há de ser vivida agora, em termos de nova evangelização e reciprocamente ad gentes.

Temos várias ações programadas e já anunciadas (v. o Programa-calendário diocesano) da música erudita a um musical, da edição de biografias episcopais e de cartas pastorais dos patriarcas à renovada apresentação museológica da diocese. Será muito bom que tudo isto seja aproveitado pelas nossas comunidades, para ganharem ainda maior consciência do que foram, são e hão de ser, como Igreja de Cristo em Lisboa e em missão.

A celebração do centenário das aparições de Fátima, antes e depois de 13 de maio, reforçará em todo o ano pastoral a dimensão mariana essencial à Igreja. «Quando chegou a plenitude do tempo, Deus enviou o seu Filho, nascido de uma mulher, [...] a fim de recebermos a adoção de filhos» (Gl 4, 4-5). Tendo acompanhado o seu Filho de Belém ao Calvário, Maria tem sido por sua vez enviada, da glória em que com Ele vive, para nos repetir, no longo curso da vida da Igreja, as mesmas palavras que disse em Caná: «Fazei o que Ele vos disser!» (Jo 2, 5). Como A ouviram os pastorinhos há um século, também o faremos nós agora, com redobrada devoção e conversão evangélica. Isso mesmo nos dirá decerto o Papa Francisco, cuja presença aguardamos de coração inteiro.

4. A caminhada sinodal que encetámos em 2014 envolveu milhares de diocesanos que estudaram os vários capítulos da exortação apostólica Evangelii Gaudium do Papa Francisco, procurando o melhor modo de, também aqui, concretizarmos o “sonho missionário de chegar a todos”.

Muito se rezou, pensou e agiu nesse sentido, de então para cá, e assim continuaremos a fazer. Com o que chegou à comissão preparatória do sínodo – e foi sendo publicado na Voz da Verdade e no “site” do Patriarcado – elaborou-se um Documento de trabalho, já divulgado também, que está a ser estudado pelos membros convocados segundo os

cânones para a assembleia sinodal que, de 30 de novembro a 4 de dezembro, lhe dará a redação final.

Importa entender esses dias como um momento especial duma caminhada diocesana muito mais larga na participação e no tempo, que talvez constitua o principal do que aconteceu – e será inteiramente respeitado e projetado para o futuro, em termos de sinodalidade crescente, cada vez mais aplicada na vida das comunidades e da diocese no seu todo.

Do muito que o Documento de trabalho do sínodo nos oferece, sintetizo e destaco «sete critérios de discernimento e ação eclesiais» (DT, 24 ss) que poderão orientar desde já a vida das nossas comunidades, pois acolhem as indicações da Evangelii Gaudium e a reflexão partilhada pelos grupos sinodais: 1º) Critério do tempo, disponibilidade para acompanhar pessoas e situações. 2º) Critério da unidade, prevalecendo sobre tensões e conflitos. 3º) Critério da realidade, um saudável realismo aberto à esperança. 4º) Critério da totalidade, não esquecendo a globalidade da proposta evangélica. 5º) Critério da evangelização, (re)configurando nesse sentido todas as estruturas e rotinas. 6º) Critério da autenticidade, para que o essencial evangélico ressalte em tudo e sempre. 7º) Critério da qualidade e da beleza, como o Evangelho oferece e a evangelização não dispensa.

Missão, sinodalidade, família e misericórdia são palavras-chave dos nossos dois últimos programas diocesanos, como se podem reler nas respetivas apresentações. Em seu torno caminharemos, para nos retomarmos como Igreja em missão, alargando o Reino. E a alma de tudo o que fizermos será essa mesma misericórdia, que nos identifica com o próprio Deus na atenção prioritária aos mais pobres e frágeis. Para tal nos fortalece o presente Jubileu, cuja graça permanece e nos impele.

Convosco, irmão e amigo,
+ Manuel, Cardeal-Patriarca
Lisboa, 1 de setembro de 2016



Igrejas de Portas Abertas

Rita Gôja

Onde está Deus?

Em tudo! Em todos!

Onde devo rezar?

Onde quiseses! Como quiseses!

Mas o Corpo de Deus, Jesus presente de forma sacramental, apenas O encontramos nas igrejas, mais precisamente no sacrário. Aquele cantinho da igreja em que o silêncio e o sossego nos transportam a uma oração mais próxima. Aquela paz em que conseguimos sentir o Seu abraço e caso estejamos com dúvidas, podemos ter a certeza que Deus está mesmo ao nosso lado. Somos uma Unidade Pastoral privilegiada pela beleza natural e pela história que envolvem as nossas igrejas. Para quem gosta do alto e da natureza pode deslocar-se à igreja de Sta. Eufémia, para quem gosta de um espaço pequeno e acolhedor pode optar pela

igreja de S. Pedro, para os mais resguardados a igreja de Sta. Maria, para quem gosta de contemplar a beleza interior pode deslocar-se a S. Martinho e para os mais modernos podem escolher a igreja de S. Miguel.

Opções para encontrares aquele cantinho especial não faltam. Mas já te aconteceu seres impedido de entrar por estarem as portas fechadas?

Para que esta seja uma possibilidade o mais remota possível a Unidade Pastoral conta com ajuda de um grupo de voluntários que todas as semanas investem o seu tempo para manter as portas das igrejas abertas. Para acolher qualquer um que entre pelas portas de Deus, seja para que motivo for. Explica Teresa, voluntária há sete anos, que estar atenta é uma das missões do voluntário "Nunca sei quem vai entrar por aquela porta, pode ser um turista com

questões, mas também pode ser alguém a precisar de ser encaminhado, alguém a precisar de ser ouvido ou alguém à procura de respostas". Para Conceição, voluntária há treze anos, esta é uma missão essencial porque de outra forma as portas da igreja estariam fechadas, explica que a falta de segurança obriga a que esteja sempre alguém presente. Para Coração, voluntária há vinte anos, o seu voluntariado é fonte de esperança "Entram poucas pessoas na igreja, mas acredito que algumas são tocadas por nosso Senhor. Mesmo que seja só uma já valeu o meu esforço".

Para Teresa é importante estarem sempre abertas as portas da igreja "É bom para quem quiser estar mais próximo de Deus, diante do sacrário, nas suas orações, nos seus desabafos, nas suas tristezas ou alegrias, neste silêncio, nesta paz, nes-

se sossego". Para Edite e para Ana Maria, voluntárias há dois anos, o silêncio da igreja e a proximidade com Deus são uma excelente oportunidade para dar paz à agitação do dia-a-dia.

Além do serviço que prestam ao próximo também sentem que são privilegiados pela oportunidade de poderem usufruir deste serviço. Coração gosta de dedicar estas horas à oração, à meditação e sente que na sua vida são horas boas. Teresa sente-se preenchida pela possibilidade de estar com Deus, no silêncio, através da oração e do simples olhar que dirige ao sacrário. Edite e Ana Maria sentem-se em paz e próximas de Deus.

Para Coração, enquanto cristã, faz parte estar disponível para ajudar seja no que for necessário dentro das possibilidades de cada um. Para Edite e Ana Maria, e estando nós



no ano da Misericórdia, esta é uma forma de fazer parte da Misericórdia de Jesus. Teresa aproveita para pedir que rezem pelos voluntários e que rezem para que surjam novos voluntários: "Nós precisamos das portas abertas!"

Fica aqui um agradecimento a todos os voluntários que dedicam o seu tempo a manter as portas das igrejas abertas. E caso ainda não sejas e sintas que tens essa possibilidade junta-te a nós e ajuda-nos a manter abertas as portas da casa de Deus!



Dia de S. Miguel

Rita Gôja

Vinte e nove de setembro, um dia especial para a nossa paróquia que festeja o dia do seu Padroeiro S. Miguel. Este ano, o Arcanjo, foi celebrado de modo festivo no domingo vinte e cinco de setembro na Eucaristia das 11h30, seguido de um almoço convívio no salão paroquial. Ainda não é uma tradição, mas

esperamos que o celebrar o padroeiro se vá cimentando de ano para ano, ou não fosse ele padroeiro de Sintra há quase 800 anos. S. Miguel Arcanjo, servo de Deus desde sempre, um dos principais Anjos, símbolo da humildade de Deus e protetor contra as forças do mal. Assim sendo, com fé, e seguindo o

exemplo de S. Miguel que opta por travar as suas batalhas contra os caminhos que nos desviam de Deus, também nós tenhamos a ousadia de travar as batalhas do nosso coração em favor de Jesus. Que todas as nossas ações sejam sinal de Deus na nossa vida. Não seremos capazes de eliminar todas as malda-

des do mundo, mas podemos ser ativos nessa batalha perante a vida que nos rodeia.

Um dia para nos lembrarmos destas lutas diárias que travamos, para dirigirmos a nossa vitória, tal com S. Miguel, em direção a Cristo, com verdade, simplicidade e humildade.



Grupo de Teatro - "A Manta de Retalhos"

"A Manta de retalhos" - grupo de teatro da UPS tenciona montar o espetáculo de Natal "O cavaleiro por regressar" a partir do conto "O cavaleiro da Dinamarca" de Sophia de Mello Breyner Andresen e da parábola do Filho Pródigo.

Estamos a precisar de novos elementos que queiram participar nesta aventura Natalícia e "teatreira". É agora que tu vais experimentar? Desejamos estreiar e bisar nas noites de 3 e 4 de Dezembro. São só dez ensaios todas as segundas-feiras das 21h30 às 23h, no salão paroquial. Aceitamos novos elementos só até 10 de Outubro. Aparece!

Vosso

Nuno Vicente

MAFEP
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO
PROTEGIDO
E CUMPRINDO
A LEGISLAÇÃO

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

www.mafep.pt



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Bulimia

A Bulimia nervosa é uma perturbação caracterizada por episódios compulsivos e repetidos de apetite excessivo, a que se segue uma purga. Esta purga pode envolver vômitos auto-induzidos, assim como a toma de laxantes e diuréticos, medidas estas efectuadas em conjunto ou de forma separada. O exercício físico exagerado pode associar-se para contrabalançar os efeitos das refeições abundantes. Tal como na anorexia nervosa, tema já abordado aqui há algum tempo, as pessoas que sofrem desta perturbação são, em geral, do sexo feminino, (90% dos casos) geralmente adolescentes ou jovens adultas. Es-

tas pessoas estão extremamente preocupadas com a sua figura física e pertencem, geralmente, a um nível socioeconómico médio ou alto. Desconhecem-se, no entanto, causas concretas. A influência exercida pela média sobre o comportamento e o padrão de beleza das pessoas pode estar entre as possíveis causas de Bulimia. O culto ao corpo magro leva milhões de pessoas em todo o mundo civilizado ou pseudo-civilizado (3 a 7% da população) a apresentar casos de Bulimia. Contudo, é difícil contabilizar o número real de pessoas que sofrem desta doença, uma vez que está cercada de preconceitos, sendo difícil para

o doente confessar o seu problema.

Um consumo rápido e compulsivo de quantidades grandes de alimentos acompanhado de um sentimento de perda de controlo é seguido de um enorme sofrimento psíquico. O stress emocional desencadeia muitas vezes a ingestão excessiva de comida, que geralmente se faz em segredo.

Para que se considere o diagnóstico de Bulimia nervosa, estes doentes deverão ter excessos alimentares pelo menos duas vezes por semana. O peso nos bulímicos oscila geralmente dentro da normalidade, embora alguns sejam efectivamente gordos. Todos exprimem, de

alguma forma, a sua preocupação em serem obesos.

Os vômitos auto provocados repetidos podem dar algumas complicações como a erosão do esmalte dentário, tornando os dentes amarelos, e a inflamação da parede do esófago, devido ao ácido vindo do estômago. Em consequência das purgas – diarreias, vômitos e aumento da diurese, pode verificar-se uma diminuição do potássio no sangue. Esta situação, a existir, pode levar ao aparecimento de arritmias, que são alterações do ritmo cardíaco.

Estes doentes têm consciência do seu comportamento e sentem-se culpados. Geralmente partilham

as suas preocupações com amigos ou familiares, ao contrário dos anoréticos que são mais introvertidos.

O tratamento destas situações passa pela psicoterapia e pela medicação com antidepressivos. O psicoterapeuta deverá ter experiência na área das alterações do apetite. E o nutricionista também tem uma palavra a dizer nestes casos.

Mesmo que a pessoa que sofra de Bulimia consiga emagrecer com ajuda de medicamentos, sem a resolução dos seus problemas de ordem psicológica é muito provável que volte a ter novas crises no futuro, continuando infeliz consigo mesma.



Jubileu dos Catequistas: Peregrinação a Roma

Vanessa Quitério - Catequista da Paróquia da Benedita

De Sintra partiram 43, mas de Portugal foram 700. Na passada semana aconteceu em Roma o Jubileu de Catequistas, actividade que congregou catequistas de todo o mundo e que contou com catequistas sobre a Misericórdia, peregrinação à Porta Santa e participação na Eucaristia na Praça de São Pedro.

“Vimos de coração cheio”. Este é o sentimento comum no fim deste Jubileu de Catequistas, que aconteceu de 23 a 25 de Setembro, em Roma. De Sintra partiram catequistas das paróquias da Benedita, Cacém, Caldas da Rainha, Camarate, Cristo Rei da Portela, Nossa Senhora da Ajuda, Ramada, Rio de Mouro, Torres Vedras, Sintra e também de Serpa, com um grupo de três catequistas que não quiseram perder a oportunidade de partir ao encontro do apelo do Santo Padre.

A acompanhar o grupo esteve o pároco da Unidade Pastoral de Sintra, o padre Armindo Reis, que considerou esta peregrinação a Roma “uma peregrinação especial: pelas palavras especiais do Papa dirigidas aos catequistas do mundo, e por todo o itinerário que se fez até à Porta

Santa”.

Logo no primeiro dia o grupo visitou a Basílica de S. Paulo Fora de Muros, local onde se encontra o túmulo de São Paulo, assim como foi feita a primeira passagem por uma Porta Santa, em Roma. Ainda houve tempo para uma visita guiada panorâmica em autocarro pela cidade, com paragem pelo Coliseu.

Uma experiência em família

Élia Bordonhos e Adérito Martins são catequistas na Unidade Pastoral de Sintra e levaram a este jubileu os seus dois filhos, o André e o Diogo, de 8 e 10 anos. Para estes pais não fazia sentido irem sozinhos. “Foi muito bom vê-los com entusiasmo nesta viagem e com entusiasmo de estarem com o Santo Padre”, partilha Adérito. Para as crianças a viagem foi “muito fixe” e o que mais gostaram, entre outras coisas, foi “de comer pizza e de ver o Papa”. Para Élia a experiência em família superou tudo o que esperavam. Acredita que deixou umas sementinhas aos filhos, já que lhes mostrou como é bom estarem todos juntos pelo mesmo Cristo.

A cidade e a fé

O segundo dia de peregrinação começou com a visita à Basílica mais antiga de Roma, São João de Latrão, que é também a sede do bispado de Roma, de que é titular o Papa. Foi feita a passagem pela Porta Santa dessa Basílica, seguindo depois a visita até à Scala Sancta (Escada Santa) e à Basílica de Santa Maria Maior, a maior igreja Mariana em Roma. A parte da tarde contou com a celebração da Eucaristia na Igreja de Santo António dos Portugueses e com a catequese em língua portuguesa na igreja de São Luís dos Franceses, dada pelo responsável da secção portuguesa na Secretaria de Estado do Vaticano, monsenhor Ferreira da Costa, a par-

tir do quadro de Caravaggio sobre São Mateus e com o tema “Contemplar a Misericórdia”.

O dia de sábado foi o mais intenso, com a visita ao Vaticano. A entrada na Praça e na Basílica de São Pedro foi feita em peregrinação, em caminhada orante, com a cruz do Jubileu da Misericórdia, uma das actividades propostas para a vivência deste jubileu.

A alegria do primeiro anúncio

Já no domingo, o Papa Francisco presidiu à Eucaristia e à oração mariana do Angelus e deixou bem claro que “é amando que se anuncia Deus Amor, não à força de convencer, impondo uma ver-

dade, nem se fixando em obrigações religiosas ou morais”. Reforçou ainda que “o centro da fé é o anúncio pascal, centro à volta do qual tudo gira” e terminou agradecendo o empenho de todos os catequistas do mundo em servir a Igreja e serem transmissores da fé.

Para Ana Cristina Silva, catequista na Unidade Paroquial de Sintra e organizadora desta viagem, as palavras do Santo Padre foram o ponto alto da peregrinação. “No fundo o mais elementar de ser catequista é darmos anúncio daquilo que é a nossa fé. Às vezes queremos inventar coisas mirabolantes e esquecemos o essencial. O mais importante é o nosso testemunho e aquilo que vivemos”.



Gota a Gota: Carta aos paroquianos

O Gota a Gota é uma associação de voluntários de ação social integrado na Unidade Pastoral de Sintra, com uma Direção devidamente constituída.

O seu principal objetivo é contribuir para a solução de "casos" e problemas sociais que envolvam CRIANÇAS no âmbito da referida U.P.S., quando necessário em cooperação com outras entidades, podendo ainda participar em iniciativas de desenvolvimento local, especialmente na perspetiva social ou contribuir para a sua inserção na Pastoral das nossas Paróquias.

O Grupo tem reunião, atualmente, às segundas segundas-feiras de cada mês, sendo a mesma antecedida de entregas de bens

(alimentos ou vestuário etc.) aos "casos sociais" que de momento estejam identificados e foram selecionados, os quais pretendemos ir alargando conforme as nossas disponibilidades financeiras o permitam.

É neste contexto, que apelamos à vossa generosidade, no sentido de, se possível, contribuírem este mês com: **LEITE UHT**



Citando São Mateus (25,35) "Porque tive fome, deste-me de comer, tive sede e deste-me de beber, era estrangeiro e hospedaste-me".

Desde já os nossos agradecimentos.



Crónica: Familiarmente Falando

Após as férias, inicia-se um novo ciclo na família. É hora de pensar em retomar as actividades dos adultos e das crianças. Planeia-se o início das actividades escolares e extra-escolares para os mais novos e o retomar das responsabilidades laborais para os pais.

É importante salientar que a nova dinâmica irá propiciar novas formas de nos relacionarmos com os outros. Devemos estar atentos às necessidades daqueles que amamos: só desta forma podemos estar presentes nas suas vidas.

Acontece, no correr da nossa vida diária, que não nos apercebemos determinados factos, ou não damos a devida importância àquilo que nos parece ser "uma coisa pequena", e que, muitas vezes, se transforma (alimentado pela nossa indiferença) numa "coisa grande", por vezes, tão grande que nos impede de seguir em frente, que nos desorganiza, que nos distancia daqueles que deviam estar tão perto... Então, a distância, não se contabiliza a nível geográfico, mas sim em termos relacionais, emocionais.

Devemos ter presente que a nossa família, o nosso lar, devia ser um espaço de respeito, amor, confiança e valores. Valores esses que os mais novos deviam entender e interiorizar, para que, mais tarde, os pudessem transmitir nas suas relações com os outros. Esquecemos que as crianças podem não ouvir o que lhes dizemos, mas estão sempre atentas às nossas atitudes e comportamentos. Devemos, por isso, dar o nosso contributo para a sua formação pessoal com o nosso exemplo!

Não é fácil ser adulto, mas também não é fácil ser criança! Não existem livros de instruções de "como ser bons pais", nem tão pouco de "como ser bons filhos". Parece-me que o segredo (se é que existe) está na forma como nos relacionamos e aprendemos uns com os outros. Os bons pais formam-se na construção da relação com os filhos e vice-versa. É um resultado intrinsecamente dependente da qualidade da relação. São, também, importantes espaços de informação, partilha de experiências e reflexão sobre temas da família.

As famílias podem contar com esse espaço nas **Conversas com Pais**, que decorrem na primeira segunda-feira de cada mês, no Centro de Acolhimento de Sintra.

As Inscrições são gratuitas, mas obrigatórias, através de ficha disponibilizada:

- no Centro de Acolhimento de Sintra (Rua Dr. Câmara Pestana, Edifício Sintra, Lj 11);
- no Cartório da Igreja de S. Miguel em Sintra;
- e-mail: acisjf.sintra@gmail.com

Próximas sessões:

Inscrição até 31 Outubro, para a sessão de 7 de Novembro de 2016.

Inscrição até 28 Novembro, para a sessão de 5 de Dezembro de 2016.

Até Novembro...

Sandra Alves- Mediadora Familiar

Uma gota... muitas vidas! **Rotary Club de Sintra**

Como vem sendo habitual, o Rotary Club de Sintra vai promover mais uma recolha de sangue no próximo dia 30 de outubro, entre as 9h00 e as 13h00, no Salão Paroquial da Ig. de S. Miguel, na Estefânia (Sintra). Este evento é organizado pelo Rotary Club de Sintra em colaboração com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação e a Unidade Pastoral de Sintra.



É ESSENCIAL PARTILHAR

DÊ SANGUE E REGISTE-SE COMO DADOR DE MEDULA ÓSSEA

Apelamos à participação de todos
Há doentes que precisam de si!!!

Dia - 30 de Outubro de 2016, DOMINGO

Das - 09H00 – 13H00

Local - Igreja S. Miguel / Estefânia



ROTARY CLUB DE SINTRA

Ter idade igual ou superior a 18 anos
Ter pelo menos 50 kg
Tomar o pequeno almoço
Apresentar documento de identificação
Ingerir líquidos não alcoólicos antes e depois da Dádiva
Ser saudável
Evitar esforços físicos antes e depois da dádiva

O seu gesto faz a diferença

OBRIGADO



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

Especialidades:

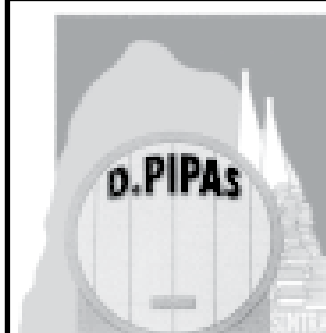
*Carnes e Peixes Frescos,
diariamente na grelha*

Às Quintas Feiras:

*Cozido à Portuguesa e Polvo
à Lagareiro*

Aos Domingos:

*Cozido à Portuguesa e
Cabrito à Padeiro*



**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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



O Papado e a Misericórdia

“Dar-te-ei as chaves do Reino dos Céus.” (Evangelho de São Mateus)

(Adaptação de “Ces 12 papes qui ont bouleversé le monde” de Christophe Dickés)

O papado está hoje no centro de um paradoxo: o mundo ocidental está permanentemente a evocar o declínio da Igreja Católica e da influência do seu chefe sem se dar conta que, na história da humanidade, a Igreja nunca teve tantos fieis espalhados pelos cinco continentes. Aliás é talvez essa uma das razões pelas quais, duma maneira geral, o Cristianismo é hoje a religião mais perseguida do mundo. Quando a história dos papas se confundiu, durante tanto tempo, com a da Europa, ser papa no século XXI significa ser ator numa cena de dimensões universais. Esta é uma responsabilidade incomparável e esmagadora. Ser papa não é a mesma coisa que vestir um hábito que se pode despir à noite quando se está cansado e voltar a vesti-lo no outro dia depois de ter descansado. É como ter uma tatuagem impressa na alma. Equivale à impossibilidade de se desligar, no seu próprio Eu, do Nós da Igreja.

No século XX, depois de cada eleição, com uma única exceção, todos os papas choraram e isto aconteceu antes de entrarem na famosa “Stanza delle lacrime”, literalmente “a sala das lágrimas”, uma sacristia situada à esquerda do altar da capela Sistina. É nesta pequena sala que o papa veste a sotaina branca, antes de aparecer na varanda da basílica de São Pedro para a bênção *urbi et orbi*, quer dizer à cidade de Roma e ao mundo. Ao longo da história, muitos cardiais ficaram aterrados pela perspectiva da eleição. Mas houve outros tempos em que a eleição pontifícia era motivo de triunfo e glória, no meio de combinações políticas europeias, reflexo de múltiplos interesses.

Há mais de um século, o papa possui mais do que um carisma institucional; manifesta um prestígio pessoal, mais ou menos marcado segundo a sua personalidade. Isso começou sob o pontificado de Pio IX (1846-1878), prisioneiro no Vaticano depois da invasão dos Estados pontifícios pelas tropas revolucionárias italianas em

1870, até ao papa Francisco com uma popularidade incontestável que parece mesmo ultrapassar a de João Paulo II. A universalidade da Santa Sé baseia-se em parte na ideia que o papa se dirige a cada crente. É ao mesmo tempo um pai- que é o sentido original da palavra “papa”- e um pastor.

Como todos os poderes, o dos pontífices evoluiu com as épocas. A sua influência e a sua capacidade de agir sobre o seu tempo tem variado. Segundo a historiadora Nicole Lemaître “o papado, com a sua extraordinária capacidade de adaptação às mudanças culturais e mentais, com as suas pretensões de representatividade supranacional, faz parte do nosso património comum.”

Quais são os elementos que permitem dizer que um papa influenciou a história de modo a mudar o seu curso? Ser lembrado entre os duzentos e setenta que estiveram à frente da Igreja Católica significa que esse papa se distinguiu pelo menos pelo seu carácter excecional, pela sua capacidade de agir relativamente aos acontecimentos da sua época.

As mudanças na Igreja fazem-se lentamente e cada papa deixa o seu legado. Existe na história da Igreja uma continuidade da qual o papa é uma espécie de garantia. O papa é portanto um herdeiro mas é “um herdeiro independente.” Está ao serviço da Igreja que, como qualquer instituição humana, viveu períodos de estagnação, de progresso, por vezes de regressão, muitas vezes de renascimento.

O papado foi testemunha e sobreviveu às três maiores transformações da história europeia: a queda do Império Romano, a Reforma protestante e o Século das luzes, gerador das revoluções, das democracias, mas também dos totalitarismos. Na história da Igreja muitos papas não foram brilhantes. Houve mesmo papas medíocres, por vezes ávidos de riqueza e de poder, mas há os que se destacam e dominam não apenas o seu tempo, mas o seu século. A sua influência vai para além do

seu pontificado, introduzindo uma mudança decisiva na história da Igreja e na história do mundo.

Muitos são sobejamente evidentes: de São Pedro (64 ou 67) a Inocêncio III (1198-1216) podemos salientar uns cinco que geram uma certa unanimidade. Quem se lembra do concílio de Calcedónia em 451 sob o pontificado de Leão Magno (440-461)? Foi, no entanto um acontecimento tão importante como a conferência de Yalta do século XX. Todos estes conflitos religiosos parecem-nos bem afastados da época contemporânea... No entanto, o Concílio de Trento, no século XVI, pode já reavivar algumas controvérsias porque está ligado ao desenvolvimento do Protestantismo. Este concílio foi fruto duma longa reforma espiritual e intelectual vinda da base da cristandade, mesmo antes da chegada de Lutero e das suas teses. “A história ensinou-nos que cada vez que a Igreja se libertou da mentalidade mundana e dos modelos terrestres do exercício do poder, se abriu a via da sua renovação espiritual em Jesus Cristo.”

E que dizer dos papas dos séculos XX e XXI de Leão XIII (1878-1903) a Francisco, eleito em 2013 depois da renúncia histórica de Bento

XVI?

Citaremos alguns dos papas destes dois últimos séculos considerados por muitos como tendo deixado a sua marca: Leão XIII pela sua doutrina social, esteve na base duma maior visibilidade da Santa Sé e do movimento da Nova evangelização. Pio X que compreendeu a “centralidade da Fé” e os perigos do positivismo, isto é, dum mundo que exclui o divino; Bento XV durante a Grande Guerra; Pio XI e a sua luta contra o totalitarismo e os acordos de Latrão. João Paulo II e a reunião ecuménica de Assis... Além destes papas ainda há a salientar João XXIII pelo concílio e pela sua intervenção num dos momentos mais críticos da Guerra fria; Pio XII e Paulo VI pontificados feitos de sofrimento mas marcados por uma visão e inteligências extraordinárias; Bento XVI pela sua denúncia do relativismo.

Estes grandes papas são assim reformadores pois têm sempre percursos e herdeiros. São papas de exceção e situam-se numa atualidade, pois que os homens duma época à outra mantêm as mesmas aspirações mas as ligações com o poder evoluem a também uma continuidade do modo como os papas se obrigam



a perseverar e a transmitir a Fé.

Os papas do séc.XX e XXI incarnam os “papas universais” duma Igreja que se torna na realidade o que foi sempre a sua aspiração, a Igreja Universal.

Virados para um mundo globalizado, com as suas preocupações, medos e angústias, no século mais mortífero na história da humanidade, eles ergueram-se como consciência da humanidade. Frente às religiões seculares mortíferas, querendo fazer dos homens, deuses, eles lembraram os princípios da paz e da dignidade, dos direitos e dos deveres. A Virtude da Esperança também. Neles se espelha e actua a Misericórdia, que o Papa Francisco tão oportunamente quis destacar ao promulgar o actual Jubileu da Misericórdia.

Teresa Teotónio Pereira

(Comissão da Unidade Pastoral de Sintra para o Jubileu da Misericórdia)



Curso Bíblico

As cartas de S. Paulo



Início
21 de Outubro,
às
21h15m

Local
Igreja de São Miguel

Festas de Verão

CABRIZ



NAFARROS



JANAS



LINHÓ



Santa Teresa de Calcutá

Santa Teresa de Calcutá foi canonizada pelo Papa Francisco no domingo dia 4 de Setembro, 19 anos depois da sua morte, perante uma multidão de mais de 100 mil pessoas na Praça São Pedro, que a considerava um ícone mundial da caridade.

"Por sangue, sou albanesa. Por nacionalidade, indiana. Pela fé, sou uma freira católica. Pela minha vocação, pertenço ao mundo. Quanto ao meu coração, eu pertenço inteiramente ao Coração de Jesus."

Assim se definia Madre Teresa de Calcutá, fundadora das Missionárias da Caridade, que ofereceu toda a sua vida missionária aos mais pobres e doentes. Dizia o Papa Francisco no dia da sua canonização:

"Madre Teresa, ao longo de toda a sua existência foi uma dispensadora generosa da misericórdia divina, fazendo-se disponível a todos, através do acolhimento e da defesa da vida humana, dos nascituros e daqueles abandonados e descartados".

"A sua missão nas periferias das cidades e nas periferias existenciais permanece nos nossos dias como um testemunho eloquente da proximidade de Deus junto dos mais pobres entre os pobres".



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: um belo livro! (a traduzir por inteiro... quem se candidata?)

Carmo Borges

(Tradução das primeiras páginas de 'Vedo un ramo di mandorlo – riflessioni sulla vita religiosa' – [Vejo um ramo de amendoeira – reflexões sobre a vida religiosa] - Marko Rupnik, Maria Campatelli, Ed. Lipa, 2015)

Uma única vocação cristã: E se quem procura não encontra?

Com gestos lentos e um pouco cansados, o padre Boguljub colocou sobre a mesa de madeira sólida do locutório do mosteiro, onde habitualmente recebia, uma cesta de peras secas, uma malga de pequenos pedaços de queijo de cabra e uma carcaça de pão já um pouco escuro em fatias, à espera que chegassem os convidados que desde já algum tempo lhe tinham solicitado um encontro. Ainda nunca os tinha visto. E, enquanto os esperava, de vez em quando, em voz baixa, sussurrava alguma oração, invocando sobre eles a bênção de Deus e pedindo que o Senhor, Salvador dos homens, os fizesse experimentar o seu olhar bondoso. Finalmente chegaram ao mosteiro. Era um casal de uns 40 anos, Marijan e Maruska. Maruska trabalhava num grande supermercado; ele era geómetra. Tinham três filhos, que sempre tinham procurado educar na fé na qual também eles se esforçavam por viver o seu matrimónio.

Nos olhos notava-se a surpresa de se encontrarem diante do velho monge, diante do seu olhar bom e luminoso. Como de costume, Boguljub ofereceu as peras secas e criou imediatamente um clima favorável para o encontro. Maruska não se fez rogar e começou a explicar de imediato o motivo da insistência com que tinham pedido que os recebesse.

«Padre, Marijan e eu, quanto temos podido, sempre tentámos viver profundamente a fé, participar na vida da Igreja, seguir os seus ensinamentos, estar perto dos nossos pastores... Mas sempre nos deparámos com muitos

obstáculos, e o problema principal não eram tanto as dificuldades que tínhamos, quanto a perspectiva com que éramos convidados a encará-los. À medida que passaram os anos, convencemo-nos que, no final, a questão não está em tratar de resolver as dificuldades, em procurar as soluções. Começámos a intuir que, talvez, se deva procurar outra coisa. Se alguém participa um pouco mais por dentro na vida eclesial, escuta muitas conferências, toma parte em muitas reuniões onde continuamente se propõe uma infinidade de análises sobre como se encontra a situação. Explicações longas e às vezes doutas sobre as interferências culturais, históricas, sociológicas, que concluem sempre com o que se deveria fazer. Mas, perdoe-me padre pelo que estou a dizer – poderia parecer um julgamento, mas nasce da experiência de muitos anos, e de palpar no concreto como esta perspectiva gerou na comunidade eclesial o cansaço, a desconfiança e às vezes também um certo cinismo -, o que constatamos é que precisamente este modo de proceder não funciona. Não funciona em geral, mas igualmente entre nós.

Explico-me: para nós dois, viver o sacramento do matrimónio significa fazer-nos cada vez mais uma só coisa. Precisamente aquilo por que reza o Senhor no evangelho de João: «Como tu, Pai, estás em mim e eu em ti, que também eles em nós sejam um só» (Jo 17,21). No entanto, para cada problema que surgiu entre nós, em todos os momentos de tensão, de confronto e de afastamento mútuo, havia sempre alguém disposto a aconselhar-nos uma determinada perspectiva psicológica, uma determinada dinâmica relacional, algo que sempre partia de nós, que era um trabalho nosso, um compromisso nosso. No final, demo-nos conta que tudo isto conduzia a harmonizar-nos, ele e eu, como dois indivíduos que tratam de estar bem juntos, de viver pacificamente um com o

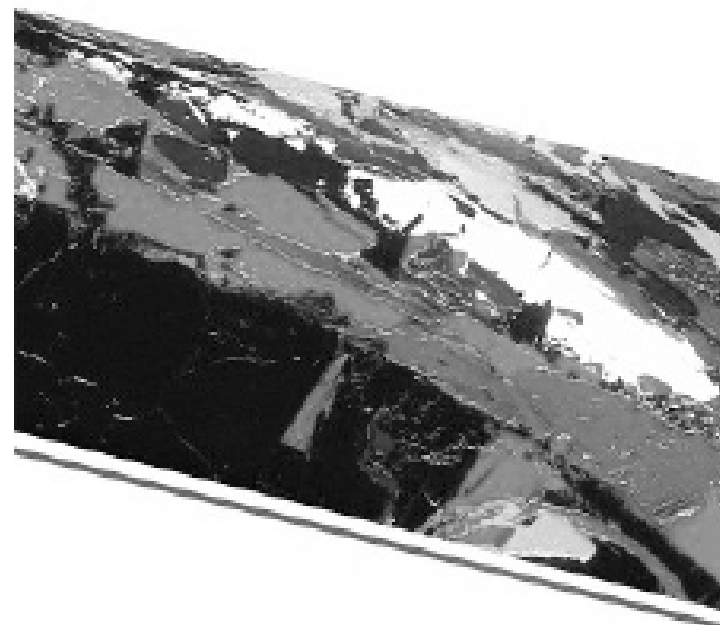
outro...»

«Mais ainda – interveio Marijan – um ao lado do outro. Raras vezes encontrámos uma ajuda não apenas para viver um com o outro, mas antes, como diz o Evangelho, um no outro. Por vezes, vem-me à ideia que o pensamento que têm em mente os que nos dão conselhos não se distingue de todo do que pensa a maioria das pessoas: uma associação para um bem-estar maior. Ou, no máximo, quando se caracteriza com alguma conotação moral, pode-se imaginar uma espécie de convivência pacífica, fruto de uma autodisciplina que ensina a não ultrapassar as fronteiras que estabelecemos, tacitamente ou não, para não nos aborrecer um ao outro. E, com efeito, propunham-nos em geral um trabalho sobre nós próprios para ajustar o carácter, as formas de proceder, de pensar, para aumentar as margens de tolerância relativas ao outro e para formular objectivos comuns de tal modo elevados, que nos levassem a não permanecer agarrados às nossas fixações.

Mas, graças a Deus, sim, precisamente graças a Ele, nós amadurecemos cada vez mais a intuição – não saberia sequer quando tomámos consciência dela pela primeira vez – de que a vida cristã é algo muito diferente de uma convivência pacífica onde não se ultrapassam os limites fixados dos territórios de cada um. Se a família é a «pequena Igreja doméstica», como se diz com frequência, então devem ser válidos também para a família os critérios da vida nova, da vida eclesial... Mas não conseguimos encontrar ninguém que confirmasse este nosso sentir confuso, estas nossas intuições... Até que um dia, no Youtube, vimos uma conferência de um tal padre Boguljub...», concluiu Marijan com um sorriso.

Padre – retomou Maruska – nós dois ficámos absolutamente cativados pelo que o senhor dizia, pela forma como descrevia a vida cristã. Era como se alguém, lá ao longe, entendesse as

Marko I. Rupnik – Maria Campatelli



“Vedo un ramo di mandorlo”

Riflessioni sulla vita religiosa

Lipa

nossas aspirações, as nossas perplexidades perante o que nos era proposto e, atravessando essas perplexidades e aspirações confusas, nos levasse pela mão ao limiar de um mundo bellissimo que não conhecíamos... Nessa noite como-vemo-nos profundamente e decidimos que devíamos

conseguir encontrá-lo. Por isso, padre, queríamos saber se existem ainda lugares onde possamos ver pessoas que se fizeram um só, que vivem um no outro e não um ao lado do outro, atentas a não se aborrecerem mutuamente...»



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

Fábula infantil

A Baleia Alegre!



A baleia é o maior animal do planeta. E, com todo esse seu tamanho, sem querer pode tornar-se uma ameaça para outros animais, caso não tome alguns cuidados

A baleiazinha era jovem cheia de vontade de brincar, nadar e saltar. Era cheia de vida e sempre muito bem-disposta.

- Que mosca te mordeu ? Perguntavam os outros habitantes do mar.

Ninguém sabia a resposta. Mas a verdade era que a baleiazinha estava a causar graves problemas aos pescadores.

Eles saíam inocentemente em seus pequenos botes e, de repente, encontravam-se com uma muralha de ondas, levantadas pelas brincadeiras dela.

Mais do que um pescador havia se afogado e a baleiazinha continuava brincando perto da costa, alheia às tristezas que causava.

- Baleiazinha, fico muito contente vendo-te tão feliz e brincalhona. Mas, por agires precipitadamente, já causaste algumas tristezas aos pescadores, disse-lhe o golfinho.

- Oh! Lamento muito, amigo golfinho! Exclamou a baleiazinha, muito arrependida.

Diz-me o que posso fazer para remediar o mal que causei. Perguntou ela.

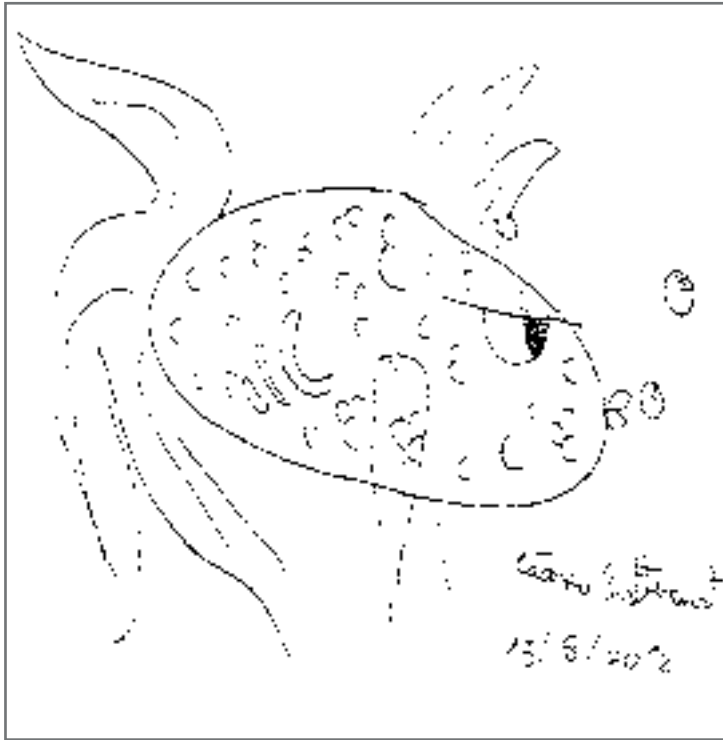
- Basta que brinques em alto mar, longe da costa, aconselhou-a ele.

A baleiazinha tinha um coração bondoso. Desejosa de fazer o bem aos outros e evitar novos prejuízos para os pescadores, rumou para o mar alto. A partir desse dia acabaram-se as tristezas dos pobres pescadores. E a baleiazinha pode continuar a alegrar os habitantes do mar, sem prejudicar os habitantes da terra.

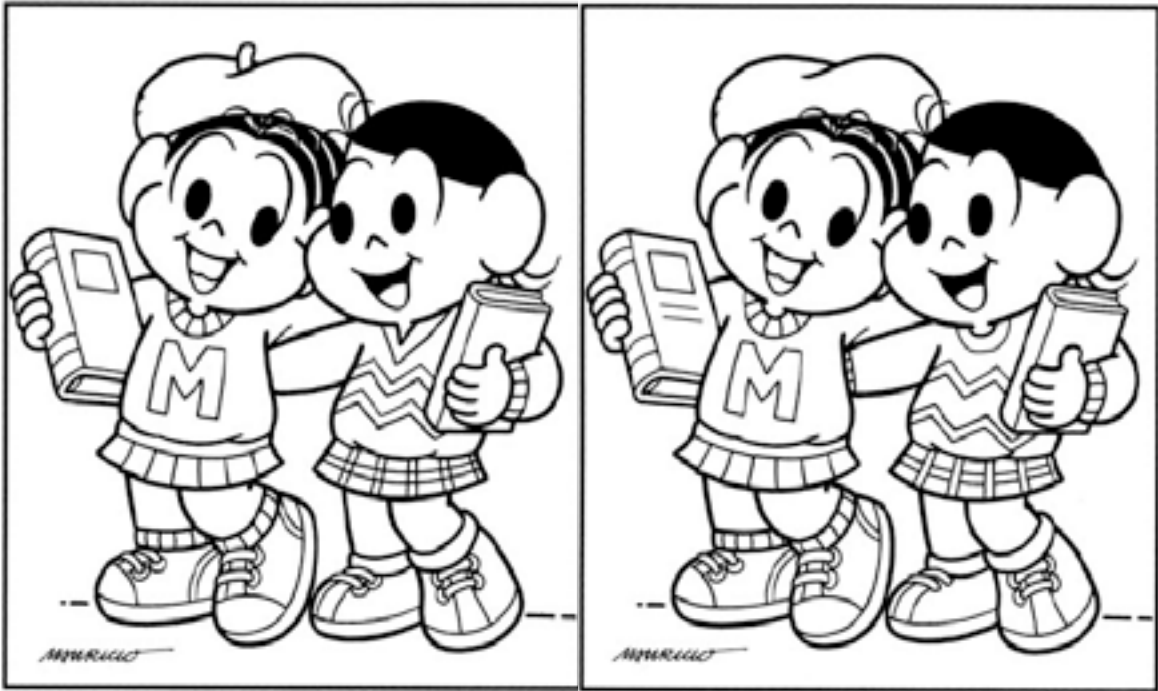
Sopa de Letras com letra - S

A	F	I	Z	Q	X	P	M	T	R	A	A
S	A	B	I	Á	C	S	A	P	O	P	S
F	S	U	C	O	P	Q	K	H	Q	E	O
R	S	I	R	I	S	G	X	G	P	C	P
Q	W	N	S	A	A	Q	F	F	P	G	A
P	T	S	Y	C	L	W	P	S	Q	K	V
M	S	P	G	S	A	Y	Z	Á	W	S	R
T	E	Q	W	E	D	X	T	B	P	A	S
E	L	R	T	M	A	Y	P	A	L	I	K
J	O	H	G	A	F	D	S	D	Z	U	X
C	V	B	N	N	L	J	K	O	H	G	F
D	S	Q	W	A	R	S	T	Y	P	M	H
SAPO	SALADA	SISI	SAIU	SOPA							
SUCO	SÁBADO	SELO	SEMANA	SABIÁ							

Imagem para colorir



Diferenças
Descobre às 7



Sudoku - puzzle

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

O rosto da Misericórdia é Jesus Cristo

Teresa Santiago

Nunca como em nossos dias a Humanidade necessitou tanto de misericórdia, o mundo e os homens têm necessidade da misericórdia. O Sagrado Coração ferido e aberto é maravilhoso, é garantia de liberdade e moderação, devido aos limites e paixões humanas.

O profeta Isaías mostra-nos que Jesus foi para a cruz, "como um cordeiro que se conduz ao matadouro" (Ele não abriu a boca) (Is 53, 7).

Vou escrever sobre algumas das suas últimas palavras, já pregado na cruz. São guardadas com profundo amor, respeito e devoção, procurando tirar delas todo o seu significado.

"Pai, perdoai-lhes porque eles não sabem o que fazem" (Lc 23, 34). Com essas palavras Jesus ensinava sobre a necessidade de "perdoar até aos inimigos" (Mt 5, 44).

Na cruz o Senhor nos dizia que é possível, sim, viver "a maior exigência da fé cristã": o perdão incondicional a todos. Na cruz Ele vivia o que tinha ensinado: não resistais ao mal. Se alguém te feriu a face direita, oferece-lhe também a outra... Amai também os vossos inimigos, fazei bem aos que vos odeiam, orai pelos que vos maltratam e perseguem. Deste

modo sereis filhos do vosso Pai, pois Ele faz nascer o sol tanto sobre os maus como sobre os bons (Mt 5, 44-48). "Se não perdoardes aos homens tão pouco vosso Pai vos perdoará" (Mt 6, 14).

Quando for difícil perdoar o amigo que nos decepcionou, o marido que nos traiu, a mulher que nos abandonou, ou aquele que nos humilhou, caluniou ou destruiu, então olhemos para o Senhor dilacerado na cruz, dizendo aos seus algozes: "Pai perdoai-lhes".

Certa vez Pedro perguntou-Lhe: "Senhor, quantas vezes devo perdoar meu irmão, quando ele pecar contra mim? Até sete vezes?" Ao que Jesus respondeu: "Não te digo até sete vezes, mas até setenta vezes sete" (Mt 18,21-22).

"Hoje mesmo estarás comigo no Paraíso" (Lc 23, 43). Com essas palavras de perdão e amor ao "bom" ladrão, Jesus nos mostra o oceano ilimitado da sua misericórdia.

Santa Teresinha do Menino Jesus dizia: "Como a misericórdia e a bondade do Coração de Jesus são pouco conhecidas".

Muitas vezes o Senhor nos permite ser humilhados pelos nossos pecados para sentirmos toda

a nossa fraqueza, tocando o chão duro da nossa miséria, a fim de nos tornar humildes. Mas ao levantarmo-nos arrependidos experimentamos a doçura da sua misericórdia.

Dizia Santo Agostinho: "Oh! Feliz culpa! Oh! Culpa feliz. Se não tivesse caído, não seria tão feliz".

Jesus mandou a Santa Maria Faustina Kowalska que, sob o quadro da Misericórdia, escrevesse esta frase: "Jesus eu confio em Vós".

Jesus convida-nos, não tenhamos medo, a aceitar o convite. Deus quer-nos a todos. Amemos todos o nosso Deus, com todo o nosso coração, com toda a nossa alma, com todo o nosso poder e coragem, nossa inteligência, forças, com todo o nosso desejo e vontade.

Ele deu-nos e continua a dar-nos o Corpo, a Alma, e a vida. Ele criou-nos e resgatou-nos, salvar-nos-á apenas por Sua misericórdia.

Não há árvore mais apropriada para produzir e conservar o amor de Deus do que a árvore da cruz (Santo Inácio de Loyola).

Jesus eu confio em Vós!



Intenções do Papa

Outubro
2016

JORNALISTAS

Para que os jornalistas, no desempenho da sua profissão, sejam sempre animados pelo respeito pela verdade e por um forte sentido ético.

JORNADA MISSIONÁRIA MUNDIAL

Para que a Jornada Missionária Mundial renove em todas as comunidades cristãs a alegria e a responsabilidade de anunciar o Evangelho.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção 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 - Outubro 2016 - Ano C

	Dia 9	Dia 16	Dia 23	Dia 30	TEMPO COMUM «a segunda parte do Tempo Comum, fica entre os tempos da Páscoa e do Advento, e é o momento do cristão colocar em prática a vivência do reino e ser sinal de Cristo no mundo, ou como o mesmo Jesus disse, ser sal da terra e luz do mundo»
	28.º DOM. T. Comum	29.º DOM. T. Comum	30.º DOM. T. Comum	31.º DOM. T. Comum	
Leitura I	2 Reis 5, 14- 17	Ex 17, 8-13	Sir 35, 15b-17.20-22a	Sab 11, 22 - 12, 2	
	«Naamã foi ter novamente com o homem de Deus e confessou a sua fé no Senhor»	«Quando Moisés erguia as mãos, Israel ganhava vantagem»	«A oração do humilde atravessa as nuvens»	«De todos Vos compadeceis, porque amais tudo o que existe»	
Salmo	97, 1-4	120, 1-8	33, 2-3.17- 18.19.23	144, 1-2.8-9.10- 11.13	
	«O Senhor manifestou a salvação a todos os povos»	"O nosso auxílio vem do Senhor, que fez o céu e a terra."	"O pobre clamou e o Senhor ouviu a sua voz."	"Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei"	
Leitura II	2 Tim 2, 8-13	2 Tim 3, 14 __ 4, 2	2 Tim 4, 6-8.16-18	2 Tes 1, 11 - 2, 2	
	«Se sofremos com Cristo, também com Ele reinaremos»	«O homem de Deus será perfeito, bem preparado para todas as boas obras»	«Já me está preparada a coroa da justiça»	«O nome de Cristo será glorificado em vós, e vós n'Ele»»	
Evangelho	Lc 17, 11-17	Lc 18, 1-8	Lc 18, 9-14	Lc 19, 1-10	
	«Não se encontrou quem voltasse para dar glória a Deus senão este estrangeiro»	«Deus fará justiça aos seus eleitos, que por Ele clamam»	«O publicano desceu justificado para sua casa e o fariseu não»	«O Filho do homem veio procurar e salvar o que estava perdido»	



SERVIÇO PASTORAL E LITÚRGICO - OUTUBRO

Dia 1 – Sábado da semana XXVI

Início da Catequese na Unidade Pastoral de Sintra
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 Reunião equipa do sector Sintra C

Dia 2 – Domingo XXVII do Tempo Comum

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 na 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 3 – Segunda-feira da semana XXVII

07.30h Missa em Monte Santos
18.15h Missa no Linhó e 18.30h no Ramalhão

Dia 4 – Terça-feira da semana XXVII

11.00h Missa no Lar de Galamares
18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.00h Oração Grupo Nazaré
21.00h Reunião da Conf. S. Vicente Paulo

Dia 5 – Quarta-feira da semana XXVII

17.30h Missa em Monte Santos
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro
21.30h Reunião de Secretariado da Catequese
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 6 – Quinta-feira da semana XXVII

15.00h Missa Lar Cardeal Cerejeira
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro (leitores)
21.15h Secretariado Perm. do Conselho Pastoral

Dia 7 – Sexta-feira da semana XXVII - 1ª 6ª feira

CONFISSÕES EM S. MIGUEL: das 9h30 às 11h30, das 16h às 19h e das 21h às 22h
09.00h Missa em S. Miguel e Expo. do SSmo.
18.00h Expo. SSmo em São Pedro.
19.00h Missa em S. Pedro
21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 8 – Sábado da semana XXVII

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

Dia 9 – Domingo XXVIII do Tempo Comum

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
19.00h Missa em S. Martinho

Dia 10 – Segunda-feira da semana XXVIII

07.30h Missa em Monte Santos
18.00h Reunião do grupo Gota a Gota
18.15h Missa no Linhó e 18.30h no Ramalhão

Dia 11 – Terça-feira da semana XXVIII

18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.00h Missa com Grupo Nazaré
21.00h Conversas sobre Deus, Abrunheira e Várzea

Dia 12 – Quarta-feira da semana XXVIII

17.30h Missa em Monte Santos
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho
21.00h Conversas sobre Deus em S. Miguel e Linhó
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 13 – Quinta-feira da semana XXVIII

3º aniv. da entrada do Pe. Armindo e Pe. Jorge
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
21.00h Partilha da Palavra em S. Miguel

Dia 14 – Sexta-feira da semana XXVIII

09.00h Missa em S. Miguel, seguida de confissões
10.30h Reunião da Conferência de S. Vicente Paulo
18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)

Dia 15 – Sábado da semana XXVIII

10.30h CONFISSÕES p/ Catequese em S. Miguel
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 e 19.00h em S. Miguel
21.30h Reunião de Prep/ p/ Baptismo em S. Miguel

Dia 16 – Domingo XXIX do Tempo Comum

09.00h Missa na Abrunheira
09.00h Missa 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
13.00h Almoço na Abrunheira
19.00h Missa em S. Martinho

Dia 17 – Segunda-feira da semana XXIX

07.30h Missa em Monte Santos
18.15h Missa no Linhó e 18.30h no Ramalhão

Dia 18 – Terça-feira da semana XXIX

18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.00h Oração Grupo Nazaré

Dia 19 – Quarta-feira da semana XXIX

17.30h Missa em Monte Santos
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
19.30h Missa rito Greco-Católico, S. Martinho
21.00h REUNIÃO GERAL DE CATEQUISTAS
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 20 – Quinta-feira da semana XXIX

15.00h Missa Lar do Oitão
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
21.00h Partilha da Palavra no Lourel (Leitores)

Dia 21 – Sexta-feira da semana XXIX

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões
18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.15h Início do CURSO BÍBLICO em S. Miguel

Dia 22 – Sábado da semana XXIX

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 - Compromisso

Dia 23 – Dom. 30 do T. C. – Dia das MISSÕES

Dia do compromisso dos agentes da pastoral
09.00h Missa na Abrunheira e Janas
09.30h Missa rito bizantino, 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 24 – Segunda-feira da semana XXX

07.30h Missa em Monte Santos
18.15h Missa no Linhó e 18.30h no Ramalhão

Dia 25 – Terça-feira da semana XXX

Aniv. dedicação da Catedral de Lisboa
18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.00h Conversas sobre Deus, Abrunheira e Várzea
21.00h Adoração do SS.mo com Grupo Nazaré

Dia 26 – Quarta-feira da semana XXX

17.30h Missa em Monte Santos
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (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 27 – Quinta-feira da Semana XXX

15.00h Missa no Lar Asas Tap
18.30h Confissões e Missa em S. Miguel (19.00h)
21.00h Partilha da Palavra na Abrunheira (Leitores)

Dia 28 – Sexta-feira da semana XXX

09.00h Missa em S. Miguel e Confissões
10.30h Reunião da Conferência de S. Vicente de Paulo
18.30h Confissões e Missa em S. Pedro (19.00h)
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 29 – Sábado da semana XXX

11.00h Missa em S. Martinho (língua italiana)
11.00h Missa em S. Pedro (língua italiana)
16.30h Missa em Manique
16.30h Celebração da Palavra em Galamares
18.00h Missa em S. Pedro e 19.00h em S. Miguel

Dia 30 – Domingo XXXI do Tempo Comum

Início da hora de Inverno (atrasa 1 hora)
09h-13h Colheita de sangue em S. Miguel
09.00h Missa na Abrunheira
09.00h Celebração da Palavra em Janas
09.30h Missa rito bizantino, S. Martinho
10.15h Celebração da Palavra no Lourel
10.15h Missa em S. Pedro e na Várzea
11.30h Missa em S. Miguel e 12.00h no Linhó
15.00h DIA do VOLUNTÁRIO – em S. Miguel
19.00h Missa em S. Martinho

Dia 31 – Segunda-feira da semana XXXI

07.30h Missa em Monte Santos
18.15h Missa no Linhó e 18.30h no Ramalhão

PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

1 Nov: Solenidade de Todos os Santos
2 Nov: Comemoração dos Fiéis Defuntos
3 Nov: Reunião dos MEC
12 Nov: Encerramento do Ano da Misericórdia na UPS
12 Nov: CONSELHO PASTORAL DA UPS

Regresso às aulas

Migalha de Pó

Iniciam-se as aulas; mais um ano aí vem, com todo o bulício de um recomeçar. Hoje, é para os milhares de gente jovem que escrevo. Também já andei nessas andanças, também já me perdi nas mil coisas para tratar, nos cadernos, canetas, marcadores, borrachas e lapiseiras. No meu tempo, ficávamos por aqui; no vosso a coisa vai mais além, a tecnologia evoluiu e as preocupações, com esse tipo de material, também cresceram. As calculadoras, os computadores, os iPad, e a parafernália que, hoje, já é indispensável nas mochilas de todos.



Mas voltando ao nosso assunto – Aulas – recomeço ou, em muitos casos, estreia absoluta. Eu sou, e serei sempre, suspeita. Adoro estudar, saber, descobrir. Quando mais jovem sentia um misto de expectativa e alegria no começo de cada novo ano lectivo. Quem iriam ser os colegas, que professores me calhariam em sorte (ou azar...), que matérias me seriam mais queridas e em que disciplinas eu me ia ver aflita. Tudo isto era um motivo de excitação e de desejo de começar uma nova etapa. Eu queria aprender e conhecer mais.

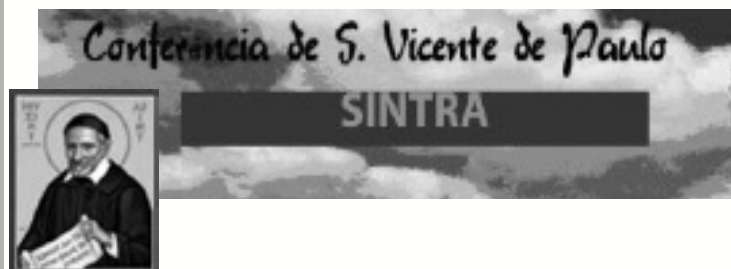
Claro que nos primeiros anos, quando entrei para a primária, o sentimento não era, de todo, esta alegria e “maluquice”, perdoem-me o termo, era sim um medo de sair do meu mundo de criança, protegida desse outro mundo – grande mundo – onde teria que aprender a viver, com o rodar dos anos. E os primeiros dias foram de susto e relutância. Por isso, pais, é normal que as crianças estejam mais sensíveis, mais frágeis. O seu pequenino mundo, onde se sentem felizes e protegidas, de certa forma, nas suas cabecinhas, está a acabar. E o medo pode fazer muitos estragos!

Cabe aos pais - família próxima – professores e educadores terem a capacidade, paciência, conhecimentos e calma para levar estas almas pequenas a descobrir um mundo novo, esse que as vai guardar durante uns quantos anos. Fazer delas adultos, dar-lhes ferramentas para enfrentar a vida, tal como aconteceu connosco há vários anos atrás. Aos mais velhos, com “escola” da escola, a postura e forma de lidar é diferente; Firmeza e compreensão são elementos incontornáveis. Há que os ter e...em abundancia! Como se pode depreender, o ambiente familiar, os pais ou os educadores, tem um papel preponderante na preparação dos futuros homens e mulheres. O exemplo que em casa se observa será replicado em sociedade, daí ser tão importante na formação da criança e do jovem. As aulas estão a começar e, com elas, mais um ano de redobrada atenção dada aos estudantes. Um desafio nos lares, nas mentalidades, nas personalidades e nos horários das famílias.

Bem sei que os tempos mudaram, é claro que sim. Bem sei que as “modas” e mentalidades se remodelaram, é notório, mas as crianças continuam a ser crianças; os jovens são, da mesma forma, jovens. Mais rebeldes, mais provocadores, mais senhores de si... Sim, definitivamente, sim! Mas será que apesar de todas estas alterações, a essência de cada um deles não está lá? Enterrada, escondida e somente á espera de ser esmerilhada e polida, pronta a tornar-se um belo diamante? Eu sou optimista; quero acreditar que sim. Como tal, sem querer ensinar o “Padre-nosso ao vigário”, atrevo-me a pedir a todos os pais/educadores que saibam ser firmes sem serem duros. Saibam dizer não, quando é hora de dizer não, e sim quando é sim. Que saibam ouvir aquilo que os vossos filhos não dizem, ver aquilo que os vossos filhos não mostram e ser aquilo que os vossos filhos precisam que sejam. Agora, não daqui a meses ou anos. Eles precisam de orientação e apoio, agora!

Que não ponham sobre os ombros dos professores aquilo que é em casa que se ensina, desenvolve e incute. Um professor passa conhecimentos, não educação – há uma diferença, grande – entre uma coisa e outra. Mas, e mais importante que tudo isto, pais: Os vossos filhos precisam da VOSSA PRESENÇA. Precisam de sentir que vocês, amigos e protectores, estão lá, sempre, presentes nas asneiras e nas coisas boas, nas boas e nas más notas, nas boas e más prestações. Pais.... Que este ano lectivo sejam vocês a dizer: PRESENTE! A cada nova chamada; os vossos filhos precisam.

Votos de um excelente e bem-sucedido ano lectivo; a pais e filhos.



JÁ PENSOU EM SER VICENTINO?

Você tem bom coração?
E servir a Deus? Sente-se chamado?



Se todas suas respostas são SIM, está na hora de se juntar à nossa família.



Sabia que?

A prática coordenada e contínua da caridade tende a ser mais eficiente do que aquela acção esporádica e individualista. Para além do mais, ajudar os outros faz-nos sentir melhor connosco próprios e até a relativizar os nossos problemas.



É tão fácil ser membro da nossa família!

Basta ser católico(a) praticante, e querer participar de grupo de pessoas que tem por objetivo **ajudar**, cristã, os necessitados.

Se procura servir a Deus, vamos juntos servi-Lo na pessoa dos pobres. Junte-se à Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim - Sintra!

Nós temos uma finalidade...

Testemunhar a fé através da caridade, com gestos concretos de amor. Procuramos estar presentes e aliviar o sofrimento quando a pobreza bate à porta e a doença ou a solidão tomam conta. Como irmãos em Cristo temos que ajudar a pessoa a recuperar a sua dignidade humana e cristã.

Seja você também um Vicentino ou Vicentina.

Traga-nos a suas ideias de fazer melhor o bem ao próximo!



Estamos no Largo da Igreja, n.º3 em São Pedro de Sintra.

Telf. 91 219 2999

e-mail: conf.vicentina.penaferrim@gmail.com

Precisa-se de Eletrodomésticos

A Conferência de São Vicente de Paulo precisa de um frigorífico e de uma máquina de lavar roupa para uma pessoa carenciada. Se alguém tiver aparelho de que já não precise poderá entregar na igreja de São Miguel.



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

Agenda Cultural

Graça Camara de Sousa

Centro Cultural
Olga Cadaval

Música

BALLA

08 outubro - 21h30 – auditório
Acácio Barreiros

A INTEGRAL DAS SINFONIAS DE BEETHOVEN

- 4 dias – auditório Jorge Sampaio
13 e 14 outubro -21h00
15 e 16 outubro – 18h00

DONA ELVIRA

15 outubro – 21h30 – auditório
Acácio Barreiros
“Histórias e Segredos”
Primeiro álbum dos Dona Elvira
composto por temas originais todos em português

BRANDO FEL

22 outubro – 21h30 – auditório
Acácio Barreiros
Com uma sonoridade agora mais perto do rock, prometem não deixar ninguém indiferente neste espetáculo que marca o lançamento do seu novo álbum

REAL COMPANHIA

23 outubro – 17h00 – auditório
Jorge Sampaio
Herdeiros de um grande legado na inovação e recriação da tradição musical, foi com os Romanças nascidos dos anos 80 que a Real Companhia nasceu

PAULO GONZO

29 outubro- 21h30 – auditório
Jorge Sampaio

“Concertos Íntimos”

O talento e o sucesso de Paulo Gonzo, como cantor, compositor e performer, fazem deste músico, um dos melhores artistas portugueses da atualidade

Exposições

CATARINA FIGUEIREDO

“Apontamentos de Sintra” –até 15 outubro – 09h30/20h00
Mais uma exposição de aquarelas desta talentosa pintora sintrense, desta vez no Estefânea Café em Sintra (encerrado aos domingos)
“Uma obra de arte é um canto da criação visto através de um temperamento”

Émile Zola

Lançamento dia 9 de outubro,
às 16h, no MUSA (Museu das Artes de Sintra).

Quis Deus que eu fosse poeta

Minha mãe nasceu poeta
Agora que hei-de eu fazer?
É esta a forma correta
Da minha forma de ser.

Se a minha sina for esta
Não a vou contrariar
Esta maneira modesta
Levando a vida a sonhar.

Mas que culpa tenho eu
Se o destino me tem o quê?
Se foi Deus que me escolheu
Para ser poeta feliz.

Minha mãe eu reconheço
Quanto me deste de bom
Uma vida não um preço
E ser poeta é um dom.

Obrigado minha mãe
Por esta forma de ser
A Deus estou grato também
Sou poeta até morrer.

Que sigla a minha!

Visão lá que sigla a minha
Que me persegue e acaneta
No meu percurso de vida
Um conselho não me desiste
E que nunca esqueci
E mais que me deu guarda.

Semelhante a Sintra são
Meus conselhos de eleição
O que muito me ensinou
Corre de longe os caminhos
A mesma sigla nos bandeiros
E eu dele começo com “S”.

Ser Nan Celhe
SINTRA

José Campos Portinha

Poesia

Maria de Lourdes Maceira
92 anos, S. João das Lampas



O cardume

Há de peixes um cardume
Ali na costa algarvia
E logo sente o perfume,
A gaivota que assobia.

Dentro em pouco há um bando
A picar o mar, contentes.
O peixe vai acabando,
Que elas são eficientes.

E grasnam, voam rodando,
O céu 'stá coberto delas.
P'ra todo o lado voando,
Como as gaivotas são belas.

Elas estão saciadas
E deixam todas o mar,
Voam juntas, bem formadas,
No seu estranho grasnar.



ESTORES
BANDARRA

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

Av. Adriano Júlio Coelho, 3 - Estefânia - 2710-518 SINTRA
cruzalta@paroquias-sintra.pt
Tel: 219 244 744 - 966 223 785



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

Horário do Cartório

2.ª Feira, das 16h às 18h
3.ª a 6.ª Feira: das 10h às 12h e 16h às 18h
Sábado, das 17h às 18h30

Web: www.paroquias-sintra.pt
Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

Ficha Técnica

Nº DL 355534/13

Direção:

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

Jornalista:

Rita Gôja

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:

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 TERESA DO MENINO JESUS

Santa Teresa de Lisieux, também conhecida por Santa Teresa do Menino Jesus, é uma das santas mais populares da Igreja, impulsionadora de grande espiritualidade no caminho da conversão religiosa.

Nasceu em Alençon, na Normandia (norte de França), em Janeiro de 1873, sendo a mais nova de nove irmãos de uma família de séria prática religiosa.

Muito cedo mostrou o seu amor a Deus e a sua vocação para se dedicar inteiramente a Ele. Ainda muito pequena, ao colo da mãe, disse: “No coração da Igreja, minha Mãe, eu serei o amor”. Tinha quatro anos quando a sua mãe morreu e já haviam morrido também quatro dos seus irmãos. É nessa altura que, juntamente com o pai e as irmãs, se muda para Lisieux. A irmã mais velha passou a ser a sua referência materna e tendo ela entrado para o Carmelo, Teresa sentia cada vez mais o chamamento de amor que Deus lhe fazia.

Fez a primeira comunhão com onze anos, e isso marcou-a profundamente: “Ah, que doce foi o primeiro beijo de Jesus à minha alma, foi um beijo de amor, senti-me amada”. Durante alguns anos da sua adolescência passou tribulações, problemas de saúde... e, diante da imagem de Jesus crucificado, teve o desejo de salvar almas em sofrimento. Duas das suas irmãs já estavam no Carmelo, mas Teresa era muito nova para entrar e precisava de uma autorização especial. Convenceu o pai a ir a Roma pedir autorização ao Papa Leão XIII, que a remeteu para o bispo diocesano e para as Carmelitas, e assim entrou

na vida religiosa em Janeiro de 1889 com dezasseis anos.

Teresa abraçou a vida no Carmelo, convicta e disposta ao sofrimento por amor e salvação das almas. Com vinte e três anos adoeceu gravemente com tuberculose pulmonar, e aí começou um longo período de sofrimento físico, a que se juntou o sofrimento da alma.

Durante o tempo que esteve doente, muitas foram as suas afirmações místicas: “Eu não dei a Deus senão amor, Ele devolver-me-á amor”; “Só o amor é que conta, acreditai no amor...”; “Pressinto que a minha missão vai começar, a missão de fazer amar a Deus como eu O amo...”. Morreu no final do dia 30 de Setembro de 1897, com apenas vinte e quatro anos. Uma das últimas frases que diz no leito: “Quero passar o meu céu fazendo bem à Terra... não morro, entro na Vida...”

Tal como disse e prometeu, o seu perfumado amor continua a contagiar na conversão e na evangelização.

Foi beatificada pelo Papa Pio XI em 1923 e canonizada em 1925, sendo pouco tempo depois declarada padroeira das missões, ela que nunca saiu do convento.

São João Paulo II declarou-a também doutora da Igreja, sendo a sua festa litúrgica celebrada a 1 de Outubro.



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 de um monumento à Fé, na Quinta do Saldanha, que se pode admirar do Largo do Vitor.



ALMOÇO JANELA

DOMINGO, 23 / 10 / 2016
(a partir das 12H30)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

EMENTA

- ☒ Entradas: Queijo, azeitonas e manteigas
- ☒ Sopa de agrião

☒ CARNE DE PORCO ÀS MERCÊS

OU

☒ LOMBINHOS DE PESCADA COM BATATA ASSADA

- ☒ 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 outras Comunidades da UPS)



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

**Brevemente
na Terrugem**

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