



Jornal **KAIROS**

Tempo Favorável da Graça - Uma Publicação Mensal do Centro de Formação Kairós
Manaus Fevereiro 2023 / Ano XXXV - Nº. 02

TEMPO DE QUARESMA

Página 07

A Quaresma é um período de preparação que antecede a Páscoa, esse período se estende por 40 dias, iniciando-se na Quarta-Feira de Cinzas (dia 02 de Fevereiro). No Domingo de Ramos (dia 02 de Abril), ou seja, uma semana antes do Domingo de Páscoa” que será celebrada em 09 de Abril.



QUARESMA:

HORA DE FAZER UPGRADE NA ALMA

Vamos fazer penitência, Povo Católico!!!

A gente já publicou por aqui um resumo completo das questões relativas ao jejum e a penitência. Mas católico de verdade não fica no mínimo e aproveita o tempo da Quaresma como se fosse um retiro de 40 dias. E ter uma penitência diária ajuda muito!

A Quaresma é bem antiga. Na Igreja primitiva era o tempo de 40 dias de preparação dos catecúmenos para os sacramentos de iniciação que eram recebidos na Vigília Pascal. Esse tempo era encarado como um grande momento de conversão que mudaria a vida toda.

Na Bíblia, vamos encontrar similaridades nos 40 dias de dilúvio que antecederam um mundo totalmente novo, nos 40 dias de Moisés no Sinai que antecederam a nova Lei de Deus, nos 40 dias de Cristo no deserto que antecederam a sua vida pública.

Em todos esses casos temos 40 dias como tempo de preparação para uma grande mudança. Daí entendemos que a Quaresma não pode ser só o momento do ano em que postamos foto com cinzas na testa, compartilhamos calendários de orações que não fazemos e corremos atrás de comprar ovos de chocolate.

A Quaresma precisa ser um tempo de mudança. Não podemos sair dela do mesmo jeito que entramos. Precisamos

aproveitar estes 40 dias para crescer espiritualmente. **Por isso, este tempo tem dois deveres:**

ordenar as vontades da carne ao espírito;

direcionar minha espiritualidade corretamente.

A primeira coisa a fazer é saber ONDE SE QUER CHEGAR. Qual é a sua meta? Analise a sua vida espiritual e veja como você está e onde quer chegar. Seja realista. Não vai sair da perdição à santidade em 40 dias. Mas pode dar passos firmes em direção à Salvação.

Depois, é hora de fazer a carne ficar quieta... e aí entra a forma de penitência que chamamos de MORTIFICAÇÃO. Escolhemos uma penitência que seja contra as nossas vontades da carne, que nos cause algum incômodo.

Pode ser cortar um hábito de que se goste muito, deixar de comer sua comida preferida, usar sapatos mais apertados do que devia pra sentir aquela dor de leve... você que sabe. Mas escolha algo que te incomode.

Esse incômodo tem dois motivos: o primeiro, oferecer reais sacrifícios a Deus, participando de forma mínima da sua Paixão e Morte, que são o caminho para a glória da Ressurreição. Não podemos olhar só para a Páscoa e pular a parte difícil. É

preciso participar de tudo.

O segundo motivo é mais didático: o incômodo vai lhe ajudar a lembrar-se de Cristo durante o dia. Você vai se lembrar dEle sempre que tiver que se controlar pra não comer, para não ver seu programa favorito ou quando sentir aquela dorzinha chata. E essas são ocasiões para introduzir um segundo esforço de Quaresma (que nem chamo de penitência): uma nova rotina de oração.

Aproveite esses momentos de lembrança de Cristo para rezar. Assim, você sairá da quaresma rezando de uma maneira nova. Criando um hábito novo de oração. E, aliás, porque não abrir mais espaço no seu dia para uma nova devoção, para a oração do terço, para a Liturgia das Horas, para ir diariamente à Missa? É uma outra forma de renunciar ao mundo e crescer espiritualmente.

Essas duas práticas - mortificação e oração - vão lhe ajudar a chegar na sua meta. A primeira coloca seus desejos carnis em ordem, a segunda direciona o seu espírito e o coloca no rumo certo.

Mesmo que a Quaresma já tenha começado, não perca a chance! Você passa o ano inteiro preocupado em melhorar seu currículo. Agora é hora de fazer um upgrade na sua alma.

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



Jornal

KAIROS

Tempo Fervoroso / Tempo da Graça

REDAÇÃO / LAYOUT:
risoleyde@gmail.com

COLABORADORES:

Risoleyde Matos / Dulcilene Pinheiro / Ana Maria Evangelista / Orestes Pereira

FONTES DAS MATÉRIAS

Comunidade Canção Nova
Sites e blogs da Igreja Católica

Depressão: O Mal do Século

A Organização Mundial da Saúde (OMS) registra que, no decorrer dos 20 anos a seguir, a depressão deverá se converter na doença mais comum do mundo todo. Pois, esta vem abalando muito mais pessoas do que quaisquer outros problemas de saúde, mesmo incluindo câncer e doenças cardíacas.

A depressão é um transtorno mental frequente. Em todo o mundo, estima-se que mais de 350 milhões de pessoas, de todas as idades, sofram com esse transtorno. A estimativa é que 19% da população mundial possua depressão em algum momento da vida e é apontada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a doença que mais produz incapacidade funcional em todo o mundo e contribui de forma importante para a carga global de doenças.

No mês de janeiro, um mês voltado para a saúde mental como um todo, denominado Janeiro Branco, é um mês de alerta para que cada pessoa busque fazer uma reflexão pessoal de como está a sua vida e buscar equilíbrio, uma vez que, quaisquer desequilíbrios, independentemente das áreas da vida de cada pessoa, podem impulsionar para promover alterações do humor: afeto, emoções, sentimentos e tudo isso desencadear um transtorno mental e até mesmo físico.

O mês denominado Janeiro Branco,

remete-se à uma folha em branco, da qual se tem a chance de se reescrever uma nova história

Mesmo, estando em outro mês do ano, sempre é tempo de recomeçar. Assim, é questionável compreender:

- O que tenho feito para minha saúde física e psíquica?

- O que tenho feito para meu bem-estar?

- Que tempo tenho tirado para minha saúde?

- Como estão meus relacionamentos e amizades?

Qual a área de minha vida que está pedindo socorro e eu não estou escutando?

Essas e outras perguntas são algumas sugestões de por onde você deva começar a fazer um cheque list de suas necessidades.

Também, a Organização Mundial de Saúde chama a atenção de que, somente no Brasil, cerca de 18,6 milhões de pessoas sofrem de ansiedade — isso faz com que o Brasil seja o recordista mundial de ansiedade, ou seja, o país mais ansioso do mundo.

A ansiedade é uma escada para o pânico e a depressão. O medo toma conta da pessoa e se transforma em um grande problema a ser enfrentado: medo de fazer alguma coisa, medo de não fazer nada, medo de pessoas, de lugares, medo de se relacionar com al-

guém, medo de enfrentar um emprego e por aí em diante.

Assim, antes que você entre nas estatísticas de depressão e ansiedade, isso se você já não se encontra nesta estatística, que tal buscar um profissional e começar a fazer seu cheque list de resultados para o bem-estar?

Busque auxílio. Você consegue! Existem coisas que só você pode fazer por você. Não há outro que possa fazer no seu lugar. Tenha compaixão de você e não caia na auto armadilha do comodismo.

Deixe o medo e vergonha de lado e peça ajuda.

Caminhe, dance, se alimente bem, se comunique, leia bons livros, assista um bom filme.

Faça da saúde a sua aliada.



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,
Sobrancelha 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

Risoleyde Matos: Psicóloga, Mestre em Psicologia, Mestre em Direito Ambiental, Mestre em Ciência Jurídica / 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



O Senhor está próximo!

Buscai ao Senhor
enquanto se pode achar,
invocai-o enquanto está
perto.

CONHECENDO OS SANTOS**SANTA ÂNGELA MÉRICI
27 DE JANEIRO**

Nasceu no ano de 1474 no norte da Itália. De uma família muito honesta, materialmente pobre, mas espiritualmente riquíssima, amava muito Cristo e sua Igreja. Os filhos foram crescendo assim, com o testemunho dos pais, inclusive Santa Ângela que, desde pequenina, já tinha vida de oração e penitência, buscava amar a Deus cada vez mais.

Ela teve uma irmã e, com o tempo, seus pais vieram a falecer. Os filhos tiveram que sair de sua terra e morar com um tio. Ali, a irmã faleceu e, mais tarde, o tio. Quantas perdas! Mas Santa Ângela, mulher de oração, nunca acusou Deus, nunca se revoltou. Isso não quer dizer que não sentiu, não sofreu. Até Nosso Senhor, verdadeiro Deus, verda-

deiro homem sofreu. Inspirada pelo Espírito Santo, retornou para a sua terra natal e ali começou a fazer um trabalho muito providencial, confirmado pelo céu, porque teve um sonho de ver jovens com coroas de lírios caminhando para o céu. Naquele discernimento, ela agarrou a inspiração e foi trabalhar servindo jovens que corriam riscos morais.

O grupo daquele que se dedicavam a Deus foi crescendo, servindo no resgate à evangelização dos jovens e também na restauração das famílias. Ela foi com o coração aberto, cheio de amor para auxiliar, com as outras jovens, as famílias. Promoveu a restauração das jovens, das famílias, também foi ao encontro dos pobres e enfermos. O Papa

aprovou esta nova congregação que foi consagrada a Santa Úrsula, por isso, eram chamadas ursulinas, pois a própria Santa Úrsula apareceu para Santa Ângela. Ela que, aos 66 anos, partiu para o céu, hoje intercede não só pelas ursulinas, mas por todos que são Igreja.

Santa Ângela Mérici, rogai por nós!



A HISTÓRIA DE CHARLES PLUMB

Charles Plumb era piloto de avião na guerra do Vietnã. Depois de muitas missões, seu avião foi abatido. Plumb saltou de paraquedas. Foi capturado e passou seis anos numa prisão norte-vietnamita. Ao retornar aos Estados Unidos, passou a dar palestras relatando sua experiência e o que havia aprendido na prisão.

Certo dia, num restaurante, foi saudado por um homem, que sorriu, dizendo:

— Olá, você é Charles Plumb, era piloto no Vietnã e foi derrubado, não é mesmo?

— Sim, como sabe? – perguntou Plumb, espantado.

— Era eu quem dobrava o seu paraquedas. Parece que funcionou bem, não é verdade?

Plumb quase se afogou de surpresa e com muita gratidão respondeu:

— Funcionou perfeitamente, caso contrário não estaria aqui hoje. Devo minha vida a você!

Ao ficar sozinho naquela noite, Plumb não conseguia dormir, pensando:

Quantas vezes vi esse homem no porta-aviões e nunca lhe disse “Bom Dia”? Eu era um piloto arrogante e ele um simples marinheiro aprendiz.

Pensou também nas horas que o marinheiro passou humildemente

dobrando centenas de paraquedas, tendo em suas mãos a vida de pessoas que nem conhecia.

Agora, Plumb inicia suas palestras perguntando à platéia:

— Quem dobrou seu paraquedas hoje?

Autor Desconhecido



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

Por apenas 10 reais



Luzia: 992064364

Consulte o Preço Atual!



Campanha da Fraternidade 2023

A identidade visual da Campanha da Fraternidade 2023, tem como tema “Fraternidade e fome”, e o lema “Dai-lhes vós mesmos de comer” (Mt 14,16)

“Vemos no cartaz o mapa do Brasil, país considerado o celeiro do mundo, mas que carrega uma grande contradição: a fome é real e atinge hoje cerca de 33,1 milhões de Brasileiros. Em destaque contemplamos as mãos que repartem e dão vida a solidariedade guiada pela fé. O arroz e o feijão, ali-

mento do povo, passam pelas mãos de homens e mulheres que sabem que a solução do problema da miséria e da fome não está somente nos recursos financeiros mas na vida fraterna. Ninguém deve sofrer com a fome quando realmente vivemos como irmãos e irmãs. Eis o convite: “Dai-lhes vós mesmos de comer”.

Esta é terceira vez a fome é tratada pela Igreja no Brasil, na Campanha da Fraternidade. A primeira foi em 1975, com o tema

‘Fraternidade é repartir’ e o lema Repartir o pão’, no clima do Ano Eucarístico que precedeu o Congresso Eucarístico Nacional de Manaus, que trazia o mesmo tema e lema e desejava intensificar a vivência da Eucaristia em nosso povo. A segunda foi em 1985, outro Ano Eucarístico, desta vez em preparação para o Congresso Eucarístico de Aparecida, com o lema ‘Pão para quem tem fome’.

Fraternidade e Fome

“Dai-lhes
vós mesmos
de comer!”

(Mt 14,16)



SVI 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 anos de mercado, trazendo soluções em materiais para instalações industriais, comerciais e residenciais na região.



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



PALAVRADO PAPA



"EDUCAR COM FRATERNIDADE"

EDUCAR COM FRATERNIDADE" É O PRIMEIRO PEDIDO DE ORAÇÃO DO PAPA PARA 2023

Francisco pede aos católicos que rezem para que os educadores sejam testemunhas credíveis, ensinando a fraternidade, em vez da competição.

Na primeira intenção de oração de 2023, divulgada pelo "O Vídeo do Papa", Francisco enfatiza a importância dos educadores. O Santo Padre pede que se acrescente um novo conteúdo ao ensino: a fraternidade, um ingrediente chave na busca de um mundo próximo aos mais vulneráveis.

O Pontífice manifesta seu desejo de que os educadores sejam testemunhas confiáveis e que vejam a fraternidade como a melhor maneira de ajudar os mais necessitados.

"O educador é uma testemunha

que não oferece os seus conhecimentos mentais, mas as suas convicções, o seu compromisso com a vida. É alguém que sabe manusear bem três linguagens: a da cabeça, a do coração e a das mãos, em harmonia. E daí a alegria de comunicar", disse.

Por fim, o Papa pede aos católicos que rezem para que os educadores sejam testemunhas credíveis, ensinando a fraternidade em vez da competição e ajudando especialmente os jovens mais vulneráveis.

Não esquecer os mais vulneráveis

O Diretor Internacional da Rede Mundial de Oração do Papa, padre Frédéric Fornos, S.J., comentou sobre esta primeira intenção de oração de 2023:

"Novamente, diante dos desafios do mundo, o Papa Francisco insiste mais uma vez na fraternidade. É a bússola de sua encíclica Fratelli

Tutti. É o único caminho para a humanidade, e é por isso que a educação é essencial".

Segundo sacerdote, o Santo Padre sonha com educadores "que sejam testemunhas credíveis", que podem ensinar a fraternidade ao invés do confronto.

"Quando olhamos para Jesus, aprendemos que você só comunica e transmite aos outros o que você vive. Isto exige coerência de vida entre o que se diz e o que se faz. É uma graça, por isso ele nos convida a rezar para recebê-la", conclui.

Rede de Oração

Este é o oitavo ano consecutivo que a Rede de Oração "O Vídeo do Papa" publica as intenções de oração do Santo Padre para a Igreja Católica.

Em janeiro, Francisco quis ampliar o âmbito da atividade educativa, para que a educação não se concentre apenas no conteúdo.


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

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



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\$ 50,00 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
 991593543 / 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 KAIRÓS

HOMEPAGE: WWW.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:**

991144169 (Everaldo)

Estamos Fundada há mais de 31 anos

Agradecemos sua colaboração. Deus vos abençoe sempre!



CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS

Em nossa vigília anual, tivemos o momento de passagem do bastão aos novos coordenadores de nosso Movimento Nova Evangelização. Participaram as Paróquias de São Raimundo, Rosário e São Jorge.

Que os escolhidos recebam todos os dons do Espírito Santo, para nós conduzir nesta missão recebida. E, que a humildade, a perseverança, a sabedoria e o discernimento sejam o seu norte.

Com alegria que vivemos este momento. Aos nossos novos pastores que o Senhro Jesus vos abençoe e que cada um dê o seu melhor para conduzir as ovelhas no caminho do Senhor.

Parabéns aos novos coordenadores!

Sejam Bem-vindos!



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>



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

Reavivando-se, Evangelizando e Intercedendo Por Todos no Mundo

CONFRATERNIZAÇÃO KAIROS 2022



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: 991144169 / 992987836

Ligue: 3633-2147 e 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.