



dobrados contra a palma significam que o Filho de Deus, Jesus Cristo, ao encarnar, sendo Deus, tornou-Se Homem, ou seja, significam as Suas duas naturezas – Divina e Humana.

*Para nos benzermos com o sinal da cruz, devemos fazê-lo sem pressa: colocá-lo na testa (1), no ventre (2), no ombro direito (3) e depois no esquerdo (4). Baixando a mão direita, podemos fazer uma reverência de cintura ou uma prostração.*

*(Conscientes da nossa pecaminosidade e indignidade perante Deus, em sinal da nossa humildade, acompanhamos a nossa oração com reverências. Há reverências de cintura, quando nos inclinamos até à cintura, e prostrações, quando, inclinando-nos e pondo-nos de joelhos, tocamos a terra com a cabeça).*

Ao benzermos-nos com o sinal da cruz, tocamos com os três dedos juntos na testa – para a santificação da nossa mente, no ventre – para a santificação dos nossos sentimentos interiores (coração), depois no ombro direito e depois no esquerdo – para a santificação das nossas forças corporais.

Quanto àqueles que se benzem com os cinco dedos abertos, ou se inclinam antes de terminar a cruz, ou agitam a mão no ar ou sobre o peito, São João Crisóstomo disse: «A esses agitados movimentos desordenados os demónios rejubilam». Pelo contrário, o sinal da cruz feito corretamente e sem pressa, com fé e reverência, aterroriza os demónios, acalma as paixões pecaminosas e atrai a graça divina.



*Os antigos cristãos prestavam à Santa Cruz grande respeito e veneração.*

Os que confessavam o nome do Crucificado – o Senhor Jesus Cristo – sempre tiveram o costume de, ao iniciar qualquer obra, se protegerem com a cruz, dobrando os primeiros dedos da mão. Disso testemunha Tertuliano, um dos mais antigos escritores cristãos: «em todo o deslocamento e movimento, em toda a entrada e saída, ao vestir-se, ao calçar-se, ao lavar-se, ao aproximar-se da mesa, ao acender a luz, ao deitar-se, ao sentar-se num banco e em toda a nossa ocupação, protegemos a nossa testa com o sinal da cruz» (Tertuliano, «Sobre a coroa do soldado», cap. 3).

Fortaleçamo-nos, pois, irmãos e irmãs, no Senhor e no poder da Sua força, revistamo-nos de todas as armas de Deus e então poderemos resistir às ciladas do diabo, contra os dominadores das trevas deste século, contra os espíritos da maldade nos lugares celestiais (cf. Ef 6,10-12).

**Protege-nos, Senhor, com a força da Tua Honrosa e Vivificadora Cruz, e guarda-nos de todo o mal.**



*Por favor, não jogue fora este folheto! O nome do Senhor está escrito nele. Se você não precisar mais dele, entregue-o para outra pessoa ou o devolva para a igreja.*

**Se você tiver alguma dúvida, não hesite em nos contatar:**

**Telefone: +7 (962) 939-08-02 E-mail: info@kupinahram.ru  
Padre Dionisy Grishkov**

О КРЕСТНОМ ЗНАМЕНИИ (ПОРТУГАЛЬСК.)



Igreja Ortodoxa Russa (Patriarcado de Moscou)

## SOBRE O SINAL DA CRUZ

**«Dá aos que Te temem um estandarte, para que o ergam pela verdade, para que sejam libertados os Teus amados» (Sl 59,6).**

O sinal da cruz não é simplesmente um dos ritos religiosos; acima de tudo, é uma grande arma: os Paterikos, os livros dos Padres e as vidas dos santos contêm muitos exemplos que testemunham o real poder espiritual que possui a imagem da Cruz.

Já os santos apóstolos, pela força do sinal da cruz, realizavam milagres. Certa vez, o apóstolo São João o Teólogo encontrou à beira da estrada um homem doente, que sofria fortemente de febre, e curou-o com o sinal da cruz (São Dimítrio de Rostov. Vida do santo apóstolo e evangelista João o Teólogo. 26 de setembro).

O venerável António o Grande fala do poder do sinal da cruz contra os demónios: «Por isso, quando os





demónios vierem ter convosco à noite, quiserem anunciar o futuro ou disserem: “Somos anjos”, não lhes deis atenção – porque mentem. Se eles louvarem o vosso ascetismo e vos felicitarem, não os ouçais e de modo algum vos aproximeis deles; antes, selai-vos a vós mesmos e à vossa casa com a cruz e orai. Então vereis que eles se tornam invisíveis, porque são medrosos e temem especialmente o sinal da cruz do Senhor. Pois, com a cruz, tendo-lhes tirado a força, o Salvador os envergonhou» (Vida do venerável pai nosso António, descrita por Santo Atanásio na epístola aos monges que vivem em terras estrangeiras, 35).

No «Lausaico» (livro escrito na viragem dos séculos IV-V, que narra a vida dos ascetas egípcios) conta-se como o abade Doroteu, tendo feito o sinal da cruz, bebeu água tirada de um poço no fundo do qual estava uma áspide: «Certa vez, o abade Doroteu enviou-me, Paládio, à hora nona, ao seu poço para encher um cântaro de que todos tiravam água. Já era hora do jantar. Chegando ao poço, vi no fundo dele uma áspide e, assustado, sem tirar água, corri gritando: “Estamos perdidos, abade, vi uma áspide no fundo do poço”. Ele sorriu discretamente, pois era muito atento comigo, abanou a cabeça e disse: “Se o diabo resolvesse atirar áspides ou outros répteis venenosos em todos os poços e fontes, tu deixarias de beber de todo?” Depois, saindo da cela, ele próprio encheu o cântaro e, tendo feito o sinal da cruz sobre ele, bebeu primeiro e disse: “Onde está a cruz, aí a maldade de Satanás nada pode”».

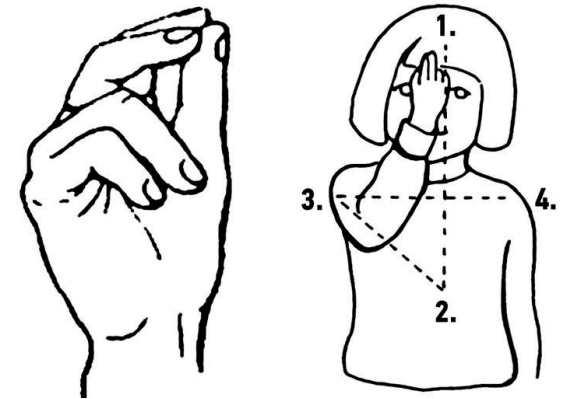


O venerável Bento de Núrsia (480–543) foi eleito em 510 abade do mosteiro caverna de Vicovaro pela sua vida austera. São Bento governava o mosteiro com zelo. Em breve, algumas pessoas, a quem o venerável não agradava, decidiram envenená-lo. Misturaram veneno no vinho e deram-no a beber ao abade durante o jantar. O santo fez o sinal da cruz sobre a taça, e o vaso, pela força da Santa Cruz, partiu-se imediatamente, como se atingido por uma pedra. Então o homem de Deus compreendeu que a taça era mortal, pois não pôde suportar a Cruz Vivificadora (São Dimítrio de Rostov. Vida do venerável pai nosso Bento. 14 de março).

O protopresbítero Basílio Chustin (1886–1968) recorda o monge ancião Nectário de Optina: «O padre diz-me: “Primeiro sacode o samovar, depois deita água; muitas vezes esquecem-se de deitar água e começam a acender o samovar, e no fim estragam o samovar e ficam sem chá. A água está ali no canto, num jarro de cobre; pega nele e deita”. Aproximei-me do jarro, que era muito grande, de dois baldes, e pesado por si mesmo. Tentei movê-lo, não consegui – não tinha força –, então quis levar o samovar até ele e deitar água. O padre notou a minha intenção e repetiu-me: “Pega no jarro e deita água no samovar”. – “Mas, padre, é demasiado pesado para mim, não consigo movê-lo do lugar”. Então o padre aproximou-se do jarro, benzeu-o com o sinal da cruz e disse: “Pega” – e eu levantei-o e olhei para o padre com espanto: o jarro pareceu-me completamente leve, como se não pesasse nada. Deitei água no samovar e



pus o jarro de volta com uma expressão de espanto no rosto. E o padre perguntou-me: “Então, o jarro é pesado?” – “Não, padre. Estou admirado: está completamente leve”. – “Pois toma esta lição: toda a obediência que nos parece pesada, ao ser cumprida, torna-se muito leve, porque é feita como obediência”. Mas eu fiquei profundamente impressionado: como ele anulou a força da gravidade com um simples sinal da cruz!» (Cf.: Chustin, Basílio, protopresbítero. Registo sobre João de Kronstadt e sobre os anciões de Optina. M., 1991).



Para o sinal da cruz, dobramos os dedos da mão direita assim: os três primeiros dedos (polegar, indicador e médio) juntamo-los pelas pontas, de forma igual, e os dois últimos (anular e mindinho) dobramos contra a palma.

Os três primeiros dedos juntos expressam a nossa fé em Deus Pai, Deus Filho e Deus Espírito Santo como Trindade consubstancial e indivisível, e os dois dedos

