Jornal
KAIRÓS
Tempo Favorável da Graça - Uma Publicação Mensal do Centro de Formação Kairós
Manaus Novembro 2026 / Ano XL

CHAMADOS À SANTIDADE



Novembro: Somos Santos e Pecadores

Ser santo e pecador não é exatamente uma contradição, contudo, a realidade da nossa caminhada de fé. A Bíblia nos mostra claramente essa dinâmica entre esses polos: São Paulo nos lembra que "todos pecaram e estão privados da glória de Deus" (Romanos 3, 23). Já o apóstolo Pedro nos diz em: 1 Pedro 1, 15-16: "Mas, assim como é Santo aquele que vos chamou, sede vós também santos em toda a vossa conduta, porque está escrito: 'Sede santos, porque Eu Sou Santo'." (São Pedro cita a passagem do Antigo Testamento encontrada em Levítico 11, 44 e Levítico 19, 2). (Veja pág 02) -

Foto: Novenário Nossa Senhora do Rosário com a participação do GEV (Grupo Esperança Viva)

Santos e Pecadores

Ser santo e pecador não é exatamente uma contradição, mas a realidade da nossa caminhada de fé. A Bíblia nos mostra claramente essa dinâmica: São Paulo nos lembra que "todos pecaram e estão privados da glória de Deus" (Romanos 3, 23).

Já o apóstolo Pedro nos diz em: 1 Pedro 1, 15-16: "Mas, assim como é Santo aquele que vos chamou, sede vós também santos em toda a vossa conduta, porque está escrito: 'Sede santos, porque Eu Sou Santo'." (São Pedro cita a passagem do Antigo Testamento encontrada em Levítico 11, 44 e Levítico 19, 2).

Santo Agostinho resumia bem a nossa condição ao dizer que a Igreja é um "hospital de pecadores", e não um "museu de santos". Viver a fé cristã significa equilibrar essa dupla realidade: trazemos em nós a fragilidade da queda, mas fomos resgatados pela graça.

Na Bíblia, o apóstolo Paulo escancara essa luta ao confessar: "Não faço o bem que quero, mas o mal que não quero, esse eu faço" (Romanos 7, 19). No entanto, o próprio Cristo nos dá a certeza de que a sua misericórdia é o remédio para a nossa condição, afirmando: "Eu não vim chamar os justos, mas os pecadores ao arrependimento" (Lucas 5, 32). Essa dinâmica de constante renovação é confirmada por São João: "Se dizemos que não temos pecado, enganamo-nos a nós mesmos... Se confessamos os nossos pecados, Ele é fiel e justo para nos perdoar" (1 João 1, 8-9).

A Igreja acolhe e explica essa tensão em seus ensinamentos mais importantes. No Catecismo da Igreja Católica (CIC, §1428), aprende-se que a chamada à santidade não é um evento único, mas uma "segunda conversão" — um esforço contínuo de quem cai e se levanta diariamente. A Constituição Lumen Gentium (§8), do Concílio Vaticano II, reforça que a Igreja é "ao mesmo tempo santa e sempre necessitada de purificação", caminhando no mundo buscando a penitência. Por fim, na Exortação Apostólica Gaudete et Exsultate (§15), o Papa Francisco nos lembra que a santidade não exige perfeição absoluta para começar, mas sim a coragem de dar um passo de cada vez, pois a santidade é o fruto do Espírito Santo atuando em nossas imperfeições. Ser santo e pecador é, portanto, reconhecer a própria fraqueza sem jamais duvidar do poder do amor de Deus.

Acreditar na possibilidade da santidade é compreender que a graça de Deus é sempre maior do que qualquer fragilidade humana. O pecado busca nos enclausurar em uma lógica de culpa e impotência, fazendo-nos crer que nossas falhas definem quem somos e limitam o nosso destino. No entanto, a fé nos ensina que a santidade não é a ausência de erros ou a perfeição moral alcançada por esforço próprio, mas sim a disposição diária de se deixar alcançar pela misericórdia divinamente restauradora, abrindo espaço para que a luz de Cristo transforme até os nossos abismos mais profundos.

Quebrar as correntes da cadeia do pecado exige uma mudança de olhar: em vez de fixarmos a atenção nas nossas quedas, voltamos o coração para o Amor que nos resgata e nos põe de pé. A busca pela santidade torna-se, assim, um caminho de libertação contínua, onde o arrependimento sincero destrói as grades do orgulho e do desespero. Ao confiar que o Pai nos chama à plenitude do amor, descobrimos que nenhuma prisão moral é definitiva e que cada dia é uma oportunidade real de recomeçar e caminhar em liberdade.

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

Jornal KAIRÓS
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



Eu no Buraco do Coelho: Uma Leitura Psicológica Sobre o Hiperfoco, a Curiosidade e a Deriva Cognitiva no Mundo Virtual

1. A Metáfora de Lewis Carroll e a Psicologia

A expressão "cair no buraco do coelho" (down the rabbit hole), originada em Alice no País das Maravilhas, tornou-se uma poderosa metáfora para o estado em que a mente se deixa absorver por uma sucessão infinita de estímulos, pensamentos ou conteúdos. No contexto da psicologia contemporânea, essa jornada descreve tanto o fenômeno do hiperfoco quanto a facilidade com que nos desviamos do objetivo inicial diante da sobrecarga de informação (denominada: a "deriva cognitiva"). Geralmente associada, quando buscamos um determinado assunto na internet para aprimorarmos nossos conhecimentos, que inicia com uma necessidade ou curiosidade sobre algo; porém, mergulhamos em centenas de outros conteúdos, quando as próprias plataformas, por meio de Inteligências Artificias, nos oferecem outros questionamentos para aprofundarmos com mais detalhes aquele assunto inicial; contudo, isso vai abrindo uma cadeia de questionamentos, resposta e curiosidades que parecem não ter fim.

2. Fundamentação Teórica: Três Olhares da Saúde Mental

Mihaly Csikszentmihalyi e o Conceito de Flow (Fluxo): O psicólogo húngaro-americano Mihaly Csikszentmihalyi descreve o Flow como um estado de engajamento e absorção total em uma atividade. Quando estamos "no buraco do coelho", a curiosidade nos coloca em um estado alterado de atenção onde a noção do tempo se perde e o foco se hiperconcentra no estímulo presente. O desafio clínico é diferenciar o flow saudável (que gera aprendizado e engajamento) da perda de funcionalidade por falta de limites. (Livro Flow: (A Psicologia do Alto Desempenho e da Felicidade)

A Abordagem Cognitivo-Comportamental (TCC) e a Flexibilidade Atenacional: Sob a ótica da TCC, entrar compulsivamente em "tocas de coelho" pode estar associado ao funcionamento das funções executivas, especificamente o controle inibitório e o direcionamento da atenção. Quando a mente busca constantemente a próxima novidade ou resposta, o cérebro recebe pequenas descargas de dopamina a cada nova descoberta. Sem uma intenção clara, a atenção flutua da meta primária para estímulos secundários mais atraentes.

A Psicanálise: O Desejo e a Cadeia Associativa: Para a psicanálise, o "buraco do coelho" reflete a própria dinâmica da associação livre e da cadeia significante. Como pontuava Jacques Lacan, o desejo humano é deslizante: um pensamento remete a outro, que remete a outro, revelando que a nossa mente nunca é uma linha reta. A busca por um tema inicial é apenas o ponto de partida para o surgimento de conteúdos ocultos do próprio sujeito.

3. Reflexão e Prática

Estar no "buraco do coelho" não é um defeito, mas uma característica da mente humana curiosa e criativa. O papel da autorregulação — e do acompanhamento psicológico — não é fechar a toca do coelho, mas ensinar o indivíduo a decidir quando entrar e, acima de tudo, a construir a escada necessária para sair dela quando for hora de voltar à realidade.

Se você é aquela pessoa que se perde horas a fio na internet, vale a pena se questionar: -"Estou no buraco do coelho de forma sadia, ou me afundando cada vez, sem sair para contemplar a realidade do lado de fora"?

Entrar no Buraco do Coelho não é problema. Difícil é entrar e querer ficar preso sem sair.

Pense nisso!

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
(92)981336736 /36258990
Midea LG SAMSUNG

Centro de Formação Kairós (CFK) - Nova Evangelização - Santo Rosário: Em Comunhão com a Igreja



ORAÇÕES DE INTERCESSÃO POR MEIO DO SANTO ROSÁRIO

TODO 2º. SÁBADO DE CADA MÊS

LOCAL: CENTRO DE FORMAÇÃO KAIRÓS

HORA: DAS 14 ÀS 17:00

Venha! Você é convidado a participar conosco!
Traga sua família e amigos!

CONHECENDO OS SANTOS

SOLENIDADE DE TODOS OS SANTOS DE DEUS
01 de Novembro

A Solenidade de Todos os Santos, chamada por alguns de "Páscoa de outono", celebra o chamado universal de todos os cristãos à plenitude da caridade e à perfeição da vida em Cristo. Com raízes antigas no século IV a partir da memória dos mártires, a festa difundiu-se na Europa entre os séculos VIII e IX, sendo fixada em 1º de novembro pelo Papa Gregório III por ocasião da consagração de uma capela na Basílica de São Pedro dedicada às relíquias dos justos.

Mais do que arquétipos ou protetores a serem invocados, os santos são irmãos que nos acompanham na imitação de Jesus e na construção do Reino de Deus. Tendo alcançado a meta da salvação, eles vivem a eternidade da bem-aventurança anunciada no Discurso da Montanha (Mt 5,1-12). Como ensina o Abade São Bernardo, a veneração aos santos atende a um interesse nosso, e não deles, pois contemplar o triunfo dessa imensa multidão (Ap 7,9) ilumina nossa caminhada na Terra e renova a nossa esperança.

Esses "heróis da fé" não foram seres inalcançáveis, mas homens e mulheres de todas as vocações e condições sociais: jovens, pais de família, operários, sacerdotes e religiosos. Enfrentaram fraquezas, apelos carnais, doenças, calúnias e dores diárias, tornando-se sinais vivos do poder transformador do Espírito Santo naqueles que decidem viver o Evangelho. Ao olharmos para o seu exemplo, somos lembrados de que não somos estrangeiros, mas concidadãos dos santos e membros da Família de Deus (Ef 2,19).

Unidos à Igreja do céu e da terra, podemos suplicar ao Senhor pela intercessão de toda a corte celeste e renovar nossa entrega por meio da seguinte oração:

Oremos: "Jesus, que o mundo salvastes, dos que remistes cuidais, E vós, Mãe santa de Deus, por nós a Deus suplicai. Os coros todos dos Anjos, patriarcal legião, profetas de tantos méritos, pedi por nós o perdão. Ó precursor do Messias, ó Ostiário dos céus, com os Apóstolos todos, quebrai os laços dos réus. Santa Assembleia dos Mártires; vós, Confessores, Pastores, Virgens prudentes e castas, rogai por nós pecadores. Que os monges peçam por nós e todos que o céu habitam: a vida eterna consigam os que na terra militam. Honra e louvor tributemos ao Pai e ao Filho também, com seu Amor um só Deus, por todo o sempre. Amém."

Santos Escondidos no Meio de Nós

Era fim de tarde e os holofotes do anfiteatro já estavam acesos. No palco, Mateus ajustava o microfone enquanto checava o contador no celular. Ele preparara uma apresentação impecável sobre liderança e solidariedade para o jovem público do bairro. As luzes, a trilha sonora, a câmera postada ao fundo — tudo fora desenhado para gerar impacto e, claro, muitas fotos e transmissões ao vivo.

A palestra foi um sucesso. Palmas efusivas, dezenas de comentários na internet e a sensação de dever cumprido. Ao final do evento, enquanto todos se aglomeravam ao redor do palco para tirar fotos com o palestrante, Mateus percebeu que a caixa de som principal do fundo do salão havia sido desconectada e guardada com cuidado. Ele procurou com os olhos o técnico encarregado, mas quem estava dobrando pesados cabos de metal, com as mãos sujas de poeira e o rosto suado, era o Sr. Antônio — o antigo zelador da comunidade.

Curioso, Mateus aproximou-se. “Sr. Antônio, o evento já acabou, o pessoal do apoio cuida disso depois. Por que o senhor está fazendo esse trabalho pesado agora?”

O velho zelador sorriu com simplicidade, limpando a testa com a manga da camisa, sem parar o que fazia: “Ah, meu jovem, amanhã cedo as crianças da catequese usam esse espaço. Se eu deixar esses cabos soltos no chão, alguém pode tropeçar no escuro antes da aula começar. E a oração das crianças precisa de paz.”

Mateus olhou em volta. A plateia já tinha ido embora, as luzes do palco estavam apagadas e a câmera não gravava mais nada. Ninguém veria o Sr. Antônio dobrando cabos, limpando o chão ou checando as portas do salão. Ninguém postaria um elogio à sua dedicação. No entanto, havia ali uma alegria serena e inabalável que Mateus não tinha encontrado nas dezenas de mensagens de aplauso que recebera no celular minutos antes.

Naquela noite, a caminho de casa, a mente de Mateus não parava de trabalhar. Ele lembrou-se das palavras do Evangelho que ouvira no domingo anterior: “Quando deres esmola, que a tua mão esquerda não saiba o que faz a direita”.

Ele percebeu a grande ilusão do nosso tempo: passamos a vida buscando os refletores, acreditando que a bondade só tem valor se for vista e admirada pelos outros. Mas a verdadeira santidade não precisa de palco. Ela reside nos valores escondidos — no perdão silencioso que ninguém testemunhou, na honestidade intocável quando a oportunidade de trapacear era fácil, na paciência de quem escuta um idoso sem olhar para o relógio, no serviço anônimo de quem prepara o caminho para os outros sem exigir créditos.

A partir daquele dia, Mateus continuou falando para grandes públicos, mas com o coração transformado. Antes de subir ao palco, ele olhava para o fundo da sala, lembrando-se das mãos sujas de poeira do Sr. Antônio. Compreendeu que os maiores heróis do Reino de Deus não são os que recebem os aplausos da multidão, mas aqueles cujos pequenos atos de amor são vistos e guardados pelo único Olhar que realmente importa: o de Deus.



SALÃO VISUAL UNISSEX

Promoções Especiais /2020: Cortes Masculino 10 reais, Corte Feminino Simples 25 reais, Coloração, alisamento, descoloração, neutralização...
Manicura pé e mãos 25 reais, Sombracelha 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

Tapajós Tecidos

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



AÇÃO SOCIAL KAIRÓS 2026









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



PALAVRA DO PAPA



“MESMO FERIDA, UMA FAMÍLIA PODE CRESCER A PARTIR DO AMOR”

Ao refletir sobre os ensinamentos da Exortação Apostólica Amoris Laetitia, a mensagem do Papa recorda que a caridade é o fundamento indispensável da vida familiar. Fundamentado no “hino à caridade” de São Paulo, o matrimônio cristão é apresentado como uma união afetiva, espiritual e oblativa. O amor autêntico exige uma formação contínua que começa ainda na infância, pois “aprender a amar alguém não é algo que se improvisa”. Por isso, a vivência das virtudes e da castidade na juventude é condição essencial para o amadurecimento das relações.

A mensagem pontifícia valoriza o testemunho silencioso e por vezes heroico das famílias no seu cotidiano. É através da fidelidade simples de pais, avós, jovens e idosos que a verdade do Evangelho se difunde. Diante das fragilidades e crises, a comunidade eclesial é chamada a edificar uma verdadeira “família de famílias”, regida pelo cuidado mútuo, lembrando que “por mais ferida que uma família possa estar, ela pode sempre crescer a partir do amor”.

Além disso, a caridade familiar é a guardiã do respeito e da abertura à vida, desde a concepção até o seu fim natural. Não há futuro para a sociedade sem lares sólidos, abertos aos filhos e empenhados na sua educação. Para sustentar essa missão, o Papa exorta as famílias a redescobrirem a força da oração comunitária, dos sacramentos e da Eucaristia dominical, remédios salutares que abrem o coração à ação de Deus para alcançar o que sozinhos não conseguiriam.

Por fim, o documento reforça o caráter universal e fraterno da Igreja ao evidenciar a comunhão eclesial com a Igreja, destacando que a diversidade de ritos unida ao Sucessor de Pedro expressa a beleza de uma Igreja viva, ancorada na mesma fé, na Eucaristia e na caridade.



Tapajós TECIDOS
ÚNICA COMO VOCÊ
O Melhor do mundo da moda, você só vai encontrar aqui na Tapajós Tecidos
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







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 relizar 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: 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 37 anos

Agradecemos sua colaboração. Deus vos abençoe sempre!

Dia 15 de Novembro Reavivamento e (Sorteio: Evento financeiro Para Ajudar na Reforma do Centro de Formação Kairós)

Centro de Formação Kairós

Eleição de novos cordenadores





Suplicamos bênçãos as nossas novas coordenadoras do grupode evangelização da comunidade São Jorge: Maria Urçulina Matos (Sula) e Greice Oliveira- (Irmã Greice) - Que vossa missão produza frutos 100 por 1)

NATTIVU'S
CONSULTORIA E SERVIÇOS EMPRESARIAIS

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

limaq

Máquinas de costura é aqui!

Dispomos 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.

Faça seu orçamento sem compromisso

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

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

Centro de Formação Kairós



Reunião de coordenadores para planejamento das atividades do Centro de Formação Kairós 2027



Oração com o Bastão: Comunidade Zumbi



Curso Emaús: Comunidade Nossa Senhora do Rosário



ARQUIDIOCESE DE MANAUS
MOVIMENTO NOVA EVANGELIZAÇÃO
ASSOCIAÇÃO KAIRÓS

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 / 36332147

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 Kairós o que sua comunidade está fazendo.