



# Jornal **KAIROS**

*Tempo Favorável da Graça - Uma Publicação Mensal do Centro de Formação Kairós*

Manaus Abril 2024 / Ano XXXVI - Nº. 04

## É Páscoa! Pois, Jesus Está Entre Nós!

Página 02



**CELEBRAR A PÁSCOA: RAZÕES PELAS QUAIS DECIDIMOS ACEITAR JESUS COMO NOSSO SALVADOR QUE NOS CONDUZ A VIDA ETERNA.**

- “Ele Não Está Aqui, Porque Já Ressuscitou” - Disse-lhe Jesus: “Eu sou a ressurreição e a vida. Aquele que crê em mim, ainda que morra, viverá. (João 11,25)

- Venham ver o lugar onde ele jazia. Vão depressa e digam aos discípulos dele: Ele ressuscitou dentre os mortos e está indo adiante de vocês para a Galileia. Lá vocês o verão. ” (Mateus 28,6-7)

# JESUS RESSUSCITOU: ESTÁ ENTRE NÓS!

A ressurreição de Jesus é o fator central da fé cristã e tem um significado muito profundo e poderoso para os que crêem em Jesus como filho de Deus. Alguns dos principais aspectos do poder da ressurreição de Jesus incluem:

**Triunfo sobre a Morte:** A ressurreição de Jesus é a vitória sobre a morte. Ela representa a conquista da vida sobre o poder da morte, demonstrando o poder de Deus para superar até mesmo o evento mais temido pela humanidade.

**Prova da Divindade de Jesus:** Para nós cristãos, a ressurreição é a prova concreta da divindade de Jesus. Ao ressuscitar dos mortos, Jesus demonstrou ser o Filho de Deus e cumpriu as profecias do Antigo Testamento a respeito do Messias.

**Redenção e Perdão dos Pecados:** Com a ressurreição de Jesus, se pode viver a vida plena, pois isto possibilita a redenção e o perdão dos pecados cada vez que nos arrependemos, pois, o próprio Filho de Deus nos perdoa por meio do sacerdote. E, através da sua morte e ressurreição, Jesus oferece aos seres humanos a oportunidade de reconciliação com Deus e a promessa

da vida eterna.

**Esperança e Renovação:** A ressurreição de Jesus traz esperança e renovação para os cristãos. Uma vez que, agora é possível uma nova e eterna vida em Cristo, livre do peso do pecado e da morte espiritual, é oferecido a promessa da ressurreição futura para todos aqueles que creem em Jesus Cristo.

**Fonte de Poder Espiritual:** A ressurreição de Jesus também é considerada uma fonte de poder espiritual para os cristãos. Por meio dela, os cristãos passam a ter acesso ao poder de Deus para viver vidas transformadas e para superar os desafios da vida diária.

**Testemunho do Amor de Deus:** A ressurreição de Jesus é um testemunho do amor de Deus pela humanidade. Ao sacrificar-se e ressuscitar por nós, Jesus demonstrou o amor incondicional de Deus e ofereceu uma demons-tração tangível do seu desejo de nos salvar e nos reconciliar consigo mesmo.

Esses são apenas alguns dos aspectos do poder da ressurreição de Jesus na fé cristã.

Para nós cristãos, a ressurreição não é apenas um evento histórico, mas uma realidade espiritual que continua a ter um impacto transformador em nossas vidas e nas vidas das pessoas até hoje.



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

Jornal  
**KAIROS**

REDAÇÃO / LAYOUT:  
risoleyde@gmail.com

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



# PROCASTINAR

A procrastinação é um comportamento complexo que pode ter várias causas subjacentes para que uma pessoa fique sempre adiando fazer coisas que são consideradas importantes na vida do ser humano, ou coisas menores que direta ou indiretamente irão se aglomerar e poderá trazer sérios prejuízos à vida da pessoa que possui essa condição. Aqui estão algumas das principais causas da procrastinação:

**Medo do Fracasso:** O medo de não ser capaz de realizar uma tarefa com sucesso pode levar à procrastinação. A ansiedade associada ao fracasso pode levar as pessoas a adiar a realização da tarefa para evitar confrontar esse medo.

**Perfeccionismo:** O perfeccionismo pode ser uma causa significativa de procrastinação. Quando as pessoas têm padrões extremamente altos para si mesmas e temem não conseguir alcançar esses padrões, podem adiar o início da tarefa.

**Falta de Motivação:** A falta de interesse ou motivação em relação a uma determinada tarefa pode levar à procrastinação. Se uma pessoa não vê valor na realização da tarefa ou não está intrinsecamente motivada para concluí-la, é mais provável que ela procrastine.

**Dificuldade de Concentração:** Distrações externas, como dispositivos eletrônicos, ruídos ou interrupções no ambiente de trabalho, podem dificultar a concentração e levar à procrastinação.

**Baixa Autoestima:** A baixa autoestima

pode levar à procrastinação, pois uma pessoa pode duvidar de suas próprias habilidades e capacidades para concluir uma tarefa com sucesso.

**Desorganização:** A falta de organização pode levar à procrastinação, já que uma pessoa pode se sentir sobrecarregada pela quantidade de trabalho a ser feito e adiar o início da tarefa.

**Falta de Planejamento:** A ausência de um plano claro ou de metas definidas pode contribuir para a procrastinação. Sem um plano claro sobre como começar e avançar em direção aos objetivos, é mais provável que as pessoas adiem o trabalho.

**Recompensa Instantânea:** A disponibilidade de atividades ou recompensas mais atraentes e imediatas pode levar à procrastinação. Se uma pessoa pode satisfazer suas necessidades de curto prazo com uma atividade mais agradável, é menos provável que se envolva em uma tarefa que exige esforço e concentração.

**Sobrecarga de Informação:** O excesso de informações e opções disponíveis pode ser esmagador, levando as pessoas a adiar a tomada de decisões ou a realização de tarefas por não saberem por onde começar.

**Hábito:** A procrastinação pode tornar-se um hábito arraigado ao longo do tempo, especialmente se for recompensada com alívio temporário do estresse ou ansiedade. Uma vez estabelecido o padrão de procrastinação, pode ser difícil quebrá-lo

**Transtornos:** Ansiedade, Depressão,

Pânico etc. em caso da pessoa está acometida de algum transtorno temporariamente ou a longo tempo, a pessoa em sua maior parte, a pessoa ficará sem vontade de fazer as coisas necessárias em razão do transtorno que está vivenciando.

Identificar as causas subjacentes da procrastinação pode ajudar as pessoas a desenvolver estratégias eficazes para superá-la e melhorar sua produtividade e bem-estar geral.

Se você está inclusa no número de pessoas que costumam adiar as coisas para executá-las, e isso tem se repetido, consulte um bom especialista na área psíquica ou neurológica para descobrir as reais causas que está te impedindo de seguir adiante.



## SALÃO VISUAL UNISSEX

Promoções Especiais /2020:  
 Corte Masculino 10 reais,  
 Corte Feminino Simples 25 reais,  
 Coloração, alisamento, descoloração, neutralização...  
 Manicure pé e mãos 25 reais,  
 Sombra 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 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 e Escola EESA Manaus: Curso Nova Vida - Comunidade Nossa Senhora do Rosário



## CONHECENDO OS SANTOS

### SANTO AMBRÓSIO DE SENA – PRESBITERO

20 DE MARÇO

Santo Ambrósio nasceu no ano de 1220, em Sena, Itália, dentro de um contexto familiar diferente. Ao ter nascido com uma deformação física, sua família – nobre – o reneceu e o entregou a uma ama de leite, que recebeu a ordem de viver com a criança afastada deles. Isso tudo foi providência na vida de Ambrósio, porque essa ama, mulher de fé, foi uma verdadeira mãe, o alimentado e, assim, foi acontecendo a recuperação do menino.

Com uma certa idade, a família o acolheu. Ambrósio estava no processo de cura interior de reconciliação, mas já os havia perdoado. Aceitou, para um bem maior, os bens terrenos que ele teve como

direito, usando-os para o bem dos pobres. O castelo foi se tornando aos poucos um hospital, lugar de acolhimento aos mais necessitados. Com 18 anos, renunciou a tudo e foi para os Dominicanos, tornando-

se um pregador cheio do Espírito Santo. Um homem do perdão e da reconciliação. Faleceu em Sena, durante uma pregação. Morreu no serviço, no ministério.

Santo Ambrósio, rogai por nós!



# TEM COISAS QUE SÓ UMA MÃE PODE ENSINAR!

Minha Mãe me ensinou sobre ANTECIPAÇÃO...

“Espera só até seu pai chegar em casa!”

Minha Mãe me ensinou sobre SABER ESPERAR...

“Calma! Quando chegarmos em casa tu vai ver só...”

Minha Mãe me ensinou a ENFRENTAR OS DESAFIOS...

“Olhe para mim! Me responda quando eu te fizer uma pergunta!”

Minha Mãe me ensinou sobre LÓGICA...

“Se você cair dessa árvore vai quebrar o pescoço e não vai poder ir

ao aniversário da sua prima.”

Minha Mãe me ensinou MEDICINA...

“Pára de ficar vesgo menino! Pode bater um vento e você vai ficar assim para sempre.”

Minha Mãe me ensinou a SER PRESIDENTE...

“Se você não passar de ano, você nunca terá um bom emprego.”

Minha Mãe me ensinou sobre como ME TORNAR UM ADULTO...

“Se você não comer os legumes, vai ficar baixinho

para sempre.”

Minha Mãe me ensinou sobre SEXO...

“...e como você acha que você nasceu?”

Minha Mãe me ensinou sobre GENÉTICA...

“Você é igualzinho ao traste do seu pai!

Minha Mãe me ensinou sobre ! minhas RAÍZES...

“Tá pensando que nasceu de família rica é?”

Minha Mãe me ensinou sobre a SABEDORIA DE IDADE...

“Quando você tiver a minha idade, você vai entender.”

Minha Mãe me ensinou sobre JUSTIÇA...

“Um dia você terá seus filhos, e eu espero eles sejam iguais a você... aí você vai ver o que é bom.



**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!



# ESPIRITUALIDADE

A espiritualidade é o jeito especial com que o Espírito Santo nos leva a seguir a Cristo para nos encontrarmos com o abraço misericordioso do Pai.

Espiritualidade é seguir os caminhos e os rumos que o Espírito nos indica, então dentro das normas que caracterizam a espiritualidade cristã, dá-se o aspecto trinitário a dimensão de segmento de Jesus Cristo, é a vida nova no Espírito, uma transformação, aquilo que são Paulo fala: □ a morte do homem velho, o nascimento do homem novo, é necessário passar da nossa condição material, da situação carnal para condição espiritual, a vida velha à vida nova, morte e ressurreição', e esta espiritualidade também tem que ser encarnada com os pés no chão, o Espírito puxa todas as realidades para Deus, Ele não separa, Ele não divide, não destrói, Ele transforma, Ele eleva e Ele potencializa, isto é muito importante perceber. Se toda a realidade traz a marca da trindade, como nós vamos ver todos os aspectos da existência humana deve ser iluminada pelo Espírito, tem que entrar na espiritualidade. Ora, como não dá para vivermos tudo ao mesmo tempo, daí nós percebemos como o

Espírito Santo sopra e age onde quer e vão surgir muitas e muitas espiritualidades na vida da Igreja.

Ao entrarmos pelo batismo na comunhão do Pai, do Filho e do Espírito Santo, ficamos grávidos de Deus, devemos revelar Deus a luz do mundo. Para entender melhor todo mundo já viu falar na história de santo Agostinho, meditando sobre os mistérios da Santíssima Trindade à beira da praia, esta é uma lenda medieval, não aconteceu isto, foi uma lenda, mas eu digo que foi uma parábola. Estava santo agostinho caminhando pela praia tentando entender os mistérios da Santíssima Trindade, escrevendo seu livro, ele vê um menino com uma conchinha que buscava água do mar e jogava num buraco, ele perguntou: 'o que você está fazendo?'. 'Eu vou colocar toda a água do mar neste buraco.' mas isto é impossível, é mais fácil eu colocar toda a água deste oceano neste buraco do que você entender os mistérios da Santíssima Trindade com sua inteligência. Qual é o sentido maior desta parábola, desta lenda. O imenso mar é o próprio mistério de Deus, e um dia vamos entrar neste mar, vamos afogar e inebriar nele, e assim

teremos vida sem nos afogar. Esse afogar é que nos dá vida, essa entrada no mar que é o próprio Deus, portanto o mar imenso cabe aonde, num pequeno buraco. E o que é este pequeno buraco? É o ser humano, é a humanidade, imensidão de Deus coube na humanidade pelo Mistério da Encarnação do Verbo, Deus para poder se comunicar, para poder nos saciar, nos fazer jorrar esta água viva, ele se fez um de nós, então em Jesus Cristo nós temos um acesso para compreender quem é Deus, não é simplesmente pela mente, mas pelo coração: 'eu creio para entender e entendo para poder crer'.

'Onde reina o amor, fraterno amor, Deus aí está!

Fraternidade S. J. da Cruz – O.C.D.S B.H.  
– Adorador Noturno da Catedral Nossa Senhora da Boa Viagem – B.H. -

E-mail : eduardoquintella@superig.com.br



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 anos 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**



**“A NOSSA VIDA É UM SOPRO”**

“Somos pó”, disse o Santo Padre. “A nossa vida é como um sopro, mas o Senhor — Ele, e só Ele — não deixa que ela desapareça; recolhe e plasma o pó que somos, para que não acabe disperso pelos ventos impetuosos da vida nem se dissolva no abismo da morte”,

Quando colocado as cinzas, na quarta feira antes da quaresma, as cinzas postam sobre a cabeça sugerem que os fiéis possam redescobrir o segredo da vida. Não é necessário, segundo as palavras de Francisco, que os homens escondam o coração com máscaras e aparências e, assim, emitir uma luz artificial. “[Assim] permanecerás árido e vazio”, lamentou. “Pelo contrário, quando tiveres a coragem de inclinar a cabeça para te olhares intimamente, então poderás descobrir a presença dum Deus que desde sempre te amou; finalmente despedaçar-se-ão as couraças de que te revestiste e poderás sentir-te amado com amor eterno”.

**Uma vida sem fim**

O Pontífice refletiu sobre a eternidade prometida à humanidade. E falou sobre a importância da esmola, oração

e jejum neste período. “A esmola, a oração e o jejum não se podem reduzir a práticas exteriores, mas são caminhos que nos levam de volta ao coração, ao essencial da vida cristã. Fazem-nos descobrir que somos cinza amada por Deus e tornam-nos capazes de difundir o mesmo amor sobre as ‘cinzas’ de tantas situações quotidianas para que nelas renasçam a esperança, a confiança, a alegria”.

Francisco citou Santo Anselmo de Aosta — considerado o pai da Escolástica — e uma de suas exortações, na qual pede que durante este período, os fiéis dediquem seus pensamentos a Deus e esqueçam das atribuições mundanas. “Neste momento, afasta as preocupações graves e deixa de lado as tuas canseiras. Presta um pouco de atenção a Deus e descansa n’Ele. Entra no íntimo da tua alma, exclui tudo à exceção de Deus e daquilo que te ajuda a procurá-Lo e, fechada a porta, procura-O”.

Este também seria um momento, nas palavras do Santo Padre, de voltar a atenção àquilo que é essencial. É hora de “nos despojar dos revestimentos mundanos e voltar ao coração, ao essencial. Pensemos em São Francisco que, uma vez despido, abraçou com todo o seu ser o Pai que está nos céus. Reconheçamo-nos pelo que somos: pó amado por Deus; e, graças a Ele, renasceremos das cinzas do pecado para a vida nova em Jesus Cristo e no Espírito Santo”



*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\$ 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  
 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!



CFK (Centro de Formação Kairós) em Comunhão com a Igreja Nossa Senhora das Vitórias no Festival do Peixe Frito

# CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS



Momentos de Oração 2024 - Comunidade de São Raimundo Nonato

Faça parte Também desta obra de evangelização!!!

HOME PAGE: <http://associacaokairos.org.br/>

ENDEREÇO: AV. 7 DE SETEMBRO 2165, CENTRO



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>

**Tacacá da Tia Socorro**

**100% DELICIOSO!!!**

**Você Encontra na Praça da Ponta Negra**



## Máquinas de costura é aqui!

Disponemos 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](mailto:limaq@osite.com.br) - Manaus - Amazonas

Faça seu orçamento sem compromisso

# CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS

## Convite à Formação



### Curso André

Formação de Equipe EESA



**LOCAL:** CENTRO DE FORMAÇÃO KAIROS

**INVESTIMENTO:** R\$ 20,00

**INSCRIÇÕES:** Nazaré de Oliveira Campos  
PIX: (92) 992827059

**CONTEÚDO:** É uma oficina para que aqueles que já atuam na EESA realizem suas atividades de forma mais eficaz e melhor.

**OBJETIVO:** Capacitar agentes da EESA/MANAUS, sejam Coordenadores, Formadores ou Equipe de Apoio por meio da Metodologia do Programa de Formação das Escolas de Evangelização Santo André, fundamental para a implantação de novas Escolas de Evangelização EESAs.

## DE 12 À 14 DE ABRIL

## TODOS ESTÃO CONVOCADOS!



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.