

## **EDITORIAL**

Chegamos ao mês de agosto, mês dedicado a que rezemos e reflitamos sobre o dom da vocação, dom esse dado a nós para que alcancemos a nossa plenitude como homens e mulheres e como cristãos e cristãs. Neste mês, nós também rendemos a Deus graças pelo nosso querido Niterói Católico, que há 60 anos presta um belíssimo serviço de Evangelização em nossa Arquidiocese. Rezemos pelas vocações e por todos aqueles que fazem e fizeram parte da linda história de nosso Niterói Católico.





### MITRA ARQUIDIOCESANA DE NITERÓI

Rua Gavião Peixoto, 250 - Icaraí Niterói - RJ - CEP: 24230-103 Caixa Postal: 105.091 (CEP 24231-970) Tel.: (21) 3602-1700 Arcebispo Metropolitano: Dom José Francisco Rezende Dias

### NITERÓI CATÓLICO

Orgão de Comunicação Oficial da Arquidiocese de Niterói Publicação mensal -Fundado em Agosto de 1964. Tels.: (21) 3602-1717

Site: www.arqnit.org.br

### REDAÇÃO

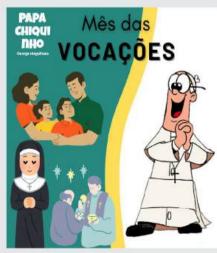
Jornalismo: jornalismo@arqnit.org.br
Opinião dos leitores: jornalismo@arqnit.org.br
Coordenação: Padre Hugo Nascimento
Jornalista Responsável: Padre Ricardo Whyte
Jornalistas: João Dias - jornalismo@arqnit.org.br
Ingrid Bianchini - imprensa@arqnit.org.br
Programação Visual: Thiago Maia
arq.comunicacao@gmail.com

### **EDIÇÃO ENCERRADA:**

Circulação: Revista On-Line

14 de agosto de 2024

\* É terminantemente proibida a reprodução destes textos, em jornais e outros meios de comunicação, sem autorização por escrito do autor ou do Setor de Comunicação Arquidiocesano





Estamos no mês de agosto, mês vocacional, e temos muitos motivos para louvar e bendizer ao Senhor. Neste mês, celebramos os **60 anos do Jornal Niterói Católico**. Agradecemos ao bom Deus por todos aqueles que nestes **60** anos registraram

a história da nossa Arquidiocese, testemunhando que Deus faz história conosco. No dia 10 de agosto, vamos celebrar a Ordenação Episcopal de Mons. José Otacio Oliveira Guedes, sacerdote de nossa Arquidiocese, que assume uma nova vocação e responsabilidade na

Igreja, como Bispo Auxiliar da Arquidiocese de Belo Horizonte. O mês de agosto é tempo oportuno para rezar, refletir e responder com mais consciência ao chamado de Jesus. E o tema escolhido para este mês vocacional foi tirado de uma frase da mensagem do Papa Francisco para o Dia Mundial de Oração pelas Vocações de 2023 – **Igreja: uma** *SINFONIA Vocacional*, com o lema: *Pedi, pois, ao Senhor da Messe*, tirado do Evangelho de Mateus 9,38.

Jesus, Ele mesmo, ainda nos escolhe e nos chama: Segue-me! Nessa escolha e nesse chamado

experimentamos mais de perto, quase diria, concretamente, a eternidade da vida com Deus. Contudo, vivemos numa sociedade individualista e consumista, onde tudo começa na prateleira do supermercado e termina na lata de lixo. Pois parece que agora a pratelei-

O mês de agosto é tempo oportuno para rezar, refletir e responder com mais consciência ao cbamado de Jesus.

ra chegou aos templos. Deus nos livre de chegar também à lata de lixo! Muitas pessoas vivem práticas religiosas de mentalidade individualista onde se busca de tudo nas igrejas: bem-estar interior, cura de males, soluções financeiras e afetivas, sucesso na vida, milagres. Tudo tem de ser muito

prático, muito pronto e muito agradável. O que não for, fica de fora. Quando se faz de qualquer coisa um milagre, faz-se do milagre uma coisa qualquer. Essa terrível banalidade leva a religião ao descrédito, justamente, nas tentativas de dar crédito a ela

Mas Deus não procura créditos. Procura amor e adoração. Porque só o amor e a adoração conseguirão fazer do coração do homem uma terra de liberdade. "Deus é espírito. E os verdadeiros adoradores são os que o adoram em espírito e verdade" (Jo 4,24).

Há de tudo. Desde os que afirmam que não há pecado no coração do homem aos que atribuem tudo aos demônios. Onde foi parar a responsabilidade? Não é estranho que numa mesma sociedade convivam, lado a lado, muita religiosidade e muita criminalidade? A busca de Deus e a injustiça?

Se há de tudo, há também fiéis que dedicam horas da semana ao envolvimento evangelizador. O amor pede obras, dizia S. Teresa D'Ávila. Sem obras, a fé é morta, diz Tiago, apóstolo do Senhor (Tg 2,17). Uma verdadeira conversão deve nortear novos rumos a partir da autoavaliação de cada um. Temos necessida-

cada um. Temos necessidade urgente de viver na Igreja a paixão que norteia a vida de Jesus Cristo. Qual paixão? A do Reino de

Deus. Por este Reino, o Senhor Jesus deu a vida. Quem é e como deve ser o discípulo missionário de Jesus, que deu sua vida pelo Reino?

Em primeiro lugar, o discípulo-missionário nunca está sozinho. Ele vive numa comunidade missionária. Não há Igreja sem Cristo, como também não há Cristo sem Igreja. Foi para deixar bem claro isso, que Ele é a cabeça e nós somos os membros de um mesmo corpo, que Paulo escreveu a Carta aos Efésios. Viver numa comunidade é como viver numa família. Cada um ajuda o outro, escuta o outro, dialoga, anuncia, testemunha. Viver é isso: sair da casca do isolamento e buscar, em cada pequena face de um outro – escondida – a Face do Outro, a quem amamos mais que tudo na vida.

Ninguém há de pensar que isso se faça por própria conta, coragem e força. Quem assim fez, desistiu e fez desistir, o que é pior. Seguir Jesus é juntarse, fraternalmente, aos outros discípulos. Pois, Jesus não chamou qualquer um para qualquer coisa. Ele chamou os que quis escolher, para ficarem com Ele e para enviá-los ao mundo (Mc 3,13-14). O discípulo é alguém chamado. Se for colocado o ponto final aí, na frase, ela não perde sua força. Pelo contrário, ganha ainda mais. O discípulo é alguém chamado. Esquecido isso, nada mais vale a pena ser lembrado.

E quem é chamado é chamado para algo. O texto, então, esclarece para que o discípulo é chamado: há um tríplice múnus, mas que não se entenda a palavra múnus apenas como encargo e função. Seria desastradamente empobrecedor. A palavra múnus lembra algo imposto, mas não sobreposto.

"Deus é espírito. E os verdadeiros adoradores são os que o adoram em espírito e verdade" (Jo 4,24). É algo que nasce de dentro, da imposição do amor. O amor pede obras, lembram-se? O amor exige amar. Esses três ministérios, impostos pelas exigências do amor ao Senhor, que nos amou primeiro, são o Ministério da Palavra, o Ministério da Liturgia e o Ministério da Caridade. Tudo em letras

maiúsculas, para que não se confunda a Palavra com qualquer palavra, a Liturgia com qualquer ensaio de culto e a Caridade com um amor qualquer. A Palavra é a de Deus. A Liturgia é para Deus. A Caridade é através de Deus. Sem isso, irmãos e irmãs, não passamos de cabaças ocas, sinos ruidosos e címbalos estridentes (1Cor 13). Só barulho. Nada mais.

Parabéns ao Jornal Niterói Católico por anunciar o Evangelho de Jesus! Participemos da Ordenação Episcopal de Mons. José Otacio e rezemos por ele e por sua nova missão. Vivamos, como Igreja, uma sinfonia Vocacional! Deixo a vocês a minha prece, meu carinho, a bênção de Deus e a proteção de nossos padroeiros: a Virgem Auxiliadora e São João Batista. Amém.

## Rezando com a Igreja no ano da oração

Queridos irmãos e irmãs, louvado seja Nosso Senhor Jesus Cristo, e Nossa Senhora, Mãe de Deus e nossa. Coloquemo-nos nas mãos do Senhor e peçamos a sua benção para que possamos fazer a sua vontade. Como filhos e filhas, necessitados que somos, peçamos nesse mês que se inicia, agosto, mês vocacional a graça de muitas e santas vocações para a nossa Igreja: "A Messe é grande e os operários são poucos." (Lc. 10,2).

Nesse Ano da Oração em preparação para a celebração do Jubileu 2025: "Peregrinos de Esperança", estamos refletindo a partir de cada Caderno de Oração que o Papa Francisco orientou que fosse escrito para nos ajudar a ter um gosto maior pela vida de oração, tão fundamental para a vivência da nossa fé cristã hoje e sempre. Nesse artigo a partir do Caderno de Oração número 6 meditaremos a Oração da Igreja escrito pelos Monges Cartuxos, apresentados para nós, através dos capítulos desse caderno: O mistério e dom da oração, A minha casa será chamada casa de oração (Is. 56,7), Aprender a oração, O canto da esposa, A liturgia do coração: a vida de oração, O deserto, A vida ressurreta, A Mãe da oração e um bonito testemunho de fé de um monge cartuxo. Vale a pena conferir todo o caderno publicado pelas Edições CNBB, Igreja em Oração, Cadernos sobre a Oração - 6, Brasília, 2024.

O Dom e o mistério da oração da Igreja e de cada fiel cristão, foram explicitados no Concilio Vaticano II e retomados por São Paulo VI quando da promulgação da Liturgia das Horas renovadas: "O Sumo Sacerdote da Nova e eterna Aliança, Jesus Cristo, o Verbo divino que assumiu a natureza humana, introduziu neste exílio terrestre aquele hino que perpetuamente é cantado nas moradas celestes. Ele mesmo une a si toda a comunidade dos homens

para juntos cantarem este divino hino de louvor" (SC, n.83). "A Igreja guardou-o (este hino) com constância e fidelidade" (LC, Introdução).

O diálogo entre o Pai e o Filho no Espírito, esse eterno "comunicar-se", constitui toda a vida de Deus, tudo o que existe desde o "princípio". "Abbá!-Pai" é, portanto, "O canto de louvor que ressoa eternamente nas moradas celestiais" (LC, Introdução). É o hino de ação de graças o vosso Cristo que vive para sempre, o qual felizes cantaremos. Por isso, "Abbá!-Pai" é a única e verdadeira oração que glorifica perfeitamente ao Pai. O dom que Cristo deu à sua Igreja é a possibilidade de poder cantar essa oração com Ele, por meio d'Ele e n'Ele.

Essas sucintas reflexões já nos permitem vislumbrar que a oração deixada por Cristo em herança à sua Igreja, e que ela guarda incansavelmente, é o seu Mistério de Filho, é Ele mesmo... Ao dar-nos seu Filho, o Pai nos deu o próprio mistério da oração, da possibilidade de orar, ou seja, de entrar em comunhão real com Ele, com o Deus que ninguém jamais viu nem pode ver, mas que, agora, em Cristo, movidos pelo Espírito santo, podemos chamar, com toda verdade: "Abbá!"

Encerro essa breve reflexão dizendo que: "A oração, em seu âmago, não é outra coisa senão a acolhida, de nossa parte, desse desejo de Deus de estar conosco, ..., para doar si mesmo a nós, para nos fazer participantes de sua Vida de sua Realidade, de sua natureza..." Sua alegria é poder compartilhar a vida conosco, viver nossa vida para, em troca, nos doar a sua, a fim de "beber nossa amargura e doar-nos a doçura de sua graça", como dizia Santo Ambrósio. Esse desejo de Deus de viver conosco é a fonte e a origem da oração.

Fiquem todos com Deus e com as bençãos de Nossa Senhora Aparecida.



Neste ano da oração, precisamos viver o mês de agosto de uma forma ainda mais especial – é mês de rezarmos pelas vocações, a minha, a de cada um de vocês, seja qual for a missão dada pelo Senhor. Todos temos que fazer a nossa parte, e isso não é passível de renúncia, pois, como sabemos, quem não assumir o chamado vai fazer falta. Muita. Não há substituto.

Dada a urgência da ação dos bons, em um mundo que se mostra cada vez mais conturbado e perdido, a ação é urgente: não é possível abrir mão da nossa parte. À violência, às guerras, à fome, à falta de condições de moradia, saúde, educação, e, sobretudo, à ignorância da fé, precisamos responder

com pés andando em fé, olhar o Cristo, mãos estendidas. Como sacerdotes, diáconos, consagrados e consagradas, leigos e leigas. Certos da responsabilidade e do compromisso que carregamos, pois um anti-testemunho tem efeitos devastadores neste quadro.

Inspiremo-nos nos exemplos de tantos santos e santas que nos antecederam. O mês é repleto de memórias, festas e solenidades que não podem passar despercebidas. Aprendamos com a festa da Transfiguração do Senhor, adorando a Sua divindade, e aprendendo, com os apóstolos que ali estavam, a rezar e a agir... é preciso descer do monte. E aprendamos com os mártires a sermos fiéis e a servirmos, doando a nossa vida pelo Amor: com Lourenço, Maximiliano Maria Kolbe, João Batista... é

O mês é repleto de memórias, festas e solenidades que não podem passar despercebidas.

"

mensagem forte para nos impulsionar. E aprendamos com as virgens, que nos lembram do quanto precisamos viver pelo Senhor e pela vida que não passa. É olhar escatológico presente. E aprendamos com Santa Dulce que as fragilidades e misérias precisam ser abraçadas e transformadas.

Que assim seja o nosso

mês. Em oração incessante, em aprendizado permanente.

Rezemos uns pelos outros. Rezem por mim, que neste mês completo 24 anos de sacerdote, juntamente com Mons. José Otácio. Rezemos juntos pela alegria de mais um eleito, pois de nossa arquidiocese sai mais um sucessor dos apóstolos. Que dia 10 estejamos muito unidos por essa nova missão que Mons. José Otácio assumirá!



## "Ide por todo o mundo, pregai o evangelho a toda criatura". Mc 16,15

O chamado "mandato missionário" de Jesus não só foi contemplado, pelo Concílio, no Decreto sobre a ação missionária (Ad Gentes), mas também naquele que visitaremos neste artigo: Inter Mirifica.

O último texto conciliar, que abordaremos, trata dos meios de comunicação social. A Igreja, com ele, dá um prodigioso testemunho da sua preocupação com a transmissão do Evangelho, acolhendo e colocando em prática, com toda clareza, o mandato de Jesus, ao se despedir dos seus apóstolos.

O texto oficial do Decreto foi aprovado, em 24/11/1963, por 1598 votos favoráveis e 503 contrários. Sua aprovação, diferente dos demais textos, revela que o tema era um desafio para os padres conciliares. Em 04/12/1963, o Papa Paulo VI promulgou-o, depois de uma nova votação, na qual o texto obteve 1960 votos favoráveis e 164 contrários.

Ao longo de 24 números, o Decreto Conciliar desenvolve a preocupação da Igreja com a comunicação social. No seu proêmio, o texto enfatiza a importância e o valor dos meios de comunicação social, os quais não só contribuem para o bemestar das pessoas, mas também para o anúncio do Reino de Deus.

A relação da Igreja com os meios de comunicação abre o primeiro capítulo do documento, no qual também encontramos normas para o reto uso desses meios, bem como a indicação preciosa de formação para uma reta consciência sobre a informação. Ademais, o capítulo trata da relação entre a arte e a moral, o mal moral, o dever do cumprimento da justiça e caridade na formação da opinião pública e os deveres dos destinatários. O capítulo conclui com um tema, mais do que nunca relevante e necessário: moderação e disciplina no uso dos mencionados meios. Da mesma maneira, aborda os deveres dos realizadores e autores e das autoridades civis. É a prova claríssima da Igreja falando para seu tempo e para o futuro, que tinha diante de si, e no qual vivemos.

Já o segundo capítulo aborda o tema mais no contexto interno da própria Igreja, descrevendo a utilização dos meios de comunicação social e sua relação com o apostolado, motivando a atuação dos católicos neste âmbito e indicando a necessidade de uma formação técnica e apostólica para o uso dos meios de comunicação social. Já, naquela época, o Concílio recordava a importância da formação da juventude, a qual esteve e estará, cada vez mais imersa neste mundo. O Concílio, também, realça importância da ajuda econômica para que, muitos destes meios mantenham-se na missão do apostolado.

O Decreto encerra-se propondo um Dia Mundial sobre os Meios de Comunicação, de modo a revigorar o apostolado da Igreja nesse ambiente. Da mesma maneira, o Concílio enfatizava que o tema seria cuidado por um organismo da Santa Sé, hoje, o Dicastério para a Comunicação e a necessidade dos bispos serem vigilantes e solícitos em relação ao tema.

Por fim, o Concílio motivava a criação de organismos nacionais e associações internacionais para que cuidassem deste trabalho. Ao mesmo tempo, anunciava a preparação de uma instrução pastoral pontifícia acerca da temática.

Vale ressaltar que, em 07/05/1967, o Papa Paulo VI dava início à publicação anual de uma mensagem pontifícia para o, então instituído, Dia Mundial das Comunicações Sociais celebrado na Solenidade da Ascenção do Senhor. Na ocasião, afirmava o pontífice: "A Igreja também quer dar sua contribuição para o ordenado progresso do mundo da comunicação: contribuição de inspiração, de encorajamento, de exortação, de orientação, de colaboração".

Em tempos como o nosso, é urgente fazer dos meios de comunicação social, sobretudo das redes sociais, espaços privilegiados de vivência e anúncio do evangelho. Não podemos ignorar este areópago tão desafiador, no qual já estamos e nunca mais teremos como sair.



Caros Amigos! Paz e Avivar! Estamos neste mês celebrando os 60 anos de edições ininterruptas do Niterói Católico, o jornal oficial de nossa Arquidiocese e que bom podermos juntos fazer parte dessa história! E justo no mês em que a Igreja no Brasil faz reflexão, ora e promove as Vocações! Deus seja louvado por tantos Arcebispos, Sacerdotes, Diáconos, Consagrados e Consagradas e leigos, que através das linhas do Niterói Católico foram e estão sendo instrumentos para que a Palavra de Deus e tantas frutuosas informações possam chegar a cada canto de nossa amada Arquidiocese. Vida longa ao Niterói Católico! O terreno de missão e evangelização é muito vasto ainda! Que venham mais 60 anos! Façamos história! Propaguemos o Reino de Deus e suas maravilhas!

Nos ajuda na reflexão desse Artigo uma Santa, cuia memória celebramos no dia 09 desse mês. Falo de Edith Stein. Nascida na Alemanha em uma próspera família judia, sempre foi muito brilhante nos estudos. Após a leitura da autobiografia de Santa Teresa d'Ávila, se converteu ao Catolicismo. Com a ascensão do nazismo ela ingressou no Carmelo, onde assumiu o nome de Teresa Benedita da Cruz. Em 1942, ela e mais 240 judeus foram capturados e conduzidos de trem pelos nazistas a um campo de concentração. Ela sempre se dedicava a consolar os aflitos, animar na fé os abatidos e cuidar das crianças. Em 07 de agosto de 1942, Santa Teresa Benedita da Cruz e outras centenas de judeus, foram de trem para o campo de extermínio de Auschwitz, onde depois de dois dias foram mortos em uma câmara de gás e em seguida tiveram seus corpos incinerados. De tão grande Santa temos o degrau de céu para nossa reflexão! Ela nos ensina:

> "RESPONDER O CHAMADO DE DEUS É SEMPRE UMA AVENTURA, MAS VALE A PENA CORRER O RISCO".

E de fato posso afirmar! A vida em Deus é sempre uma grande novidade! E seguir a Vocação escolhida por DEUS para cada um de nós é essa maravilhosa aventura rumo ao Céu, nossa Pátria definitival Mas você pode me perguntar: Luis Marcelo, e esse "risco"? Esse risco consiste em se permitir ter a vida tocada, mexida, curada pelas mãos Benditas pelo Bom Deus, assim aconteceu com Santa Teresa Benedita da Cruz, assim acontece comigo, assim acontece com você! "Deus que é amor dá-se à criatura que Ele mesmo criou por amor", nos ensina ainda nossa Amiga no Céu. DEUS não cansa de amar! DEUS não cansa de CHAMAR! Deixe ele falar ao seu coração e fazer que sua vida toque a vida de tantos outros que precisam viver uma profunda experiência de amor com o Bom Deus. Isso é viver o chamado de Deus!

Todos somos chamados a mais bela Vocação: A Santidade. O mundo precisa que assumamos esse chamado divino. Por isso assim como nossa Amiga do Céu busquemos consolar os aflitos, animar os abatidos e cuidar dos que precisam, pois fomos criados à imagem e semelhança de Deus (cf. Gn 1,26s) e sabemos que "Deus é AMOR" (cf. 1 Jo 4,8) logo precisamos espalhar esse Amor pelo mundo não apenas com palavras, mas com atos e principalmente com nossa vida doada.

Reflitamos o quanto ainda podemos frutificar, o quanto ainda podemos semear, como disse no início deste artigo, o campo de missão é vasto! E ele pode estar mais próximo de você do que imagina! Não tema os riscos! Apenas se abandone em Deus e viva essa grande e linda aventura de cumprir em sua vida o trecho da Oração que o próprio Jesus nos ensinou: "Seja feita a vossa vontade...". Que Santa Teresa Benedita da Cruz nos inspire e interceda por nós! Nos lancemos! Feliz agosto!

## Saúde mental em comunidade

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como uma parte da saúde geral, um estado de bem-estar mental no qual o indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para a sua comunidade.

A saúde mental não se resume à presença ou à ausência de um transtorno mental, tampouco está ligada somente aos aspectos biológicos do corpo. A saúde mental está ligada a diversos aspectos da vida de uma pessoa como sua vida social, econômica e cultural.

A saúde mental engloba o bem-estar emocional, psicológico e social. Quando é afetado, nossos pensamentos, sentimentos e ações podem não ser os mais adequados para enfrentar os desafios do nosso dia a dia.

É importante em qualquer fase da vida cuidar da saúde mental, pois ela determina a forma como lidamos com situações estressantes, o bem-estar físico, a forma como nos relacionamos, a produtividade e o desenvolvimento do potencial.

A saúde é um dos pilares fundamentais para uma vida plena e feliz, mas muitas vezes negligenciamos a importância da vida em comunidade para alcançar esse objetivo. Como podemos cultivar práticas saudáveis em grupo? Quais são os benefícios de se viver em uma comunidade saudável?

Dicas práticas para promover a saúde e a vida em comunidade.

- Você pode melhorar sua qualidade de vida através do convívio com outras pessoas;
- 2) A saúde mental e emocional é fundamental para promover o bem-estar em ambientes coletivos.

É importante incentivar a prática de atividades que promovam o equilíbrio emocional. Além disso, é fundamental estabelecer um ambiente acolhedor e seguro para todos os moradores;

3) Ter uma rede de apoio social é fundamental para a saúde mental e emocional;



- 4) Compartilhar refeições com amigos e familiares pode melhorar a alimentação e reduzir o estresse:
- 5) Praticar atividades físicas em grupo pode aumentar a motivação e o senso de pertencimento:
- 6) Ajuda mútua entre vizinhos pode melhorar a segurança e a qualidade de vida da comunidade;
- 7) Aprender novas habilidades em grupo pode aumentar a autoestima e a sensação de realizacão:
- 8) Cuidar do meio ambiente em conjunto pode fortalecer os laços comunitários e melhorar a qualidade de vida de todos;
- 9) Participar de projetos voluntários pode trazer um senso de propósito e contribuir para a felicidade pessoal e coletiva;
- 10) Ter um animal de estimação pode trazer benefícios para a saúde mental, como redução do estresse e da solidão;
- 11) Praticar meditação ou outras técnicas de relaxamento em grupo pode aumentar a sensação de bem-estar e conexão com os outros;
- 12) Manter um diário de gratidão pode ajudar a cultivar uma atitude positiva em relação à vida e aos relacionamentos.

A vida em comunidade pode ser uma excelente oportunidade para se conectar com outras pessoas desenvolver relacionamentos saudáveis e estabelecer laços de amizade. Além disso, a convivência com outras pessoas pode ajudar a reduzir o estresse, a ansiedade e a depressão, proporcionando um ambiente mais acolhedor e seguro.



## 3 Sinais importantes do Estresse Pós Traumático

O transtorno do estresse pós-traumático (TEPT) é um distúrbio da ansiedade caracterizado por sinais e sintomas físicos, psíquicos e emocionais em decorrência da pessoa ter sofrido ou testemunhado atos violentos ou situações muito traumáticas que, na maioria das vezes apresentavam risco ou ameaça a vida dessa pessoa ou a terceiros. A pessoa se lembra do fato e revive aquela situação como se estivesse acontecendo novamente e sente os mesmos sentimentos, dores e sofrimentos que a situação provocou antes. Quando essas memórias retornam desencadeiam alterações Neuro fisiológicas e mentais que trazem muitos prejuízos a pessoa vítima desse transtorno. Sendo assim é importante, que ao acontecer o TEPT, logo em seguida se procure ajuda de um psicólogo. Aproximadamente entre 15% e 20% das pessoas que, de alguma forma, estiveram envolvidas em casos de violência urbana, agressão física, abuso sexual, terrorismo, tortura, assalto, sequestro, acidentes, guerra, catástrofes naturais ou provocadas, desenvolvem esse tipo de transtorno. No entanto, a maioria só procura ajuda dois anos depois das primeiras crises.

Abaixo seguem 3 sinais característicos do TEPT que precisam ser considerados para um acompanhamento psicológico.

- 1. Pesadelos e lembranças involuntárias, espontâneas e recorrentes do evento traumático
- Diminuição do interesse afetivo por atividades e pessoas que anteriormente eram prazerosas.
- 3. Sentimentos de incapacidade em se proteger do perigo, sensação frequente de vazio.

Ao observar alguns desses sinais procure ajuda.





# Milotói Calblico celebra 60 anos de bistória e fé

O mês de agosto marca um marco importante para a comunicação católica em Niterói: o Jornal Niterói Católico completa 60 anos de existência. Para celebrar essa data especial, a Assessoria de Comunicação da Arquidiocese de Niterói (ASCOM ArqNit) preparou uma edição comemorativa repleta de histórias e reflexões sobre a trajetória do periódico.

Fundado em agosto de 1964 sob a direção do Cônego Abílio Real Martins, o jornal surgiu com o objetivo de comunicar os acontecimentos da Igreja Católica em Niterói e fortalecer a fé dos fiéis. Em sua primeira edição, a justificativa para a criação do jornal destacava a necessidade de um veículo de comunicação próprio para a Arquidiocese: "É NECESSÁRIO, LOGO DEVE EXISTIR", afirmava o texto de apresentação.

Ao longo de seis décadas, o Niterói Católico acompanhou de perto a história da Arquidiocese, informando sobre atividades pastorais, decisões da hierarquia e desafios enfrentados pela Igreja. O jornal também se tornou um espaço para a reflexão teológica, a divulgação de documentos oficiais e a promoção de eventos religiosos.

O padre Hugo Nascimento, Assessor Eclesiástico para a Comunicação, destaca que o Jornal Niterói Católico continuará desempenhando um papel fundamental na vida da Arquidiocese, como é evidente no editorial desta edição especial. "Estamos felizes com o início de mais um ciclo para o nosso jornal. Queremos continuar sendo uma voz forte e presente na comunidade católica, levando a palavra de Deus e promovendo a unidade entre os fiéis."



## UM OLHAR PARA O PASSADO

Para relembrar a história do jornal, a edição comemorativa traz a justificativa de sua criação. O texto de justificativa da primeira edição, datada de agosto de 1964, demonstra a paixão e o compromisso dos fundadores e é um dos destaques da

publicação.

## JUSTIFICAÇÃO

Nos últimos tempos, os meios de comunicação entre os cidadãos se multiplicaram de tal maneira que frequentemente nos perguntamos: é tudo isso realmente necessário ou, pelo menos, útil? Rádios sem audiência, televisões sem telespectadores, revistas com assinantes compulsórios ou gratuitos, jornais diários sustentados unicamente pelos anúncios e com tiragens ínfimas provam a razão de nossa pergunta: para que tantas palavras,

tanto cenário e tanta tinta no papel? E o que dizer das revistinhas e publicações periódicas sobre tudo e nada? A maior parte existe por vaidade ou para fazer de conta que existe. O que mais impressiona é que se fazem sacrifícios insanos para sua manutenção ou encontram-se financiadores políticos e comerciais dispostos a apoiá-las por ignorância ou medo de chantagens.

O NITERÓI CATÓLICO

surge como um periódico necessário em meio a tantos órgãos de divulgação que proliferam nesta amada cidade arquiepiscopal. Será um espaço para publicar todos os atos oficiais do Governo Arquidiocesano. Sob o governo de Dom Carlos Gouvêa Coelho, que faleceu recentemente em Recife, lançamos o "Comunicado Mensal", órgão oficial do Bispado dirigido especialmente aos padres. Mimeografado, ele cumpriu sua missão de levar a palavra e as determinações da autoridade diocesana a todos os cantos da Diocese. Sentia-se, porém, a necessidade de uma publicação com maior alcance entre todas as classes de arquidiocesanos. O povo cristão deveria ter um meio acessível para se informar sobre o que interessa à vida católica e acompanhar mais de perto o pensamento e a ação da Hierarquia. Foi assim que Dom Antônio de Almeida Moraes Júnior nos incumbiu de organizar e lançar este periódico, que, expandindo o "Comunicado Mensal", alcançaria novos domínios.

Assumimos a responsabilidade pelo lançamento e primeiros impulsos com entusiasmo, apesar das demandas paroquiais, atendendo ao convite de nosso Arcebispo e reconhecendo neste pequeno empreendimento um grande serviço à comunidade niteroiense. Pequeno e modesto como são as sementes, o jornal representa uma semente de novas iniciativas e uma esperança de novos e mais ousados voos. O periódico fornecerá tudo o que for necessário para a formação de uma opinião consciente e valiosa, que é tão necessária na atual conjuntura. Os leitores encontrarão a palavra autorizada da Igreja e o comentário oportuno e justo. Não será um órgão rígido e ditatorial; embora não haja transigência em pontos fundamentais, buscaremos oferecer a maior liberdade possível

aos filhos de Deus. Devido à sua periodicidade, as notícias diárias perderão um pouco do seu impacto imediato, mas serão substituídas por informações de relevância histórica e pertinente.

Como é comum em todos os começos, fazemos esta justificação com viva emoção e grandes esperanças. Só assim conseguiremos transmitir um pouco de calor comunicativo e enfrentar as dificuldades

que certamente surgirão. Convencidos da necessidade do NITERÓI CATÓLICO, nada nos deterá. O argumento máximo é: É NECESSÁRIO, LOGO DEVE EXISTIR. Oferecemos a nossa colaboração a Deus através de nosso Arcebispo, que tomará conta de tudo. Confiamos na boa acolhida dos colegas sacerdotes, das paróquias, das obras de apostolado e de todos os fiéis. O êxito e a eficácia dependerão deles.

 o Jornal Niterói Católico convida os leitores a refletir

convida os leitores a refletir sobre o papel da comunicação na vida da Igreja e sobre os desafios enfrentados pelo jornalismo católico na atualidade

## UM CONVITE À REFLEXÃO

Em meio às celebrações, o Jornal Niterói Católico convida os leitores a refletir sobre o papel da comunicação na vida da Igreja e sobre os desafios enfrentados pelo jornalismo católico na atualidade. A publicação busca fortalecer os laços entre a comunidade católica e a Arquidiocese, promovendo a participação e o engajamento dos fiéis. Que venham muitos outros anos! Parabéns ao Niterói Católico pelos 60 anos de edições ininterruptas.



No sábado, 10 de agosto, a Arquidiocese de Niterói vivenciou um momento especial com a ordenação de Monsenhor José Otacio Oliveira Guedes como Bispo. A cerimônia ocorreu no Ginásio Dom Bosco e contou com a presença de numerosos religiosos e fiéis, marcando um novo capítulo na vida do querido Monsenhor José Otácio.

O Bispo Ordenante foi Dom José Francisco, Arcebispo Metropolitano de Niterói. A cerimônia foi transmitida ao vivo pelos canais oficiais da Arquidiocese no Facebook e YouTube (@arqnit), além da Rede Vida e TV Horizonte.

Em sua homilia, Dom José Francisco destacou: "Eu sou o bom pastor. O bom pastor dá a vida por suas ovelhas. Querido Mons. José Otacio, você experimentou o encontro com Jesus, que o chamou a pastorear com Ele. Pastorear com Jesus é o oposto do pastoreio de um mercenário, movido apenas pelo salário. O bom pastor não é pastor porque as ovelhas quiseram ou elegeram. Ser pastor não é um exercício de democracia. Ser pastor é um exercício de amor. O pastor só é pastor porque ama, sobretudo, porque ama as ovelhas e é capaz de dar a vida por elas. Ser pastor é ser capaz de segurar nos braços e não deixar cair. Ser pastor é ser capaz de carregar a ovelha ferida para que ela possa sobreviver. Jesus, o bom e belo pastor, ensina que o modo de ser e o modo de amar de Deus deve ser o programa de vida para todos os pastores. Amar é o jeito de Deus ser. Nós não sabemos o jeito de Deus, porque o jeito de Deus não é para saber. Nós experimentamos o jeito de Deus, porque o jeito de Deus é para ser experimentado."

Dom José Francisco também mencionou:

Que a Graça e o Amor da

Trindade Santa conduzam

sempre seus passos, Mons.

José Otacio, e Maria,

colaboradora da nossa

alegria ao nos trazer o

Salvador, seja sua mãe

e protetora, boje e sempre.

Amém!

"Inspirado no apóstolo Paulo, você escolheu como lema para o seu episcopado: 'COLABORADORES DA VOSSA ALEGRIA'. Você será

um colaborador da alegria de um novo bispo, o arcebispo de Belo Horizonte, e em espírito colegial com os outros bispos auxiliares. Com um novo povo, o bom e querido povo mineiro da Arquidiocese de Belo Horizonte. Lá, você é chamado a ser um colaborador da alegria do Evangelho e da comunhão em Cristo. Assim como lesus tem o jeito máximo de ser Deus, você, com o seu jeito de José Otácio, deve mostrar o jeito de Deus experienciado em sua vida. Com o seu jeito de José Otacio, cola-

borador da alegria, você deverá conduzir os discípulos à alegria da fé pela pregação da Palavra de Deus, Palavra que você tanto ama, conhece e procura viver. Com o seu jeito de José Otacio, colaborador da alegria, você é chamado a santificar através dos sacramentos e, unido a Cristo, oferecer o sacrifício da vida no altar da própria vida. Com seu jeito de José Otácio, colaborador da alegria, você é chamado a pastorear, reunindo o rebanho do Senhor com a caridade de Cristo. Você vai revelar o jeito do Cristo Mestre, Sacerdote e Pastor com o seu jeito de José Otácio. Nós, Bispos, com nossa presença amiga nessa solene sagração episcopal, com a imposição das mãos e a transferência do legado dos Apóstolos, trazemos-lhe o nosso carinho, o nosso desejo de caminhar juntos e a nossa comunhão eclesial no Ministério de Cristo."

O Arcebispo Metropolitano de Niterói, Dom José Francisco, concluiu sua reflexão pedindo a intercessão da Trindade Santa pelo novo ministério de Dom José Otácio Guedes, afirmando: "Que a Graça e o Amor da Trindade Santa conduzam sempre seus passos, Mons. José Otacio, e Maria, colaboradora da nossa alegria ao nos trazer o Salvador, seja sua mãe e protetora, hoje e sempre. Amém!"

A ordenação episcopal é um sacramento fundamental da Igreja Católica, pelo qual um homem é consagrado bispo e recebe a plenitude do sacerdócio. Este rito simbólico confere ao novo bispo a missão de suceder aos apóstolos na tarefa de anunciar o Evangelho, santificar o povo de Deus e governar a Igreja particular a ele confiada.

Com a atualização do Ritual das Ordenações, o termo "sagração" foi substituído por "ordenação", tanto para o episcopado quanto para o presbitera-

do e o diaconato. Essa mudança reflete uma compreensão mais clara da natureza sacramental do bispo e de sua missão na Igreja. Anteriormente, "sagração" estava associado à coroação e consagração de reis e imperadores. O novo Ritual adotou a mesma terminologia para todos os graus do sacramento, alterando a "Oração consecratória" para "Prece de Ordenação".

O rito central da ordenação episcopal incluiu a imposição das mãos por todos os bispos presentes e a oração de

ordenação. Todos os bispos impuseram as mãos sobre o ordenando e colocaram o livro dos Evangelhos aberto sobre sua cabeça. O bispo ordenante principal rezou a oração de ordenação, invocando o Espírito Santo sobre o eleito, para que ele pudesse exercer seu ministério com frutos.

## BREVE HISTÓRIA DE MONSENHOR JOSÉ OTACIO

Natural de São Sebastião do Maranhão (MG), o padre José Otacio Oliveira Guedes dedicou sua vida ao serviço da Igreja Católica. Com sólida formação em teologia e vasta experiência pastoral, destacou-se pela formação de novos sacerdotes e pela evangelização. Ordenado presbítero em 2000, atuou como formador e reitor no seminário da Arquidiocese de Niterói, além de trabalhar na pastoral universitária e coordenar cursos de teologia para leigos. Com doutorado em Teologia Bíblica pela PUC-Rio, também se destacou como professor universitário, lecionando sobre o Novo Testamento. Sua experiência como missionário na Arquidiocese de Porto Velho aproximou-o das realidades de comunidades carentes e ampliou sua visão de Igreja. O padre José Otacio foi Reitor do Pontifício Colégio Pio Brasileiro, em Roma, onde acompanhou a formação de padres brasileiros e ofereceu apoio espiritual e acadêmico até 1º de julho, quando padre Valdir Cândido assumiu a função para um mandato de três anos.



# Arquidiocese celebra Ordenação de 3 novos Diáconos permanentes

Em uma cerimônia marcada por emoção e fé, a Arquidiocese de Niterói realizou a ordenação de três novos diáconos permanentes em 20 de julho. A Solenidade ocorreu na Paróquia Nossa Senhora Aparecida, localizada em Bananeiras, Araruama, reunindo fiéis, familiares e amigos dos ordenandos para celebrar este momento significativo.

Sob a presidência de Dom José Francisco Rezende Dias, Arcebispo Metropolitano de Niterói, os novos diáconos receberam a imposição das mãos de Dom José: Alexandre Bento de Souza, inspirado pelo versículo "Quanto a mim, eu e minha casa serviremos ao Senhor" (Js 24,15), comprometendo-se com o serviço amoroso e dedicado; Edivaldo Antunes Marinho, cuja inspiração vem do

versículo "Agora me alegro nos sofrimentos por vós. O que falta às tribulações de Cristo, completo na minha carne, por seu corpo que é a Igreja" (Cl 1,24), dedicando-se ao serviço ao próximo; e João Luiz Pereira de Oliveira, guiado pelo versículo "Fazei tudo o que Ele vos disser" (João 2, 5), renovando seu compromisso de servir a Igreja de Jesus Cristo.

Na homilia, Dom José destacou a importância do serviço e da humildade na vida dos diáconos, citando as palavras de Jesus sobre o serviço desinteressado e o cuidado pelos mais necessitados.

A celebração foi um momento de grande alegria para toda a Igreja Particular de Niterói, que se uniu em oração para celebrar a fé e o compromisso dos novos diáconos



## Arquidiocese de Niterói celebra com fervor as Relíquias de Santa Teresinba

A Arquidiocese de Niterói viveu dias de profunda espiritualidade com a peregrinação das sagradas relíquias de Santa Teresinha do Menino Jesus. Entre os dias 12 e 16 de julho, milhares de fiéis se reuniram para venerar as Relíquias de primeiro grau da pequena flor carmelita, marcando um momento histórico para a Arquidiocese.

A chegada das relíquias de primeiro grau iniciou uma série de celebrações religiosas. Missas solenes, procissões, momentos de adoração e catequeses compuseram a programação, que contou com a participação de bispos, padres e comunidades religiosas. A procissão pelas ruas de Tanguá foi um dos pontos altos, com os fiéis carregando a urna das relíquias em demonstração de fé e devoção.

"Estar na presença de Santa Teresinha em nossa cidade foi uma grande graça. Sentimos sua proteção e intercessão", afirmou Eduardo Marques, da Paróquia São José em Piratininga.

Na homilia realizada na Catedral Metropolitana de Niterói, Dom José Francisco convidou os fiéis a seguirem o exemplo de Santa Teresinha, abraçando a pequenez e a confiança em Deus. "Santa Teresinha, na simplicidade e humildade, experimentou o amor misericordioso de Deus revelado aos pequeninos e procurou comunicá-lo às pessoas", destacou o arcebispo.

O prelado também ressaltou a busca de Santa Teresinha por um caminho mais curto para o Céu, comparando-o a um elevador. "Busquei, então, nos Sagrados Livros uma indicação do elevador, objeto dos meus desejos, e li estas palavras, emanadas da boca da Eterna Sabedoria: 'Se alguém é pequenino, venha a mim' (Pr 9,4)", citou Dom José Francisco, enfatizando a importância da humildade e da confiança infantil em Deus.

A peregrinação das relíquias de Santa Teresinha representou um marco para a Arquidiocese de Niterói, fortalecendo a fé dos fiéis e renovando a esperança em um futuro mais justo e fraterno. Como ressaltou Dom José Francisco, "a glória de



Deus está em acreditarmos nesse Amor, puramente Misericordioso".

A mensagem de Santa Teresinha continua a ecoar nos corações dos fiéis, inspirando-os a buscar a santidade em suas vidas cotidianas. A peregrinação foi um momento único para celebrar a fé e renovar o compromisso com os valores do Evangelho.