

BOLETIM INFORMATIVO DA ADEPAC - SÃO MIGUEL DE ACHA

EDITORIAL

DIA MUNDIAL DA POESIA E O INICIO DA PRIMAVERA



No dia 21 de março celebrou-se o *Dia Mundial da Poesia* criado na XXX Conferência Geral da UNESCO, em 16 de novembro de 1999. De acordo com as regras começa também a estação da Primavera. São duas questões que podem ser consideradas como causa e efeito. Com a chegada da Primavera a poesia assume um lugar distinto e os poetas contemplam a natureza dedicando-lhe com a sua fogueira tudo o que lhes vai na alma, que lhes aguça os sentidos e a sensibilidade perante uma natureza que brota em todo o seu esplendor.

“Agora”

Abre-te, Primavera!

Tenho um poema à espera

Do teu sorriso.

Um poema indeciso

Entre a coragem e a covardia.

Um poema de lirica alegria

Refreada,

A temer ser tardia

E ser antecipada.

Dantes, nascias

Quando eu te anunciava.

Cantava

E no meu canto acontecias

Como o tempo depois te confirmava.

Cada verso era a flor que prometias

No futuro sonhado...

Agora, a lei é outra: principias,

E só então eu canto confiado.”

Miguel Torga

Partimos de um poema de Miguel Torga onde é abordado o tema da Primavera para chegar a Maria Teresa Horta, nascida em 20 de maio de 1937 e que faleceu quase na Primavera de 2025, a 4 de fevereiro. Foi uma escritora, jornalista e poetisa conhecida como uma das mais destacadas feministas portuguesas, que fez parte do Movimento de Libertação das Mulheres de Portugal. Foi pioneira como jornalista e na luta feminista em Portugal durante a Primavera Marcelista. Estreou-se na poesia em 1960 e a sua obra poética foi coligida em *Poesia Reunida* (Dom Quixote 2009).

É uma das autoras do livro *Novas Cartas Portuguesas*, pelo qual foi processada e julgada em 1972, ao lado de Maria Isabel Barreno e Maria Velho da Costa.

As Novas Cartas Portuguesas constitui um marco inquestionável na história da literatura portuguesa, denunciando a guerra colonial, o sistema judicial, a emigração, a violência, a situação das mulheres.

Em março de 2024, Miguel Esteves Cardoso descreve a poesia de Maria Teresa Horta como “uma habitação erótica e afirmativa, aventureira e misteriosa, onde qualquer adolescente se podia refugiar, e sentir em casa, e partir dali para o seu próprio caminho.”

Em dezembro de 2024, foi incluída na lista das 100 mulheres mais influentes e inspiradoras de todo o mundo elaborada pela estação pública britânica BBC, ao lado de artistas, ativistas, advogadas ou cientistas.

Foi agraciada com o grau de Grande-Oficial da Ordem da Liberdade em 2002 e com o grau de Grande-Oficial da Ordem do Infante D. Henrique em 2024. Maria Teresa Horta partiu, mas o seu trabalho e a sua influência na construção da igualdade ficam conosco para sempre!

E mais uma vez surge a expressão “Primavera“, mas agora acrescida da palavra “Marcelista“, que lhe dá outro sentido. E para que não haja mais Primaveras como esta, as mulheres, em especial, devem olhar para mulheres como Maria Teresa Horta e homenageá-las sempre e para sempre.

Sofia Gonçalves

GRUPO DE CANTARES

No dia 1 de março o Grupo de Cantares Tradicionais de São Miguel de Acha atuou no Festival do Azeite e do Fumeiro em Prouença-a-Velha.

Em 6 de março o Grupo de Encomendação das Almas de São Miguel de Acha iniciou as tradições quaresmais, entoando o cântico da Encomendação das Almas, que se repete todas as sextas-feiras, pelas

22h00, na torre sineira da Igreja Matriz de São Miguel de Acha. Entretanto um Grupo de mulheres de São Miguel de Acha tem vindo, igualmente, a decorar os nichos ou pontos de paragem do terço cantado pelas ruas, só por homens, com imagens que representam os caminhos de Cristo para a cruz. Deixamos aqui um forte apelo de adesão e o nosso bem-haja pela participação dos homens neste evento para que possamos manter vivas as tradições religiosas da época da Quaresma. Só com o esforço de todos o poderemos fazer.

Dia 15 de março, a convite da associação *Aldeia em Movimento*, o Grupo de Encomendação das Almas de São Miguel de Acha (ADEPAC) participou no *Primeiro Encontro de Cantares Quaresmais em Monforte da Beira*.

Dia 29 de março, o Grupo de Encomendação das Almas de São Miguel de Acha, participou nos Encontros de Cânticos Quaresmais organizados no âmbito da Agenda dos *Mistérios da Páscoa em Idanha*, bem como na “Quadragesima Martirio e Encomendação das Almas”, em Rapoula do Côa, entoando os cânticos quaresmais tradicionais da nossa terra.

Em 5 de Abril atuará no **6º ENCONTRO DE CANTARES QUARESMAIS DE S. MIGUEL DE ACHA**
Local: Igreja Matriz de S. Miguel de Acha às 21h00

Participam:



- Grupo de Encomendação das Almas de Rapoula do Côa (Guarda);
- Grupo de Encomendação das Almas Grande Roda Teixoso

(Covilhã);

- Grupo de Ementa das Almas de Sobral de Pinho (S. Pedro do Sul);
Grupo de Encomendação das Almas de Toulões (Idanha-a-Nova).

(continua)

GRUPO DE CANTARES

Dia 12 de abril em Toulões, atuação no âmbito do Festival da Rosa Albardeira, organizado pelo projeto “*Idanha a 1000*”.

Participação na romaria em honra de Nossa Senhora da Granja no dia 21 de abril em Proença-a-Velha, a convite da respetiva Junta de Freguesia, e em 28 de abril em São Miguel de Acha no cântico do regresso da Sta. Catarina de Alexandria à aldeia.

No dia 6 de maio em Castelo Branco, nas festividades da romaria em honra de Nossa Senhora de Mércules.

CRÓNICA

Nem pensar!

Vivemos num tempo curioso, em que pensar é, paradoxalmente, tanto um privilégio como um incómodo. A capacidade de refletir, de ponderar, de desconstruir ideias para reedificá-las com sentido, transformou-se em algo que muitos preferem evitar. Não por incapacidade, mas porque pensar inquieta e, no jogo da sobrevivência moderna, refletir sobre temas coletivos é um luxo a que poucos se permitem. E os que o fazem, muitas vezes é por iniciativa própria, movidos mais pela satisfação do ego em empreendimentos individuais do que por um genuíno engajamento com o todo.

Até aqui, os poucos que utilizavam o ‘logos’ e que, com alguma frequência, eram reverenciados pela clareza e profundidade das suas ideias, parecem ter encontrado uma forma de existência mais prática: abdicar do próprio pensamento. Sim, aderiram ao coro daqueles que acham que a melhor posição é não pensar. É uma escolha calculada, que talvez não seja tão simplista quanto parece. Afinal, a inércia do pensamento é estranhamente recompensadora. Menos conflitos, menos debates, menos riscos de desagradar a um e a outro lado. É como caminhar na corda bamba, mas com a promessa de que, no final, se estará bem com Deus e com o diabo.

O preço dessa paz, contudo, é alto. Abdicar do pensamento é, no fundo, uma forma de traição consigo próprio. Quando escolhemos não pensar, não só evitamos o trabalho intelectual, mas também a responsabilidade de questionar as escolhas fáceis que nos

são entregues de bandeja. A vida moderna, com as suas rotinas frenéticas, é expert em oferecer soluções prontas, escolhas de baixa densidade moral, mas que funcionam. Escolhas pouco confiáveis, é verdade, mas também pouco exigentes. Como resistir?

Pertencer a algo é uma armadilha ainda maior. Seja um grupo, uma causa ou um sistema, o pertencimento quase sempre exige o sacrifício de alguma parte da nossa individualidade. Aí reside a ironia: ao entrar nesse sistema, tornamo-nos exatamente aquilo que ninguém deveria desejar ser – meras peças de uma engrenagem onde os princípios são constantemente distorcidos, ajustados à conveniência de poucos sob a ilusão do bem coletivo. Pensar não apenas incomoda, como desafia causas. Mas ao fazê-lo, apesar de escapar da uniformidade, torna-se uma espécie de dissidente.

Talvez por isso, muitos preferem não interagir com aqueles que ainda se preocupam com a causa pública. Percebemos então, que o destino destas personagens teimosas—que insistem em vislumbrar um mundo mais consciente e engajado—passa por ter de enfrentar um labirinto de teorias conspirativas, criadas, justamente, para os desacreditar, quando desafiam os outros a ver para além da superficialidade. E a resistência cresce ainda mais quando os convidam a imaginar que há outro caminho para lá chegar, mais árduo, sim, mas pautado pela partilha, solidariedade e integração.

No fim das contas, o dilema é simples, mas cruel: que os outros não sejam sempre tão opinativos, já que a vida pode ser experienciada sem grandes reflexões. Afinal, há sempre resultados razoáveis ao alcance de quem prefere o mínimo de esforço e o máximo de convivência. Embora, ao fazê-lo, nos distanciemos daquilo que nos torna humanos: a capacidade de questionar, de duvidar, de buscar algo que vá além do próprio conforto.

Talvez o verdadeiro desafio seja reaprender a pensar sem se perder na exaustão. Pensar de forma simples, mas profunda. Não como um peso, mas como um exercício positivo e de não alheamento em reação ao outro. Incluso. E demonstrar que pensar,

mesmo quando exige esforço, é o único caminho para não sermos consumidos por escolhas às quais, no fundo, nunca aderimos. Frequentemente, a mensagem chega com a pureza de uma pomba, transforma-se rapidamente no uivo do coiote e, sem aviso, ganha a força implacável de um predador. São o que são e não pretendem ser outra coisa: Putin, Trump, Musk, Orbán, Meloni, Marine Le Pen... E não faltam candidatos dispostos a poupar-nos o trabalho de pensar.

De acordo com Clara Ferreira Alves, na crónica “A nova revolução americana” publicada no *Expresso* digital de 22 de janeiro de 2025 e do laxismo que demonstramos pela disseminação destas ideias “revolucionárias”, diz-nos mais ou menos isto: o que está a emergir é uma nova ordem política que pode ser descrita como o “Cesarismo moderno” ou uma forma de despotismo esclarecido. Nessa visão, o bem comum é promovido por uma vanguarda intelectual e uma classe trabalhadora nativa, ambas desiludidas com as promessas do liberalismo económico e da sua burocracia reguladora. Este modelo despreza as opiniões divergentes, o mediatismo tradicional e a democracia deliberativa, priorizando decisões centralizadas numa liderança carismática que se apresenta como redentora das massas. Com a ajuda dos oligarcas e multimilionários, das novas tecnologias que garantem o suporte financeiro e a colaboração das suas empresas.

Será que estamos perante a tragédia da húbriis grega, acomodada na citação antiga: “Os deuses primeiro enlouquecem aqueles a quem querem destruir.”

Manuel Ruivo, fevereiro 2025.

UM ATLAS COM CAMINHOS PARA QUE O MUNDO NÃO SE FECHE



Decorreu em 29 de março de 2025 no salão da ADEPAC, em São Miguel de Acha, pelas 17h, a **Segunda sessão pública** deste projeto artístico de cruzamento disciplinar de Arte e Sociedade, apoiado pelo Ministério da Cultura/ Direção-Geral das Artes, em que se juntou agora à equipa artística e Residência o músico Filipe Raposo.

(...)

Os CAMINHOS do ATLAS estão sempre abertos; a aconte-SER. Fixam-se na “Melodia de Fundo” (R. M. Rilke), amplificada no tempo de Quaresma, pela Comunidade que



se oferta à sua escuta. Para crentes e não-crentes é tempo de voltar a escutar as imagens; rever o que no MUNDO se repete como círculo vicioso - Abri-lo à sua Primavera;

a um renovado círculo virtuoso.

Num projeto de Arte e Sociedade o virtuosismo está na profundidade das relações; no vínculo que encontra a Companhia certa ou no Companheirismo tornado possível, inclusivamente, pela profunda diferença — Também na Arte o jogo (do grego bolo) é símbolo (o que une) e não diábolo (o que separa). Neste saber há um sabor e com ele uma interioridade; o saber e sabor-com do pão (panis, em latim) — do que simbolicamente nos alimenta — há muito presente na palavra Companhia.

Na segunda conversa-performance do acontecer do ATLAS comeu-se o pão que a “Melodia de Fundo” amassou — o ABERTO —, pelas mãos do pianista Filipe Raposo, lembrando que o termo performance toma nestas conversas o sentido de per (através) da forma. Se o pão é a “Escultura Social” (J. Beuys), o músico deu-nos a reconhecer “A [Comum] Idade do Pão”.

Sofia Gonçalves

CHORAR



Quando as palavras não são suficientes, podemos manifestar as nossas emoções através do choro. Chorar é um instrumento de comunicação universal, é um sinal social que envia uma mensagem: “preciso de ajuda”, e provoca a empatia dos outros.

Chorar é uma experiência que envolve sons, postura corporal, lágrimas, emoções, contexto social e cultura.

É um comportamento inato, uma forma de o bebé comunicar as suas necessidades: quando tem fome, quando necessita de colo ou interação,

quando está desconfortável devido ao frio, calor, fralda suja, roupa incômoda, dor (cólicas), doença.

No início, o bebé não tem lágrimas. Posteriormente, vai desenvolver as lágrimas emocionais que lhe vão permitir comunicar que está em perigo ou que precisa de ajuda.

Na idade adulta, chorar serve para demonstrar tristeza, como quando morre um familiar, numa situação de luto, mas também felicidade, numa festa ou na conquista de um prémio. O choro funciona como uma libertação (catarse), uma descarga das tensões internas e uma forma de restaurar o equilíbrio emocional.

Chorar é um comportamento individual. Aquilo que me faz chorar a mim não é exatamente o que faz chorar outras pessoas. Há diferenças individuais na expressão emocional, mais aberta ou mais contida, dependendo da personalidade, da forma como se processou o desenvolvimento, da cultura familiar ou social.

Mas chorar às vezes é difícil. Pode acontecer que já não há lágrimas para expressar o sofrimento, como na conhecida a canção de Nat King Cole “Não tenho lágrimas”.

*Quero chorar,/Não tenho lágrimas/
Que me rolem nas faces/
P’ra me socorrer*

*Se eu chorasse,/Talvez desabafasse/
O que sinto no peito/
E não posso dizer*

Só porque não sei chorar/Eu vivo triste a sofrer

Vemos então que chorar tem benefícios: Como na canção, poder desabafar a dor que nos vai no peito.

Perante uma pessoa que chora é tão importante saber o que fazer como saber o que não fazer. Assim, devemos mostrar que nos importamos e oferecer a nossa ajuda.

No entanto, não interessa dizer: “Não chores”. Ou avaliar o comportamento.

No caso das crianças, não fazer comparações com os outros meninos ou outras pessoas que são fortes e não choram ou chamar “choramingas”...

Não dizer: “para de chorar” com voz agressiva e autoritária ou até: “para de chorar se não apanhas”, ou mesmo: “tu não tens culpa, portanto, para de chorar”.

Chorar comunica a nossa fragilidade e a necessidade de apoio e é suficientemente eloquente para levar a uma resposta dos outros.

Mas os tempos que correm não são propícios a essa empatia. Apesar das distrações que nos são servidas todos os dias pela “civilização do espectáculo”, o narcisismo mostra a sua arrogância ainda mais tocante nos momentos de infelicidade e de dor dos outros... como nas actuais situações de guerra.

Se estamos a lidar com situações de tristeza, podemos sempre recorrer a terapias de auto-ajuda. Mas se não estamos a conseguir ultrapassar a situação, pedir ajuda especializada é o caminho mais indicado para poder encontrar o equilíbrio emocional.

Carlos Teixeira

NOTÍCIAS DA ADEPAC

Teve lugar no passado dia 22 de março, pelas 18:00 horas, na sede da ADEPAC, o primeiro concerto de um Ciclo de “4 Concertos 4 Estações”, que terão lugar ao longo do ano de 2025, concerto esse dedicado à estação da Primavera, resultante de uma parceria entre a MAAC-Música Antiga Associação Cultural e a ADEPAC. Tal como nos Concertos realizados em 2024, a comunidade respondeu ao apelo com a sua presença tendo-se registado uma significativa afluência de público muito interessado na música apresentada, nestes concertos. Estamos seguros de que o mesmo acontecerá no futuro. Bem-haja a todos os que estiveram presentes.

Damos nota de que os próximos concertos serão nas seguintes datas:

Concerto de VERÃO (22 de junho às 19:00 horas), *Concerto de OUTONO* (20 de setembro às 19:00 horas) e *Concerto de INVERNO* (21 de dezembro às 18:00 horas).

ATIVIDADES DA ADEPAC - A ADEPAC cumpriu o plano de atividades do exercício de 2024 que fora previamente aprovado em Assembleia Geral em 2023, tendo ainda realizado algumas outras atividades além do plano estabelecido.

Estão neste caso a residência artística da MAAC, da qual resultou “MÚSICA BARROCA & JAPANEAS CONCERTS” “Flores de Música” Renaissance Orchestra, o Ciclo de “4 Concer-

-tos 4 Estações” e a produção do novo CD, qualquer delas em cooperação com a MAAC-Música Antiga Associação Cultural.

Realizou-se igualmente em 2024 a tradicional FESTA DA FILHÓ.

O resultado financeiro do exercício económico de 2024 foi de 438,66€. O saldo final a transitar para 2025 foi de 9.995,35€, discriminado por 96,47€ em caixa e 9.898,88 € em bancos.

AGENDA “MISTÉRIOS DA PÁSCOA EM IDANHA 2025”

Esta agenda divulgada anualmente é composta por “um conjunto notável das tradições quaresmais e pascais das gentes do concelho de Idanha-a-Nova. Gentes de um território arraiano, de singular beleza paisagística, cheia de História e de estórias, de lendas, de usos e costumes e onde



ainda se preservam as mais belas e puras tradições, alicerçadas em cultos pré-romanos até às vivências da devoção popular dos nossos dias. Devido à assimilação dos arcaicos cultos agrários pela Igreja, fazendo coincidir os calendários agrícola e cristão, chegaram até nós singulares manifestações da devoção popular, expressas nos ritos e rituais de cerimónias e festividades, que ainda ocorrem nestas terras raianas, embora já sem o fulgor doutros tempos.” (1) É tempo de consultar a Agenda e conhecer a sucessão de eventos que ocorrem nas diferentes freguesias do concelho e acompanhar essas manifestações da religiosida-

de popular, cujo objetivo é divulgar os bens da piedade popular bem como a riqueza e a diversidade existentes em cada uma das freguesias do concelho de Idanha-a-Nova.

(1) Texto da Agenda Mistérios da Páscoa 2025 Idanha.

NOTÍCIAS DE SÃO MIGUEL

Comemoração do Dia Internacional da Mulher — 8 de Março

São Miguel de Acha associou-se às comemorações do Dia Internacional da Mulher, tendo organizado um jantar no restaurante “O Castanheiro”, privilegiado com muita música.

O jantar foi uma forma de recordar a importância da luta pela igualdade, dignidade e pelo respeito da mulher. Ao longo da história as mulheres têm tido um papel determinante na sociedade, desde a política, à ciência, à cultura e tantas outras áreas onde o seu contributo é insubstituível e o reconhecimento do seu valor é um compromisso que se deve renovar diariamente. Continuaremos a trabalhar para que as mulheres e os homens, independentemente da sua origem, aparência, condição social ou crença, tenham direito a um futuro mais justo e livre de discriminações e onde todos possam viver os seus sonhos e as suas ambições.

Yoga em São Miguel de Acha

São Miguel de Acha disponibiliza aulas de *yoga*, que decorrem todas as segundas-feiras no salão da Junta de Freguesia. As aulas são ministradas pela professora Flore entre as 18h00 e as 19h15’.

Aproveite esta oportunidade para alargar as suas práticas desportivas e retirar do *yoga* os aspetos benéficos que tem na sua qualidade de vida e na sua mobilidade. Para além destes aspetos é também uma forma de mitigar o isolamento de quem está só. Conviver é um fator que contribui para uma vida com mais qualidade.

TEMPO DE QUARESMA EM SÃO MIGUEL DE ACHA

A ADEPAC promove também este ano as tradições ligadas à religiosidade popular da Quaresma - o *Terço Cantado pelas Ruas*, as *Ladainhas*, a *Encomendação das Almas* e os *Martírios*, por forma a que

não se percam os ritos e as cerimónias que o povo tão empenhada e devotamente defende. Contamos com a participação de todos nestas cerimónias, especialmente dos homens, nos dias que ainda faltam:



Ladainhas - quintas-feiras, dias 3 e 10 de abril às 21h;

Terço Cantado pelas Ruas - dias 5 às 20h e dia 11 de abril às 21h;

Encomendação das almas – todas as sextas-feiras, às 22h (só mulheres);

Martírios - após a Procissão do Encontro de Quinta-feira Santa, na torre sineira (só mu-

ÓBITOS

Faleceram em:

- 04/03/2025 - BENEDITA MILHEIRO NUNES, 84 anos.
- 11/03/2025 - MARIA GERALDES ESTEVES, 91 anos.
- 31/03/2025 - MARIA DA CONCEIÇÃO SANTOS (Realeja), 92 anos.

Às famílias enlutadas apresentamos sentidas condolências

PAGAMENTO DE QUOTAS

Lembramos os nossos associados de que podem pagar as suas quotas através de transferência bancária para o IBAN PT50 003 503 690 001 952 913 051



Diretora: Sofia Gonçalves.

Colaboradores nesta edição: Carlos Teixeira; Madalena Folgado; Manuel Alberto Ruivo; Sofia Gonçalves

Propriedade: Associação de Defesa do Património Cultural de São Miguel de Acha-ADEPAC

Largo de St.º António, s/n 6060-511 São Miguel de Acha Associada do INATÉL com o n.º 562

Contactos: 924 045 130

adepac@sapo.pt https://adepac.pt

Apoios:



(distribuição gratuita aos associados)

IRS Solidário

Agora, mais que sempre, precisamos do seu contributo.

Ao preencher o seu IRS, não se esqueça da nossa Instituição.

DESTINE 0,5% DO SEU IRS A UMA CAUSA SOLIDÁRIA.

Quando preencher a sua declaração de IRS, preencha a folha de rosto, Modelo 3 - Quadro 11, Campo 1101 - Instituições Particulares de Solidariedade Social, com o número de contribuinte (NIF) 502799668 do Centro Paroquial e Social de São Miguel de Acha.

11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS / CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 19% DO IVA SUPOSTADO		ENTIDADES BENEFICIARIAS	
Instituições religiosas (art.º 52.º, n.º 4, da Lei n.º 162001, de 22 de junho)	<input type="checkbox"/>	1101	
Instituições particulares de solidariedade social ou pessoas coletivas de utilidade pública (art.º 52.º, n.º 6, da Lei n.º 162001, de 22 de junho)	<input checked="" type="checkbox"/>		
Pessoas coletivas de utilidade pública de fins ambientais (art.º 14.º, n.º 5 e 7, da Lei n.º 3598, de 18 de junho)	<input type="checkbox"/>	1102	
Instituições culturais com estatuto de utilidade pública (art.º 152.º do CRIS)	<input type="checkbox"/>	1103	

NIF: 502799668 IRS IVA: