



Jornal **KAIROS**

Tempo Favorável da Graça - Uma Publicação Mensal do Centro de Formação Kairós
Manaus Janeiro 2025 / Ano XXXVIII - Nº. 01

“Ano Jubilar aos Católicos!”

Página 02



ANO DE REDENÇÃO, ANO DE PERDÃO, ANO DE CURA, ANO DE ESPERANÇA

O Jubileu da Igreja Católica acontece a cada 25 anos e a representação maior é a abertura da Porta Santa. Uma porta que se encontra na Catedral de São Pedro, no Vaticano e que é aberta somente a cada 25 anos, portanto, foi aberta no ano 2000, pelo Papa Wojtyła, que coincidiu com a Jornada Mundial da Juventude em Roma. Excepcionalmente em 2016, o Papa Francisco instituiu o Ano Jubilar Extraordinário da Misericórdia, com a abertura desta porta.. A abertura da Porta Santa pelo Papa Francisco aconteceu na Vigília de Natal deste ano. Quem passa pela porta Santa e busca o sacramento da Confissão, recebe a indulgência plenária. A indulgência, no entanto, não será somente privilegio de quem vai a Roma. As Igrejas dão a oportunidade a todos de passarem por uma Porta Santa que é instituída. em diversos lugares do mundo.

“PEREGRINOS DA ESPERANÇA”

A Igreja celebra em 2025 mais um Jubileu ordinário, que acontece a cada 25 anos. O Papa Francisco escolheu o tema “Peregrinos da Esperança” e indicou que a preparação para esse momento levasse em conta a oração e o estudo dos documentos do Concílio Vaticano II.

O Jubileu da Esperança de 2025 foi oficialmente inaugurado no dia 24 de dezembro de 2024, às 15h (horário de Brasília), na Basílica de São Pedro, no Vaticano. O Papa Francisco abrirá a Porta Santa e presidirá a Santa Missa na noite de Natal. O Jubileu termina em 6 de janeiro de 2026.

O Santo Padre destacou que o Jubileu sempre representou na vida da Igreja um acontecimento de grande relevância espiritual, eclesial e social. Desde que Bonifácio VIII, em 1300, instituiu o primeiro Ano Santo, o fiel e santo povo de Deus viveu esta celebração como um dom especial da graça, caracterizado pelo perdão dos pecados

e, em particular, pela indulgência – expressão plena da misericórdia de Deus.

O logotipo representa quatro figuras estilizadas para indicar a humanidade dos quatro cantos da Terra. As figuras estão abraçadas uma à outra, para indicar a solidariedade e a fraternidade que unem os povos. O que está à frente está abraçando a cruz, simbolizando a fé que abraça e a esperança que nunca pode ser abandonada.

As ondas que se movem indicam que a peregrinação da vida nem sempre se move em águas tranquilas. A Cruz termina transformando-se em uma âncora, que se impõe ao tumulto das ondas.

Na gíria marítima, a âncora da esperança, é o nome dado à âncora de reserva, utilizada pelas embarcações em manobras de emergência para estabilizar o barco durante as tempestades.

A Cruz curvada para a humanidade apresenta-se como sinal da presença e a segurança da espe-

rança. O logotipo também traz o tema do Jubileu de 2025 com a cor verde: “Peregrinos da Esperança”.

Reze a oração do Jubileu feita pelo Papa Francisco

“Pai que estás nos céus, a fé que nos deste no Teu Filho Jesus Cristo, nosso irmão, e a chama de caridade derramada nos nossos corações pelo Espírito Santo despertem em nós a bem-aventurada esperança para a vinda do Teu Reino.

A Tua graça nos transforme em cultivadores diligentes das sementes do Evangelho que fermentem a humanidade e o cosmos, na espera confiante dos novos céus e da nova terra, quando, vencidas as potências do Mal, se manifestar para sempre a tua glória.

A graça do Jubileu reavive em nós, Peregrinos de Esperança, o desejo dos bens celestes e derrame sobre o mundo inteiro a alegria e a paz do nosso Redentor. A Ti, Deus bendito na eternidade, louvor e glória pelos séculos dos séculos. Amém! “

Espiritualidade	02
Psicologia	03
Lição de Vida	05
Catequese	06
Palavra do Papa	07



COLABORADORES:
Risoleyde Matos / Dulcilene Pinheiro / Ana
Maria Evangelista / Orestes Pereira
FONTE DAS MATÉRIAS
Comunidade Canção Nova
Sites e blogs da Igreja Católica



O MAL EM ACUMULAR: IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

O hábito de acumular objetos, muitas vezes considerado inofensivo, pode se tornar um problema sério para a saúde mental. Conhecido como transtorno de acumulação, essa condição se caracteriza pela dificuldade persistente de se desfazer de posses de objetos, independentemente do seu valor real.

Por que acumular faz mal para a mente?

Ansiedade e estresse: A constante preocupação em guardar objetos e a sensação de que algo importante pode ser perdido geram um estado de alerta constante, aumentando os níveis de ansiedade e estresse.

Depressão: A dificuldade em se desfazer de objetos pode levar à sensação de aprisionamento e impotência, contribuindo para o desenvolvimento de quadros depressivos.

Isolamento social: A vergonha e a dificuldade em manter a casa organizada podem levar ao isolamento social, prejudicando as relações interpessoais.

Dificuldade em tomar decisões: A indecisão sobre o que guardar e o que descartar pode se estender a outras áreas da vida, dificultando a tomada de decisões importantes. Impacto na qualidade de vida: A acumulação excessiva pode comprometer a qualidade de vida, tanto em casa quanto no trabalho. Ambientes desorganizados e lotados podem dificultar a realização de atividades

do dia a dia e gerar um sentimento de caos.

O que causa o transtorno de acumulação?

As causas do transtorno de acumulação ainda não são totalmente compreendidas, mas diversos fatores podem estar envolvidos, como:

Fatores genéticos: Estudos sugerem que a predisposição genética pode influenciar o desenvolvimento do transtorno.

Fatores psicológicos: Traumas, perdas e dificuldades em lidar com emoções podem estar relacionados ao comportamento de acumulação.

Transtornos psiquiátricos: O transtorno de acumulação costuma estar associado a outros transtornos mentais, como o transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e a depressão.

Como tratar o transtorno de acumulação?

O tratamento do transtorno de acumulação geralmente envolve uma combinação de terapias e, em alguns casos, medicação. A terapia cognitivo-comportamental é considerada a abordagem mais eficaz, pois ajuda a identificar e modificar os pensamentos e comportamentos que contribuem para a acumulação.

Outras abordagens terapêuticas que podem ser utilizadas incluem

Terapia de exposição e prevenção de resposta: Gradualmente expõe o indi-

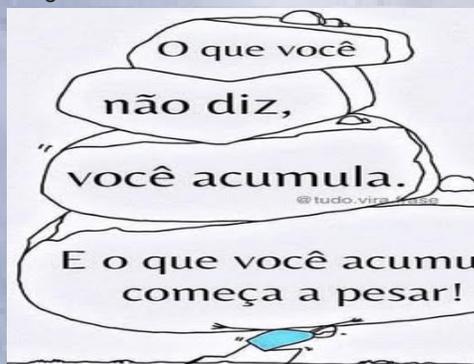
víduo aos objetos que ele teme descartar, ensinando técnicas para lidar com a ansiedade.

Terapia de aceitação e compromisso: Ajuda a aceitar as emoções e pensamentos difíceis, permitindo que a pessoa se concentre em valores e ações mais importantes.

Terapia familiar e de casal: Envolve a família e o parceiro do indivíduo com o objetivo de fornecer apoio e estratégias para lidar com a situação. É importante ressaltar que o tratamento do transtorno de acumulação é um processo gradual e exige a participação ativa do indivíduo. Com o tratamento adequado, é possível superar esse problema e melhorar significativamente a qualidade de vida.

Se você ou alguém que você conhece está enfrentando dificuldades com a acumulação, procure ajuda de um profissional de saúde mental.

Você não está sozinho. Com o tratamento adequado, é possível superar esse desafio e construir uma vida mais leve e organizada.



Risoleyde Matos: Psicóloga, Mestre em Psicologia, Mestre em Direito Ambiental, Mestre em Ciência Jurídica / Especialista em Psico oncologia / Especialista em Saúde Mental e Gerontologia / Especialista em Dependência Química / Especialista em Psicologia do Aconselhamento / Especialista em Psicologia Pastoral / Especialista em Ciência Política / Especialista em Pedagogia Empresarial

MT REFRIGERAÇÃO
SERVIÇOS EM CONDICIONADORES DE AR E LAVADORAS

(92)981336736 / 36258990

MÁRCIO



CFK - Nova Evangelização - Orações em Comunidades



ORAÇÃO DE
INTERCESSORES
COMUNITÁ-
RIOS:
ORAÇÃO
COM O BASTÃO

CONHECENDO OS SANTOS

SÃO BASÍLIO MAGNO – BISPO E DOUTOR DA IGREJA 02 DE JANEIRO

Basílio nasceu em Cesareia, no ano 329. Nasceu de uma família santa que buscava testemunhar, na própria vida e na formação dos filhos, o grande amor por Cristo e pela Igreja. Foi assim que, ajudado pelo pai, Basílio recebeu a primeira formação.

Depois, passou por Constantinopla, chegando a estudar em Atenas e formar-se em retórica. A essa altura, mesmo tendo um coração bem semeado pelo Evangelho, ele começou a buscar glórias humanas, mas, ao conhecer o amigo São Gregório Nazianzeno, conheceu Cristo mais profundamente e retomou a amizade com Jesus.

A direção do seu conhecimento:

Jesus Cristo:

Ele, que já era muito culto, direcionou

todo o seu potencial para Aquele que é a verdade, o Logos, o Verbo que se fez carne, Jesus Cristo, Nosso Senhor e salvador. Retirou-se por um tempo dali e pôde viver uma vida de muita oração e penitência. Depois, foi inspirado a aprofundar-se na vida eremítica e também na vida monástica. Visitou o Egito, Síria, Palestina e estudou a ponto de, com seu amigo Nazianzeno, começar uma comunidade monástica.

Eleito Bispo

Aconteceu que, diante da realidade na qual o Arianismo — heresia que afirmava que Jesus Cristo não é Deus —, confundia muito as pessoas e ainda era apoiada pelo imperador do Oriente chamado Valente. Nessa altura, em Cesareia, São Basílio, em 370 d.C.,

foi eleito bispo, sucessor de um dos apóstolos. Homem de caridade e de testemunho, ele pôde combater e ver a verdade vencendo o Arianismo. O imperador não colocava medo nesse homem cheio do Espírito Santo. São Basílio também tinha muitas obras, não era apenas um homem de palavras; cidades de caridade surgiram por meio dele.

Páscoa

Ainda padre, ele já era um testemunho reconhecido, uma autoridade não só pela Igreja, mas pela vida. São Basílio Magno deixou uma riqueza de escritos e, principalmente, a certeza de que amigo de Jesus, felizes nós seremos. Em 379 d.C., ele partiu para o céu e intercede por nós.

O DESCANSO É IMPORTANTE

As crianças estavam no recreio. Jogavam bola, corriam brincando de pegar, de carniça, andavam de rema-remá, escoregavam no escorrega, subiam e desciam na gangorra, no trepa-trepa, no cavalo de pau...Ui! Ui!

A sineta que anunciava o término do recreio soou: triiii...

A professora D. Déa ficou em pé no seu lugar, já marcado anteriormente. As crianças de sua turma foram se aproximando um depois do outro. Todos chegaram e ficaram em fila. Estavam cansados, suados e ofegantes. D. Déa contou os alunos: sim, todos ali estavam. Com calma, pôs-se a andar e dirigiu-se à sala de música onde havia uma pilha de esteiras.

-Cada um pegue sua esteira, vamos descansar.

Era uma boa novidade: as crianças obedeceram e a sala de música ficou repleta de crianças deitadas. D. Déa colocou um disco de Bach na vitrola: Ouviu-se uma música suave e calmante.

Ela se deitou também e todos dormiram quinze minutos. a professora, então, foi mudando o disco e passou de Bach, ao samba, vagarosamente. As crianças compreenderam o descanso havia terminado. D. Déa falou suavemente:

-Vamos levantar?

Uns obedeceram no mesmo instante, alguns demoraram um pouco, e outros, mais ainda, porém, em dez minutos, todos estavam em pé, em fila, acompanhando a mestra até a sala de aula.

-o repouso é necessário, meus alunos. precisamos ter fé, amar, trabalhar, estudar, descansar. só assim, seremos fel-

izes.

D. Déa tinha razão; depois do descanso, todos resolveram os problemas que estavam no quadro de giz com muita concentração, sem erros e, o final do dia chegou depressa.

As outras professoras souberam da iniciativa da colega Déa e resolveram adotar seu método, proporcionando cada uma a seus alunos o descanso, após o trabalho. o amor reinou, e a fé nas professoras aumentou.

Ligação: D. Déa sabia o que era melhor para seus discípulos e seguiu o exemplo de Jesus quando aconselhou os Apóstolos a descansarem antes do novo trabalho.

Tia Corina: Portal da Catequese: Fazei Discípulos



SALÃO VISUAL UNISSEX
 Promoções Especiais /2020: Cortes Masculino 10 reais, Corte Feminino Simples 25 reais, Coloração, alisamento, descoloração, neutralização...
 Manicure pé e mãos 25 reais,
 Sombrancelha de henna 25 reais, simples 10 reais. Escova +hidratação 50 reais. obs: somente no dinheiro. Aproveite!
 Rua Dr. Edson No. 31 - Zumbi - Nova Luz
 Fones: 992934393 / 98825-7038



O Melhor do mundo da moda, você só vai encontrar aqui na Tapajós Tecidos

ÚNICA COMO VOCÊ

O melhor da moda, você encontra aqui na Tapajós Tecidos

Rua Lobo D'almada, N° 129 – Centro (92) 3215-8610 / 3215-8611
 Av. Leopoldo Peres, N° 865 - Educandos (92) 3624-5200
 Rua Itaeté, N° 92 - Mutirão (92) 3214 6030 / 32146031



Por apenas 10 reais
 Luzia: 992064364
 Consulte o Preço Atual!

NESSE ANO DE 2025:

Só regue aquilo
que você deseja
que cresça.



SV Instalações
Ltda

Só quem tem tradição oferece variedades em materiais para sua construção. A SVI dispõe de uma linha de produtos com mais de 26 mil itens dos melhores fornecedores nacionais e importados. São mais de 15 nos de mercado, trazendo soluções em materiais para instalações industriais, comerciais e residenciais na região.



Fone: (92) 2123-4411
sv@svi-am.com.br
Rua Santos Dumont
, 495 Nossa Senhora
das Graças



PALAVRADO PAPA



“DEFESA DA VIDA CONTRA O ASSASSINATO DE INOCENTES”

O Papa Francisco fez um forte apelo à defesa da vida contra o assassinato de inocentes (aborto) em sua primeira homilia do ano de 2025 na Solenidade da Santíssima Mãe de Deus.

Disse o Papa: “Confiemos a Maria, Mãe de Deus, este novo ano que começa, para que como Ela também nós aprendamos a encontrar a grandeza de Deus na pequenez da vida; para que aprendamos a cuidar de toda a criatura nascida de uma mulher, antes de mais protegendo o dom precioso da vida, como faz Maria: a vida no ventre materno, a vida das crianças, a vida de quem sofre, a vida dos pobres, dos idosos, de quem se encontra só, dos moribundos. E no dia 01 de janeiro, Dia Mundial da Paz, todos somos chamados a acolher este convite que brota do coração materno de Maria: proteger a vida, cuidar das vidas feridas – e há tantas vidas feridas, tantas! –, restituir a dignidade à vida de cada ser “nascido de uma mulher” é a base fundamental para construir uma civilização de paz. Por isso, «faço apelo a um firme compromisso de promover o respeito pela dignidade da vida humana, desde a concepção até à morte natural, para que cada pessoa possa amar a sua vida e olhar para o futuro com esperança.”

O Papa também alertou para uma tentação dos tempos modernos: “Hoje em dia, há uma tentação que fascina muitas pessoas e pode enganar também muitos cristãos: imaginar ou fabricar para nós um Deus “abstrato”, ligado a uma vaga ideia religiosa, a uma fugaz agradável emoção. Ao invés, é concreto, é humano: Ele nasceu de uma mulher, tem um rosto e um nome, e chama-nos a manter uma relação com Ele. Cristo Jesus, o nosso Salvador, nasceu de uma mulher; tem carne e sangue; veio do seio do Pai e, todavia, encarnou no ventre da Virgem Maria.”

Neste ano jubilar da esperança, renovemos nosso compromisso de lutar em defesa da vida e banir a cultura de morte.



O Melhor do mundo da moda, você só vai encontrar aqui na Tapajós Tecidos

ÚNICA COMO VOCÊ

O melhor da moda, você encontra aqui na Tapajós Tecidos

Rua Lobo D’almada, N° 129 – Centro (92) 3215-8610 / 3215-8611
 Av. Leopoldo Peres, N° 865 - Educandos (92) 3624-5200
 Rua Itaetê, N° 92 - Mutirão (92) 3214 6030 / 32146031



Contato: (92) 98823-9221 (JOVAN)
 email: grafprint.am@gmail.com
GRAFPRINT.AM

Núcleo de Atendimento Psicológico e Social (NAPS)

Terapia Cognitivo Comportamental Individual, Familiar e Grupo; Especialistas em: Dependência Química, Co-dependência, Pacientes Oncológicos, Gerontológicos, Ansiedade, Estresse, Depressão, Transtorno do Pânico...



No momento atendimento apenas via On Line

Preços Promocionais de: R\$ 80,00 Cada Sessão

Somente Pelo WhatsApp: 988443673

Agende a Sua Consulta!

Terapias Por Meio On Line
*Você se consulta por chamada de vídeo.
 É necessário você possuir internet.*

*Psicólogas farão atendimentos via whatsapp ou skype, de acordo com sua preferência.
 Ansiedade? / Depressão / Pânico / Problemas de Relacionamentos ou Outros
 Estas Profissionais estarão trabalhando com você para ajudar a solucionar estas e outras dificuldades.*

*Pagamento apenas por depósito ou transferência bancária. - Valor R\$ 50,00 cada sessão
 Agendamento Somente pelo whatsapp
 988443673*

Atos de Misericórdia: Uma Obra Evangelizadora e Social

Trabalhamos evangelizando em diversas comunidades na cidade de Manaus. Fazemos campanhas de formações e capacitações para auxiliar essas comunidades.

Assim, precisamos de seu apoio para continuar a realizar esta obra.

Você também é nosso convidado a fazer parte desta obra evangelizadora e ser um evangelizador.

Faça conosco os cursos que temos e trabalhe como multiplicador deste projeto.

COLABORE COM ESTA OBRA!

ASSOCIAÇÃO KAIROS

HOMEPAGE: <http://associacaokairos.org.br/>

ENDEREÇO: AV. 7 DE SETEMBRO 2165, CENTRO

Você Pode Contribuir através de depósito bancário:

Banco: Bradesco (237) / **Agência:** 3715

Conta Corrente: 4071-1

ENTRE EM CONTATO CONOSCO ATRAVÉS DO

CELULAR:

**(92)991144169 (Everaldo) / (92)
 991734950 (Mara)**

Estamos Fundada há mais de 32 anos

Agradecemos sua colaboração. Deus vos abençoe sempre!



CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS

VIGÍLIA ANUAL 2025

DATA: 18 DE JANEIRO

HORA: 21:00H

**LOUVOR, ADORAÇÃO, CURA,
INTERCESSÃO, PALESTRA ETC.**



SOMOS ESPECIALIZADOS EM SERVIÇOS DE FUNILARIA, LANTERNAGEM E PINTURA DE VEÍCULOS LEVES E PESADOS.

Temos parceiros nas áreas de estruturas metálicas, serralheria, telhados entre outros; temos serviços de fibra, capotas.

Nosso lema é "Se você pensa pode ser feito"!

Nosso interesse é a satisfação de nossos clientes.

Acesse o site <https://nattivus.com.br>

PARTICIPE!
TRAGA UM AMIGO!



100% DELICIOSO!!!

Você Encontra na Praça da Ponta Negra



Máquinas de costura é aqui!

Dispono de grande variedades em máquinas de costura domésticas e industriais

Adquira uma de nossas máquinas e comece seu empreendimento com sucesso!

Trabalhamos c/ bordados, pinturas, consertos de máquinas de costura.

Rua Maués, 802 - Cachoeirinha - Fones: 3233.4595 / 3232.5779 - Fax: 3233.7661

E-mail: limaq@osite.com.br - Manaus - Amazonas

Faça seu
orçamento
sem compromisso

CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS

Movimento Nova Evangelização e EESA Manaus



CURSO NOVA VIDA: FAZENDA DA ESPERANÇA



ARQUIDIOCESE DE MANAUS
MOVIMENTO NOVA EVANGELIZAÇÃO
ASSOCIAÇÃO KAIROS



A PAZ DE CRISTO ESTEJA CONTIGO!

NOSSO JORNAL ON LINE É UM MEIO DE

COMUNICAÇÃO PARA DIVULGAR NOSSO SERVIÇO DE EVANGELIZAÇÃO!

VENHA FAZER PARTE CONOSCO - DIVULGUE SUA EMPRESA NESTE ESPAÇO.

NOSSA MANUTENÇÃO DEPENDE DE NOSSOS COLABORADORES

LIGUE: 991734950 / 991144169 / 992987836

Informe-se Como Participar!

Entre em CONTATO CONOSCO

ENVIE AS NOTÍCIAS DE SEU GRUPO DE EVANGELIZAÇÃO OU DE SUA PARÓQUIA. ENVIE TAMBÉM AS FOTOGRAFIAS DE SEUS EVENTOS PARA RISOLEYDE@GMAIL.COM E PROPAGUE AQUI NO JORNAL KAIROS O QUE SUA COMUNIDADE ESTÁ FAZENDO.