



## Editorial

Nogueira, Ana e Miguel (casal responsável de sector)

“Naquele tempo, encontrando-se junto do lago de Genesaré, e comprimindo-se à volta dele a multidão para escutar a palavra de Deus, Jesus viu dois barcos que se encontravam junto do lago (...) disse a Simão: *Faz-te ao largo; e vós, lançai as redes para a pesca.* Simão respondeu: *Mestre, trabalhámos durante toda a noite e nada apanhámos; mas, porque Tu o dizes, lançarei as redes.* Assim fizeram e apanharam uma grande quantidade de peixe. As redes estavam a romper-se (...)” (Lucas 5,1-11).



Caros irmãos e irmãs em Cristo

Eis mais um ano pastoral que se inicia, coincidindo este ano com a renovação da Equipa de Sector de Setúbal das ENS. É pois agora o momento e a oportunidade de reconhecer o extraordinário trabalho de serviço ao movimento desenvolvido quer pelo nosso querido conselheiro espiritual nos últimos anos, Pe Pires,sj, pelo ex- casal responsável Vanda e Paulo, e por todos os casais que serviram o Sector e que agora cessam funções.

Uma primeira palavra de gratidão e já de saudade para o ex-conselheiro espiritual: “Pe. Pires, foi de facto uma bênção conhece-lo e trabalhar consigo. Sabemos a enorme estima que tem ao movimento e ao Setor de Setúbal em particular. Muito aprendemos com a sua forma dócil e ponderada de, á maneira de Jesus, rezar cada assunto que lhe colocámos nas mãos. Rezamos também por si e pelo novo desafio que irá enfrentar, sabemos que irá igualmente rezar por cada equipa e por cada casal das ENS. O nosso muito obrigado, bem-haja”.

Uma segunda palavra para a Vanda e Paulo e para a vossa bonita forma de servir o movimento.

Convosco muito aprendemos, o empenho, a determinação e a perseverança que sempre demonstraram enquanto casal responsável, consubstancia-se agora numa referência segura que nos guia no caminho que se inicia.

Uma terceira palavra os restantes casais de equipa de sector que agora cessam funções (Gonçalo e Rita, Renato e Paula, Fernando e Isabel, Helena e Vitor) bem-hajam pela vossa entrega e disponibilidade no serviço no movimento. Foi um privilégio trabalhar convosco.

Enquanto casal responsável de Sector a nossa principal missão para este triénio será o apoio, o serviço e a ligação muito estreita a cada equipa do sector, de acordo com o que o movimento nos solicita: “*Em relação às equipas do Sector, o CRS e a sua Equipa de Sector assumem a animação espiritual, a ligação, a formação, a organização de actividades, a difusão do Movimento*” (Guia das ENS).

Damos as boas vindas ao nosso novo conselheiro espiritual, Pe. Luís Ferreira. Sabemos o quanto valoriza a metodologia do nosso movimento. Muito esperamos de si, e da sua energia e da sua vontade de ajudar cada casal, a santificar-se pela via do matrimónio, á luz da sagrada família de Belém.

Aos casais Amélia e Pedro, Andreia e João, Elsa e Paulo, Joana e Mário, Leonor e Virgílio, o nosso muito obrigado pelo vosso SIM em integrar a equipa de sector.

Nesta fase de arranque, nunca é demais solicitar o apoio e o envolvimento de todos vós neste nosso Sector de Setúbal: casais, equipas, conselheiros espirituais. Queremos ouvir as vossas ideias e opiniões, esperamos pelo vosso contributo activo e oração ...porque ...o sector somos todos nós, e não apenas a equipa que agora inicia funções, ele será o que conseguirmos em conjunto realizar!

*Senhor ... a barca é tua, nós nas ENS apenas tivemos a ousadia de ouvir as tuas palavras e com confiança lançar as redes ao mar. Através da intercessão de N. Senhora, Maria Santíssima, ajuda-nos a ser um instrumento do teu Amor nesta nova missão.*

*Na pescaria que agora se inicia e que não é nossa mas Tua, pedimos a oração e o envolvimento de cada sacerdote, de cada casal e, de cada uma das nossas equipas.*

*Por Cristo Senhor nosso*

Miguel e Ana

## Índice

### [Em Retrospectiva ]

#### Encontro Final de Ano 2013/2014

Gonçalo e Tânia (Amora03)

João Brás (Miratejo01)

### [ Meditação ]

#### O casal é um caminho...

Pe. Casimiro Simão Henrique

(conselheiro espiritual Amora03)

### Encontro Início de Ano

04 Outubro .Seminário S. Paulo. Almada

Seixal 01 e Seixal 03

### Ligações 2014/2015

#### Equipas / casal ligação

Equipas em caminho e em pilotagem

### [Quem Somos]

#### Apresentação da Azeitão 01

Rosa, Patrícia e Ricardo

### Calendário de Actividades do Sector

Actividade / Equipas

### Missas 1º Sábado

Local / Data / horário / Equipas

### Equipas de Nossa Senhora (ENS)

“As ENS são um Movimento de Espiritualidade Conjugal reconhecido pela Santa Sé. As Equipas são constituídas por casais comprometidos com Cristo, acompanhados por um sacerdote, que querem crescer no amor mútuo, aos filhos, aos outros e a Deus, testemunhando a alegria e a felicidade do casamento. Reúnem-se porque acreditam na força plena da entreejuda, tanto na oração como na reflexão e na vida, e assumem as propostas concretas que o movimento lhes faz: escuta da Palavra de Deus, praticar a oração pessoal, conjugal e familiar, dialogar em casal e ter propósitos de conversão e aprofundamento espiritual”

## [ Em retrospectiva ] Encontro Final de Ano 2013/2014

Data e Local: 14 de Junho / Quinta do Álamo Seixal Organização: Amora03

“...rico em variedade e temperado com muita conversa entre casais de diferentes equipas, de diferentes terras mas todos do mesmo grupo, amigos de Nossa Senhora”.

Escrever sobre o encerramento do ano quando estamos já a escassos 3 dias da primeira reunião do ano é no mínimo um exercício curioso.

A grande virtude é poder falar do dia que passámos juntos já com o entusiasmo de quem está cheio de vontade de recomeçar. O lado mais complicado é conseguir ser fiel aos bons momentos que ali se viveram. Não custa tentar.

A escolha da Quinta do Álamo no Seixal foi relativamente fácil e óbvia. Se para alguns dos casais era um local desconhecido, para nós, Amora 3, foi o recreio onde crescemos. Ali se fizeram retiros de balanço, de silêncio, vocacionais, de catequese e tantos outros. Local tranquilo, controlado, afastado da civilização *qb* e acima de tudo um espaço da diocese onde sempre se rezou.

O dia começou com a oração. Num ritmo tranquilo e sereno e onde chegámos a partilhar (entre casais amigos de equipas diferentes) que, apesar da missa dominical habitualmente partilhada, há muito que não rezávamos juntos num ambiente de intimidade e de partilha tão genuína. Por vezes as bênçãos surgem nos momentos em que menos esperamos.

Ter a responsabilidade de organizar o encerramento das Equipas de Nossa Senhora levou-nos a apostar em 2 aspectos essenciais: leveza nos horários e grandeza na prelecção. A aposta recaiu sobre o nome da Aura Miguel.

Jornalista da Rádio Renascença, rapidamente a todos cativou com a simplicidade do testemunho que nos trouxe. Muito terra-à-terra, jornalista de inúmeras viagens e, como se tal não bastasse, a única jornalista portuguesa credenciada para viajar a bordo do avião do Papa.

Acompanhou o nosso querido São João Paulo nas suas infundáveis viagens, esteve com o Papa emérito Bento XVI em todo o seu pontificado e agora acompanha de forma incansável o Papa Francisco... este parágrafo permite seguramente perceber o quão rica foi a partilha, o quão engraçadas foram as histórias e o quão intensa foi a “viagem” pelo tema “o Papa e a família”.



Descobrimos tanto. Do facto curioso (e que explica tanto nos dias de hoje) de apenas cerca de meia dúzia dos 70 vaticanistas presentes no avião irem à missa ao domingo nas ditas viagens papais, às respostas dadas pelos diferentes papas a perguntas de carácter pessoal e universal. Uma das mensagens deixadas pela Aura Miguel, e que resultaram de uma dessas conversas pessoais que teve com o nosso querido São João Paulo, foi a importância de discernimos sempre cada decisão da nossa vida segundo a vontade de Deus. Seja uma decisão pessoal, conjugal, familiar, da equipa ... qual seria a vontade de Deus nesta situação? Sem rodeios, sem pruridos ... simplesmente entregando-nos a essa vontade.

Uma manhã cheia de Deus pela voz de uma jornalista verdadeiramente católica apostólica romana.

Quem neste momento lê estas curtas palavras e sente já o arrependimento da ausência, que saiba ainda que o almoço partilhado foi repleto de pequenas iguarias, rico em variedade e temperado com muita conversa entre casais de diferentes equipas, de diferentes terras mas todos do mesmo grupo, amigos de Nossa Senhora.

Um dia sereno, entre amigos, e onde a pertença à Igreja saiu reforçada – tanto pelo testemunho da manhã como pela riqueza individual de todos os casais ali presentes. Graças a Deus por nos terem feito este convite. Foi com um sorriso que a Amora 3 terminou o dia com a sensação de que aquele encerramento era ao mesmo tempo o pontapé de saída para um novo ano pleno de participação no movimento.

A 3 dias do nosso arranque do ano, e já depois da Amélia e do Pedro da nossa equipa terem aceite um novo convite do sector, desejamos a todos um ano pleno de participação no movimento, de olhos postos no céu e em comunhão de oração com o nosso Papa Francisco. Boas reuniões, boas partilhas ... bons PCE

Gonçalo e Tânia (Amora 03)



Fotos João Brás (Miratejo01)



## [ Meditação ] O casal é um caminho...

Pe. Casimiro Simão Henriques  
(conselheiro espiritual Amora03)

“O casal outra coisa não é que um caminho, mas desta feita os caminhos da Sagrada Família. Ser casal e construir família, é mesmo atrever-se a colocar uma mochila às costas e ir adiante...”

...Leve os casais nos seus pés...

Andava eu por Tui, percorrendo o Caminho Português de Santiago, quando me pediram para à medida que caminhasse para Santiago ir pensando em escrever um artigo para os casais, bem como satisfazer um outro pedido o qual juntei à bagagem.

Conciliar os casais e os caminhos de Santiago, pareceu-me num primeiro momento despropositado, haveria tanta coisa mais lógica para servir de mote a artigos... Mas cumpri o pedido e lá fui levando as equipas nos meus pés! E o caminho foi-se desenrolando. Então, lá pelo km 140, fez-se luz.

Afinal de contas, o casal outra coisa não é que um caminho, mas desta feita os caminhos da Sagrada Família. Ser casal e construir família, é mesmo atrever-se a colocar uma mochila às costas e ir adiante sem saber, se lá levamos tudo, ou se deveríamos pelo contrário dispensar alguns objectos, pois o peso parece que vai aumentando a cada passo.

E fui trilhando os milheirais, acompanhando os passos destes pais e mães que vou aprendendo a escutar e a compreender. Percorrendo veredas de florestas perdidas no tempo, tentando perceber as dúvidas dos filhos perdidos no emaranhado das suas vidas cedo complicadas.

O casal, decididamente, é mesmo um caminho desconhecido que se vai desenrolando com as forças que do alto chovem, onde muitas vezes prolifera o cansaço mas onde principalmente abunda a alegria de por momentos se vislumbrar a meta. Não é sonho, mas sim esperança. O casal funciona simultaneamente como o caminhante, o caminho e o albergue. E são ao mesmo tempo, tudo isto um para o outro. Mas é preciso o casal não desistir de fazer caminho, pois esse é um perigo permanente!

Por vezes, há peregrinos com bolhas, entorses, lesões, queimaduras... Mas nenhum desses peregrinos pensa em desistir! O casal deve aprender a peregrinar com todas estas contingências. Afinal de contas, faz tudo parte do caminho e se souber viver cada uma destas dores, será mais aquilo que quer ser. Como o peregrino, o casal deve aprender a caminhar, adaptando o passo, os pesos, as dores. Como os pés, também o casal é um par, caminhando num continuo desencontro coordenado e é essa realidade que o faz caminhar e frutificar.

No fim do caminho, lá chega o peregrino cansado, "estropeado" mas com uma felicidade trasbordante. O casal descobridor dos caminhos da perseverança, que se soube encontrar em cada encruzilhada, experimentará essa alegria, nascida não das fontes de devaneios e alegrias efêmeras, mas das profundezas dos corações que se fizeram caminho um para o outro.

E lá está o casal, no centro da família, funcionando como a brisa suave da manhã e o orvalho que refresca. É preciso descobrir o tempo de cada qualidade para se aplicar no devido lugar. Aqui, entra a descoberta que cada um tem de fazer de si, para doar ao outro.

Por fim, surge a igreja do Señor Santiago. O peregrino sente que valeu a pena todo o vivido, agora sabe-se mais forte.

Rezemos para cada casal e cada família dar estes passos, passos de encontro!

Um ano feliz...

## [ Encontro Início de Ano ]



**Local :** Seminário Diocesano .  
Almada.

**Data:** 04 Outubro 2014

**Organização :**

Seixal 01 + Seixal03

## PROGRAMA DO ENCONTRO

(Casais responsáveis de equipa + equipa de sector)

10:00 h - Oração da Manhã

10:30 h – Reunião de início do novo ano com o Sector e os Responsáveis de Equipa ou seus representantes.

(Todos os casais das equipas)

12:00 h – MISSA

com todos os casais das equipas e filhos

(Bênção dos casais responsáveis de equipa e transmissão entre casais responsáveis cessantes e actuais)\*

13:00 h – Almoço partilhado

14:30 h – Dever de se Sentar

(As crianças e jovens terão actividades próprias)

15:30 h – Palestra “Discernir os sinais dos tempos”

16:45 h – Oração de encerramento – MAGNIFICAT

## Ligações . 2014/ 2015

Equipas / casal setor ( ligação)

### Almada 01

Nogueira, Ana e José Miguel

### Almada 09

Pacheco, Amélia e Pedro

### Amora 03

Martins, Joana e Mário

### Azeitão 01

Elsa Ferreira e Paulo Moita

### Azeitão 02

Elsa Ferreira e Paulo Moita

### Azeitão 03

Elsa Ferreira e Paulo Moita

### Azeitão 04

Pacheco, Amélia e Pedro

### Corroios 01

Pacheco, Amélia e Pedro

### Fernão Ferro 01

Andreia Sécio e João Almeida

### Mirajejo 01

Nogueira, Ana e José Miguel

### Montijo 03

Martins, Joana e Mário

### Montijo 04

Martins, Joana e Mário

### Montijo 06

Martins, Joana e Mário

### Montijo 07

Martins, Joana e Mário

### Santiago do Cacém 01

Nogueira, Ana e Miguel

### Seixal 01

Barrela, Leonor e Virgílio

### Seixal 02

Pacheco, Amélia e Pedro

### Seixal 03

Barrela, Leonor e Virgílio

### Seixal 04

Barrela, Leonor e Virgílio

### Setúbal 08

Nogueira, Ana e José Miguel

## Pilotagens em curso

Ligação Casal RIP

Andreia Sécio e João Almeida

## Equipas em pilotagem / pilotos

### Feijó 01

Marques, Lurdes e Manuel (Montijo04)

### Montijo 08

Teixeira, Ana e José Manuel (Montijo06)

### Pinhal de Frades 01

Andrade, Teresa e Francisco (Almada09)

## \* Bênção dos casais responsáveis de equipa

Durante a missa iremos realizar como habitualmente a transmissão de responsabilidade entre casais responsáveis, não se esqueçam de trazer a Imagem da Nossa Senhora da vossa equipa.



ENS . Equipas de nossa Senhora . Setor de setúbal

movimento de espiritualidade conjugal

[www.ens.pt](http://www.ens.pt)

Facebook : ENS SECTOR SETÚBAL (grupo reservado)



## Calendário

Atividades do sector de setúbal '014/'015

### Encontro inicio do Ano

04 Out\_ Almada, Seminário Diocesano (Seixal01+03)

### Dia Diocesano da Família,

17 de Janeiro , Cristo Rei

### Retiro anual para casais

7-8 Fevereiro Seminário de Almada (equipa sector)

### Encontro de Encerramento

06 Junho local a definir (Montijo06)

	MISSA MENSAL DO SECTOR		
1ºSáb	Igreja / Localidade / horário		Equipa
6Dez	Paroquia Nossa Senhora da Conceição Afonsoeiro / Montijo	18h	Montijo7
7Fev	Igreja N. Senhora de Fátima / Cova da Piedade	19h	Miratejo1
4Mar	N. Senhora da Anunciada / Setúbal	18.30h	Setúbal8
2Mai	Igreja N. Senhora da Boa Água/ Quinta do Conde	15.30h	Azeitão3

## Contactos [Equipa setor]

### Casal responsável setor

Nogueira, Ana e Miguel

968061215 / 962872380 [jmnogueira67@gmail.com](mailto:jmnogueira67@gmail.com)

[anaalbuquerquenogueira@gmail.com](mailto:anaalbuquerquenogueira@gmail.com)

### Conselheiro espiritual

Pe. Luís Ferreira, Paroquias de Azeitão

[padreluisferreira@gmail.com](mailto:padreluisferreira@gmail.com)

### Casais RIP (Responsável Informação e Pilotagem)

Andreia Sécio e João Almeida

964675740 / 963989790

[andreiasecio@gmail.com](mailto:andreiasecio@gmail.com) / [arch.joaoalmeida@gmail.com](mailto:arch.joaoalmeida@gmail.com)

Pacheco, Amélia e Pedro

942451158 / 916147408 [ameliaquartepacheco@gmail.com](mailto:ameliaquartepacheco@gmail.com)

[pedrojorgepacheco@gmail.com](mailto:pedrojorgepacheco@gmail.com)

### Casal Tesoureiro

Barrela, Leonor e Virgílio

915432220 [casalbarrela@hotmail.com](mailto:casalbarrela@hotmail.com)

### Casal Secretário

Elsa Ferreira e Paulo Moita

967048558/ 966504292

[elsacostaferreira@gmail.com](mailto:elsacostaferreira@gmail.com)

[paulojorgepiresmoita@gmail.com](mailto:paulojorgepiresmoita@gmail.com)

### Casal Ligação Pastoral Familiar Diocesana

Martins, Joana e Mário

913227563/912438408

[mario.martins16@gmail.com](mailto:mario.martins16@gmail.com) / [jopereira7@gmail.com](mailto:jopereira7@gmail.com)

“..Zélia e Luís mostraram que a santidade não é apanágio de pessoas excepcionais, de virgens e de super-homens no campo da religião, mas (está) ao alcance de todos os pais e mães de família que vivem o seu amor e as suas respectivas tarefas unidos intimamente a Cristo. O seu fascínio talvez esteja nesta pequenez..”

Guiola Paola Di Nicola e Attilio Danese,

“Um amor escrito no Céu: Os pais de Santa Teresa de Lisieux” Paulinas, 2010 [www.paulinas.pt](http://www.paulinas.pt)

## [Equipas do Sector ] Azeitão 01

**Pilotagem:** 2008. Pedro e Cristina Silva (Seixal01)

**Compromisso:** Turcifal 2010

**Conselheiro espiritual:** Pe. Luís Ferreira

“...é ter este desejo de, no meio das dificuldades, fazer caminho para Nosso Senhor e ter a certeza de termos irmãos com o mesmo desejo...”



A Equipa de Quando pensamos na nossa equipa pensamos em família...quem compõe a nossa equipa? Os nossos irmãos...e isso confere uma grande responsabilidade à nossa equipa. Quantas vezes escrevemos nossa/nossos?!?

É esse um dos segredos...é essa também a responsabilidade...porque sabemos que a equipa é de Nosso Senhor, mas também é nossa...então somos coproprietários.

E porque somos família?

Podíamos começar por falar das coisas boas...da amizade irmã, do espírito de entreatajuda, da oração comunitária, das almoçaradas, dos passeios, das diversas actividades juntos, do sacerdote que nos acompanha...

Mas já lá vamos (está mais abaixo...é só continuarem a ler e vão encontrar)... porque queríamos primeiro partilhar outros sentimentos e atitudes que, se pensarmos bem, só existem na família...e que sentimos na Azeitão#1

Muito provavelmente todos nós temos um familiar que gostamos muito mas que só vemos de tempos a tempos...Quando os reencontramos parece que a última vez foi ontem...a compatibilidade é total...

Quantas vezes partimos para uma discussão familiar com ideias muito fixas e das quais não pretendemos abdicar. Depois durante a conversa e ao percebermos que amamos tanto aquelas pessoas deixamos cair tudo e ainda saímos completamente realizados de uma renovada esperança

Quantas vezes sentimos que temos a pior família do mundo...que parece não compreender ou mesmo querer saber, mas na falta percebemos como não podemos viver sem ela, como somos amados e como aquilo que nos irrita é precisamente o que nos faz querer ficar mais perto...

Quantas vezes pensamos que esta família só nos faz perder tempo, sem nenhuma mais valia e depois olhamos para trás e percebemos o quanto mudámos e o quanto de nós já reflecte esta pertença.

Quantas vezes nos queixamos das rotinas...e depois de um período de férias ou de ausência começamos a sentir saudades dessa mesma rotina deliciosa.

E agora como prometido as coisas boas...

...bem se calhar já as dissemos...o que sentimos na Azeitão#1 é que nem tudo são facilidades e farra (que também são precisas)...é ter este desejo de, no meio das dificuldades, fazer caminho para Nosso Senhor e ter a certeza de termos irmãos com o mesmo desejo e que ora nos ajudam ora são ajudados nos momentos de maior dificuldade ou fraqueza...e outro segredo é mesmo o "ora"...orar...oração...uns pelos outros...e um sacerdote que nos puxa as orelhas.

O quê? Não leram este texto em casal? Vá chama lá a/o tua/teu gestor de santidade (como tantas vezes brincamos na reunião de equipa) e voltem a ler juntos.

Os vossos **Patrícia e Ricardo (Azeitão#1)**



ENS . Equipas de nossa Senhora . Setor de setúbal

movimento de espiritualidade conjugal [www.ens.pt](http://www.ens.pt) Facebook : ENS SECTOR SETÚBAL (reservado)

