

totus tuus

JUNHO 2019 EDIÇÃO 39

PARÓQUIA DA SENHORA DO PORTO



Companhia de teatro Cenas & Cenas

Páginas 10-12

VII N'Day - Dia da Paróquia

Página 9



O Sacramento da Eucaristia

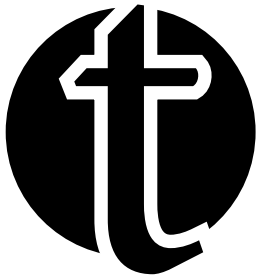
Página 9

Rezar com a Mãe

Página 4

O poder das palavras na Vida

Página 11



Nova Série // Ano XIV // Ed. 39
Junho 2019

Totus Tuus é um jornal informativo da Paróquia da Senhora do Porto, pertencente à Diocese do Porto, lançado em abril de 1993, com a iniciativa de jovens da paróquia. Um espaço onde se informa, reflete e profetiza a fé cristã.

Pároco

Pe. Manuel
Correia Fernandes

Participação de:

Ana Cristina Pereira
António Granja
Ariana Pintor
Cenas & Cenas
GASP
Inácio Vilaça
Ivo Pinto
José Miguel Sousa
Luís Lencastre
Luís Ribeiro
MESP
Pedro Melo
Pedro Rodrigues
Rui Ferraz
Sofia Pinto
Sónia Costa
Sónia Magalhães

Igreja Paroquial

Rua Senhora do Porto, 74
4250-450 Porto

Telefone

228 311 448
228 328 022
969 220 760

Igreja S. Paulo do Viso

Rua D. João de Azevedo, 165
4250-251 Porto

Web

paroquiasenhoradoporto.pt
facebook.com/Paróquia-da-Senhora-do-Porto-112130542186940/

E-mail - sugestões/opiniões

totus.tuus.sp@gmail.com

Ao adquirir este jornal pede-se a generosa contribuição dos leitores para ajuda à sua produção. Todos os textos são escritos segundo o novo acordo ortográfico, salvo erro de revisão ou impressão.



Vítimas do terrorismo ou mártires da fé?

Editorial M.C.F.

O mundo já esqueceu o massacre do dia de Páscoa no Sri Lanka: a tendência dos dias frenéticos de hoje é esquecer os dramas para que não mexam com as consciências. No entanto os 258 mortos naquele dia da Páscoa cristã foram considerados pelo Bispo local como “mártires da fé”. O mundo de hoje tem dificuldade em assumir um tal conceito ou uma tal realidade.

É a convicção laicista de que a fé não merece já os seus mártires, porque estes engrandecem a fé e certamente ainda estará em vigor o dito atribuído a Tertuliano de Cartago (c. 150-220), segundo o qual o sangue dos mártires é semente de cristãos. Importa pois cercar a semente para que não surjam os frutos.

Como nos tempos primitivos, em Sri Lanka os cristãos são muito minoritários. No entanto, ou por isso mesmo, o seu dinamismo assemelha-se ao dos primeiros discípulos que anunciavam em pequenos grupos a mensagem cristã, que permanecia e ganhava raízes, em sociedades não apenas laicas, mas claramente hostis.

Nos dias de hoje, a sociedade cultiva o laicismo propalado e a hostilidade surda ao acontecimento religioso. Os acontecimentos religiosos são referenciados, mas mesmo que multitudinários, aparecem sempre como realidades marginais. Apenas atingem primeiras páginas quando soa a escândalo, verdadeiro ou suposto. Esta é a técnica da informação de hoje, que esconde ou atinge para não se sentir atingida.

Falar de mártires cristãos, ou de cristãos mártires, é por isso uma linguagem a omitir na sociedade atual. Os cristãos sabem que modernamente a perseguição assume outros contornos, o mais óbvio dos quais é o esquecimento, a obnubilação, segundo o postulado mediático que afirma que o que não é divulgado, noticiado, exaltado não existe. Assim pelo silêncio induzido se procura induzir o esquecimento e a negação.

Este é por isso um novo apelo para os cristãos de hoje, sobretudo nos países do médio oriente e da África central, mas aos de todo o mundo: a consciencialização de que a identidade cristã, a força salvadora do Evangelho e das suas dinâmicas atuais para a humanidade (para o mundo – no sentido evangélico do termo – que não tem consciência disso ou prefere ignorá-lo) são exigência da sua fé, que deve ser assumida de forma prudente, evitando toda a ameaça de perseguição mas enfrentando os seus riscos.

Quando ardem catedrais, qualquer sociedade laica se sente atacada na sua história e na sua identidade. E ainda bem que assim é: afinal a sociedade europeia não é tão laica como os laicos querem fazer supor. Quando por gestos terroristas irracionais ardem ou se queimam comunidades, cristãs ou muçulmanas, ou essencialmente humanas, é como se as suas catedrais, as suas criações estéticas e de fé, a sua memória, as suas projeções para o futuro, os seus projetos de uma humanidade marcada pela busca dos tempos novos da inteira salvação humana e cósmica sejam abalados. Mas nunca destruídas. **t**



ProVocação: “A Eucaristia faz a Igreja”

Luís Lencastre

Esta expressão resulta de uma afirmação do Papa Francisco: «A Eucaristia tem o lugar central na Igreja porque é a Eucaristia a “fazer a Igreja”». Ela deve ser fruto de uma profunda reflexão da nossa parte, particularmente num momento em que se constata um crescente abandono da frequência à Eucaristia, particularmente a dominical. Muitas razões podem ser apontadas, entre elas as várias solicitações e ofertas de bem-estar que o mundo apresenta, mas esta reflexão em Igreja não deve limitar-se a encontrar as causas. Deve antes de tudo procurar ser testemunha e proposta desta expressão da vivência comunitária da fé, que continuamente regressa “à Fonte” para nela se revigorar.

Sendo um sacramento instituído por Cristo, em tal instituição a Igreja vê a sua própria instituição. Pode-se dizer que a Eucaristia é o testamento deixado por Jesus nas suas palavras “fazei isto em memória de Mim”. A consagração é como o coração, é o pulsar da Eucaristia que dá vida a tudo o resto. Daí a sua centralidade, como o mistério do memorial da morte e ressurreição de Jesus Cristo, no qual participamos através da ação litúrgica.

O corpo de Jesus entregue por nós é a vida inteira, todas as vivências são ali entregues, toda a existência. O sangue derramado é a vida que é oferecida na morte por nós. Desta forma se entende a morte de Jesus na Cruz, da qual somos convidados em cada Eucaristia a fazer também nós parte, com todas as “pequenas mortes” daquilo que nos afasta da comunhão com Deus.

Celebrar a fé em Igreja é este viver o pulsar da existência cristã, da qual a Eucaristia é o sacramento culminante. É o centro da vida da Igreja, nela se celebra o próprio Cristo, e deve ser entendida como o cume da inserção no mistério pascal. Este é o desafio e a experiência que os cristãos são chamados a viver, inspirados pelas palavras da Madre Teresa de Calcutá - “para saber que Deus nos amou, olho para a Cruz, mas para ver como Ele nos ama, vivo o memorial da Eucaristia”. †

Comissão Permanente eleita

Tal como noticiámos na última edição do *Totus Tuus*, decorreu no passado dia 26 de janeiro a eleição de representantes dos vários grupos e movimentos da paróquia para próximo triénio do Conselho Paroquial de Pastoral (CPP), órgão de carácter consultivo do Pároco.

No dia 16 de março, realizou-se a sua primeira reunião, e como preveem os Estatutos, o CPP deve eleger a Comissão Permanente (CP) tendo sido cinco os membros eleitos para constituir a CP: Alfredo Almeida, António Granja, Arlete Santos Pinto, Ivo Pinto e Luís Maciel Ribeiro. Juntamente com o Pároco, a CP reúne idealmente uma vez por mês, para delinear e definir ações de dinamização da paróquia. †

A Forma Justa

Sei que seria possível construir o mundo justo

As cidades poderiam ser claras e lavadas

Pelo canto dos espaços e das fontes

O céu o mar e a terra estão prontos

A saciar a nossa fome do terrestre

A terra onde estamos — se ninguém atraísse — proporia

Cada dia a cada um a liberdade e o reino

— Na concha na flor no homem e no fruto

Se nada adoecer a própria forma é justa

E no todo se integra como palavra em verso

Sei que seria possível construir a forma justa

De uma cidade humana que fosse

Fiel à perfeição do universo

Por isso recomeço sem cessar a partir da página em branco

E este é meu ofício de poeta para a reconstrução do mundo

Sophia de Mello Breyner Andresen, 'O Nome das Coisas'

2019, centenário do nascimento da poeta.



Ordenação Episcopal de D. Américo Aguiar

José Miguel Sousa

No passado dia 31 de março, D. Américo Aguiar foi ordenado bispo na nossa belíssima e portuense Igreja da Santíssima Trindade. Américo Manuel Alves Aguiar, filho de D. Clotilde Ferreira Alves, é também filho de gema, da nossa diocese desde 1973, mais concretamente de Leça do Balio, no concelho de Matosinhos. Conhecido pela sua postura vertical, pela espiritualidade e muita sabedoria, é admirado pela sua dinâmica e pela capacidade de estar próximo do próximo independentemente da condição de cada um. Possui dos populares muitas amizades e estima que a manifestam publicamente e de quem reconhecem o seu estado sempre bem-disposto e bem-humorado. Para quem está

mais próximo, vêm-no como uma pessoa experiente, possuidora de muita iniciativa de largo rasgo.

Teve um percurso académico interessante, tendo entrado no curso de Teologia da Universidade Católica, onde veio também a tirar o seu mestrado em Ciência da Comunicação. Mas vem do Seminário Maior do Porto onde entrou em 1995 tendo sido ordenado presbítero em 2001. Até à sua atual ordenação, ocupava os cargos de presidente do Conselho de Gerência do Grupo Renascença, que prevê manter, diretor do Secretariado Nacional das Comunicações Sociais da Igreja Católica, membro do presbitério da diocese e presidente da Irmandade dos Clérigos.

No passado dia 1 de março, o Papa Francisco nomeou-o para Bispo Auxiliar de Lisboa tendo a cerimónia de ordenação ficado marcada para o dia 31 de março. Nesta cerimónia, estiverem presentes várias personalidades como o nosso primeiro-ministro, os presidentes das autarquias de Lisboa e do Porto, autoridades religiosas e civis, o nosso bispo D. Manuel Linda e o D. José Domingo Ulloa, arcebispo do Panamá, e muitos populares. E como não poderia deixar de ser, a presença do nosso cardeal-patriarca D. Manuel Clemente que presidiu à celebração. O D. Américo Aguiar escolheu como lema episcopal as últimas palavras conhecidas de Jesus Cristo na cruz: “nas tuas mãos”. E foi-lhe concedido o título simbólico de Dagno, diocese histórica na atual Albânia.

Com esta nomeação, muitos ficaram com a opinião de que D. Américo Aguiar trará um valioso contributo para a organização da Jornada Mundial da Juventude em 2022, a decorrer em Lisboa, dado que será o principal responsável pela coordenação daquele acontecimento juntando toda a sua experiência e singular atitude.

Bem haja a D. Américo Aguiar que fará seguramente obra cristã! †

Atos 20:35: “Há mais felicidade em dar do que em receber.”



Rezar com a Mãe

GASP

Decorreu no passado dia 25 de abril mais uma peregrinação a Fátima, organizada pelo nosso Grupo de Acólitos Paroquial (GASP), desta feita com o lema “Rezar com a Mãe”. E não é que não possamos rezar com a Mãe em nossas casas ou nas nossas igrejas. Mas tem um significado e uma emoção diferente rezar-lhe a olhar nos olhos ternos de Nossa Senhora de Fátima.

E com esta ideia em mente partiram do Porto, pelas 07h30, 18 acólitos e 32 paroquianos que iniciaram a viagem ainda a recuperar o sono que não tinham termina-

do. A meio do percurso e para acordarmos definitivamente rezamos a nossa Oração da Manhã, com destaque para o Chefe do Grupo que, contra todas as expectativas, entoou o Avé Maria de Fátima no tom e afinado. Foi o momento de maior surpresa do dia.

Pouco depois chegámos a Fátima. Aqui cada um fica por sua conta e vai fazendo o que lhe apraz até à hora da partida de volta ao Porto. Os acólitos, como é hábito, serviram ao Altar na Basílica da Santíssima Trindade na Eucaristia das 11h00, presidida pelo Bispo Auxiliar de Lisboa, D. Daniel Batalha

Henriques. É sempre um momento significativo para o GASP, principalmente para os mais novos, que enfrentam uma assembleia orante de mais de 4 ou 5 mil pessoas. Contudo, o Grupo portou-se com a dignidade que o caracteriza, sendo elogiado pelo número de acólitos e pela boa formação e por, apesar da surpresa da presença de um Bispo na presidência da Eucaristia (nenhum elemento do Grupo sabia até 10 minutos antes), ninguém ter tremido.

Depois o habitual tempo de piquenique e convívio, seguido depois pelas habituais visitas ao comércio local para alguma lembrança que fosse necessário levar para casa, pela ida à pira para colocar algumas velas e pela oração à Mãe. O tempo estava muito estranho: ora chovia abundantemente como, cinco minutos depois, já estava um sol maravilhoso. Um bom tempo para ficarmos doentes.

Já passava das 16h00 quando regressámos com destino a casa, com a convicção que sabe sempre a pouco, mas que cada pedacinho em Fátima sabe sempre tão bem... E também por isso, o GASP para o próximo ano está a preparar uma peregrinação a Fátima de 2 dias: partida do Porto no dia 01/05/2020 e regresso no dia seguinte. Contamos com a vossa participação! †



Nossa Senhora de Agosto

António Granja

Celebra-se a 15 de Agosto a Solenidade da Assunção da Virgem Maria.. Em Portugal este dia é feriado nacional e, um pouco por todo o país, do qual a Senhora da Assunção é padroeira e no qual se multiplicam os templos dedicados a esta devoção, organizam-se romarias em honra da Mãe de Deus, nas suas mais variadas invocações. No Porto, a Senhora da Assunção é a padroeira da diocese e a titular da Sé Catedral. Como Senhora do Porto, ela é também a padroeira da nossa paróquia. Outras designações comumente usadas são Senhora de Agosto e Senhora da Glória.

Mas o que é a Assunção de Nossa Senhora?

O dogma, proclamado pelo Papa Pio XII em 1950, na Constituição Apostólica *Munificentissimus Deus*, afirma que “a Imaculada Mãe de Deus, a sempre virgem Maria, terminou o curso da vida terrestre, foi assunta em corpo e alma à glória celestial”. Por outras palavras, quando falamos da Assunção de Nossa Senhora, estamos a referir-nos à convicção de que a Virgem Maria, a Cheia de Graça, tendo sido a mais fiel discípula de Jesus e participado tão intrinsecamente na Sua Paixão, participou também da Sua glória, sendo elevada ao Céu em corpo e alma, e não sofrendo, assim, a corrupção do túmulo, mas ressuscitando antes do fim dos tempos. Esta devoção mariana, cuja dogmatização, como já mencionado, ocorreu apenas no séc. XX, remonta às origens do Cristianismo e despertou, ao longo dos séculos, grande fervor entre os crentes. Por exemplo, no séc. XIV, em Portugal, o rei D. João I, Mestre de Avis, num gesto de acção de graças a Sta. Maria, a quem recorrera na intenção de conseguir uma vitória frente às tropas castelhanas, mandou que todas as catedrais do país fossem consagradas a Nossa Senhora da Assunção, ordenando também que fosse construído o mosteiro da Batalha.

Será importante distinguir Assunção de Ascensão. Fala-se da Ascensão do Senhor, na medida em que Jesus, na Sua divindade, Se eleva ao Céu a Si mesmo, por Sua própria acção. Por sua vez, Maria, a Bem-Aventurada Serva do Senhor, liberta da mancha do pecado, é elevada por dom de Deus, especialmente distinguida pelo Altíssimo que a escolheu para mãe do Seu filho.

Iconograficamente, a Senhora da Assunção é geralmente representada sobre nuvens e transportada por anjos. Por norma, os seus olhos fitam o céu e os braços estão abertos, mas, sob algumas invocações (nomeadamente a de Senhora do Porto) a imagem surge com o Menino Jesus nos braços.

Ao celebrar a Assunção, a Igreja aponta a esperança a que somos chamados e a sua dimensão pascal. A participação de Maria na glória de Cristo Ressuscitado é imagem e antecipação do triunfo da própria Igreja e do aparecimento duma nova humanidade. †



DDJ - Dia Diocesano da Juventude

Sónia Costa

O Dia Diocesano da Juventude foi instituído no seguimento de um convite feito pelo Papa São João Paulo II, durante o Jubileu Internacional da Juventude que ocorreu a um Domingo de Ramos. Há três anos que, segundo o sonho de D. António Francisco, esta jornada diocesana dedicada à juventude tem como local um santuário mariano. Desta vez, realizou-se no Santuário do Sameiro, na cidade de Penafiel.

Celebrámos este dia com Maria, aos seus pés como discípulos amados, sob o tema "Eis a serva do Senhor, faça-se em Mim segundo a Tua Palavra". Este ano, com uma novidade: não foi apenas um, mas dois dias de jornada, dando um "cheirinho" aos jovens do que é a partilha de culturas ao serem acolhidos por uma família inicialmente "estranha". Assim, no dia 12 e 13 de abril, vários jovens rumaram a Penafiel, sendo cerca de 2000 os participantes.

No dia 12, após o jantar, os jovens foram acolhidos e juntaram-se à procissão da cidade para o Sameiro que terminou com uma encenação da Via Sacra. Participaram depois numa oração de Taizé, regressando no fim com as suas famílias de acolhimento.

No dia 13, os jovens partiram em peregrinação, passando por diferentes paróquias para terem catequeses com os nossos queridos bispos. Ao chegarem ao Sameiro, escreveram à "Mãe", acompanhados de música de oração tocada pelo grupo *Follow Him*.

Por último, foram à Agrival para viverem a Eucaristia presidida pelo bispo D. Manuel Linda. Na sua homilia, D. Manuel reforçou o desafio lançado aos jovens, querendo-os “*de pé e ao pé, de pé perante Deus e na fé e ao pé de cada um dos irmãos que sofre, que precisam de apoio e vivem afastados da fé, sendo solidários e integrados na sociedade*”. À tarde, os jovens participaram nas escolas da fé, momentos de diálogo e reflexão orientados por pastorais diocesanas, congregações e movimentos religiosos. O dia terminou com o concerto do grupo Spiritus. O próximo DDJ será dia 4 de abril de 2020, no Monte da Virgem, em Vila Nova de Gaia. †



Cenas & Cenas

A Companhia de Teatro “Cenas & Cenas” é o grupo de teatro amador da Paróquia, que iniciou a sua atividade em 2015, após o desafio do Pe. Correia Fernandes para a representação da peça “A Cantora Careca”, de Eugene Ionesco.

Após o sucesso deste espetáculo, o grupo constituiu-se formalmente e abriu as suas

portas a novos membros, tendo estreado o espetáculo “Cantar Verdades a Mentir” em outubro de 2016. Esta adaptação do texto de Almeida Garrett foi representada não só na Senhora do Porto, como também em 3 outros locais.

Em 2017 o grupo apresentou a sua primeira peça de autor, escrita pelo Antó-

nio Granja com contribuições dos vários membros, uma narrativa sobre as prisões que a pobreza e a vida na rua apresenta, intitulada “Banco de Jardim”. Foi também a primeira peça dramática representada pelo grupo. Para além de dois espetáculos esgotados na Senhora do Porto, o grupo levou a peça a 5 outras paróquias.

O mais recente projeto do grupo intitulou-se “As Árvores Morrem de Pé”, de Alejandro Casona, e estreia-se nos dias 15 e 16 de junho na Paróquia da Senhora do Porto. Está também prevista desde já uma apresentação na Universidade Católica Portuguesa no dia 22 de junho, e espera-se poder levar o espetáculo a mais palcos até ao final do ano.

O objetivo do grupo com as apresentações é sempre angariar fundos para ação social, quer da nossa paróquia, quer das paróquias ou instituições que visitamos. Por exemplo, em 2018 contribuimos com os Espiritanos do Pinheiro Manso para a angariação de fundos para uma missão em Moçambique.

Entre cada projeto, podemos admitir a entrada de novos membros, como foi o caso para “Cantar Verdades a Mentir” e, mais recentemente, para “As Árvores Morrem de Pé”. Ensaíamos todos os domingos na Igreja da Senhora do Porto pelas 21h, sob a batuta do encenador Nuno Campos Monteiro. †

OS PADRINHOS: uma missão confiada pela Igreja

António Granja

O ministério do apadrinhamento remonta aos primeiros séculos da fé cristã. Na Igreja primitiva, os padrinhos eram membros da comunidade dos crentes que guiavam e orientavam os catecúmenos na sua preparação para o Batismo e Confirmação. Com o crescente número de Batismos em crianças e bebés, os padrinhos assumiram o papel de, juntamente com os pais, apresentarem os afilhados ao sacramento do Batismo e serem educadores na fé. É este o compromisso pedido a quem se predispõe a ser padrinho ou madrinha: auxiliar os pais na educação cristã dos filhos, quer através do exemplo dado por uma vida segundo os valores do Evangelho, quer através do acompanhamento e participação na comunidade eclesial, esforçando-se para que o batizado viva uma vida consentânea com o sacramento que recebeu e com a Fé Católica. Este ministério é, pois, uma missão de grande responsabilidade confiada pela Igreja.

Supõe-se alguns requisitos a ter em conta quando se apresenta um candidato a ser padrinho: que este seja escolhido pelo batizando, se for adulto, ou pelos pais se for uma criança; que tenha capacidade para a missão e intenção de a desempenhar, exigindo-se um conhecimento, mesmo que básico, dos mistérios fun-

damentais da Fé; que tenha, pelo menos, 16 anos de idade, salvo tenha sido determinada outra idade pelo Bispo diocesano ou ao celebrante por justa causa pareça dever admitir-se exceção; que seja católico; que tenha recebido os sacramentos da iniciação cristã, isto é, o Batismo, a Eucaristia e a Confirmação; que leve uma vida concordante com a fé e com a missão que vai assumir; que não esteja afetado por uma pena canónica; que não seja o pai nem a mãe do batizando.

O apadrinhamento não é uma instituição obrigatória, ou seja, para batizar uma criança não é mandatório que haja padrinhos. Se o ser padrinho se transformar num formalismo social, de cariz superficial, como uma espécie de estatuto, torna-se esvaziado do seu sentido. Por isso, os pais devem levar a sério a eleição dos padrinhos para os seus filhos, conscientes das funções que estes devem desempenhar. Os critérios de escolha não devem prender-se unicamente aos laços de parentesco, amizade ou prestígio social. É necessário assegurar para os seus filhos padrinhos que sejam capazes de exercer o seu ministério, correspondendo eficazmente ao compromisso assumido, quer perante os pais quer perante a Igreja. †



Vincos do Tempo

Luís Ribeiro

A inauguração da Igreja de S. Paulo do Viso, em 17 de março de 1987, deveu-se ao desafio lançado a toda a Paróquia da Senhora do Porto, em fevereiro de 1980, com o título «**Vamos construir a Igreja do Viso**». Foi criada uma Comissão presidida pelo Pe. António Inácio Gomes e de que fizeram parte Alfredo Tavares de Almeida, António Moreira Estevão, Fernando Ferreira Rodrigues, Gonçalo Manuel Castro, José Maia Correia, Luis Lobo Ferreira, Manuel Alves Ferreira e, ainda, uma Comissão de Angariação de Fundos que, além das pessoas citadas, integrou também mais catorze elementos ligados indelevelmente à Paróquia.

Decorridos trinta e dois anos da sua inauguração, este belo símbolo de oração e de ação pastoral apresenta já os vincos do

Tempo. Se olharmos atentamente, mesmo que sem grande pormenor, podemos ver que exteriormente já é notório o descamar do betão deixando o ferro à vista, as cauleiras com avançado grau de desgaste e o telhado com necessidade de intervenção.

No interior, encontramos sinais visíveis de humidade em quase todas as divisões (devido a infiltrações de água, em consequência do mau estado geral exterior), principalmente nas salas de catequese, diminuindo assim o conforto para as crianças que a frequentam. As capelas mortuárias estão igualmente a necessitar de intervenção, apresentando os mesmos sintomas que o edifício principal. E, legalmente, não podemos esquecer que a igreja não é dotada de acessos para pessoas com mobilidade reduzida.

Urge por isso intervencionar a igreja com

obras de remodelação, dotá-la dos meios necessários para que esta cumpra com o fim a que se destina: «Alargar o Reino de Deus na terra, pela promoção da pessoa humana, pela sua paz e felicidade».

Seremos também nós, membros desta comunidade paroquial, convidados a participar ativamente, tanto a nível pessoal como financeiro, para a sua concretização e continuar a obra que há trinta e dois anos teve início, pela mão do Pe. António Inácio Gomes, e tem hoje a sua continuidade pela dedicação do Pe. Manuel Correia Fernandes. **t**

Crismandos 2019

Pedro Rodrigues

Um grupo de dez crismandos com vontade de aprofundar o conhecimento da verdade revelada por Deus e dois catequistas com capacidades de saber escutar e orientar, caminharam juntos ao longo de um ano na Igreja da Senhora do Porto.

Em todos os caminhos que percorremos há sempre um ponto de partida e um ponto de chegada. O nosso ponto de partida foi harmonizar as diferentes idades dos crismandos, entre os 15 e os 45 anos, tornando o grupo coeso e consciente do comprometimento do sacramento da Confirmação. Enquanto adultos na fé, depressa percebemos a responsabilidade da confirmação do Batismo e o significado de renovar a promessas feitas no passado pelos nossos pais e padrinhos. Por outro lado, o enfoque e a juvenildade, das

palavras transmitidas pelos catequistas, sobre as temáticas bíblicas abordadas na catequese, fez-nos entender melhor a atual realidade da Igreja e do mundo sob a luz do evangelho.

Ao longo de cada sessão de catequese ficamos cientes do que não sabíamos, mas aprendemos que existe a possibilidade de conhecer, pesquisar e de formar opiniões com a leitura da Bíblia, e desta forma ficarmos mais aptos para distinguir caminhos e opções e enfrentar as complexidades da vida cristã.

Como ponto de chegada, que dá início a uma nova jornada na nossa vida, é a unção do crisma, efetuada pelo Bispo auxiliar do Porto D. Pio Alves com a imposição da mão e mediante as palavras: «Recebe por este sinal o dom do Espírito Santo». Tal como refere o Papa Francisco «O Espírito Santo é o dom invisível e o crisma é o sinal visível».

D. Manuel Linda, Bispo do Porto, lembra que a Igreja precisa de jovens vocacionados porque estes são as «pedras seguras e que gerem segurança»: Obrigado Ivo e Inácio! Continuem. **t**



Catequese: celebrar faz parte da vida do ser humano

Inácio Vilaça / Lurdes Ribeiro

Todos temos momentos, etapas e acontecimentos na vida que gostamos de festejar. Por vezes, fazemo-lo de forma mais solene quando a sua importância é de maior relevo ou mesmo, quando queremos incentivar a continuação de um projeto.

Em Catequese é oferecer caminhos que possam levar à compreensão do mistério cristão de uma forma viva e alegre com movimento, sem descuidar a participação interior de cada catequizando e do tempo de silêncio que cada um pode precisar.

As festas na Catequese são uma oportunidade de celebrar a vida, um encontro com Deus perante a mesa da Palavra e a mesa da Eucaristia, a comunhão de duas identidades amorosas: a de Deus e a nossa.

Na preparação das festas da Catequese há que ter em atenção cada ano com o seu conteúdo e, personalizar a celebração de forma a que cada criança ou jovem se sinta pessoa cristã, que faz parte de toda a comunidade e assim a possam celebrar em conjunto.

A “festa do Pai Nosso” que nos aproxima da oração filial de Jesus para com Deus Pai.

A “festa da Primeira Comunhão” que nos inicia a comungar o Pão da Vida em Jesus.

A “festa da Palavra” que nos introduz no mistério dos livros Sagrados, na palavra de Deus feito Amor.

A “festa da Profissão de Fé” que nos confirma no sacramento do Batismo.

As festas da Catequese são pois festas ou celebrações comunitárias em que todas têm a mesma razão de ser – Cristo Ressuscitado. Não são motivadas pela «vã glória deste mundo», mas pelo amor que vem de Deus e nos torna mais comprometidos com a causa de Jesus. †





O Sacramento da Eucaristia

Ana Cristina Pereira

Na sequência das edições anteriores, o sacramento da Eucaristia é hoje objeto da nossa reflexão. A vida nova recebida pelo Batismo e fortalecida pela ação do Espírito Santo na Confirmação alimenta-se na relação com o Senhor Jesus que tem a sua expressão mais intensa no sacramento da Eucaristia.

Na Última Ceia, ao partir o pão e distribuir o cálice de vinho, Cristo antecipa e perpetua no tempo e no espaço os mistérios da Sua Paixão, Morte e Ressurreição. Na Cruz, pelo sacrifício da Sua Vida “o Cordeiro de Deus que tira o pecado do mundo” funda, de uma vez para sempre, a Nova Aliança de Deus com os homens e faz da Sua Igreja participante do mistério da salvação: “Façam isto em memória de mim” (Lc 22, 19). Não recordamos um acontecimento histórico, mas acolhemos de forma atualizada o Amor de Deus.

O episódio dos discípulos de Emaús (Lc 24, 13-35) recorda-nos a liturgia da Palavra que antecipa a liturgia eucarística celebradas na missa. Em primeiro lugar, “pôs-se a explicar-lhes o que acerca dele se dizia em todas as Escrituras” (Lc 24, 17). Mais tarde, “quando estavam à mesa, pegou no pão, deu graças a Deus, partiu-o e dividiu-o com eles. Foi então que se lhes abriu o entendimento e o reconheceram, mas nisto Ele desapareceu” (Lc 24, 30-31).

A presença do Ressuscitado experienciada pelos apóstolos é transferida nos sinais do pão e do vinho consagrados. Na Comunhão, pela ação do Espírito Santo, o Senhor Jesus une-se a nós: “O que come a minha carne e bebe o meu sangue habitará em mim e eu nele” (Jo 6, 56) e salva-nos. Faz de nós membros do Seu Corpo “Embora sendo muitos, formamos um só corpo, porque comemos todos do mesmo pão” (1 Cor 10, 17), de modo a sermos capazes de amar como Ele ama. Comungamos o próprio Deus para também O levarmos ao outro. Os discípulos de Emaús “levantaram-se imediatamente e voltaram para Jerusalém” (Lc 24, 33) foram ter com os apóstolos e disseram-lhes “É verdade que o Senhor Ressuscitou!” (Lc 24, 34). *Ite, missa est.* †



VII N'Day – o dia da Paróquia

MESP

Este ano, a sétima edição do dia da Paróquia – *N'Day*, realizado no dia 19 de maio de 2019, teve como tema principal, o Evangelho do dia: “*Amai-vos uns aos outros como eu vos amei*” (Jo 13, 34), sendo o espaço escolhido para a realização deste dia o quartel do Regimento das Transmissões do Porto, situado junto à estrada da Circunvalação, na rua 14 de Agosto.

Como tem sido hábito nos últimos anos, o dia inicia-se com uma Eucaristia ao ar livre, seguido de um piquenique e de atividades ao longo da tarde. Jogos de tabuleiro foram colocados à disposição dos paroquianos. Alguns puderam receber um *workshop* sobre xadrez da nossa paroquiana e campeã nacional Ariana Pintor. A Carina Oliveira ganhava sorrisos com as esculturas de balões que distribuía. A Catarina Silva, membro do MESP, dava asas à sua criatividade nos rostos de todos os que queriam uma pintura facial. Contamos também com a colaboração da escola *Love to Dance* e da professora Leo que deu uma aula de zumba. Terminamos, por fim, com um concerto dos *Follow Him*: o Nelson, o Diogo e o Tiago que pelas suas músicas ajudaram a comunidade a louvar e a agradecer pelo dia passado.

Ao pedir como “bilhete de entrada” um bem alimentar, o *N'day* permite recolher alimentos que se destinam a apoiar a Conferência Vicentina da Senhora do Porto e a Ação Social de São Paulo do Viso. A colaboração do nosso pároco, de todos os grupos da paróquia: Catequeses, Coros, Ministros Extraordinários da Comunhão, GASP, MESP, de todos os paroquianos e suas famílias permitiu, na alegria de uma dia de convívio diferente, dar sentido ao mandamento que o Senhor Jesus nos deixou: “*Se tiverem amor uns aos outros, toda a gente reconhecerá que vocês são meus discípulos*” (Jo 13, 35). †



Hortas Urbanas

Sónia Magalhães

No meio de tanto aço e betão que impera nas nossas cidades, surgem pequenos oásis a que chamamos hortas urbanas. A cidade do Porto tem algumas espalhadas por diversas freguesias, tais como a horta das Condomínhas, de Aldoar, da Oliveira, a de Vilar... No entanto, existem também pequenas hortas espontâneas, criadas em terrenos baldios, por pessoas que, cada vez mais, consideram que uma alimentação saudável protagoniza uma melhor qualidade de vida. Possuir hortas urbanas é uma prática cada vez mais comum nos dias que correm. O conceito baseia-se em aproveitar terrenos que, por qualquer motivo, estão abandonados em plenos centros urbanos e transforma-los em pequenos focos de produção hortícola de forma a haver uma maior rentabilização desses espaços.

O cultivo desses pequenos espaços oferece-nos imensos benefícios, quer em termos pessoais, quer em termos sociais. Vejamos:

Em termos pessoais:

- Como, por norma, não são utilizados produtos químicos, permite obter alimentos mais naturais e de melhor qualidade;
- Os vegetais produzidos são muito ricos em nutrientes, pois são plantados nas épocas do ano mais propícia para cada espécie;
- Permite ter sempre alimentos frescos em casa e colhidos no próprio dia;
- Como se cultiva os legumes e frutos que se consome permite-nos poupar dinheiro;
- Desenvolve habilidades ligadas à jardinagem, artesanato e até à marcenaria;

- Trabalhar numa horta mantém a cabeça e o corpo sempre ativos;
- Ajuda a aliviar o stress do dia-a-dia.

Em termos sociais:

- Envolve a comunidade e aproxima vizinhos, pois serve como ponto de encontro e lazer, onde as pessoas se podem conhecer e partilhar experiências;
- Valoriza a área onde está inserida e, conseqüentemente, o valor dos imóveis em toda a vizinhança;
- As áreas verdes ajudam a combater a poluição que impera nas grandes cidades e, conseqüentemente a reduzir a nossa pegada ecológica;
- Auxilia na educação ambiental, estimulando a minimização na produção de resíduos, reciclagem e compostagem;
- A agricultura urbana ajuda a aproximar as pessoas da natureza e a resgatar a importância da sua preservação para a manutenção da vida.
- Serve como refúgio para a biodiversidade local.

A compostagem é, sem dúvida alguma, um dos grandes aliados das hortas urbanas, bem como alguns insectos que encontramos no dia-a-dia. Para quem não possui um bocado de terra para cultivar poderá sempre aderir a outras novas tendências como a Aquaponia, Window farm ou os Micro biospots que ocupam pouco espaço e podem se instalar numa simples varanda ou terraço. No entanto, estes serão assuntos para abordar numa nova edição. **t**

O poder das palavras na Vida

Pedro Melo

Comunicar é dos processos mais complexos da vida. A troca de informações tem um impacto grande quer no emissor (aquele que envia a mensagem), quer no recetor (aquele que a recebe). Nos anos 60, *Waltzlawick, Beavin e Jackson*, três investigadores da área da comunicação, apresentaram uma teoria sobre a comunicação humana que determina as premissas que ainda hoje são válidas para entendermos o impacto da comunicação na Vida. Nesta reflexão de hoje vamos centrar-nos em duas dessas premissas, procurando entender o impacto da comunicação e o poder das palavras na Vida.

A primeira premissa da teoria da comunicação humana é a de que *“todo o comportamento numa situação interacional tem valor de mensagem”*, ou seja, **é impossível não comunicar**. Mesmo em silêncio comunicamos, pela forma como interagimos com os olhos ou com a postura do corpo, ou simplesmente porque o silêncio pode ter um peso comunicacional maior do que as palavras, nalguns momentos da vida.

Quando escolhemos falar, contudo, as palavras são dotadas de um enorme poder, podendo ser como flores de aromas maravilhosos ou como punhais mortais para o recetor. Por isso, os autores da teoria da comunicação humana nos indicam noutra das suas premissas que *“toda a comunicação tem um aspeto de conteúdo e um aspeto de relação, tais que o segundo classifica o primeiro”*, querendo com isto dizer que **a forma como dizemos as palavras, classificam o que queremos dizer com elas**. A mesma palavra dita com expressões faciais diferentes pode ter a si

atribuído um significado diferente para quem a ouve e interpreta. Deste modo, a forma como juntamos emoções positivas às palavras, levam a que estas se envolvam nessas emoções, potencialmente despertando emoções positivas nos outros.

Dizer por isso as palavras envolvidas em Verdade e com um sorriso ou uma expressão de compaixão (pois nem sempre se deve sorrir para alegorizar certas palavras), é um caminho importante para lhes atribuir significados positivos.

Outra estratégia importante para melhorar as relações com os outros é a substituição de expressões negativas por expressões positivas (que eu costumo chamar vitaminas verbais), que têm um impacto melhor nos outros. Apresento alguns exemplos no quadro 1:

Expressões negativas	Substituir por estas vitaminas verbais
“não concordo contigo”	“Posso apresentar um ponto de vista diferente?”
“Tu nunca...”	“Tu ainda não...”
“Se conseguires, vais...”	“Quando conseguires, vais...”
“Não me vou esquecer”	“Eu vou-me lembrar”
“És culpado por”	“És responsável e por isso entendes que...”

Quadro 1- exemplos de expressões a evitar e a usar para uma melhor comunicação

Deus dotou os Seres Humanos da qualidade fantástica de aliar o raciocínio às emoções. Somos os únicos Seres Vivos que constroem e interpretam sentimentos e por isso temos o dever de cuidar uns dos outros, usando a mente e o coração na escolha da forma como dizemos e do conteúdo das nossas expressões com a escolha certa das palavras. †

Fotogaleria



△ Visita Pascal, 21 de abril
As árvores morrem de pé, pela companhia de teatro
 ▽ *Cenas & Cenas*, Igreja Sra. Porto, 15 de junho



△ Procissão de Velas Paroquial, 12 de maio
 ▽ Procissão Corpo de Deus, Porto, 20 de junho



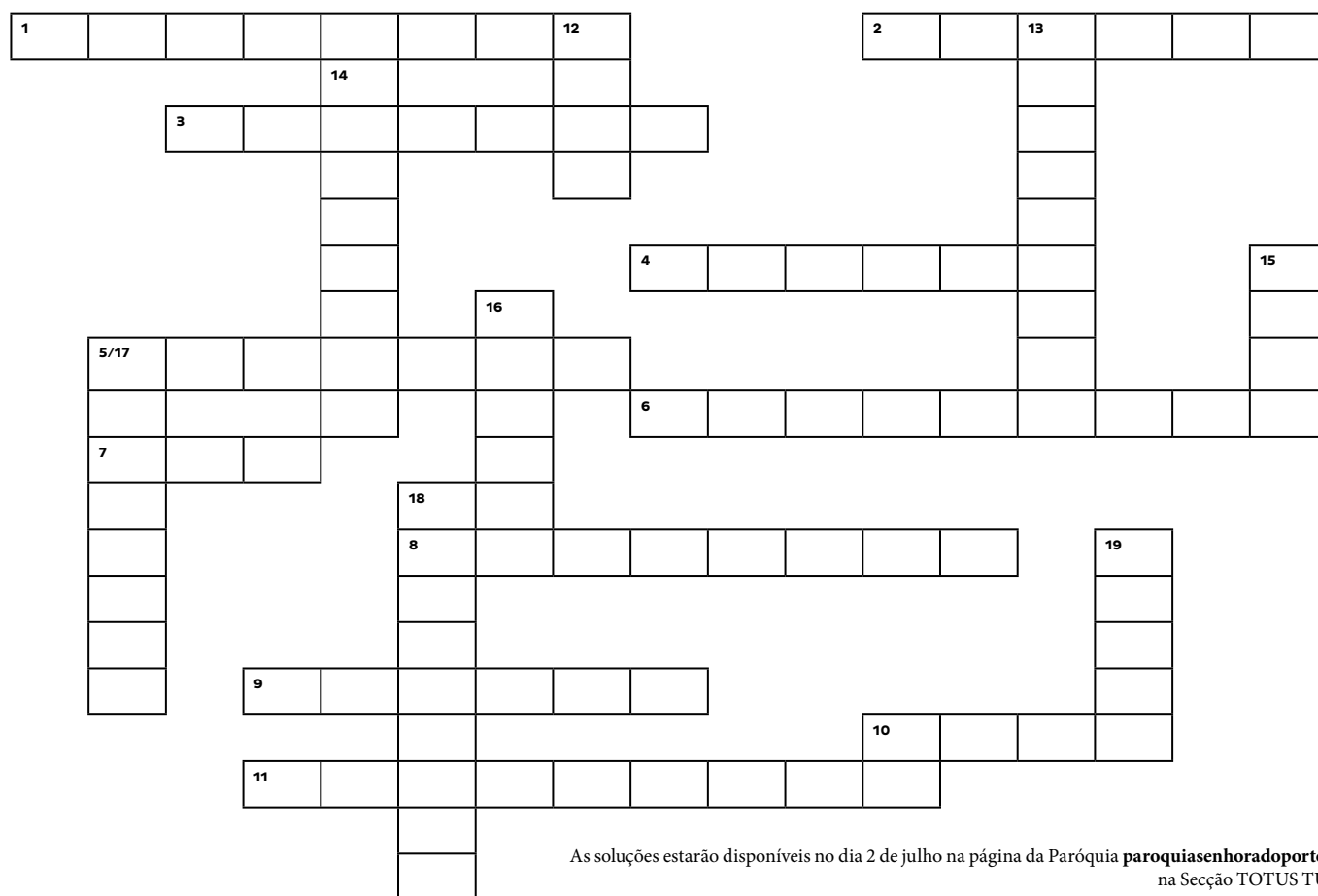
△ Procissão de Velas da cidade do Porto, 31 de maio
 ▽ Dia Diocesano da Família, Ovar, 16 de junho



Espaço Lúdico

Palavras Cruzadas

Como estamos em período propício a férias, deixamos em forma de palavras cruzadas, algumas sugestões constantes entre as 100 melhores do mundo. Boa pesquisa e boa viagem!



As soluções estarão disponíveis no dia 2 de julho na página da Paróquia paroquiasenhoradoporto.pt, na Secção TOTUS TUUS

HORIZONTAL

1	Pequeno arquipélago da Tanzânia com praias de areia fina e branca e de águas esverdeadas e mornas do Oceano Índico. O seu nome original é Unguja.
2	Cidade que foi um hit musical à pouco tempo atrás, cantada por Camila Cabello. É possível ouvir um bom tango em varias ruas da cidade de Fidel Castro.
3	Encontra-se no Chile e é o deserto mais inóspito do mundo. Consegue ter aqui simultaneamente neve e o deserto mais seco do mundo.
4	Foz. Conjunto monumental de 275 quedas acessíveis por barco ou, do lado argentino, por passagens diabólicas. É uma das 7 maravilhas naturais do Mundo.
5	Esta península, situada no México, destaca-se por ter em si Cancún, <i>Chichen Itzá</i> e mais de 7000 cenotes. Foi aqui que, dizem, se extinguíram os dinossauros.
6	A mais famosa ilha grega com casas caiadas de branco, domos azuis é o lugar mais caro da Grécia. Apesar da fantástica vista sobre o oceano, as praias são poucas.
7	Netinho cantou sobre esta ilha. Na mitologia inca, o sol teria nascido aqui, nesta zona da Bolívia.
8	É uma das regiões da Croácia e é de lá originária a raça Dálmata. Cenas do <i>Game of Thrones</i> foram aqui filmadas.
9	Desertos, lagos e mosteiros budistas a 4000 metros de altitude. Dalai Lama.
10	É um rio. O mais cristalino da Europa e percorre 138km. por entre os Alpes até ao Mar Adriático. Para lá ir, passe primeiro por Liubliana.
11	Local sagrado das três grandes religiões monoteístas. Lá encontramos a Basílica do Santo Sepulcro e o Monte das Oliveiras.

VERTICAL

12	Piazza Navona, Rio Tibre ou Coliseu... pouco mais é preciso dizer sobre a cidade onde o Grupo de Acólitos da paróquia já foi 3 vezes.
13	Considerada a Hollywood do Norte da América, esta cidade canadiana tem uma beleza fantástica, especialmente, entre abril e outubro. Acha o <i>Central Park</i> grande, o <i>Stanley Park</i> é 10% maior.
14	No Brasil, tem animais que poucos conhecem e está ainda muito inexplorado. Há quem o ache o lugar mais bonito do mundo. Provém da palavra pântano.
15	A mais "amigável" das 17 mil ilhas da Indonésia. É local de excelência para os surfistas e para quem gosta de comida exótica.
16	Ilha localizada no mais remoto do Pacífico, lá encontra mais de 900 figuras de pedra. Ressurreição.
17	Um dos mais belos parques naturais dos EUA. Tem das maiores cascatas do mundo, tendo a maior 739 metros de altura.
18	Considerada a Atenas do Norte, é terra de escritores e é lá que se encontra a segunda residência oficial da Rainha Isabel II. Lá se encontra a sede do parlamento escocês.
19	Conhecida como Cidade Rosa, é património mundial da UNESCO e foi erigida há milhares de anos pelos nabateus. Significa pedra.