

# IGREJA ORTODOXA GREGA SÃO NICOLAU



# KALO MINA

Informativo mensal da Comunidade Ortodoxa Grega São Nicolau, de Florianópolis

## DIVINA LITURGIA

Aos Domingos, às 10h00,  
precedida de Ofício de Matinas  
(Orthros) às 09h00

## EXPEDIENTE

### EDITOR

Pe. André Sperandio

### WHATSAPP

(48) 9 8456 7000

### E-MAIL

info@igrejaonicolau.org

### WEB

www.igrejaonicolau.org

### ENDEREÇO

Rua Tenente Silveira, 494  
CEP 88010-301 – Centro  
FLORIANÓPOLIS – SC  
(Brasil)

## SACRA ARQUIDIOCESE DE BUENOS AIRES E AMÉRICA DO SUL

S.E.R. Dom Iosif  
Arcebispo Metropolitano de  
Buenos Aires, Primaz e  
Exarca da América do Sul

Bispos auxiliares no Brasil:  
S.E.R D. Irineo de Tropaion  
S.E.R. D. Meletio de Zela



## EDITORIAL

Com gratidão e esperança, retomamos neste mês de **agosto de 2025** a publicação do boletim paroquial **Kaló Mína**, herdeiro direto do saudoso **Kalimera**, fundado por Mons. Angelos Kontaxis em agosto de 1997, e continuador de uma breve, mas significativa, iniciativa lançada em setembro de 2019: a primeira edição do **Kaló Mína**, que circulou por quatro meses até dezembro daquele ano, com o mesmo propósito de manter viva a presença escrita da nossa comunidade ortodoxa helênica.

*Kalimera* — “bom dia” — foi, por mais de treze anos, a saudação impressa de nossa paróquia, despertando nos fiéis o amor pela fé ortodoxa, pela memória viva e pela comunhão em Cristo. Ao cessar sua publicação, ficou um espaço que buscamos preencher com fidelidade e renovação. Em 2019, surgiu então o **Kaló Mína** — “bom mês” — saudando não apenas um novo dia, mas todo um ciclo de vida, de trabalho espiritual e eclesial.

Hoje, com a bênção de Deus, retomamos **Kaló Mína** com esse mesmo espírito: o de lançar, a cada mês, uma palavra de luz, de unidade e de aprofundamento da fé. Nosso desejo é cultivar o que somos como povo de Deus reunido em torno da Santa Igreja Ortodoxa, irradiando a beleza da tradição bizantina e helênica.

Nesta nova etapa, **Kaló Mína** oferece seções renovadas e conteúdos pastorais, litúrgicos e formativos, acolhendo tanto os membros antigos quanto os que chegam. Entre as novas colunas estão **Memória e Comunhão**, **Glossário Ortodoxo**, **Ecos do Olímpio** e **Vida Eclesial** — expressões do nosso desejo de bem servir e bem comunicar.

Convidamos todos a caminharem conosco, mês a mês, com fé e alegria. Que este “bom mês” que hoje saudamos se prolongue em um bom ano, uma boa vida, uma boa eternidade, na graça de nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo. **Kaló Mína!**

Pe. André  
Reitor

*Entre o Logos e a Philoxenia: tradição que se abre ao mundo.*

# JUL 17 Calendário Litúrgico Ortodoxo



O tempo sagrado da Igreja, mês a mês.

A cada mês, a Igreja nos conduz pelo caminho da salvação por meio do seu calendário litúrgico: domingos consagrados, festas dos santos, jejuins e celebrações das Grandes Festas que marcam o coração da fé ortodoxa.

Ao acompanhar o calendário da Igreja, aprendemos a santificar o tempo, a viver em comunhão com a vida de Cristo e de seus santos, e a entrar mais profundamente no mistério da Liturgia. *“O tempo é a imagem da eternidade; a Liturgia é o sopro da eternidade dentro do tempo.”*

## Agosto: mês da Dormição da Teotokos



O mês de agosto marca, no calendário bizantino, a última grande festa do ano litúrgico, antes de seu encerramento em 31 de agosto: a Dormição da Santíssima Mãe de Deus (em grego, **Kóimesis**; em eslavo eclesiástico, *Uspénie*), celebrada no dia 15 de agosto.

Desde o dia 1º, a Igreja se prepara com um período de jejum, e os textos litúrgicos prolongam-se até o dia 23, fazendo deste o verdadeiro **“mês mariano” da Ortodoxia**. A tradição, já atestada no século VI pelo imperador Maurício, remonta ainda mais longe, enraizando-se nos escritos patrísticos e nos hinos milenares da liturgia bizantina.

Na iconografia da festa, a Virgem Maria é representada em seu leito, cercada pelos Apóstolos, e ao centro, Cristo recebe sua alma, retratada como uma menina em faixas, símbolo de sua passagem serena à vida eterna.

Os hinos da festa ressaltam dois aspectos: a virgindade preservada mesmo na morte e sua glorificação corporal, prefigurando a ressurreição de todos. A Mãe da Vida é assumida por seu próprio Filho e continua a interceder por nós com poder e compaixão. A tradição narra ainda o milagre do apóstolo Tomé, que ao chegar após o sepultamento, encontra o túmulo vazio: sinal da glorificação da Theotokos com corpo e alma. Assim canta a Igreja:

***“Em tua maternidade conservaste a virgindade e, em tua Dormição, não abandonaste o mundo, ó Theotokos. Foste levada para a vida, sendo a Mãe da Vida, e por tuas orações resgatas nossas almas da morte.”***

(Tropário da Dormição – Modo 1º)

No Oriente e no Ocidente, esta festa foi celebrada durante séculos sob o mesmo nome e ícone.

Que possamos, também nós, participarmos de sua alegria, venerando aquela que, após entregar sua alma santíssima nas mãos do Senhor, tornou-se para todos escada de intercessão e esperança gloriosa da humanidade redimida.

## Outras comemorações

- 01 – Início do **jejum da Dormição**
- 06 – **Transfiguração** de Nosso Senhor
- 14 – Pré-festa da Dormição
- 16 a 23 – Continuação das celebrações pós-festa (Metheorté) da Dormição
- 29 – Decapitação de São João, o Precursor (jejum estrito).

## JUL 17 Domingos Litúrgicos

- 03 de agosto – **8º Domingo de Mateus** - Domingo anterior à Transfiguração. (Recordamos o 1º aniversário do adormecimento do Pe. Panaghiotis)
- 10 de agosto – **9º Domingo de Mateus** - Domingo pós-Transfiguração
- 17 de agosto – **10º Domingo de Mateus** - Domingo pós-Dormição da Theotokos
- 24 de agosto – **11º Domingo de Mateus** - Continuação das celebrações da Dormição (Metheorté)
- 31 de agosto – **12º Domingo de Mateus** - Último domingo do Ano Litúrgico Bizantino



Seu anúncio poderá estar aqui na próxima edição.  
Contate-nos!





## Memória e Comunhão



Aniversários, onomásticos e datas marcantes que nos unem em oração e alegria.

Registros vivos da nossa comunidade: aniversários, onomásticos e datas marcantes que nos unem em oração e alegria.

**“Lembra-Te, Senhor, dos vivos e dos adormecidos, pois todos vivemos para Ti.”**

A vida da Igreja é feita de celebrações grandes e pequenas, de datas que passam pelos calendários, mas ficam impressas nos corações. Nesta coluna, queremos dar lugar a essas memórias vivas: aniversários, onomásticos e acontecimentos que, entre nós, marcam passos de comunhão, afeto e gratidão.

Celebramos não apenas os eventos, mas as pessoas — cada uma preciosa, única, chamada pelo nome e amada por Deus. Recordar é um ato de amor. Orar por quem celebra é um gesto de unidade. E compartilhar alegrias e lembranças é sinal de uma comunidade viva, que caminha junto e carrega uns aos outros em oração.

A partir de agora, **Memória e Comunhão** será o espaço onde vamos nos alegrar com os que se alegram, recordar com gratidão, e reforçar nossos laços, celebrando a beleza da vida em comum, sob a luz da fé ortodoxa e da tradição helênica que nos une.

### Neste mês, recordamos com gratidão:

- **03/08/2024** – Adormecimento no Senhor do Revmo. Pe. Panagiotis Meintanis.
- **08/08/2019** – Adormecimento no Senhor da Sra. Dimitra Frantzesos, em Curitiba.
- **15/08/2006** – Adormecimento no Senhor de Georges Soziopoulou, esposo de D. Evangelia e pai de Zafiria.
- **17/08/1997** – Lançamento do boletim Kalimera, por Mons. Angelos Kontaxis.
- **19/08/2012** – Consagração episcopal de Mons. Iosif Bosch, Bispo de Pátara, em Buenos Aires.
- **23/08/2019** – Adormecimento no Senhor do Dr. Georges Chryssovergis, em Florianópolis.
- **31/08/1995** – Adormecimento no Senhor do Sr. Iconomo Atherinos, ex-presidente da Associação Helênica de Santa Catarina.

**Que a memória dos justos seja eterna.**  
**Χρόνια Πολλά σε όλους!**

## Aniversariantes do mês

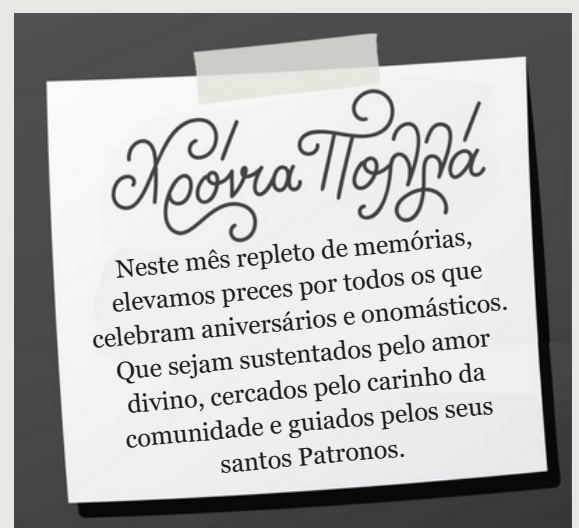
- 1 - Laíza Helena R. B. Cattoni
- 3 - Evangelia Kotzias Correa
- 5 - Paul Eipper
- 9 - Alice (Evdoquia)
- 10 - Elisa (Paraskevi) J.V. de Oliveira
- 10 - Natália Hawerth H. Aguiar
- 18 - Alice (Sophia) Pavinato Moretto
- 20 - Kátia Cardoso Dimatos
- 20 - Miguel Anastácio Kotzias Filho
- 20 - Pedro (Gabriel) Bavaresco Correia
- 21 - Ana Luiza Schneider Zupan
- 24 - Lucas De Faria José
- 28 - Diogo Pítsica
- 28 - Dom Irineo
- 31 - Pedro Henrique



## Onomásticos

### Alguns onomásticos comemorados neste mês de agosto:

- 14 – Markelos (Marcelo)
- 15 – Despina, Maria, Mário, Panagiotis, Sumela (Soumela)
- 16 - Serafim
- 18 – Flora e Laura
- 20 - Samuel
- 23 - Irineo
- 25 - Bartholomeu
- 26 - Natalia



# Filóptokos



“Mãos que servem com amor, corações que sustentam a Igreja.”

Mis uma iniciativa filantrópica das Senhoras do Lanche São Nicolau:

## Nossa Paróquia leva consolo, música e oração a quatro instituições de caridade da região

Na tarde destas quarta e quinta-feira, dias 16 e 17 de julho, nossa Paróquia São Nicolau, por meio das incansáveis Senhoras do Lanche de São Nicolau, realizou a entrega de 40 cestas de alimentos a quatro instituições que se dedicam ao cuidado de idosos, pessoas especiais e dependentes químicos. Mais do que doações materiais, levamos consolo, oração, música e presença fraterna a irmãos que vivem em situação de fragilidade, renovando em nós a certeza de que Cristo Se revela nos rostos daqueles a quem servimos com amor.

### ICAD - Cantinho dos Idosos

Na quarta-feira à tarde, a presidente do Lanche, D. Pepa, acompanhada de Kátia Verçoza com sua filha Gabi e do Pe. André, visitou o Cantinho dos Idosos, em Rationes. Fomos recebidos com simpatia pela assistente social Rosane e colaboradores.



Passamos um belo tempo convivendo com os internos, ouvindo suas histórias, sorrindo e animando. Pe. André conduziu uma oração de intercessão por todos, e Gabi encantou a todos com seu violino. Um dos idosos, tomado de emoção, trouxe sua antiga gaitinha e uniu-se à melodia com ternura. Ao final, foram distribuídos pequenos ícones bizantinos como lembrança desta visita tocante.

### Lar São Francisco



Em seguida, a comitiva seguiu para o Lar São Francisco, no Ribeirão da Ilha, onde fomos calorosamente acolhidos pela assistente social Priscila e por uma das fundadoras, prestes a completar 100 anos.

Muita alegria, abraços, música e oração preencheram aquela casa. Gabi novamente emocionou a todos com seu violino, enquanto Pe. André abençoava aqueles que assim pediam e reunia os internos para uma prece comunitária. Saímos já ao anoitecer, com o coração cheio de gratidão pelos momentos vividos.

### Lar Santa Clara



Na quinta-feira, Pe. André e Henrique prosseguiram com a missão, visitando o Lar Santa Clara, em São José. Recebidos com carinho por Márcia e Nina, pudemos conviver com os idosos e também com os internos da ala dos especiais. Foi uma experiência intensa, marcada por muito afeto e pela emoção de ver tantos sorrisos sinceros. Lá também houve oração, bênçãos e a distribuição de ícones, deixando marcas profundas em todos os que participaram.



### CERENE – Centro de Recuperação Nova Esperança

Por fim, visitamos o CERENE, na Praia de Fora, em Palhoça, aos pés do majestoso Cambirela. Rodrigo nos recebeu e nos confiou à companhia de Douglas, que nos guiou pelas instalações e apresentou os internos. O local, cercado por montanhas, inspira recolhimento e esperança. Conversamos, abençoamos e entregamos as cestas, acompanhados de sorrisos e olhares agradecidos.





## Memória visual



Resgatando memórias, fortalecendo laços.

A vida da nossa comunidade é feita de rostos, encontros, festas, celebrações e momentos que marcaram gerações. Sabemos que muitos desses instantes preciosos foram registrados em fotografias, guardadas com carinho por nossas famílias — algumas já amareladas pelo tempo, mas repletas de significado.

Convidamos todos a nos ajudar a compor o acervo visual de memória da Comunidade Ortodoxa Helênica de São Nicolau.

Para isso, estamos reunindo fotos antigas da Igreja, dos eventos comunitários, das famílias e pessoas que ajudaram a construir nossa história.



Envie sua foto (digitalizada ou em boa resolução) para: [info@igrejasãonicolau.org](mailto:info@igrejasãonicolau.org) - ou entregue pessoalmente ao final da Liturgia. Junto com a imagem, se possível, identifique as pessoas, o local e a data aproximada. As fotos selecionadas serão publicadas gradualmente no Kalimera com legendas, e farão parte de nosso acervo de Memória Paroquial. Vamos juntos dar rosto e cor à nossa história comum!



Esta primeira série de imagens está disponível em nosso site numa galeria que reúne cerca de 40 fotografias do acervo pessoal da família de D. Ana Kotzias, gentilmente cedidas para digitalização e divulgação. Trata-se de preciosos registros que retratam momentos de fé, convívio e identidade helênico-ortodoxa em Florianópolis.

➡ Acesse: [igrejasanicolau.org/galeria-de-fotos/memoria-visual](http://igrejasanicolau.org/galeria-de-fotos/memoria-visual)

# Associação Helênica de S. Catarina

Comunicados e iniciativas da AHSC

## Diretoria da Associação Helênica de Santa Catarina, biênio 2023–2025

Com espírito de serviço à Comunidade Ortodoxa e à preservação do legado helênico entre nós, a AHSC tem por missão fortalecer os vínculos entre os membros, apoiar a vida eclesial e promover atividades culturais e sociais que mantenham viva a chama da nossa tradição.

No primeiro domingo de outubro de 2023, teve início a gestão da atual Diretoria da Associação Helênica de Santa Catarina, que ficou assim constituída:

- Filippos Evangelos Karabalis – Presidente
- Pepa A. Diamantaras – Vice-Presidente
- Renata Diamantara A. Gil – Tesoureira
- Nicoleta T. N. Sabetzki – Secretária
- Sumela A. Diamantaras Mallmann – Diretora de Eventos

## Associe-se!

Convidamos todos os amigos da cultura helênica e da fé ortodoxa a tornarem-se membros da Associação Helênica de Santa Catarina (AHSC). A associação está aberta a helênicos, seus descendentes e também aos filohelênicos — todos aqueles que desejam colaborar com a manutenção de nosso templo e a continuidade das atividades comunitárias, culturais e espirituais. Associe-se preenchendo o formulário disponível em nosso site:

[igrejasaonicolau.org/ahsc/associe-se](https://igrejasaonicolau.org/ahsc/associe-se)

## Novos associados

Com alegria, saudamos os novos inscritos neste último trimestre, os quais serão oportunamente apresentados para se tornarem membros efetivos da Associação Helênica de Santa Catarina:

- Paul Eipper
- Damaskinos (João Pedro) Nunes Rachadel
- Nectários (Edison) Luiz Rachadel
- Henrique Verçoza
- Marcelo Boratto Carvalho
- Josef Brüseke
- Joseph Anthony Placido



## Panigíri Nacional e II Encontro das Juventudes Helênicas da América do Sul – Brasília, DF

Entre os dias 29 e 31 de agosto de 2025, será realizado em Brasília o II Encontro das Juventudes Helênicas da América do Sul, com o tema: “Refletindo sobre o próximo Encontro Clérigo-Leigo no Brasil”.

O evento acontece na sede da Comunidade Grega de Brasília, e contará com programação variada: debates, danças tradicionais, panigíria e Liturgia Hierárquica.

### PROGRAMA:

- **Sexta-feira (29/08)** – Recepção e Panigíri às 19h
- **Sábado (30/08)** – Debate às 11h30, oficinas às 14h30, conversa com o Arcebispo às 16h30, e novo Panigíri às 19h
- **Domingo (31/08)** – Liturgia Hierárquica às 11h e almoço de encerramento às 13h

**Inscrições** até 15 de agosto: [juventudehelenica@gmail.com](mailto:juventudehelenica@gmail.com)

A AHSC encoraja especialmente os jovens de nossa comunidade a participarem deste momento de comunhão e celebração da cultura helênico-ortodoxa.

## Coletividade Helênica de Santa Catarina: a primeira colônia grega do Brasil

Poucos sabem, mas Florianópolis abriga a mais antiga comunidade grega constituída no Brasil. Sua origem remonta a **1883**, quando o veleiro *Lefki Peristerá* (“Pomba Branca”) precisou aportar na Ilha por conta de uma tempestade. Parte da tripulação — oriunda da ilha de **Kastellórizon** — decidiu aqui permanecer, fundando uma colônia que daria origem a famílias como **Pítsica**, **Nicolacópulos**, **Spyrides** e **Atherino**. Com o tempo, os gregos passaram a ter papel de destaque no comércio e na vida pública catarinense, deixando marcas profundas em nossa identidade local.





## Duas novas ordenações diaconais na Arquidiocese

Com grande júbilo, nossa Sacra Arquidiocese anuncia a ordenação de dois novos diáconos da Santa Igreja Ortodoxa, que serão incorporados ao clero sob a imposição das mãos de Sua Eminência Reverendíssima Dom Iosif, Arcebispo Metropolitano de Buenos Aires, Primaz e Exarca do Patriarcado Ecumênico na América do Sul.

As solenes celebrações da Divina Liturgia com ordenação diaconal ocorrerão em Brasília e São Paulo, conforme convite abaixo.

Roguemos a Cristo, o verdadeiro Sumo Sacerdote, que sustente os novos diáconos em sua vocação de serviço à Igreja, e conceda à nossa Arquidiocese crescimento em santidade, unidade e fervor espiritual.

**AXIOI! AXIOI! AXIOI!**

## ◆ Santo Batismo ◆

No sábado, 12 de julho de 2025, na Igreja Ortodoxa Grega de São Nicolau, em Florianópolis, foi celebrada, com fé e alegria, a Sagrada Mistagogia do Santo Batismo da recém-nascida Maria (Diana), filha de Aleksandr Tolstikhin, natural de Krasnoyarsk (Rússia), e de Iuliia Tolstikhina, natural de Alushta, Crimeia (Ucrânia), nascida em Florianópolis no dia 17 de março de 2025.

*O santo mistério foi celebrado segundo os ritos da Santa Igreja Ortodoxa pelo Rev.mo Arquimandrita André Sperandio, com assistência de seus Leitores e a presença dos padrinhos Ekaterina Smirnova e Fedor Smirnov.*

*Com gratidão, acolhemos a pequena Maria na vida nova em Cristo, rogando à Theotokos que a acompanhe em todos os dias de sua vida!*



## 😊 Nascimentos



Com grande alegria, nossa comunidade dá graças a Deus pelos novos frutos de vida que brotaram no seio de famílias unidas no santo mistério do Matrimônio em nossa Igreja São Nicolau.

- Na sexta-feira, 18 de julho de 2025, nasceu Ima Maria, primogênita do casal Sara (Samia) e Tobias (Victor).
- No domingo, 20 de julho, foi a vez de chegar Emília, primeira filha de Máximo (Humberto) e Macrina (Beatriz).

Com ternura, elevamos nossas orações para que Ima Maria e Emília cresçam “em sabedoria, estatura e graça diante de Deus e dos homens” (Lc 2,52), rodeadas pelo amor da família e pelo calor da Igreja.

Parabéns aos pais! Que o Senhor abençoe abundantemente estas novas vidas!





### Benção à Mãe que deu à luz e Imposição do Nome à recém-nascida

Na tarde de domingo, 27 de julho, Pe. André realizou visitas pastorais às famílias de Tobias (Victor) e Sara (Sâmia), e de Máximo (Humberto) e Macrina (Beatriz), atendendo ao pedido dos pais para a realização da bênção da mãe que deu à luz e do rito de imposição do nome em suas recém-nascidas: Ima Maria e Emília.



### Galeria Paroquial

Aqui, partilhamos registros fotográficos das celebrações litúrgicas que marcaram o mês na Igreja São Nicolau. Cada imagem é um testemunho da presença viva de Cristo entre nós, da beleza da Liturgia e do vínculo de fé que nos une como Corpo de Cristo.



### Nossa Igreja participa da abertura da Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos



Na manhã de segunda-feira, 2 de junho, a Paróquia Ortodoxa Grega São Nicolau esteve presente na abertura da Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos – SOUC 2025, realizada na Capela da FACASC (Faculdade Católica de Santa Catarina), em Florianópolis. A celebração ecumênica deste ano teve como inspiração os 1700 anos do Primeiro Concílio Ecumênico de Niceia (325), cuja profissão de fé — o Símbolo Niceno — permanece até hoje como referência viva da unidade cristã.

Atendendo ao honroso convite da instituição, Pe. André participou da celebração ao lado do anfitrião, Pe. Kelvin Konz (Igreja Católica Romana), e do Pr. Renatus Porath (IECLB), proclamando o Evangelho e partilhando uma reflexão sobre a unidade como expressão da verdade revelada em Jesus Cristo:

***“A unidade pela qual oramos não é apenas sociológica. A verdade que nos une é uma Pessoa: Jesus Cristo.”***

Após a proclamação do Credo, em português, Pe. André e seus acompanhantes recitaram-no também em grego, conforme a tradição da Santa Igreja Ortodoxa.

### Divina Liturgia em Jaraguá do Sul

No sábado, 19 de julho, Pe. André viajou a Jaraguá do Sul acompanhado de Josef Konrad para celebrar a Divina Liturgia na Comunidade Missionária São Nectários. Desta vez, a celebração foi em Guaramirim, na casa dos pais de Êntoni, o simpático e acolhedor casal Sérgio Luís Cattoni e Sueli Eccel Cattoni, que com generosidade abriram seu lar à comunidade. Como de costume, a Liturgia foi marcada pela presença alegre de muitas crianças e pela chegada de um novo membro, Vinícios, residente na região. Uma tarde de oração, comunhão e renovada esperança.



# Vivendo a Ortodoxia



Pequenas luzes para quem começa a trilhar este caminho de fé

**“A piedade se aprende também com o olhar e com o coração: vendo, ouvindo, participando.”**

A fé ortodoxa é rica em gestos, símbolos, atitudes e costumes que carregam séculos de sabedoria espiritual. Para quem se aproxima agora da Igreja, tudo pode parecer novo ou até estranho à primeira vista: o sinal da cruz, as velas acesas, o doce aroma do incenso, o jejum, a reverência diante dos ícones, o modo de vestir, o canto, a disposição do templo...

Esta seção foi pensada com carinho especialmente para você — que está se unindo à vida da Igreja, talvez após longa busca ou reencontro, e deseja compreender melhor o que vê, ouve e vive na Divina Liturgia e na vida paroquial.

Aqui publicaremos, em tom pastoral e acessível, textos breves sobre aspectos do viver ortodoxo:

- Como fazer corretamente o sinal da cruz?
- Por que acendemos velas?
- O que significa o incenso?
- Como devemos nos vestir para vir à igreja?
- Como acolher as crianças no templo?
- Como receber a comunhão com reverência?
- Por que jejuamos nas quartas e sextas-feiras?
- Como nos portar diante dos ícones?

Não se trata de regras frias, mas de expressões vivas de um *ethos* cristão que transforma a alma, nos educa na humildade e nos ajuda a entrar, pouco a pouco, no mistério da fé.

## Uma palavra aos pais que trazem seus filhos pequenos à Igreja\* ...

Queridos pais,

Lá está você, mais uma vez na igreja, com seu bebê ou criança pequena. Talvez um pouco inquieto, talvez um pouco barulhento. Você tenta acalmá-lo, ora com um brinquedo, ora com um lanchinho. E, quando tudo parece em vão, você o toma nos braços e sai do templo, um tanto frustrado, achando que não conseguiu participar da celebração como gostaria. Talvez você já tenha pensado: «Será que vale a pena vir? Passo o tempo todo cuidando do meu filho e não consigo me concentrar na Divina Liturgia.»



Mas hoje, queremos lhe dizer algo importante:

— Vale sim. E muito!!!

A sua presença, e a do seu filho, é um sinal de vida. De esperança. De fidelidade.

Você talvez não perceba, mas sua luta silenciosa inspira muitos ao seu redor. Aquela senhora idosa que lhe sorri ao fim da Divina Liturgia, talvez já tenha estado exatamente no seu lugar anos atrás. Ela reconhece em você o esforço que um dia também fez — e se alegra em ver que a fé continua viva nas novas gerações.

O pai mais velho, de olhar severo, talvez se emocione ao perceber que ainda há famílias jovens que fazem questão de educar seus filhos no amor a Deus. Seu esforço é um testemunho que atinge até os corações mais fechados.

E mais importante ainda: seu filho aprende. Mesmo que você ache que ele está distraído, chorando ou brincando, ele está vendo, ouvindo, absorvendo. Ele está aprendendo que a igreja é sua casa, que a liturgia faz parte da vida, que Deus está presente também nos pequenos gestos — inclusive no colo acolhedor de um pai ou mãe durante a Divina Liturgia.

A fé não se transmite apenas com palavras, mas com presença, com gestos cotidianos, com perseverança.

Por isso, não desanime. Traga seus filhos à igreja, mesmo que seja difícil, mesmo que pareça cansativo. **O som das crianças não é um incômodo — é um sinal de que a Igreja está viva, de que há futuro.**

Se não ouvirmos mais o choro das crianças, talvez a Igreja esteja adormecendo.

Seus filhos são uma bênção. E você, pai ou mãe, que mesmo cansado vem à casa de Deus com seus pequenos, é um verdadeiro evangelizador.

Obrigado por estar aqui. Obrigado por não desistir. Você está começando a vida espiritual de seus filhos do jeito mais belo possível: com amor, com sacrifício e com fé.

\*Inspirado em texto de autor anônimo.



## Receitas de Mons. Angelos



Sabores da tradição grega em nossa mesa



Nesta coluna queremos partilhar, mês a mês, algumas receitas tradicionais da culinária grega que foram publicadas nas edições passadas de *Kalimera*, preservando assim não apenas sabores, mas também afetos, memórias e gestos do cotidiano da vida helênica.

São receitas simples, familiares e repletas de história, muitas vezes transmitidas oralmente por gerações — e que o saudoso Pe. Angelos Kontaxis, com seu habitual zelo pastoral e cultural, reuniu e divulgou com carinho. Que sejam, também agora, ocasião de encontro e partilha entre nossas famílias.

Começamos com um clássico da culinária grega: **o Stifado — carne com cebolinhas.**

### STIFADO (Carne com cebolinhas)

#### Ingredientes:

- 1 ½ quilo de carne
- 1 ¼ quilo de cebolas pequenas
- 1 xícara (chá) de azeite
- 4 a 5 dentes de alho
- 1/3 xícara de vinagre (opcional)
- 1 colher (sopa) de extrato de tomate ou ¾ quilo de tomates maduros
- 2 folhas de louro
- 1 galhinho de alecrim
- Sal, pimenta e água

#### 1ª maneira de fazer:

Lavar a carne, cortá-la em pequenos pedaços e colocá-la numa caçarola. Acrescentar os ingredientes restantes — as cebolas descascadas e lavadas, os dentes de alho inteiros, o tomate, o vinagre, o azeite, o louro, o alecrim, o sal, a pimenta — e água suficiente para cobrir tudo bem.

Tampar a panela, levar ao fogo e, quando começar a ferver, diminuir o fogo e deixar cozinhar em fogo baixo por 1 a 2 horas, sem destampar. O prato estará pronto quando ficar somente com o azeite.

#### 2ª maneira de fazer:

Cortar a carne em pequenos pedaços, lavá-la, secá-la e fritar bem. Colocar em panela, acrescentar o tomate e deixar cozinhar um pouco.

Descascar, lavar e fritar as cebolas. Acrescentá-las à carne junto com os demais ingredientes, tampar a panela e deixar cozinhar em fogo brando até que tudo esteja bem macio.

### KEIK (Torta Gelada Crocante)

Mais uma deliciosa receita resgatada das edições antigas do nosso boletim *Kalimera*. Trata-se de uma sobremesa simples e saborosa, ideal para os dias quentes — e muito apreciada em encontros familiares ou paroquiais. Que seu preparo seja ocasião de partilha e alegria!

#### Ingredientes:

- 1 ½ xícara (chá) de amêndoas
- 1 xícara de castanha-do-Pará
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 litro de sorvete de creme
- 1 lata de creme de leite (sem soro)
- 1 barra de chocolate

#### Modo de fazer:

Aqueça o forno em temperatura alta. Misture as amêndoas picadas, a castanha-do-Pará bem miúda, o açúcar e a manteiga. Em seguida, espalhe e aperte essa mistura no fundo e nas laterais de uma forma sem untar.

Leve ao forno por dez minutos e depois deixe esfriar.

Espalhe o sorvete (ligeiramente amolecido) por cima da massa já assada e leve a forma ao congelador por cerca de quatro horas, até firmar bem.

Retire do congelador dez minutos antes de servir. Decore com o creme de leite (sem soro) e raspas de chocolate.

E boa sorte! Καλή επιτυχία!





A Igreja Ortodoxa conserva uma linguagem rica, herdada dos santos Padres e das comunidades cristãs de todos os tempos. Palavras como “**ascese**”, “**theoria**”, “**prosphora**” ou “**noûs**” podem parecer estranhas para quem chega agora à fé ortodoxa, mas contêm uma sabedoria profunda, que merece ser descoberta pouco a pouco.

Nesta seção, apresentamos — mês a mês — um breve glossário com explicações claras e fiéis à Tradição, para ajudar todos os que desejam se familiarizar com o vocabulário espiritual da Igreja.



## 1. Antídoron (ἀντίδωρον)

Pão abençoado distribuído aos fiéis ao final da Divina Liturgia. É cortado da mesma prósfora usada na proskomídia, após ser retirada a porção do Cordeiro para a Eucaristia. Chama-se “antídoron” (literalmente: “em lugar do Dom”) porque é dado como bênção àqueles que, por algum motivo, não comungaram dos Santos Dons.

## 2. Ascese (ἄσκησις)

Esforço espiritual do cristão para guardar os mandamentos de Cristo. Inclui práticas como jejum, oração e vigília, mas também um caminho interior de purificação, iluminação e união com Deus (*theosis*). Não se trata de esforço isolado, mas de **cooperação com a graça**.

## 3. Athonita (ἄθωνικός)

Relativo ao Monte Athos (o “Santo Monte”), centro monástico da Ortodoxia no norte da Grécia, habitado apenas por monges. A espiritualidade athonita é marcada pela oração contínua, a hesychía e a obediência.

## 4. Coração (καρδία)

Na tradição dos Padres, o coração é mais que o órgão físico: é o centro espiritual do ser humano, o lugar da presença de Deus, da oração verdadeira e da luta interior. Nele habita o *noûs* e nele a graça se revela.

## 2. Metanóia (μετάνοια)

Mudança de mente e coração. É o nome bíblico da conversão e também da inclinação (ou prostração) feita com o sinal da cruz, como gesto de arrependimento e devoção.

## 3. Theotokos (Θεοτόκος)

Título dado à Virgem Maria, que significa “Portadora de Deus” ou “Mãe de Deus”. É uma afirmação da divindade de Cristo e da maternidade real de Maria, proclamada no Concílio de Éfeso (431).

## 4. Ícone (εἰκών)

Imagem sagrada de Cristo, da Theotokos, dos santos ou de acontecimentos santos. Não é objeto de adoração, mas de veneração: através do ícone, reverenciamos aquele que nele é representado.

## 5. Jejum (νηστεία)

Abstenção de certos alimentos e atitudes como forma de purificação e preparação espiritual. O jejum ortodoxo é também um exercício de humildade, caridade e vigília interior.

## 7. Triságion (Τρισάγιον)

Significa “*Três vezes Santo*”. É uma das orações mais repetidas na Liturgia e nos ofícios: “*Santo Deus, Santo Forte, Santo Imortal, tem piedade de nós.*” Também se refere ao ofício feito pelos falecidos.

## 9. Incenso (λίβανος)

Aroma oferecido a Deus durante a Liturgia. Simboliza a oração que sobe ao céu, a presença do Espírito Santo, a santificação do espaço e o louvor prestado a Deus com temor e alegria.

## 10. Liturgia (Λειτουργία)

Significa “*obra do povo*”. É a celebração central da vida cristã, em que comungamos da Palavra de Deus e do Corpo e Sangue de Cristo. Não é apenas rito, mas o próprio coração da fé viva.

## 8. Sinal da Cruz (τὸ σημεῖον τοῦ σταυροῦ)

Gesto sagrado com o qual pedimos a bênção de Deus. Faz-se tocando a testa, o ventre, o ombro direito e o esquerdo, com os dedos unidos em forma que lembra a Trindade e as duas naturezas de Cristo.



## Mitologia Grega – Introdução

Antes que o Evangelho fosse proclamado no areópago, antes que os Apóstolos iluminassem o mundo com a luz do verdadeiro Deus, os povos helênicos já buscavam compreender o sentido da existência, o mistério do sofrimento, a origem do mundo e o destino da alma. Buscavam — e narravam.

Os mitos da Grécia antiga, que hoje revisitamos com respeito e espírito crítico, não são apenas fábulas encantadoras: são janelas para o coração humano em sua sede de transcendência. Na linguagem dos deuses e heróis, das musas e titãs, ecoa a tentativa de nomear o indizível, de ordenar o caos e de afirmar — mesmo que em sombras — que o mundo tem uma origem, uma beleza, e um drama moral.

Como cristãos ortodoxos, não celebramos os deuses do Olimpo. Mas honramos a herança helênica como parte de nossa própria história, pois foi nesta língua e neste mundo cultural que o Novo Testamento foi escrito, que os Santos Padres refletiram e que a Igreja pregou o Evangelho à razão sedenta dos povos.

Escrevendo no século II, São Justino Mártir — filósofo grego convertido a Cristo — reconheceu a existência de uma preparação providencial entre os gentios:

«Ὅσα παρα πᾶσιν καλῶς εἴρηται, ἡμῖν τῶν Χριστιανῶν ἐστίν.» “Tudo o que foi dito de belo por qualquer um pertence a nós, os cristãos.” (Apologia I, 46)

Para ele, a verdade é única, e suas sementes — mesmo entre os antigos — já apontavam para o Logos, o Verbo eterno, que viria a se encarnar plenamente em Cristo.

Assim, abrimos esta nova coluna do Kaló Mina como um gesto de reverência à memória dos antigos — não para repetir seus mitos, mas para, à luz da fé, acolher a verdade e a beleza que prefiguram o Logos.

A partir já desta edição, contaremos, brevemente, algumas dessas histórias — não como crônicas de um passado morto, mas como expressões da alma humana em busca do divino.

### Prometeu e o barro dos mortais

*Dizem os antigos que, quando o mundo foi moldado, os deuses olímpicos habitaram o alto céu, e as feras, a terra e os abismos. Mas faltava uma criatura que unisse céu e chão: o ser humano.*

*Coube a Prometeu, o titã amigo dos mortais, a tarefa de criar os primeiros homens. Com barro e água, moldou-os com mãos delicadas, dando-lhes a forma dos deuses — eretos, capazes de olhar para o alto. Mas suas estátuas de lama não tinham vida.*

*Foi então que Prometeu roubou do Olimpo a centelha do fogo divino — símbolo da razão, da criatividade e da alma viva — e soprou-a sobre as figuras de barro. Assim nasceram os homens: feitos de terra, mas aquecidos por um fogo que não era seu.*

*Esse gesto, no entanto, custou caro: Prometeu foi punido por Zeus, acorrentado a um rochedo, onde uma águia devorava-lhe o fígado todos os dias — e ele se regenerava todas as noites. O sofrimento do benfeitor dos homens tornou-se um símbolo eterno de sacrifício pelo bem da humanidade.*

*Para nós, cristãos ortodoxos, este mito carrega ecos profundos. O barro modelado recorda-nos o relato do Gênesis: “Formou o Senhor Deus o homem do pó da terra e soprou-lhe nas narinas o fôlego da vida.” (Gn 2,7). O fogo de Prometeu — usurpado — aponta, de modo imperfeito, para o dom do Espírito, que, na plenitude dos tempos, seria concedido não por roubo, mas por amor, no Pentecostes.*

*Prometeu é um tipo imperfeito, mas comovente, de Cristo: aquele que desce do alto, sofre em favor dos homens e doa o que é divino. Como escreveu São Gregório, o Teólogo:*

**«Ὁ Θεὸς γίνεται ἄνθρωπος, ἵνα ἡμεῖς θεοποιηθῶμεν.» “Deus se fez homem, para que nós nos tornássemos deificados.” (Or. 29, PG 36, 76)**

*A diferença? Cristo, sendo Deus verdadeiro, não roubou o fogo: Ele mesmo é a Luz, que se dá livremente. E por nós foi crucificado — não no Cáucaso, mas no Gólgota.*