



Candelária em palavras

Julho/2022 • Edição 207 • Ano 19 • www.nscandelaria.org.br • Diocese de Santo André



“Coloque todas as suas preocupações sobre o futuro
com confiança nas mãos de Deus e deixe-se
guiar pelo Senhor como uma criança”

Santa Teresa Benedita da Cruz





Palavra do Pároco

Por: Padre Felipe Cosme Damião Sobrinho

Vós sois todos irmãos

Caríssimos paroquianos e amigos, o início do mês de julho foi marcado pela partida para a Casa do Pai do nosso querido Cardeal Cláudio Hummes, que exerceu seu ministério episcopal como bispo diocesano de Santo André por 21 anos (1975-1996).

Aos 87 anos, após uma vida fecunda, Dom Cláudio deposita sua vida nas mãos de Deus, partindo neste mundo testemunhando o Evangelho de Cristo. Com 70 anos de vida consagrada, 63 anos de ordenação presbiteral e 47 anos de episcopado, foi profeta em tempos difíceis. Fez da sua vida uma oferta generosa a Deus e aos irmãos.

As inúmeras manifestações por ocasião de seu falecimento nos faz pensar sobre a necessidade de um testemunho autêntico dos discípulos-missionários de Jesus Cristo. Na Igreja e na Sociedade, fez-se memória do compromisso evangélico de Dom Cláudio na defesa dos mais pobres: a classe trabalhadora que era e continua a ser oprimida, o povo do sertão nordestino, a população massacrada na metrópole paulistana, os povos indígenas, quilombolas e ribeirinhos. Em cada fase de sua vida, Dom Cláudio, como homem de Igreja, procurou viver o Evangelho na comunhão e participação.

Quando Dom Cláudio era nosso bispo, quem vos escreve era uma criança, as recordações não são muitas. Mas, ao estudar o percurso histórico de nossa Diocese, rumo aos 70 anos de missão, ficou profundamente marcado em mim o serviço abnegado do nosso segundo bispo pelo bem de todos, a sua busca sensata e incansável de viver seu lema episcopal: “Vós sois todos irmãos” (Mt 23,8).

Vivendo sua enfermidade com verdadeiro espírito cristão, Dom Cláudio não se esqueceu das palavras que disse ao Papa Francisco no momento da eleição deste para o ministério petrino: “Não se esqueça dos pobres”. Morreu como pobre, passando por dores e sofrimentos sem perder a verdadeira alegria dos seguidores de Jesus, imitando o exemplo o seráfico pai São Francisco de Assis.

Do seu fecundo serviço pastoral a nossa Diocese teve um bispo profundamente ligado ao seu povo, exercendo seu governo e magistério na articulação da vida pastoral, na formação do Povo de Deus, formação presbiteral construindo o Seminário Maior, e a formação do laicato em diversos níveis. Pensou numa Igreja em Diálogo, defendendo a vida e a esperança. Com inteligência, estabeleceu uma comunicação fluída com o povo, sendo um articulador e pregador pedagógico, exercendo uma capacidade surpreendente de escuta e discernimento. Nos arquivos temos a riqueza da cultura e planejamento de Dom Cláudio.

Convido a todos que agradeçamos a Deus pela vida desse grande pastor. Dom Cláudio, imitando a Cristo, passou no meio de nós, fazendo o bem. Muitas vezes foi incompreendido, mas permaneceu edificado na Verdade. Que seu exemplo de coragem nos ensine a ser corajosos na vivência do Evangelho.

Dom Cláudio, descanse em paz e interceda por nós! Amém!

Pe. Felipe Cosme Damião Sobrinho, pároco

Liberal Contábil



Especializada na área da saúde

Fone: 4229-0500

www.liberalcontabil.com.br
contato@liberalcontabil.com.br



ENTREGAS RÁPIDAS
ABC, Interior e Litoral

Peça sua entrega pelos números

(11) 4220.4088

 **(11)94025.7920**

Palavra do Papa



Santa Missa e bênção dos pálios para os novos arcebispos metropolitanos na solenidade dos Santos Apóstolos Pedro e Paulo

Revive, hoje, na Liturgia da Igreja o testemunho dos dois grandes Apóstolos Pedro e Paulo. O primeiro, que o rei Herodes metera na prisão, ouve o anjo do Senhor dizer-lhe: «Ergue-te depressa» (At 12, 7); o segundo, resumindo toda a sua vida e apostolado, diz: «combati a boa batalha» (2 Tm 4, 7). Tendo diante dos olhos estes dois aspectos – erguer-se depressa e combater a boa batalha –, perguntemo-nos que podem eles sugerir à Comunidade Cristã de hoje, empenhada no processo sinodal em curso.

Antes de mais nada, os Atos dos Apóstolos falam-nos da noite em que Pedro foi libertado das correntes da prisão; um anjo do Senhor tocou-lhe o lado enquanto dormia, despertou-o e disse: «Ergue-te depressa!» (12, 7). Desperta-o e pede-lhe para se erguer. Esta cena evoca a Páscoa, porque aqui encontramos dois verbos usados nas narrações da ressurreição: despertar e erguer-se. Significa que o anjo despertou Pedro do sono da morte e o impeliu a erguer-se, isto é, a ressurgir, a sair para a luz, a deixar-se conduzir pelo Senhor para superar o limiar de todas as portas fechadas (cf. At 12, 10). É uma imagem significativa para a Igreja. Também nós, como discípulos do Senhor e como Comunidade Cristã, somos chamados a erguer-nos depressa para entrar no dinamismo da ressurreição e deixar-nos conduzir pelo Senhor ao longo dos caminhos que Ele nos quiser indicar.

Sentimos ainda tantas resistências interiores que não nos deixam pôr em marcha. Tantas resistências! Às vezes, como Igreja, somos dominados pela preguiça e preferimos ficar sentados a contemplar as poucas coisas seguras que possuímos, em vez de nos erguermos a fim de lançar o olhar para horizontes novos, para o mar alto. Muitas vezes estamos acorrentados como Pedro no cárcere do ramerrão, assustados pelas mudanças e presos à corrente das nossas habitudes. Mas, assim, cai-se na mediocridade espiritual, corre-se o risco de «ir sobrevivendo» mesmo na vida pastoral, esmorece o entusiasmo da missão e, em vez de ser sinal de vitalidade e criatividade, a impressão que se dá é de tibieza e inércia. Então, como escrevia Padre Henri de Lubac, a grande corrente de novidade e de vida, que é o Evangelho nas nossas mãos, torna-se uma fé que «cai no formalismo e na habitude, (...) religião de cerimónias e devoções, de ornamentos e vulgares consolações (...). Cristianismo clerical, cristianismo formalista, cristianismo mortífero e endurecido» (O drama do humanismo ateu. O homem diante de Deus, Milão 2017, 103-104).

O Sínodo, que estamos a celebrar, chama-nos a ser uma Igreja que se ergue em pé, não dobrada sobre si mesma, capaz de olhar mais além, de sair das suas prisões para ir ao encontro do mundo, com a coragem de abrir portas. Naquela mesma noite, insidiava outra tentação (cf. At 12, 12-17): aquela jovem assustada, em vez de abrir a porta, volta para trás contando algo que, para os presentes, só podia ser obra da sua fantasia. Abramos as portas. É o Senhor que chama. Não sejamos como Rode que voltara para trás...

Uma Igreja sem correntes nem muros, onde cada qual se possa sentir acolhido e acompanhado, onde se cultive a arte da escuta, do diálogo, da participação, sob a única autoridade do Espírito Santo. Uma Igreja livre e humilde, que «se ergue depressa», que não adia, não acumula atrasos face aos desafios de hoje, não se demora nos recintos sagrados, mas deixa-se animar pela paixão do anúncio do Evangelho e pelo desejo de chegar a todos, e a todos acolher. Não esqueçamos esta palavra: todos. Todos! Ide pelas encruzilhadas e trazei todos, cegos, surdos, coxos, doentes, justos, pecadores: todos, todos! Esta palavra do Senhor deve ressoar... ressoar na mente e no coração: todos! Na Igreja, há lugar para todos. E muitas vezes tornamo-nos uma Igreja de portas abertas, mas para despedir as pessoas, para condenar as pessoas. Ontem dizia-me um de vós: «Para a Igreja, este não é o tempo dos despedimentos, mas o tempo do acolhimento». «Não vieram ao banquete...» – Ide pelas encruzilhadas. Todos, todos! «Mas são pecadores!» – Todos.

Depois, a segunda Leitura propôs-nos as palavras de Paulo que, repassando toda a sua vida, afirma: «combati a boa batalha» (2 Tm 4, 7). O Apóstolo refere-se às inúmeras situações, às vezes marcadas pela perseguição e a tribulação, em que não se poupou a anunciar o Evangelho de Jesus. Agora, no final da vida, vê que, na história, está ainda em curso uma grande «batalha», porque muitos não estão dispostos a acolher Jesus, preferindo correr atrás dos seus próprios interesses e doutros mestres mais condescendentes, mais facilitadores, mais conformes à nossa vontade. Paulo enfrentou o seu combate e, agora que terminou a corrida, pede a Timóteo e aos irmãos da comunidade para continuarem esta obra com a vigilância, o anúncio, o ensino; enfim, cada um cumpra a missão que lhe foi confiada e faça a própria parte.

É uma Palavra de vida, também para nós, despertando a consciência de que, na Igreja, cada um é chamado a ser discípulo-missionário e a prestar a sua contribuição. Aqui vêm-me ao pensamento duas perguntas. A primeira: Que posso fazer eu pela Igreja? Não lamentar-me da Igreja, mas empenhar-me em prol da Igreja. Participar com paixão e humildade: com paixão, porque não devemos ficar espectadores passivos; com humildade, porque envolver-se na comunidade nunca deve significar ocupar o centro do palco, nem sentir-se o melhor impedindo aos outros de se aproximarem. Igreja em processo sinodal significa isto: todos participam, mas ninguém no lugar dos outros ou acima dos outros. Não há cristãos de primeira e segunda classe; mas todos, todos são chamados.

Entretanto participar significa também continuar aquela «boa batalha» de que fala Paulo. Trata-se realmente duma «batalha», porque o anúncio do Evangelho não é neutral – por favor! Que o Senhor nos livre de destilar o Evangelho para o tornar neutral: o Evangelho não é água destilada –, não deixa as coisas como estão, não aceita a cedência às lógicas do mundo, mas acende o fogo do Reino de Deus lá onde, ao contrário, reinam os mecanismos humanos do poder, do mal, da violência, da corrupção, da injustiça, da marginalização. Desde que Jesus Cristo ressuscitou, agindo como linha divisória da história, «começou uma grande batalha entre a vida e a morte, entre esperança e desespero, entre resignação ao pior e luta pelo melhor, uma batalha que não conhecerá tréguas até à derrota definitiva de todas as forças do ódio e da destruição» (C. M. Martini, Homilia na Páscoa da Ressurreição, 04/IV/1999).

Vimos a primeira pergunta; agora a segunda: Que podemos fazer juntos, como Igreja, para tornar o mundo em que vivemos mais humano, mais justo, mais solidário, mais aberto a Deus e à fraternidade entre os homens? Certamente não devemos fechar-nos nos nossos círculos eclesiais nem perder-nos em certas discussões estéreis. Cuidado para não cairdes no clericalismo; o clericalismo é uma perversão. O ministro que se faz clerical adotando atitudes clericais, embocou um caminho errado; pior ainda são os leigos clericalizados. Estejamos atentos a esta perversão que é o clericalismo. Ajudem-nos a ser fermento na massa do mundo. Juntos, podemos e devemos fazer gestos cuidadores a bem da vida humana, da tutela da criação, da dignidade do trabalho, dos problemas das famílias, da condição dos idosos e de quantos se veem abandonados, rejeitados e desprezados. Enfim, ser uma Igreja que promove a cultura do cuidado, da ternura, a compaixão pelos frágeis e a luta contra toda a forma de degradação, incluindo a das nossas cidades e dos lugares que frequentamos, para resplandecer na vida de cada um a alegria do Evangelho: esta é a nossa «batalha», este é o nosso desafio. As tentações para ficar no passado são muitas; a tentação da nostalgia que nos faz olhar para outros tempos como sendo melhores. Por favor, não caiamos no saudosismo, neste saudosismo de Igreja que está na moda hoje.

Irmãos e irmãs, hoje, segundo uma bela tradição, benzi os Pálios para os Arcebispos Metropolitans recém-nomeados, muitos dos quais participam na nossa celebração. Em comunhão com Pedro, são chamados a «erguer-se depressa», não dormir, para ser sentinelas vigilantes do rebanho. Levanta-te para «combater a boa batalha», nunca sozinhos, mas com todo o santo Povo fiel de Deus. E como bons pastores devem estar à frente do povo, no meio do povo e atrás do povo, mas sempre com o santo povo fiel de Deus, porque fazem parte do santo povo fiel de Deus. De coração, saúdo a Delegação do Patriarcado Ecuménico, enviada pelo querido irmão Bartolomeu. Obrigado! Obrigado pela vossa presença e pela mensagem de Bartolomeu! Obrigado! Obrigado por caminhar juntos, porque, só juntos, podemos ser semente de Evangelho e testemunhas de fraternidade.

Pedro e Paulo intercedam por nós, intercedam pela cidade de Roma, intercedam pela Igreja e pelo mundo inteiro. Amém.

Papa Francisco
Basílica de São Pedro
Quarta-feira, 29 de junho de 2022

Saúde

Por: Armando L. S. Corujeira Jr.
Educador Físico – Pós-graduando em Fisiologia do Exercício Clínico



6 dicas para treinar em dias frios

As temperaturas mais baixas estão chegando e muitos, como eu, não são muito fãs de academias e outros locais fechados para treinar. Penso que o mais gostoso é poder ver o movimento nas ruas. A corrida é a minha paixão e não me satisfaço correndo em esteiras.

Mas, como treinar em dias frios sem que a saúde seja prejudicada?

Uma pesquisa realizada em 2009 na revista Socesp (Sociedade Paulista de Cardiologia) revelou que quando as temperaturas ficam abaixo de 14 graus, os casos de infarto aumentam em até 30%. Os cuidados, portanto, devem ser grandes, mas nada deve impedir de realizar uma atividade física nessa estação.

O corpo precisa estar em movimento mesmo no inverno. Ele gasta mais energia para manter-se aquecido no inverno. Então, vamos vencer a vontade de ficar embaixo das cobertas e se mexer.

Antes de começar, procure realizar atividades que você goste, assim você sempre estará motivado a realizá-las. As dicas a seguir são para atividades realizadas principalmente ao ar livre, mas se tiver a opção de fazer atividades em academias e outros locais fechados, melhor.

Vamos lá!!!

1 – Proteja as partes do corpo que mais sofrem com o frio: cabeça, mãos e pés. Protegendo-as, você perde menos calor. Use tocas/gorros, luvas e calçados confortáveis.

2 – Procure usar roupas apropriadas para atividade física e que permitam mobilidade. Na dúvida, procure lojas especializadas para ser orientado a usar roupas específicas para a sua modalidade e também à temperatura que irá treinar.

3 – Inicie o seu exercício de forma leve. O aquecimento pode ser feito com um trote leve e antes de iniciar a atividade, alongue levemente a musculatura se atentando àquelas que serão mais utilizadas. O alongamento prevenirá lesões.

4 – Em um clima com as temperaturas baixas, a chance de infecções respiratórias pode aumentar, principalmente para pessoas mais propensas a esse tipo de problemas. Fique atento para proteger suas vias aéreas. Alguns atletas usam um tubo de tecido chamado Neck tube ou Tube neck para proteger o rosto.

5 – Treine em grupo – Treinar em grupo não irá permitir que você desista. Um amigo motivando o outro é o segredo para sair de casa nesses dias frios e não deixar de treinar. (Só não vale tomar um chocolate quente depois do treino rsrs).

6 – Defina um bom horário de treino – Evite horários onde o frio é mais intenso. Muito cedo ou à noite. Procure treinar em um horário onde a temperatura esteja mais agradável. Obviamente, isso dependerá da sua agenda.



Vocacional

Por: Giovanna Marie Crystal Novi

Vocação: um exercício de Perseverança e Esperança

Que duas palavras ilustram melhor o que é viver a nossa vocação do que esperança e perseverança? Eu acho que começamos um movimento muito importante de discernimento vocacional, de descobrir qual é o chamado de Deus para nós. Claramente precisamos perseverar nesse processo, e esperar em Deus, confiando que vamos discernir o que Ele nos pede, e acolher esse chamado com amor. Mas também precisamos levar isso à próxima fase, ao próximo patamar. Nossa vocação vai muito além do discernimento. O discernimento é o ponto inicial, mas nossa vocação é vivência cotidiana. Nossa vocação passa por não desistir quando as coisas parecem difíceis, por esperar o tempo de Deus, por não deixar a rotina nos desmotivar, por nos dedicar diariamente e acreditar que Deus nos dá tudo o que é necessário para vivermos a vida que Ele nos chamou a viver: vocação passa por esperança e perseverança.

Alguém por aí já sabe que é vocacionado ao matrimônio, mas ainda está buscando a pessoa que vai dividir esse sacramento com você? E quanto aos casais de namorados que estão esperando o momento certo para fazer a pergunta e começar a planejar o casamento? Algum casal de recém-casados que ainda está aprendendo a lidar com a vida familiar? E aposto que também temos os casais que estão juntos há anos, mas que crescem diariamente em amor, respeito, confiança, parceria... E se você não é vocacionado ao matrimônio, esse texto também é para você! Alguém prestes a entrar no seminário e já pensando nos vários anos de estudo? Ou esperando o tempo certo para se tornar vocacionado de uma comunidade? Alguém em processo de formação e se moldando cada dia mais àquilo que Deus te chama a ser?

O ponto é que em toda e cada fase da nossa vida nós somos moldados e disciplinados pela nossa vocação. Nas fases difíceis, precisamos perseverar mesmo quando parece não existir mais saída. Quando nossa vocação parece distante, precisamos ter esperança de que Deus está nos preparando para algo incrível; precisamos viver nossa vocação hoje, da melhor forma que conseguimos (mesmo quando ainda não somos casados, ou não fomos ordenados).

Nossa vocação é o exemplo perfeito da frase “Deus não dá as virtudes, Ele nos dá oportunidades para sermos virtuosos.” O chamado que Deus nos faz é uma ponte que nos leva para o céu. Que nós possamos embarcar nessa ponte e cultivar cada dia mais nossa esperança e perseverança vivendo a nossa vocação.



ASSESSORIA PEDAGÓGICA
E ALFABETIZAÇÃO

A profissional
FATIMA AIDA
atende:

De terça a sexta
das 8h30 às 12:30

Com hora marcada, agende seu horário!
Rua dos Andradas Nº22, Centro, Santa André

www.avanteaprendizagem.com.br

☎ 4427-7281
☎ 4428-1350
☎ 9 9626-4400

Mariana Barrile

PROFESSORA DE PORTUGUÊS, INGLÊS E ALEMÃO

Experiência com crianças, adolescentes e adultos na área de educação, incluindo alfabetização e acompanhamento de alunos com TEA e TDAH.

Telefone: (11) 4232-2648
Celular: (11) 97423-2110

Email: mariana.barrile@usp.br



Bolsas - Cintos - Carteiras
Mochilas - Malas - Sacolas

(11) 4232-1366

@ledyscourobolsas
/LedysCouroBolsas

Rua Visconde de Inhaúma 1.111 - SCS

Processo Sinodal em nossa paróquia:

Por uma Igreja Sinodal. Nosso diálogo e contribuição.



Aprofundamento de Jovens



Aniversariantes Dizimistas

Aniversariantes de maio de 2022. Que a felicidade esteja com vocês durante todos os anos de suas vidas!



Alessandra Sanches
Alexandre de A. Moutinho
Amanda Ishii
Américo Abade
Ana Gonçalves Duarte
Ana Maria Ferreira da Silva
Anderson dos Santos Souza
Auderí Pereira Marques
Claudio de Sá Alves
Claudio do Nascimento Lima
Cristina Ferrari Ventura
Dalva Salaro
Domília AP de A. Scarmelotti
Eduardo Augusto Toffuli
Eduardo Augusto Bisi
Elení Silva Santos
Estela Alvarenga Franzz
Eunice Cristina S. Crivellaro
Elaine Gazola
Evie Milani
Fátima Bezerra da Silva

Felipe Villa
Fernanda A. de Oliveira
Francisca Ortiz Zanutto
Francisca Rozelita T. Ferreira
Gabriella Sitta Vergilio
Gerson Lourenço Gazola
Giovanni Leite João
Guilherme Pierami Callegari
Juliana Canaver Bini
Lucidalva Pereira Da Silva
Marcela Sitta Vergilio
Marcelo Zani Vergilio Junior
Marco Antonio Savassa
Marcos Antonio Osti
Marcos D. S. Bueno
Maria Amélia Favini Camargo
Maria Aparecida Santos Cruz
Maria Da Penha Costa
Maria Das Graças Pereira
Maria De Lourdes Comisso
Maria Do Carmo De Jesus
Maria Lúcia Nunes Dominguez

Meire Martins De Souza
Murilo Brito De Melo
Nelson Almeida Rosa
Nilcea De Freitas Rufato
Orlando Frata
Patrick Marinho Duarte
Paula Sanz Gimenes Gomes
Raquel Biondi Bernardes
Renata Assis Divino G. Da Silva
Roberto Mauro Bello
Rogério Martins Cavalcante
Salete Fátima Rocco
Sebastião Herrera Filho
Simone Nunes Muniz
Valdinei Gomes Pereira
Vanessa Daniela Franca
Vicencia Paulino De Gusmão
Viviane Augusto Bonesso
Willian Wagner Arrebola
Wilma Alonso Patrizzi

Caro Dizimista, caso seu aniversário não esteja constando na lista acima, procure a secretaria da Paróquia para fazer a atualização dos seus dados cadastrais.

Expediente

Direção

Pe. Felipe Cosme Damião Sobrinho

Coodenação

Felipe Villa e Vanessa Pó Villa

Colaboradores / Projeto Gráfico

Pastoral da Comunicação

Diagramação

Vinicius Fortuna Accorinti

Paróquia Nossa Senhora da Candelária

Rua Castro Alves, 781

Bairro Oswaldo Cruz

São Caetano do Sul - SP

 www.nscandelaria.org.com

 secretaria@nscandelaria.org.com

 11 4221-2853

 [/nscandelaria.scs](https://www.facebook.com/nscandelaria.scs)

 [@nsracandelaria](https://www.instagram.com/nsracandelaria)

 [/c/nscandelaria](https://www.youtube.com/c/nscandelaria)