



O INOVADOR

BÓLETIM INFORMATIVO DO I.A.E.S.M.
INSTITUTO AUTODIDACTA DE ESTUDOS SUPERIORES DO MINHO

ANO 7 - Nº - 7 - JUNHO de 2005

IAESM

IAESM

IAESM
IN



IAESM

IAESM

IAESM

IAESME

IAESM

Editorial

Propriedade:

INSTITUTO AUTODIDACTA DE ESTUDOS SUPERIORES DO MINHO

Director: MANUEL RIBEIRO (Dr.)

Coordenadora: M^a CARMÉLIA RIBEIRO

Composição, Impressão, Revisão:

- M^a DAS DORES QUINTA E COSTA
- M^a JERACINA GONÇALVES

Índice:

- SABER ENVELHECER – pág. 3
- A PESSOA IDOSA NO LIMAR DO SÉC. XXI – pág. 4
- MEDITAÇÃO ALEGRE PARA A TERCEIRA IDADE – pág. 11
- HISTÓRIA DO DIA DA MÃE – pág. 12
- SER VOLUNTÁRIA – pág. 14
- ONDAS – pág. 15
- RENASCER – pág. 16
- DIREITO À VIDA – pág. 17
- A VIDA – pág. 19
- SOBREVIVER – pág. 20
- HOSPITAL DO SENHOR – pág. 21
- MAS AS CRIANÇAS SENHOR... pág. 22
- NOTÍCIAS DO IAESM – pág. 23
- PASSEIO AO DOURO – pág. 27
- VISITA DE ESTUDO – pág. 28
- ESCREVER BEM – pág. 30
- EXERCITE A SUA MENTE – pág. 35
- DA REVISTA BÍBLICA N^o296 – pág.36

A família, primeira instituição social para os que nascem e para os que envelhecem, tinha funções de defesa, interajuda, garantia de factores económicos, éticos e mesmo religiosos da sociedade em que se integrava.

Com a chegada das sociedades industriais a família mudou de características. Até aí eminentemente agrária, constituída por várias gerações, englobando no mesmo núcleo avós, pais, filhos e por vezes tios e primos, transformou-se em família instável, móvel, perdida num dos vários perímetros citadinos. Nesta transformação abandona quase toda a sua função de protecção aos mais novos e aos menos novos.

A família deixa de integrar estes dois grupos etários longitudinalmente com as outras gerações e passou a um processo de massificação horizontal, do que resulta na juventude uma consciência colectiva, independentemente de outras gerações, com a suas regras e força próprias. Para os menos jovens resulta na deslocação para instituições de acolhimento e desenraizamento familiar.

Nesta família urbana as crianças passam a ignorar quase tudo do trabalho dos pais. A mãe não está presente muito mais tempo que o pai porque, em larga medida, também precisa de trabalhar fora de casa. Parte dessas crianças, se não têm instituições de apoio, ficam entregues a si próprias, ou a um irmão mais velho, quando não, na rua.

Eis pois o drama do Homem moderno, isolado entre os seus pares, terrivelmente só, preso de uma ansiedade difusa e corrosiva.

Instituições como o IAESM, dinâmicas, activas, debatendo estes problemas e outros, relativos à família, poderão contribuir para a formação de uma sociedade mais justa e mais fraterna.

O Presidente
Manuel Ribeiro

SABER ENVELHECER

Tem sempre presente que a pele se enruga

O cabelo embranquece,

Os dias convertem-se em anos...

Mas o que em ti é importante

Não depende da tua força

E a convicção não tem idade.

O teu espírito é como qualquer teia de aranha

Atrás de cada linha de chegada, há uma partida

Atrás de cada conquista vem um desafio.

Enquanto estiveres viva, sente-te viver

E se tens saudades do que fazias, volta a fazê-lo

Não vivas de fotografias amarelcidas...

Continua, quando todos esperam que desistas.

Não deixes que enferruje o ferro que há em ti

Faz com que em vez de pena tenham respeito.

Se os anos já não te deixam correr

Caminha mais devagar

Se precisas de um apoio

Caminha com uma bengala

Mas nunca te detenhas

Nunca pares de avançar.

Madre Teresa de Calcutá

A PESSOA IDOSA NO LIMIAR DO SÉCULO XXI

- Quem é a pessoa idosa?
- O que é a pessoa idosa no Séc. XXI?

Se pretendermos responder à primeira pergunta talvez se possa dizer que é, por exemplo, o António que mora ali ao nosso lado ou a Maria que passa por nós amiudadamente quando o nosso itinerário se confunde com o dela...

Mas ao elaborarmos uma resposta à segunda pergunta já se confunde “coisa” com “pessoa” e, assim, retira-se a personalidade a alguém que, tal como os demais, tem direito a ser reconhecido como semelhante na identidade que qualquer ser humano manifesta no seu dia a dia!

Assim sendo, a Sociedade dos homens arranja frequentemente epítetos díspares e malévolos para não acolher, de igual modo, todas as pessoas que vivem sob o mesmo Céu!

E porque a “idade” pode ser uma referência ideal para o propósito de relegar para um lugar secundário esta ou aquela pessoa, nota-se haver, por vezes, certa preocupação em desencaixar do Todo aqueles que nasceram há mais tempo esquecendo-se, no entanto, que estes já possuem uma importante graduação conferida pela “Universidade” da Vida!

E formatando esta conclusão há a referir que embora, para alguns, a pessoa idosa seja aquela que quase ensombra os mais novos através de conhecimentos práticos e/ou de valia científica e, por isso, portadores de um alfobre de sabedoria, para outros mais não é do que gente ultrapassada, e talvez a mais, em qualquer comunidade!

E é este conjunto de posições um tanto conflituosas que suporta a Sociedade Global a que todos pertencemos enquanto seres viventes deste Mundo!

Quer sejamos nós homens, quer mulheres, de idade menor ou maior, somos iguais componentes de uma comunidade, se tomada em sentido restrito, e da Humanidade se tomada como habitantes da Terra!

E haja a ter em conta, ainda, que seja qual for o género de cada ser humano (masculino ou feminino) dentro de uma Nação-Estado, se civilizados na acepção que normalmente o Ocidente invoca em relação aos direitos cívicos, estes são os mesmos quer para os homens quer para mulheres sejam jovens ou idosos, salvo a restrição aplicada à menoridade por mercê de circunstâncias relacionadas com determinadas situações dentro do Colectivismo Humano!

Assim, sob um princípio de razoabilidade será de aceitar que toda uma fenomenologia social é melhor compreendida por aqueles cuja vida já se estende por mais tempo, pois possuirão uma capacidade cultural e/ou pragmática que lhes permitirá distinguir, talvez melhor, o Bem do Mal e a Competência da Inacção Cultural e Técnica, dentro dos parâmetros sociopolíticos em que estão envolvidos.

E isto não é só aplicável numa vivência comunitária alargada pois também se reflecte, singularmente, em qualquer agregado familiar ou, até, em grupos politicamente organizados já que a herança de “Tempos Idos” é, de uma maneira geral, melhor gerida por aqueles que, muitas vezes, a Sociedade apelida de velhos!...

Mas velhos são os trapos, diz o Povo!...

É que para muitos, a Pessoa Idosa é aquela que ensombra os mais novos com a sua prática e conhecimentos da Vida pelo que quando se cruzam entre si, muitas vezes e tacitamente, estes congeminam predicados um tanto divergentes e, até, por vezes negativos a seu respeito e quase

sempre introvertidos um tanto inconscientemente pela assunção tácita da aparência física de cada qual!

Talvez, até, para alguns, os de “Idade Maior” serão não mais do que um ser humano que “já deu o que tinha a dar” e que, por isso mesmo, mais não é que uma sombra de um passado que se reflecte na sua pele mais ou menos enrugada, num olhar caído nas recordações e com um andar um tanto dificultado!

E para outros, o que é muito pior, mais não são do que “objectos” já embaçado pela saudade de tempos idos ou, até, um estorvo e um encargo para a Sociedade!...

Mas mais do que isto se pode trazer à colação pois é fácil verificar que, muitas e muitas vezes, a Pessoa Idosa dentro da própria igualdade democrática é um desigual e é possível que com o “andar” dos tempos ela, que já fora um igual, será cada vez menos igual para quem o há de ser também um dia!

A falta de humanismo parece estar a aumentar em acelerada progressão geométrica e há que ponderar sobre os seus efeitos, nocivos em grande parte, que podem reflectir-se no futuro dos mais novos!

Mas há que reflectir sobre este tão instante problema e não validar a sua prática mas possibilitar uma vida comunitária mais equilibrada na qual filhos, netos, bisnetos e até tetarinetos, reconheçam a enorme valia daqueles que os antecederam e cujos saberes provêm da “Ciência da Vida” no seu aspecto teórico-prático!

Recordemos, pois, que cada ser humano quer como criança, jovem, adulto ou de idade maior é, sempre, merecedor de um estatuto de igualdade cívica e não de desigualdade entre os demais, salvo se vítima da própria Sociedade que o ajudou a crescer!...

Aceitemos, então, que todos nós enquanto “alunos” da Universidade da Vida estamos e estivemos sempre sujeitos

a uma “Ciência do Quotidiano” e cujo estudo deve resultar em solidariedade comunitária de Bem-Estar e de respeito pelo Semelhante!

Lembremo-nos que todos nós, seja qual for a estirpe social que nos cubra, quer como crianças quer como jovens ou adultos, e, dentro deste último grupo, os de idade maior, somos reflectidos num mesmo espelho da Existência!

É certo que a Sociedade Global, de uma maneira geral, não reconhece às pessoas de “idade maior” ou “seniores”, para muitos, a possibilidade de ser capaz de possuir, tal como outros, um saber das coisas!

Tal divergência não deveria ser uma causa aguda de diferenças sociais e profissionais mas sim uma componente de certa associação de saberes, inclusive de vivência social.

Quanto já foi referido poderá ser acompanhado pela aceção de que as pessoas idosas (homens e mulheres) em futuro próximo, e em virtude do défice de natalidade, serão os entes básicos de uma Sociedade Civil, motivo pelo qual há que aceitar, desde já, que essas figuras serão o sustentáculo de qualquer sistema futuro também de Segurança Social.

Será lícito concluir-se, então, que serão as futuras pessoas idosas a garantir um estatuto de Solidariedade Social e esses são quantos Hoje trabalham, tal como os de Ontem o fizeram para bem destes.

Mas a Sociedade Consequente reconhecerá a Pessoa Idosa como seu suporte?

Nessa altura como será vista uma pessoa da considerada meia-idade pelos jovens?

E esses já terão pensado que, afinal já serão velhos para os adolescentes?

E estes o que serão para as crianças?

E como serão vistos os adolescentes e os jovens pelas crianças? – Velhos?

Afinal parece ser de concluir que na vida actual, embora todos nós sejamos

seres humanos, uns serão mais e outros menos conforme os pontos de vista dos observadores...

Mas se os juízos construídos forem equiparados aos de Hoje também os já “não jovens” aos olhos dos mais novos são “velhos”!...

Irrisória tal conclusão no limiar deste século? -Talvez possível dentro de alguns lustros.

Embora os seres humanos de idade maior também se sintam, por vezes, desconsiderados por alguns seus pares isso dever-se-á, possivelmente, a uma defesa tácita de um estatuto social que não se quer perder pois, deste modo, pensam enquadrar-se, ainda, numa área existencial anterior e, assim, defendidos de um quase estigma que recusam!

É que também estes pretendem, infantilmente, retardar a sua entrada numa classe de população que vai sendo tomada como menos igual!

Situações baseadas no conceito de velhice humana são a granel, embora os considerados fisicamente mais idosos dentro de um contexto constitucional sejam iguais perante a Lei conforme dita, por exemplo, o artigo n.º 13º da Constituição da República Portuguesa (Princípio da Igualdade) só que algo poderia ser diferente na sua redacção como, possivelmente, será de admitir ao ler algumas das suas normas.

Mercê disto e de outras situações análogas quase a totalidade das pessoas idosas sente-se como que estranhos tolerados e, muitas vezes, até renegados socialmente quer através de actos conscientes quer inconscientes mas válidos como “costume” e se alguma maior atenção, algumas vezes, lhes é dada esta basear-se-á, normalmente, no seu passado social, científico ou até no seu poder económico e/ou financeiro.

É que, segundo parece, as pessoas idosas se tratadas unicamente por “idosos” poderão sentir-se “agredidas” por um

estatuto nada conducente com a sua qualidade de “ser pensante e comunitário” porque sempre sujeitas a uma constante avaliação social ou de sentido rentável!...

Tenham-se em conta as seguintes situações:

- Um idoso atende uma chamada telefónica: alguém, solícito e atencioso lhe oferece um determinado cartão que concede certas regalias aos seus utentes; só que, perguntada a sua idade e desta constar mais do que 65 anos, tais ofertas caem por terra...

- Outro caso: alguém que conhecemos, em dada altura recebeu um convite para ocupar um determinado cargo numa certa Entidade, pois disseram-lhe que ele era a pessoa mais indicada para um certo lugar; só que, depois de saberem ter ele mais do que 65 anos o convite formulado foi retirado!...

- Uma outra situação é aquela em que o subscritor de um cartão de assistência médica, a partir dos 65 ou 70 anos vê, quase sempre, canceladas as regalias a que teve direito alguns anos e apesar de ter pago sempre os correspondentes recibos!...

- Mais outro: um dia, alguém nosso conhecido, viu sobre o balcão de um estabelecimento bancário um catálogo que anunciava a venda aos seus clientes de um dado serviço de jantar; lembrou-se, então, de oferecer um desses serviços a uma sua neta no dia em que ela tinha o seu aniversário.

Mostrado esse interesse, de imediato um empregado começou a preencher determinada papelada necessária à transacção; só que quando verificou que o interessado tinha idade superior a 65 anos já não levou por diante a transacção, pois esta só podia ser efectuada a clientes de idade inferior àquela. Perguntado o motivo de tal discriminação, foi-lhe respondido que como aquela transacção gerava um seguro de vida e as Seguradoras não os fazem a pessoas que ultrapassem aquela idade. Tal venda não podia ser efectuada.

Esse comprador tem, hoje, mais de oitenta anos e uma vida bastante activa! Mas outros casos, quase de discriminação, se podem verificar com o mesmo denominador comum.

Para alguns, a pessoa idosa, em casa, pode ser considerada um familiar tolerado por motivos que se prendem com a perda de certa liberdade dos seus familiares.

Por isso e por vezes, a solução mais conveniente para tais situações pode ser, por exemplo, o internamento em determinado Lar de Idosos, muitas vezes crismados de "Terceira Idade"?! Pois os seus familiares terão, muitas vezes, que assim proceder já que as suas ocupações profissionais não os deixam optar por qualquer outra solução.

Note-se que, notícias muito recentes indicavam que os idosos em Portugal serão os que talvez recebam, presentemente, menos de reforma na União Europeia; tal facto poderá prejudicar a possibilidade de se obterem soluções mais conducentes a uma boa ética familiar. Mas note-se, ainda, que a vida moderna "obriga", na maioria das vezes, a mulher a trabalhar fora do lar pelo que nem pode cuidar dos seus filhos e da casa; tal obrigação reforça a quase impossibilidade de os ter consigo! Por maioria de razão o mesmo se dará quanto aos pais ou aos sogros!

Há cerca de duas ou três dezenas de anos não seria assim mas a vida hodierna estimula o emprego ou o negócio e a mãe ou esposa com o seu trabalho fora de casa tem de cooperar na economia do lar; hoje, nem só o Ensino é ocupação feminina pelo que é múltipla a sua actividade.

E há mais situações que se poderão ter em conta:

Hoje, certas leis e hábitos promovem, tacitamente, uma vida matrimonial por vezes um tanto falaciosa que resultará, muitas vezes, em indiferenças conjugais que prejudicam a harmonia do lar e, implicitamente, a das crianças e a dos idosos

que poderão fazer parte de um agregado familiar.

Um dos casos é o de uma separação fictícia só com o fim de se pagar menos impostos; no entanto os reflexos de tais situações podem ser gravosas pois podem gerar, por exemplo, uma desarmonia conjugal e, até, a uma separação física que prejudicará, além dos filhos do casal, as pessoas idosas que façam parte de um mesmo agregado familiar.

As uniões de facto serão, pois, uma figura jurídica que pode dar lugar a estas situações e até a outras bastante perniciosas para a família e, implicitamente, para a Sociedade!

Tais situações são, por vezes, o motivo que dá ensejo a inscrever a pessoa idosa em determinado "Lar" devidamente licenciado para tal fim, ou até não...

Contudo há casos, e estes já não terão a mesma força negativa, em que os avós passam a ser pais a dobrar, isto é, cuidam dos netos em substituição dos pais situação que, algumas vezes, os tornam verdadeiramente felizes!

Mas há outros, e até bisavós, que ficam quase esquecidos e entregues às suas recordações e a uma vida solitária e cheia de saudades!

Felizmente e ainda, apesar de tudo, há muitas famílias que acarinhos os seus familiares mais idosos, principalmente pais e avós, e são estes exemplos que consolidam o estatuto familiar e dignificam, e hão de dignificar sempre, o ser humano como filho de Deus!

Contudo, há muitos casos a merecer certa reprovação por em desabono da pessoa idosa!

E, por isto mesmo, não resistimos à tentação de desenvolver algumas considerações sobre, por exemplo, um caso que nos parece muito infeliz e uma falta monstruosa de respeito para com as pessoas de mais idade:

Numa emissão de Televisão, há relativamente pouco tempo um senhor,

cremos que psiquiatra (ou até psicólogo), entrevistado sobre acidentes rodoviários, respondendo a uma certa pergunta referiu que não se deveria revalidar a carta de condução a pessoas com mais de 65 anos sem que os mesmos fossem submetidos a um exame psiquiátrico!!!

Tal défice conclusivo pecará por pouca sensatez e falta de respeito por quantos contribuíram já, e ainda contribuem, para a existência de um Portugal civilizado como Nação-Estado. Este, para nós, anacronismo faz-nos tecer as seguintes considerações:

- Há algum tempo tivemos o privilégio de ouvir uma pessoa que está ligada à fiscalização do Trânsito Rodoviário dizer que na última década terão morrido nas estradas de Portugal, s.e.o., cerca de 6000 jovens e "jovens - adultos", em 10 anos; tal proporção dará uma média mensal de cerca de 50 por mês! As causas de tal catástrofe serão diversas tais como: exaltação de valores pessoais, sentimento de hostilidade, competição, ideia de heroicidade, desejo de admiração por parte dos outros - mormente do sexo oposto - e outras mais...

Mercê destas situações, e de outras semelhantes, é que uma parte dos nossos jovens e de jovens-adultos, (e não só) ficam estropiados e, muitas vezes, com lesões físicas irreversíveis.

Pelo exposto se concluirá, pois, que não é a idade que retirará à pessoa idosa a capacidade mental e física para agir em determinadas circunstâncias pois a experiência de condução e um raciocínio mais rápido, por ser habitual, serão aval bastante para uma condução normalizada!

Numa outra perspectiva, é referir que toda a gente sabe que hoje se vive mais tempo do que no Passado mercê do desenvolvimento da Medicina e de outros factores correlacionados.

Então se fizermos alguns cálculos proporcionais sobre esta problemática concluiremos que, hoje, por exemplo, as pessoas com 65 anos de idade, e até mais,

terão uma saúde e uma vida activa que poderá corresponder cientificamente, salvo casos especiais, a um estado de saúde de aproximadamente menos 10 ou 15 anos!

Não se compreenderá, portanto, tais insinuações por parte de quem fez aquela afirmação pois tudo leva a crer que a capacidade psíquica e física do Homem tende a aumentar e, proporcionalmente, em número de anos de vida e com capacidade de trabalho e de solvência racional!

Já não se passará o mesmo com muitos jovens já que um grande número deles se gasta em diversas orgias ou têm um comportamento desgastante!

Parece, pois, que em face disto, e perante estes cálculos, se poderá concluir que as pessoas que deveriam ser submetidas a exames psiquiátricos para obter, ou renovar, carta de condução seriam mais uma parte daqueles que são jovens, ou jovens adultos, do que as pessoas idosas!

É inadmissível, pois, que se marginalize alguém só porque passou a idade que se presume ser uma barreira para lá da qual só existem pessoas incapazes de serem cidadãos como os demais!...

Até porque estes, são sujeitos com iguais obrigações perante a Lei nas quais se pode incluir, por exemplo, a de pagar impostos e de poder votar livremente!

De acordo com a Constituição Política que nos rege são os cidadãos de mais idade iguais aos de idade inferior, tendo os mesmos direitos, deveres e obrigações mas, às vezes, esses seus direitos são deficitários; no entanto não o serão perante deveres e obrigações!!!

Talvez hoje um tanto esquecidas, as pessoas com mais idade contribuíram durante decénios, para a consolidação da nossa Nacionalidade e do desenvolvimento da Grei pela prestação de serviços em prol do Estado-Nação de que todos fazemos parte.

E porque este sentimento de solidariedade e de compreensão não tem sido estranho a alguns nossos estadistas, foram

atribuídas, oportunamente, certas regalias àqueles que durante anos e anos contribuíram para o desenvolvimento de Portugal e não por terem só mais idade!

Prémios do muito que fizeram pela Pátria, são um reconhecimento da Nação-Estado, um direito, e não uma “ajuda para a sua sobrevivência” já que o valor de qualquer reforma social foi produzido por muitos deles.

Esse reconhecimento estende-se a outras situações:

Eis alguns exemplos:

- Nas viagens de comboio as pessoas com mais de 65 anos têm auferido um desconto de 50 % no custo dos bilhetes;
- Têm granjeado um desconto de 50% sobre o preço dos bilhetes de entrada em museus e outros locais de cultura histórica e não só;
- Nas filas para atendimento em repartições públicas terão prioridade (s.e.o.) de atendimento tal como as senhoras grávidas.

É que, felizmente, ainda há quem pratique os valores próprios da Solidariedade e estes são dos que mais dignificam a pessoa humana!

Mas, por vezes, parece que voltamos a uma outra “ Idade das Trevas ” nas questões humanistas e, por isso, há que iluminar o espírito e o coração dos seres humanos menos avisados pois eles, todos eles, seja qual for a sua idade são filhos de Deus!

E tenha-se em conta que os Governantes de qualquer país deverão ter em conta que as populações, mais ou menos futuras, serão também constituídas por pessoas de grau etário mais alto pelo que será de rever, periodicamente, os ordenamentos jurídico-constitucionais que regem as relações entre os homens no seu quotidiano e Ter em conta que são as pessoas jovens de Hoje as idosas de Amanhã. Assim sendo, daqui a alguns lustros serão elas o suporte das nações e de qualquer Estado do nosso planeta.

Antes de findarmos este trabalho, que se pretenderá, só contributivo para estudos da Sociedade Contemporânea, resolvemos trazer ao de cima, aquela história que os livros da Escola Primária de há alguns anos inseriam e cujo exemplo pode ser tomado como possível paradigma de quanto se passa hoje na Sociedade Global em que vivemos e em que se esquecem os tempos que hão de vir...

Reza mais ou menos assim:

Era costume naquela aldeia os filhos levarem os pais já de bastante idade para o cimo de um monte para ali acabarem os seus dias!

Seguindo esse costume, um filho carregou o seu pai, já idoso, pô-lo aos ombros e quando chegou ao cimo do monte deu-lhe uma manta para ele se agasalhar e uma boroa para ele comer; de seguida virou-lhe as costas, mas quando já tomava o caminho de regresso a casa o pai chamou-o e rasgando a manta que o filho lhe entregara para se cobrir, disse-lhe:

- Olha, meu filho: Toma metade da manta que me deste e guarda-a bem para te cobrires um dia quando o teu filho te trouxer para aqui.

Caindo em si, o filho pegou no pai às costas e voltou com ele para casa pedindo-lhe perdão pelo que tinha feito.

Lição que talvez devesse ser contada a muita gente dos nossos dias, agora que vivemos no “LIMIAR DO SÉCULO XXI”...

Em face do que aqui fica nomeado, e do mais que se desenvolve no nosso quotidiano, parece aconselhável que um qualquer Governo de um qualquer Estado, deveria ter, por exemplo, uma Secretaria de Estado das Pessoas de Idade Maior, tal como já houve, em Portugal, uma da Juventude!

Parece pois, que com tal objectivo, e não só, deveria ser constituída uma Associação de base que pugnasse pela dignificação desta classe etária.

Todos nós vivemos, presentemente, numa “antecâmara” de populações nomeadamente de idade maior já que estará a surgir um défice de nascimentos; tal situação, projectada no Futuro, implicará uma nova Sociedade na qual poderão ser os veteranos os suporte das vivências comunitárias.

Os sociólogos parecem admitirem tal fenómeno.

E como será, então?

Estes, os de mais idade, deverão marginalizar os mais novos? Dar-lhe um estatuto secundário tal como parece ser o propósito nos nossos dias em relação aos de mais idade?

Tudo isto deve preocupar quem dirige os destinos de qualquer Estado, e não só.

Embora vivendo-se em Democracia, a Sociedade Global no seu quotidiano parece não partilhar com as pessoas mais idosas, em pé de igualdade, os cânones de uma vivência de recíproca solidariedade.

A existência de tal situação parece inadmissível pelo que é de revê-la quanto antes!!!

António Oliveira

P. S. – Este trecho serviu de base a uma palestra efectuada nas instalações do conceituado Instituto Autodidacta de Estudos Superiores do Minho, Barcelos, em Janeiro de 2005.

CURIOSIDADES:

Testamento do pai da Princesa Grace, de Mónaco

(Isto passou-se em 1980)

Legou quase tudo à esposa e filhos, mas excluiu os seus três genros.

“Não quero que pareça que sou contra os genros. Se eles tiverem valor, saberão cuidar de si mesmos e de suas famílias. O que posso deixar para as filhas ajudará a pagar as suas contas de modas, que, caso elas continuem como começaram, sob a tutela da mãe, serão bem consideráveis”.

Quanto a mim, escreveu em conclusão, basta derramarem uma lágrima respeitosa, se acharem que mereço isso, e não caírem em pranto. As pessoas de raça sofrem no coração”.

AVISO:

Uma professora inteligente mandou um recado aos pais, no início do ano lectivo:
 “ Se prometerem não acreditar em tudo o que o seu filho disser que acontece na escola, eu prometo não acreditar em tudo o que ele diz que acontece em casa”.

De
 M^a Julieta Moreira

MEDITAÇÃO ALEGRE

PARA A TERCEIRA IDADE

A esquina da minha rua é duas vezes mais longe que antes e acrescentaram-lhe uma subida em que nunca tinha reparado.

Devo deixar de correr atrás do autocarro porque ele arranca mais depressa que antes.

Creio que se fazem agora os degraus das escadas bem mais altos que noutros tempos.

E reparastes nos pequenos caracteres que os jornais começaram a empregar?

Não adianta pedir às pessoas para falarem claramente, porque toda a gente fala tão baixo que não se compreende quase nada.

Fazem-se agora roupas muito apertadas, sobretudo na cintura e nas ancas, o que é muito desagradável.

Os próprios jovens mudaram. São bem mais jovens que quando eu tinha a sua idade. Por outro lado as pessoas da minha idade são bem mais velhas que eu.

O outro dia encontrei uma velha conhecida. Tinha envelhecido de tal maneira que não me reconheceu.

Reflecti em tudo isto esta manhã, quando me arranjava, e constatei que não se fazem mais tão bons espelhos como há sessenta anos.



Maria Olívia

HISTÓRIA DO DIA DA MÃE

As mais antigas celebrações do Dia da Mãe estão ligadas à comemoração do Dia da Primavera, na Grécia Antiga, na qual se honrava Rhea, Mãe dos Deuses e Zeus, e, ainda, irmã de Kronos.

Em Roma as festas comemorativas do Dia da Mãe eram dedicadas a Cybele, a mãe dos deuses romanos, e as cerimônias em sua honra começaram por volta de 250 anos antes do nascimento de Cristo.

Durante o séc. XVII a Inglaterra celebrava no 4º Domingo da Quaresma um dia chamado "O Domingo da Mãe", verdadeira força espiritual capaz de proteger os homens de todos os males. Ao longo dos tempos a festa da Igreja foi-se confundindo com a celebração do Domingo da Mãe. As pessoas começaram a homenagear tanto as suas mães como a própria Igreja.

Nos Estados Unidos, as comemorações do Dia da Mãe foram sugeridas, pela primeira vez, em 1872, por Júlia Ward Howe e algumas colegas. Estas mulheres uniram-se para lutarem contra a guerra, num dia dedicado à paz.

A maioria das fontes é unânime acerca da ideia da criação de um Dia da Mãe. A sugestão partiu de Anna Jarvis, que em 1904, quando a sua mãe morreu, chamou a atenção, na igreja de Grafton, para um dia especialmente dedicado a todas as mães. Três anos depois, no dia 10 de Maio de 1907, foi celebrado o primeiro Dia da Mãe naquele local de culto. Nessa ocasião, Jarvis enviou para a Igreja 500 cravos brancos, que deviam ser usados por todos, e que simbolizavam as virtudes da maternidade. Ao longo dos anos enviou mais de 10 000 daquelas flores para a igreja de Grafton – encarnadas



A Comemoração a Nível Mundial

- . Portugal e África do Sul: 1º Domingo de Maio
- . Austrália, Bélgica, Brasil, Canadá, Dinamarca, EUA, Finlândia, Itália, Japão, Turquia e outros: 2º Domingo de Maio
- . Argentina: 2º Domingo de Outubro
- . Espanha: 8 de Dezembro, dia em que se homenageia a Virgem Maria
- . França e Suécia: último Domingo de Maio
- . Índia início de Outubro
- . Jugoslávia: duas semanas antes do Natal
- . Líbano: 1º dia da Primavera
- . Noruega: 1º Domingo de Fevereiro

para as mães ainda vivas, e brancas para as já desaparecidas – e que são hoje consideradas mundialmente como símbolos da pureza, força e resistência das mães.

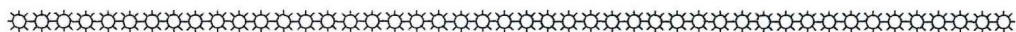
Face à aceitação geral, Anna Jarvis e os seus apoiantes começaram a escrever a pessoas influentes, como ministros, homens de negócios, e políticos com o intuito de estabelecer um

Dia da Mãe a nível nacional, o que daria às progenitoras o justo estatuto de suporte da família e da nação. A campanha foi de tal forma bem sucedida que, em 1911, o Dia era celebrado em praticamente todos os estados. Em 1914, o Presidente Woodrow Wilson declarou oficialmente e a nível nacional o 2º Domingo de Maio como o Dia da Mãe.

A primeira proclamação do Dia da Mãe deu-se três anos depois, em 1910, instituída pelo Governador do Estado norte-americano da Virgínia. Um ano depois o Dia da Mãe começou a ser comemorado em todas as partes do mundo, desde o México, Canadá, Japão, no Continente Africano e na América do Sul. Em Dezembro de 1912 foi criada Associação do Dia Internacional da Mãe com vista à promoção generalizada desta efeméride em todo o mundo.

No nosso país, O Dia da Mãe era comemorado, até há bem pouco tempo, no Dia 8 de Dezembro, dia de Nossa Senhora da Conceição, Padroeira de Portugal. Também o dia 13 de Maio é ainda associado às comemorações da Mãe. Actualmente as comemorações do Dia da Mãe decorrem no primeiro Domingo do mês de Maio.

Diário do Minho
Domingo 24/04/05



PENSAMENTOS

“Anseio por cumprir grandes tarefas, mas o meu principal dever é cumprir pequenas tarefas como se fossem grandes e nobres”

Helen Keller
(1880-1968)

“Ensinar-me que o caminho do progresso não é rápido nem fácil.”

Marie Curie
(1867-1934)

“Ter um objectivo que valha a pena e cumpri-lo com firmeza, é um dos segredos de uma vida digna de ser vivida.”

Herbert Casson
(1869-1951)

“Adormeci e sonhei que a vida era alegria, acordei e vi que a vida era dever, agi e concluí que o dever era alegria.

Rabindranath Tagore
(1861-1941)

“As nossas vidas são como o movimento do Sol. Na hora mais escura há a promessa da luz do dia”.

Editorial do TIMES
(24 de Dezembro de 1984)



Ser Voluntária...

Na nossa vida temos etapas que se vão sucedendo, umas cumprimos-as com primor, outras ficam pelo caminho e outras ficam no domínio dos sonhos.

Temos etapas com o marido, com os filhos, com a carreira profissional e temos etapas que gostaríamos de ter atingido, mas que por falta de tempo ou de energia se perderam no tempo. Estas são as etapas do sonho, daquilo que se gostaria de ter feito mas não se fez.

Uma das etapas que ouvimos na generalidade mencionar como objectivo para os tempos de reforma, é quase sempre o ajudar os outros, de forma altruísta dar um pouco de nós, do nosso tempo...

Mas chegada essa altura, depressa nos esquecemos dos propósitos tão anunciados quando ainda estávamos no activo profissional, inventamos mil desculpas: os netos, os filhos, os exames médicos, a ginástica, etc.

Muitas vezes é tão somente o medo de não ser capaz de se dar ao outro, de não ter capacidade para enfrentar situações difíceis de vida.

Por este País inteiro, existem mil e uma pessoas que estando entregues a si mesmas, precisam do nosso esforço, do nosso carinho, do nosso Eu. Precisam da nossa presença, não da nossa comisseração, esta não lhes servirá de conforto e nós às vezes conhecemos situações com estas características e cruzamos os braços, fingimos não ver, muitas vezes por comodidade.

Por este País inteiro existem pessoas que estando aos cuidados de terceiros ou de Instituições nada lhes falta de cuidados básicos, mas falta-lhes uma voz amiga com quem falar, alguém que escute, mesmo por minutos, as mágoas que têm na alma, que lhes diga que estão bonitas, que determinado adereço lhes fica bem, pois na fase em que estão precisam que lhes seja fortalecido o ego.

Por este País inteiro há muita coisa para fazer. Cada uma por si, não conseguiremos cumprir as acções mencionadas, mas juntemo-nos ao Voluntariado de organizações que estão no terreno e têm sempre as portas abertas para quem quer dar uma mão amiga a alguém.

CRUZ VERMELHA, HOSPITAIS, LIGA DCS AMIGOS DE DOENÇAS DE CROWN, REUMATOLOGIA, PARKINSON, ETC., AJUDA TELEFÓNICA e tantos outros.

Deitemos mãos à obra e passemos à acção com a consciência de que o fazemos para nos darmos aos outros, para nos sentirmos bem no nosso íntimo reconfortando os outros. Não o façamos para que A, B, C ou D diga: "Olha, é muito boazinha, até faz Voluntariado!" São as vivências de vida, que aprendemos nos outros, que nos poderão ajudar nos nossos momentos de existência.

Façamos do resto das nossas vidas algo grandioso aos olhos de Deus.

AJUDEMOS O OUTRO.

M Luíz

ONDAS

Barulho ensurdecedor
Depois gritos e corridas
Uma onda, outra maior
Que ceifaram muitas vidas

Ainda era Natal
E a Natureza não quis
Ligar-se à Humanidade
E então a brutalidade
Tornou-se coisa real
Nesta data tão feliz

O belo horrível surgiu
Sob a forma de uma vaga
Que logo se repetiu
E em segundos tudo alaga

E causa a mágoa e a dor
A revolta, o sofrimento
A tristeza, o amargor
A morte, a náusea, o tormento

Destroços andam espalhados
Muita coisa está perdida
Meninos abandonados
Muitas famílias sem vida

A tragédia feita história
Narrações tão dolorosas
Ficam p'ra sempre em memória
Muito espinho, poucas rosas

As férias tão esperadas
Bons momentos de lazer
Foram assim transformados
No sofrer e no morrer

Do pobre do habitante
Daquelas zonas oriundo
Há cenas arrepiantes
Que tocaram todo o mundo

Imagens tão comoventes
Tanta criança a chorar
Necessidades prementes
A palavra é ajudar

Não só pelos que partiram
Com força, vamos rezar
Mas também pelos que surgiram
Sem um tecto, sem um lar

Para ti que tudo mereces
Por tão aflitivos momentos
Vamos mandar nossas preces
E os nossos pensamentos

Corália

RENASCER

Foi há três anos, uns dias antes do Natal, que a sentença veio: a princípio em palavras intermitentes e desconexas; depois, pouco a pouco, a fazer sentido – é grave, não volta mais a recuperar, não voltará a ser o que era, vida muito condicionada e por último tem a doença de Beçht.

Tudo isto desabou sobre mim como uma avalanche deixando-me de rastos. Não sei como fiquei, creio que fiquei apática. Não conseguia compreender que "aquilo" que diziam me era dirigido. Mas, infelizmente, depois da alta do hospital constatei que, realmente, tinha deixando lá toda a vitalidade. Regressei um farrapo.

O que foi esse Natal não quero recordar.

Para aqui fiquei quase um ano vivendo de uma limitação que me tinha sido imposta por rótulos médicos.

Nunca gostei de ser rotulada, nunca gostei de ser forçosamente condicionada e comecei a luta. Aliás creio que a comecei logo, embora inconscientemente. Lutando contra todos os medos e papões aventurei-me a ir à rua: primeiro dez passos, a medo, vacilantes, com apoio. Depois vinte, trinta, quarenta, cinquenta; esquina do quarteirão, outro quarteirão; cabeça menos oca, pernas menos vacilantes. Muito devagar, devagarinho, mas com firmeza. Com ajudas claro, a Andreia, D. Margarida, a minha filha...

Depois veio a Glorinha. Falando, falando insistentemente no IAESM: - fazia-te bem, convivias, tem bom ambiente, gente que conheces...

E vim. E foi das melhores coisas que me podiam ter acontecido naquela altura. O calor e carinho com que fui recebida fizeram sentir-me novamente VIVA.

Revivi a minha infância e juventude nas muitas conversas dispersas aqui e ali, fui começando a ganhar forças para enfrentar os meus medos.

Hoje já vou "sozinha" porque sei que, efectivamente, não estou sozinha. Todas estão lá para me ajudar. Foi isso que senti e sinto.

Talvez não tenham dado pelo bem que me fizeram. Mas o certo é que o fizeram. E, por isso, estou imensamente GRATA.

Neste fim de ano lectivo 2004/2005 achei que devia dizer publicamente – OBRIGADA IAESM por tudo o que me deste. Dizê-lo em voz alta e do fundo do coração e, porque a minha voz não chegaria a todos, resolvi escrever estas desconchavadas linhas pedindo que sejam publicadas.

Mais uma vez, e nunca será demais, OBRIGADA IAESM por me teres ajudado a RENASCER.

Barcelos, Abril de 2005
Elisabeth Felgueiras

DIREITO À VIDA

Eis que se aproxima o dia
Da tremenda decisão
De dizeres "Sim" à Vida
Ou de à Vida dizeres "Não".

Através de referendo
Tentar-se-à prescrutar,
Se a mulher sem ser punida
Pode ou não abortar.

Abortar... matar a vida,
Mesmo antes de nascer,
Não é crime abominável?
Quem o poderá fazer?

Quem não ama uma criança
E não lhe presta atenção?!...
P'lo rapto..., ou morte violenta
Chora um povo...uma Nação.

Dois mil anos são passados,
Rei Herodes condenamos,
P'la matança de inocentes,
Que, agora aprovamos.

Deploramos terrorismos
Que dizimam mares de gentes
E perante o aborto
Ficamos indiferentes!...

Reza a Constituição
Que a Vida é inviolável;
Donde então esta investida
Para um crime execrável?...

De entre os seres irracionais,
Gostaria de saber:
Quantos matam os seus filhos,
Antes ou após nascer?

Que nenhum cristão se cale
Que altar algum emudeça,
Não vá a ira de Deus
Cair sobre nossa cabeça.

Se o "Sim" vencer, ai... choremos
Pelo nosso comodismo;
... Cristãos de missa ao domingo
Vivência de paganismo...

Verdugos, hipócritas, sádicos,
Que tais massacres apoiais;
É carne da vossa carne,
Que vós atirais aos cães!...

Não laveis daí as mãos
Nem fiquéis indiferentes;
Jamais tereis paz em vós,
C'ó grito dos inocentes.

Fernando Gandarela



Da Internet

A VIDA

A obra-prima de Deus foi criar o coração de Mãe.

Ao nascer uma criança, pobre, rica ou mais ou menos, o normal é ser recebida com amor, carinho, ternura e muito respeito.

É a primeira alteração de maior valor na vida familiar: agora é o banho; mais um trapinho ou um bom casaquinho; as fraldas ou uma mantinha para o enrolar.

Se chora, vai uma maminha.

- Não pega, diz a mãe aflita. Vem logo um biberão com o suplemento.

É uma azáfama. Mais brinquedos, uns sofisticados outros de trapos. E novos episódios vão surgindo. Quantos, meu Deus!

Se os pais, ou só a Mãe, são crentes, há batizado. Repicam os sinos.

E a madrinha diz: "Levo um pagão e trago um cristão".

É um encanto!

É o primeiro retalho de uma peça com mais ou menos metros de comprimento da vida de um ser.

Aqui medito num pensamento, lido juntamente com uma amiga: "Os dias da vida são as férias que a morte nos concede."

E vejo nesse ser que nasceu e começa a caminhar, o tal ser que diz respeito a todos, de todo o Universo. Cai aqui e levanta-se acolá. Corre e brinca. Ri e chora. Tem êxito ou ras-teja. Sonha. Diverte-se ou sofre.

Continua a sonhar, porque a mente não tem pernas. Tem asas.

Voa e continua a voar, aproveitando ou não as férias a que teve direito, em retalhos unidos e encaixados, como num puzzle.

Mas não há sempre férias. E um dia terminam.

Nestas, é preciso muita coragem e fé para as aceitar serenamente.

Dizem que a fé é o ponto de partida da esperança.

Dentro deste contexto será que devemos pensar nas águas salgadas da morte?

Todo o ser pode ser fecundo, ao germinarem as sementes boas, que serão aproveitadas, mesmo que esse ser termine as suas férias.

É a esperança.

Maria Julieta Moreira



VIDA

E A CRIANÇA CRESCER!
 E VIU O MUNDO
 QUE GIRAVA EM SEU REDOR!
 E O JOVEM SENTIU A DOR!
 ELEVOU OS OLHOS AO CÉU
 PARA QUE O MUNDO FOSSE MELHOR!
 E O HOMEM
 COM AS MÃOS DESTRUIU,
 O SONHO DA CRIANÇA E DO JOVEM
 QUE FRUSTRADO FICOU, RUIU!...

M. Luiz

Sobreviver

Os “média” ao apostarem quase exclusivamente em transmitir imagens de tragédia e divulgar notícias de sofrimento: guerras, consequência do racismo, casos de abuso sexual, exploração de menores, tráfico humano, consumo de droga, marginalidade, violência doméstica... deixam pouca margem para manter acesa a esperança em melhores dias.

Homens mulheres e crianças morrem, vítimas inocentes ficam traumatizadas, sem casa, sem família...

E a sociedade como reage? No primeiro instante mostra-se solidária e partilha o sofrimento, mas depois embora prevaleçam os sentimentos solidários, fica paralisada.

O GASC, com o Refeitório Social e a Casa Abrigo “Maria das Dores Quinta e Costa” não ficou apenas no impulso dos primeiros momentos de quem vê ou lê as grandes tragédias – ser solidário e partilhar sofrimento – arregaçou as mangas e meteu mãos à obra.

Fez-se presente, estendeu a mão aos que sofrem e colocou um Refeitório ao serviço dos que têm fome, um balneário/lavandaria para os que não têm condições básicas de higiene e por ultimo, um apartamento que garante protecção às mulheres vítimas de maus tratos.

Ao referir o GASC queria falar de todas instituições, grupos, pessoas isoladas, que estão no terreno e, de forma mais ou menos anónima, lutam para que não se instale a sensação de que tudo está perdido, de que nada vale a pena.

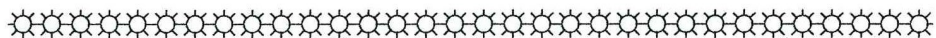
Vem tudo isto a propósito do pessimismo geral que se vive e se traduz numa atitude de descrença ou falta de esperança.

É nestes momentos em que tudo à volta parece um caos, que temos obrigação de actuar no nosso pequeno mundo, em pequena escala, apostando em fazer cada dia mais e melhor.

“Felizmente existem as minorias e são elas que fazem avançar o mundo”.

Façamos parte dessas minorias e ajudemos a construir um mundo melhor.

Maria Alice



OUSADIA

SE OUSAR É SER DIFERENTE,
NO VIVER DO DIA A DIA
VIVEREI ETERNAMENTE,
POR VIVER EM OUSADIA!

M. LUIZ

Hospital do Senhor

Fui ao Hospital do Senhor fazer um Check-up de rotina e constatei que estava doente!
Quando Jesus mediu a minha tensão arterial, verificou que estava com baixa de *Ter-
nura*.

Ao medir a temperatura, o termómetro registou 40 graus de *Egoísmo*.

Fiz um electrocardiograma e foi diagnosticado que necessitava de uma *Ponte de
Amor*, pois a minha veia estava bloqueada e não estava a abastecer o meu coração vazio.

Passei pela Ortopedia, pois estava com dificuldade em andar lado a lado com o meu
irmão e não conseguia abraçá-lo por ter fracturado um braço ao tropeçar na *minha vai-
dade*.

Constatou-se miopia, pois não conseguia ver para além das *aparências*.

Queixei-me de não poder ouvi-lo e diagnosticou bloqueio em decorrência das *pala-
vras vazias do dia-a-dia*.

Obrigado Senhor por não teres cobrado consulta!

Pela sua misericórdia, prometo, ao sair daqui, somente usar os remédios naturais que
me indicou e que estão no *Receituário do seu Evangelho*.

Vou tomar diariamente ao levantar, um *chá de agradecimento*, ao chegar ao traba-
lho beber uma colher de sopa de *Bom Dia* e, de hora a hora, um comprimido de
Paciência com um copo de *Humildade*.

Ao chegar a casa, vou apanhar diariamente uma *Injecção de Amor* e antes de me
deitar duas cápsulas de *Consciência Tranquila*.

Agindo assim, tenho a certeza de que não ficarei mais doente e todos os dias serão de
Confraternização e Solidariedade.

Prometo prolongar esse tratamento preventivo por toda a minha vida, para que, quando
me chamares, seja por *Morte Natural*.

Adaptado da Internet e apresentado por
Maria Olívia



A cada segundo começa para nós uma vida nova.

Alegremente, sigamos ao seu encontro.

**Temos de nos apressar, quer queiramos ou não, e caminharemos melhor olhando em
frente do que lançando sempre os olhos para trás.**

Jerome K Jerome
(1859-1927)

Mas as crianças Senhor...

Debruço-me na minha janela neste fim de tarde.

O sol já se escondeu mas deixou no ar morno neste princípio de noite um agradável sabor de Primavera.

Os pássaros, que às centenas encheram o meu jardim de gorjeios, cruzando o ar de árvore em árvore, há muito silenciaram o seu canto.

No entanto há sons que despertam a minha curiosidade. Vozes de crianças que riem e chamam umas pelas outras.

Olho na direcção deste gorjeios. São pequenas aves também mas que não vão dormir no seu ninho encostadas ao peito da mãe.

No quintal da "Casa de acolhimento para crianças em risco" há luz. Não venço a curiosidade e aguço melhor o meu olhar. Uma senhora, meio encoberta pela folhagem das árvores, estende a roupa: calças, camisolas, meias, um lençol...

As crianças continuam a rir e a correr em volta da senhora que estende a roupa...

A luz apagou-se e o silêncio caiu sobre aquele quintal.

Eu continuo à janela. Olho a céu que já se enfeitou de estrelas.

O que sentirão estas crianças dormindo em casa estranha? Sinto um aperto no meu peito. Que tragédia envolverá a vida destas crianças que brincam e riem antes de dormir, parecendo-me até felizes!? Será possível que em casa estranha, em cama estranha elas sejam mais felizes do que com a própria mãe?

Só encontro resposta naquele belo e triste poema:

... "mas as crianças, Senhor,
 porque lhes dais tanta dor,
 porque padecem assim?..."

Maria das Dores



Só o Amor é capaz de unir os seres vivos de modo a completá-los e a preenché-los, porque só o Amor os toma e os une no que há de mais profundo neles.

Pierre Teilhard de Chardin
 (1881-1955)

NOTÍCIAS DO IAESM

Mais um ano passou. Como de costume, tentaremos dar uma ideia do que conseguimos realizar ao longo do ano:

A 20 de Setembro houve a Reunião Geral para dar conhecimento do início do novo ano lectivo e apresentar os novos professores: Dr. António Magalhães, na área de Português, Dr^a M^a Ascensão Fonseca Macedo em História Local e Maria Jeracina Rodrigues Correia Gonçalves em Informática;



Aspecto da Reunião Geral

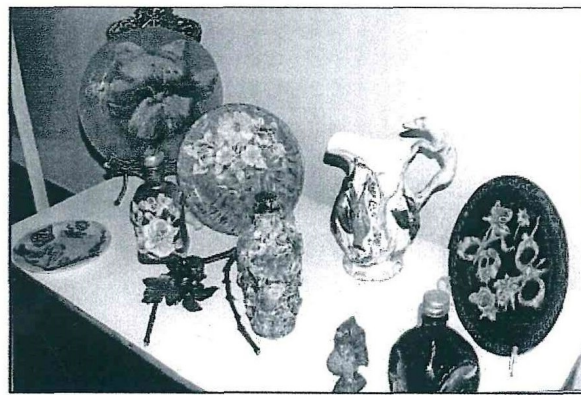
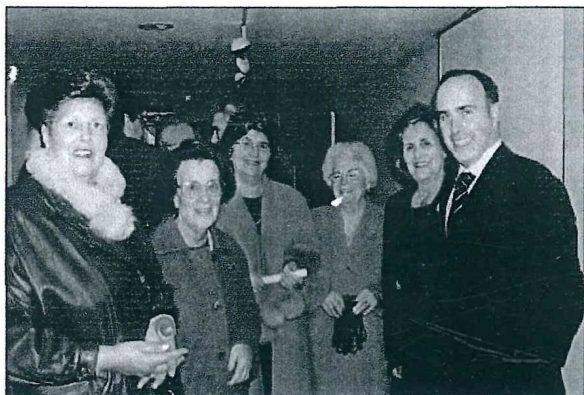
A 9 e 10 de Outubro realizou-se o passeio ao Douro no qual participou um grupo bastante

significativo de sócios. Saímos de manhã cedo em direcção a Marco de Canavezes e aí visitámos a Igreja de Sta. Maria, seguindo depois por Caldas de Aregos, Resende e Lamego. Aqui visitámos a parte histórica e monumental da cidade. No dia seguinte viajámos até ao Pinhão onde nos esperava o barco que nos levaria até Barca de Alva, passando pelas barragens de Valeira e do Pocinho. Pudemos apreciar uma das mais bonitas paisagens do Alto Douro;

A 26 de Outubro recebemos a visita do Senhor Prior de Barcelos, Dr. Abílio Cardoso, na sede do nosso Instituto, onde lhe foram apresentados os objectivos e organização desta Associação;

A 5 e 6 de Novembro, a convite da Câmara Municipal, o Instituto esteve presente nas "Comemorações do Cento e Cinquenta Anos do Nascimento de Dom António Barroso";

A 11 de Novembro, na quinta da Sócia Maria Eugénia Aguiar, reunimo-nos num convívio alegre para festejar o S. Martinho com as tradicionais castanhas, vinho e música;



Grupo que participou na exposição da ACIB e alguns dos seus trabalhos

Nos dias 12 e 14 de Novembro, na Biblioteca Municipal, um grupo do Instituto participou com pinturas, artes plásticas, trabalhos de Arraiolos e Bordados na Exposição "Envelhecer Graciosamente", organizada pela ACIB;

A 25 e 26 de Novembro, a convite do Museu de Olaria, o Instituto esteve presente nas III Jornadas de Olaria "Fornos e Usos";



Lenço dos Namorados – mais um trabalho exposto pelo Instituto

A 29 de Novembro festejámos o 9º Aniversário com uma palestra subordinada ao tema "O Idoso no Limiar do Século XXI", proferida pelo Presidente Dr. Oliveira. No final, momento de convívio e amizade reinou entre todos os sócios;

Em 2, 3 e 4 de Dezembro o Instituto esteve presente nas Jornadas de História Local, a convite da Câmara Municipal.

A 6 de Dezembro reuniu a Assembleia-geral para eleição dos Corpos Sociais para o próximo triénio.

Em 10 e 20 de Dezembro o Instituto esteve presente no encerramento das Comemorações dos "Quinhentos Anos do Milagre das Cruzes" a convite da Real Irmandade do Senhor do Bom Jesus da Cruz.

A 14 de Dezembro, palestra subordinada ao tema "APaz" por Dr. Abílio Cardoso, Prior de Barcelos.

A 15 de Dezembro encerramento do 1º período com almoço de Natal e convívio

A 3 de Janeiro iniciaram-se as actividades do 2º Período.

A 5 de Janeiro o Instituto foi cantar "Os Reis" à Câmara Municipal. Fomos recebidos pelo Senhor Vereador da Cultura, Dr. Mário Constantino e demais Vereadores. No final recebemos uma peça de artesanato oferecida pela Câmara, que figura em lugar de destaque na nossa Sede.



Tomada de posse dos novos Corpos Sociais

A 10 de Janeiro o Instituto reuniu em Assembleia-geral para tomada de posse dos novos Corpos Sociais. O novo presidente Dr. Manuel dos Santos Ribeiro, proferiu algumas palavras, pedindo a colaboração de todos os sócios para que o IAESM seja cada vez maior eo seu trabalho mais proveitoso.

A 14 de Fevereiro assistimos a uma palestra "O Tabaco Mata" proferida pelo Dr. Artur Sotto.

No dia 22 de Fevereiro, o Instituto visitou o Lar de Idosos de Silveiros, a convite do Eng.º Mário Azevedo que nos facilitou a deslocação e organização de toda a visita. Ficámos radiantes.



Monte da Saia, onde fica a Laje dos Sinais

No dia 7 de Março realizou-se a 1ª Visita de Estudo de História Local. Visitámos a Igreja de Vilar de Frades e Convento, em Areis de Vilar; a Laje dos Sinais na fre-

guesia das Carvalhas; o Museu Etnográfico e a Mamoa na freguesia de Chavão e as ruínas do Castro e do Castelo de Faria, no Monte da Franqueira.

A Câmara Municipal disponibilizou-nos transporte, guia e arqueólogo;

A 9 de Março reuniu o Instituto em Assembleia-geral para votação dos Relatórios de Actividades e de Contas do ano de 2004;

Depois de lidos e votados foram aprovados por unanimidade e aclamação.

A 15 de Março realizou-se a Comunhão Pascal na Igreja Matriz com Celebração da Eucaristia, abrilhantada pelo Coral do Instituto. A partilha recolhida no Ofertório reverteu para as obras da paróquia.

No final houve almoço/convívio num restaurante da cidade.

A 4 de Abril tiveram início as Actividades do 3º Período.

A 18 de Abril mais uma Visita de Estudo integrada na disciplina da História Local. Desta vez fomos ver o monumento com forno em Galegos



Monumento com Forno - Galegos



Necrópole - Igreja de S. Martinho - Mondim - Panque

Sta. Maria; a igreja de S. Martinho, em Mondim, Panque, com a sua necrópole; o castro da Picarreia em Carapeços; e a igreja de Abade de Neiva.

A 19 de Maio, visita à exposição de Emílio Remelhe e Companhia, a convite do autor (filho de uma sócia do Instituto).

A 25 de Maio Passeio Anual a

Aveiro, Macinhata do Vouga, Fermentelos.

A 27 de Maio Homenagem ao 1º Presidente do Instituto - 1995 a 2004 -, em Esposende, prestada pelo Rotary Clube daquela cidade, à qual o IAESM se associou com muito gosto.

A 8 de Junho encerramento do Ano com Eucaristia na Igreja de Sto António, cantada pelo Grupo Coral. Atribuição de pequenas lembranças a Professores e Colaboradores do Instituto.

Terminou com almoço e franco convívio num restaurante desta cidade.



A Direcção

Passeio ao Douro

Dias 9 e 10 de Outubro de 20

Após uma noite de forte temporal, o que nos fez desanimar um pouco, no dia 9 pela manhã, partimos de junto ao templo do Senhor da Cruz, rumo ao Douro.

Depressa esquecemos o mau tempo, pois S. Pedro ajudou-nos, enviando-nos sol e o desânimo ficou logo para trás.

Parámos no Porto e em Leça da Palmeira, para entrar o resto do grupo e o nosso acompanhante, senhor Óscar, da empresa OscáTur.

A primeira visita foi à igreja de Marco de Canaveses, cuja arquitectura é de Sisa Vieira, construída em linhas modernas e sobre a qual o senhor Óscar já nos tinha feito uma ampla descrição.

Se por alguns dos visitantes esta obra foi apreciada, para outros foi uma decepção.

Passámos nas Caldas de Aregos, estância termal, onde na margem esquerda do Douro há uma extensa marina. Mais adiante passámos junto à barragem do Carrapatelo.

Seguimos para Resende, onde comprámos as afamadas fatias.



Chegámos a Lamego foram-nos distribuídos os quartos do hotel e foi-nos servido o almoço.

Da parte de tarde passámos junto à barragem da Régua e o túnel da Varosa, seguindo depois para o miradouro de S. Leonardo de Galafura, local onde Miguel Torga, se inspirou para escrever a sua poesia e onde, segundo se diz, se inspirou para o pseudónimo que sempre usou.

Lá existem ainda vestígios da sua poesia, gravada em azulejos na parte posterior da capela.

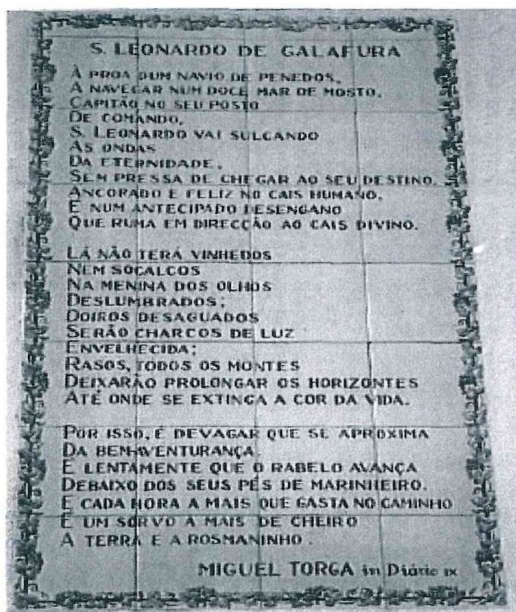
Do miradouro da Galafura a vista é maravilhosa.

O Douro estende-se a nossos pés em grande extensão, com os seus característicos socalcos, fazendo jus à lenda de que sem tempo para escolher terreno, furou por montes e vales, com a pressa de chegar ao mar.

Visitámos depois o Santuário da Sé dos Remédios, que fica a 605m de altitude. É feito em granito e a ele dá acesso uma escadaria monumental, a fazer lembrar a do Bom Jesus de Braga.

Assistimos à missa na Sé de Lamego, seguindo-se o jantar no hotel. O serão foi animado, com música ao vivo, que a todos encantou.

Na manhã seguinte, partimos em direcção ao Pinhão, onde nos esperava o barco "Douro Azul" para nos levar rio acima até



Barca de Alva. Foi-nos servido um aperitivo e a seguir o almoço.

Passámos nas barragens da Valeira e na do Pocinho, onde assistimos ao fechar das comportas e enchimento da barragem, o que achámos bastante interessante.

Toda a paisagem ao longo do rio é encantadora, com a vinha cultivada nos seus socacos.

De quando em vez, as quintas dos proprietários daquelas vinhas, exibem em letras garrafais as marcas dos afamados vinhos do Porto.

Ao olharmos a paisagem, reflectimos, como deve ser dura a vida das pessoas que

ali vivem, para cultivarem aquelas terras e para fazerem as vindimas, pois dificilmente ali entrarão máquinas agrícolas.

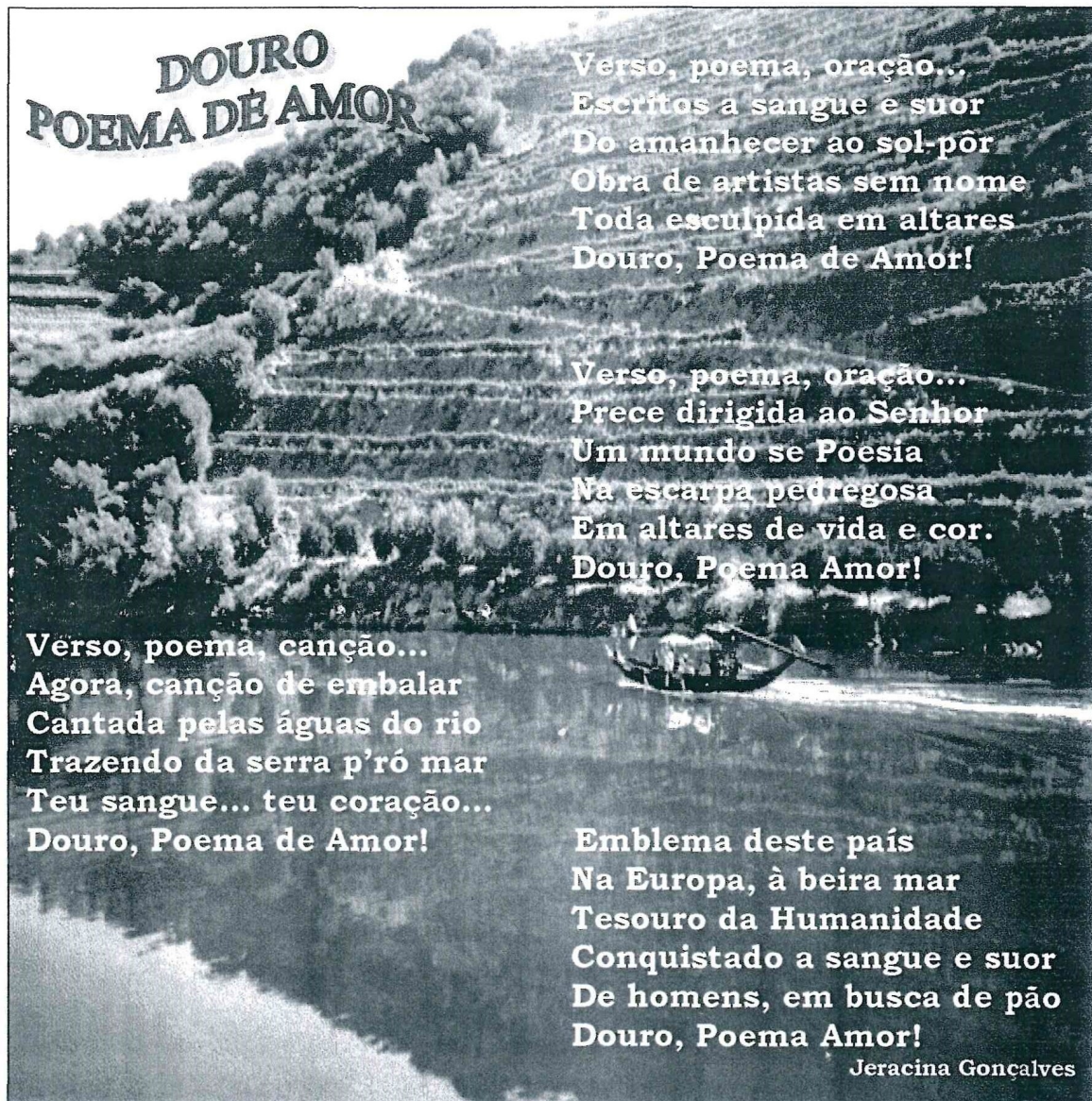
As próprias vias de comunicação são reduzidas, pelo que o acesso àqueles locais se torna ainda mais difícil.

Desembarcámos em Barca de Alva, já ao cair da noite, seguindo em direcção à Torre de Moncorvo, onde jantámos.

Finalmente apanhámos a IP4 em direcção ao Porto, para o regresso a casa.

Foram dois dias muito agradáveis passados com grande animação e companheirismo, além de muito instrutivos.

Maria Olívia



VISITA DE ESTUDO

“Uma Viagem pelo Passado de Barcelos”

“Como a beleza e a monumentalidade do património arquitectónico fazem de Barcelos uma terra cheia de história e tradição”, o nosso Instituto, no âmbito da disciplina de História Local, organizou nos dias 7 de Março e 18 de Abril de 2005, visitas de estudo ao nosso concelho.

Quisemos com estas visitas, ver como era a nossa região há alguns milhares de anos, há alguns séculos, proporcionando um melhor conhecimento dos outros, das coisas, dos acontecimentos e dos lugares.

Foi a existência de uma arquitectura religiosa, militar e civil, muito rica, que nos motivou a debruçar-nos sobre a sua origem, o seu estilo, a sua função.

Antes de iniciarmos a nossa viagem, queremos agradecer aos Ex.^{mos} Vereadores, Dr^a Joana Garrido e Dr. Mário Constantino Lopes, pela colaboração prestada na realização destas visitas, e ao Dr. Cláudio Brochado pelo acompanhamento e informações úteis, que nos deu como guia, durante a concretização das mesmas.

O nosso muito obrigado.

Passemos, agora, à descrição dos lugares por nós visitados:

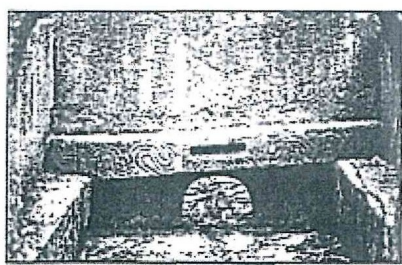
Em Areias de Vilar observámos a Igreja do Convento de Vilar de Frades edificada no séc. XVI, em Estilo Manuelino, e a primitiva igreja românica da Época Beneditina.

Em Abade de Neiva a Igreja de Sta Maria com a sua imponente torre sineira, formam um belo conjunto arquitectónico de Estilo Românico-Gótico.

Seguimos em direcção às Carvalhas.

A pé, subimos o Monte das Saia, onde a meia encosta se encontra a Laje dos Sinais que é um penedo com insculpturas rupestres, típicas da Pró-História.

A subida era íngreme e o sol abrasador!



Fornalhão da “Pedra Formosa” do Forno de Galegos Santa Maria.



Monumento Castrejo de Galegos Stª Maria
(monumento com forno)

Nem queríamos acreditar!

E a voz da revolta manifestava-se: “É preciso tomar consciência do passado existente no meio! É preciso que toda a gente participe, individual ou colectivamente, na resolução de problemas de protecção ao património cultural!”

Na freguesia de Chavão, paragem obrigatória no Museu Etnográfico, cujo espólio foi um processo de recolha de alfaias agrícolas feito pela escola do 1º ciclo, com o intuito de preservar, valorizar e divulgar

o património cultural e etnográfico do concelho de Barcelos, em particular da referida freguesia.

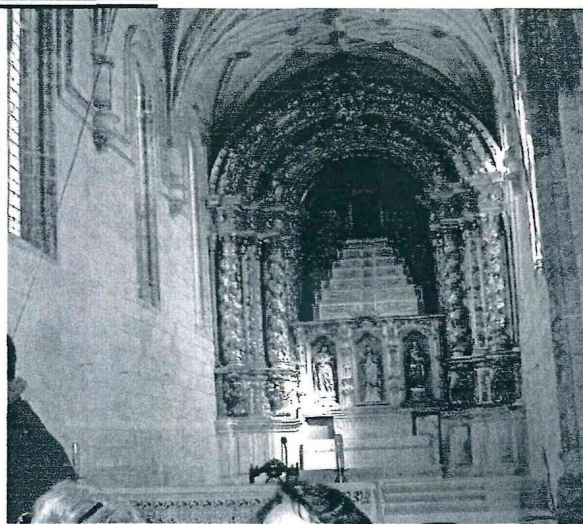
Como nas traseiras do Museu se encontrava uma mamoa – monumento funerário da Época Neolítica. Fomos vê-la.

Seguiu-se o Monte da Franqueira onde se encontram as ruínas do Castro de Faria, que remonta à Idade do Ferro e à Romanização, e o que resta da Torre de Menagem do Castelo, sendo aqui relembrado o feito heróico dos seus alcaides, ocorrido no séc. XIV.

O Castro da Picarreia em Carapeços, a Necrópole Medieval de Mondim – Panque e o Monumento com forno em Galegos Sta. Maria foram os últimos lugares a ser visitados e portanto o término da nossa Visita de Estudo.



Igreja e Convento de Vilar de Frades



Altar-mor

FORMAR O CARÁCTER É TAREFA NOSSA...

VIVER APROPRIADAMENTE É A NOSSA OBRA-PRIMA.

TODAS AS OUTRAS COISAS – GOVERNAR, ACUMULAR RIQUEZAS,

CONSTRUIR – SÃO QUANDO MUITO, PEQUENOS APÊNDICES E SUPORTE....

**Michel de Montaigne
(1533-1592)**

ESCREVER BEM

A escrita fora de moda? De forma nenhuma. Escrever, e escrever bem, continua a ser uma necessidade. Não se escrevem cartas como outrora, mas pequenas mensagens electrónicas. As actas, os relatórios, os “curricula vitae” não foram abolidas, mas exige-se que sejam mais concisos e objectivos.

A escrita continua na ordem do dia. Veja-se a quantidade de jornais e revistas com que deparamos todos os dias. Muitas vezes, é-nos solicitado um texto, um artigo de opinião, para um jornal ou revista. Há convocatórias, declarações, pequenos comunicados para anunciar uma reunião. Que vamos fazer? Devemos estar preparados.

Escrever é tarefa complexa. Exige conhecimento da língua, formação intelectual, muita prática. Como nadar ou andar de patins. O Texto escrito, e escrito com elegância, é exigência de uma sociedade cada vez mais competitiva.

Como chegar ao leitor? Como interessá-lo por aquilo que escrevemos? “Os ingredientes são três, escrevem duas autoras brasileiras, Dad Squarisi e Arlete Salvador, linguagem clara, informações precisas e estilo atraente”(1).

Devemos começar por elaborar um plano, dividido em três, quatro ou cinco pontos, sobre o que pretendemos dizer. Traçado o plano, e tendo pensado maduramente no assunto, as ideias não caem logo do céu em forma de frases perfeitas, prontas a serem lançadas ao papel. Infelizmente! O espectro da folha em branco (ou da tela em branco do computador) continua firme à nossa frente. Há como que uma luta a travar. “O plano é um esqueleto rígido: é preciso cobri-lo de carne e de vida. Daí as dificuldades, os retoques; atentemos nos manuscritos de certos escritores”(2).

Como começar? As duas citadas autoras brasileiras dão dois conselhos importantes:

“Seja natural – Imagine que o leitor esteja à sua frente ou ao telefone conversando com você. Fique à vontade. Espaceje as frases com pausas e, sempre que couber, com perguntas directas. Confira a seus textos um toque humano. Você está escrevendo para as pessoas”.

Seduza – Vá directo ao assunto. Comece pelo mais importante. E comece bem, com uma frase atraente, que lhe desperte o interesse e o estimule a prosseguir a leitura. No final, dê-lhe o prémio: o fecho de ouro, como inesquecível sobremesa a coroar um lauto jantar”(3).

Aqui vão algumas dicas para quem se esforça para ser lido

Evite a monotonia

Não recorra a números, estatísticas, percentagens, unicamente, num artigo de informação. Tira o interesse. Evite os clichés, os chavões, as frases ou ideias estereotipadas. Por serem muito gastos, já pouco significam. Um dia, esses lugares -comuns foram originais, criaram impacto, depois passaram de moda. Nós também não gostamos de usar sempre a mesma roupa ou de comer sempre o mesmo prato.

Varie a estrutura da frase. Não comece sempre da mesma forma: sujeito, predicado, complementos. Intercale as frases longas com as curtas. Varie o tipo de frase: frases decla-

rativas, interrogativas (para acordar o leitor) e exclamativas, se forem necessárias. Um exemplo (a mesma classe gramatical, o artigo):

O ensino está de rastos. Os professores contestam o governo. Os pais contestam os professores. Os alunos protestam.

Exemplos de lugares comuns:

Na hora da verdade; a toda a brida, a olhos vistos; chover no molhado; podre de rico; escuro como breu; frio de rachar; apertar o cinto; arregaçar as mangas; por dar cá aquela palha; com chave de ouro; como manda a tradição; sem eira nem beira; dado e arregaçado; osso duro de roer; virar o bico ao prego; de fio a pavio; a trouxe-mouxe; entre a espada e a parede; a toque de caixa; descalçar a bota; todo o tempo do mundo; quem se lixa é o mexilhão; um bico-de-obra.

Prefira as frases curtas

A frase curta está mais de acordo com os tempos modernos. Sugere dinamismo, movimento. Se queremos atrair o leitor, não o macemos com frases longas, com conjunções e vírgulas, a dificultar a leitura. “Uma frase longa, disse Vinícius de Moraes, não é mais do que duas curtas” (4). Então, a solução é desmembrar as longas para ajudar o leitor.

Exemplo de frases curtas:

“P. Morand, Nova Iorque: Nova Iorque é de extremos. O clima é violento e caprichoso. Este ano, em Abril, houve mortos por insolação. As congestões provocadas pelo frio causam, todos os anos, mais vítimas do que uma batalha. O calor dos apartamentos é tão grande que o coração quase rebenta. Vive-se em mangas de camisa” (5).

Exemplo de frase longa:

“O Dr. H..., Presidente do Centro de Estudos de...começou por analisar os últimos dados da física moderna quanto ao tempo, desde os tempos locais da relatividade, ligados ao espaço numa direcção de continuidade quadridimensional, até às diluições progressivas que a física quântica impõe à própria noção de tempo para chegar à sua supressão total perante o pressentimento de uma descontinuidade temporal-espacial afectada também pela incerteza” (6).

Prefira as palavras curtas e correntes

“Um humorista dizia: são os pequenos homens que utilizam as grandes palavras; os grandes homens servem-se de pequenas palavras. Isto é, curtas e correntes” (7).

Do livro “Um Estilo Agradável”: “Prefiramos, pois, a palavra familiar à palavra erudita – o cogumelo ao criptogama, o desusado ao absoleto – a palavra concreta à palavra abstracta, a palavra simples à perífrase, a palavra curta à palavra comprida” (8).

Em certas alturas, a palavra técnica ou erudita deve preferir-se à palavra vulgar, por questão de rigor, mas empregue-se de modo que o contexto permita a sua compreensão.

No âmbito desta dica, cortemos com as palavras compridas, polissilábicas, caso dos advérbios de modo (evidentemente, provavelmente, extremamente, filosoficamente). Con-

selho de Dad Squarisi e Arlete Salvador: “*Seja simples. Entre dois vocábulos prefira o mais curto. Entre os dois curtos, o mais expressivo*” (9).

Seja parco com os adjectivos

“O adjectivo é uma jóia que o substantivo deve usar raramente” Chateaubriand). Devemos usar o adjectivo quando define ou precisa o substantivo. “Quando qualifica, desconfiemos”, avisa André Conquet (10). E continua o mesmo autor: “Caímos em apreciações pessoais (no caso das qualificações), pelo que se quisermos dar uma informação, é preferível optar por factos” (11).

Vejamos, por exemplo o caso de *jeitoso/a*:

Comprou uma casa muito *jeitosa*.
Formam um par bem *jeitoso*.
Aquilo é que é uma mulher *jeitosa*!

Jeitoso/jeitosa pouco informa.

Que dizer de certos adjectivos estafados, aqui em tom de crítica a certa imprensa de antanho (1913)? Alguns exemplos:

“*Famigerado... gatuno,*
O eminente... estadista,
Honrado...capitalista,
E o eloquente... tribuno,
O laureado...estudante,
Audacioso... empresário,
O brioso... comandante,
E o velho... correligionário.
O valente... marinheiro,
O festejado... escritor,
O arrojado...cavaleiro,
E o infame conspirador” (12).

Hoje falaríamos em:

Calorosa recepção; perda *irreparável*; rapariga bem *gira*; projecto *viável*; café *piroso*; carro *espectacular*; derrota *estruondosa*; *monstruoso* engarrafamento; populismo *rasca*; vista *maravilhosa*; filme *imperdível*; boca *foleira*; língua *nojenta*; caso *perdido*; tarefa *enfadonha*; bebida *light*.

Cuidado! “Certos adjectivos associados a determinados substantivos formam chavões pela insistência do uso” (13) – advertem Dad Squarisi e Arlete Salvador.

As mesmas autoras aconselham: “Escreva com a convicção de que no idioma só existem substantivos e verbos” (13). “Diz-se que os adjectivos e os advérbios se parecem com as pessoas tagarelas – um pouco de tagarelice não desagrada – em demasia aborrece” (14).

Seja claro

“O estilo deve ter três virtudes: clareza, clareza, clareza” (Montaigne).

Às vezes, deparámos na escrita com frases confusas e termos ambíguos. Voltámos a ler, e continuámos sem perceber nada. Para nos exprimirmos com clareza teremos, primeiramente, de pensar bem o que vamos dizer.

Algumas sugestões:

1. Aproxime ideias, termos e orações que se relacionam pelo sentido. (Como norma, ideias semelhantes arrumam-se no mesmo parágrafo).
2. Nas citações curtas, a identificação do autor deve vir no começo ou no fim da fala: Escreveu Jorge Luís Borges: “Se lemos algo com dificuldade, o autor fracassou”. “Se lemos algo com dificuldade, o autor fracassou”, escreveu Jorge Luís Borges.
3. Não abuse do verbo declarativo **dizer** (que indica que o interlocutor está com a palavra). Há outros para além deste. Para *dizer* (afirmar, declarar), para *perguntar* (interrogar, indagar, inquirir), para *responder* (retorquir, replicar), para *contestar* (negar, objectar), etc.

Condillac aconselhava ao Príncipe de Parma, para quem escreveu o “Tratado da Arte de Escrever”, o seguinte:

“Há duas coisas, Senhor, que dão toda a beleza ao estilo: a clareza e o carácter. A primeira exige que se escolham sempre os termos que exprimem exactamente as ideias; que se liberte o discurso de todo o supérfluo, que a relação da palavra nunca seja equívoca e que todas as frases, construídas em função umas das outras marquem sensivelmente a ligação e a gradação dos pensamentos” (15).

Seja conciso

Ser conciso significa limpar, retirar do texto todas as palavras inúteis.

Algumas sugestões:

- “Dispense, nas datas, os substantivos dia, mês e ano: em 20 de Janeiro (não no dia 20 de Janeiro); em Dezembro (não no mês de Dezembro); em 1955 (não no ano de 1955 “ (16).
- “Substitua a locução adjectiva por adjectivo: *material de guerra* (material bélico); *pessoa sem discrição* (pessoa indiscreta); *criança sem educação* (criança mal-educada)” (17).
- “Troque a oração adjectiva por nome: *pessoa que se alimenta de verduras e legumes* (vegetariana); *homem que planta arroz* (arrozicultor); *criança que não sabe ler nem escrever* (criança analfabeta) (39).
- “Reduza orações:
 - . *Agora que expliquei o título, passo a escrever o livro.*
 - . *Explicado o título, passo a escrever o livro.*
 - . *Depois de redigir o texto, pensarei na legenda.*
 - . *Redigido o texto, pensarei na legenda”* (40)

Portanto, fora com a verbosidade, o prolixo, a palavra inútil.

Nos Evangelhos
ouvimos muitas vezes
este Envio por parte de Jesus:

IDE!

Pelo caminho, proclamai que o Reino de Deus está perto. Curai os enfermos, ressuscitai os mortos, purificai os leprosos, expulsai os demónios.

Recebestes de graça, dai de graça!
(Mt 10,6-8)

IDE

vós também
para a minha vinha! (Mt 20,7)

IDE

às saídas dos caminhos
e convidai para as bodas todos quantos encontrardes! (Mt 22,9)

IDE

à cidade, a casa de um certo homem e dizei-lhe: "O Mestre manda dizer O meu tempo está próximo; em tua casa que quero celebrar a Páscoa com os meus discípulos!" (Mt 26,18)

IDE

depressa dizer aos seus discípulos: Ele ressuscitou dos mortos e vai à vossa frente para a Galileia. Lá O vereis!" (Mt 28,7)

IDE,

fazei discípulos de todos os povos, baptizando-os em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo, ensinando-os a cumprir tudo quanto vos tenho mandado. E sabeis que Eu estarei sempre convosco até ao fim dos tempos!
(Mt 28,19-20)

IDE

pelo mundo inteiro,
proclamai o Evangelho
a toda a criatura! (Mc 16,15)

Reflexão: Desde finais do século IV, a Eucaristia é chamada "Missa", a partir das palavras finais, em latim: "Ite, Missa est".

Literalmente, significa: "Ide, a Missa acabou." Mas o sentido espiritual é mais activo e comprometedor: "Ide! Vivei em Missão! A vossa vida seja Eucaristia!" Enviados ao mundo, é hora de anunciar «o que vimos com os nossos olhos, o que contemplámos e as nossas mãos tocaram relativamente ao Verbo da Vida» (1 Jo 1,1-2). Missa que não se transforma em Missão, não passa de uma simples missinha!

Toda a Igreja é, por sua natureza — missionária, profética, evangelizadora. «A tarefa de evangelizar todos os homens constitui a missão essencial da Igreja; tarefa e missão, que as amplas e profundas mudanças da sociedade actual tomam ainda mais urgentes.

Evangelizar constitui, de facto, a graça e a vocação própria da Igreja, a sua mais profunda identidade. Ela existe para evangelizar, ou seja, para pregar e ensinar, ser o canal do dom da graça, reconciliar os pecadores com Deus e perpetuar o sacrificio de Cristo na santa Missa, que é memorial da sua Morte e gloriosa Ressurreição» (Paulo VI, *Evangelii Nuntiandi*, 08112/1975, n.º 14).

Os discípulos de Ernús: reconheceram o Ressuscitado ao partir o pão" (Lc 24,13-35). No imenso Emaús que é o nosso mundo, o amor fraterno e o partilhar o pão constituem os dois sinais distintivos do discípulo de Cristo. A Eucaristia é, na verdade, "Pão para a Vida nova".

A Partir destes "SETE ENVIOS do MESTRE" podemos Actualizar para o nosso tempo, sempre em:
'COMPROMISSO DE EUCARISTIA'

Há gente que vive enregelada no seu egoísmo.

— **IDE** e ofereci-lhe a alegria da **REUNIÃO** fraterna da Eucaristia!

Há gente que vive enredada em palavras ocas.

— **IDE** e ofereci-lhe a **PALAVRA** libertadora da Eucaristia!

Há gente que vive isolada num coração egoísta.

— **IDE** e ofereci-lhe a **OFERENDA** solidária da Eucaristia!

Há gente que vive desesperada do futuro.

— **IDE** e ofereci-lhe a **TRANSFORMAÇÃO** cristificante da Eucaristia

Há gente que vive fechada no seu mundo.

— **IDE** e ofereci-lhe a **MISSÃO** universal da Eucaristia!