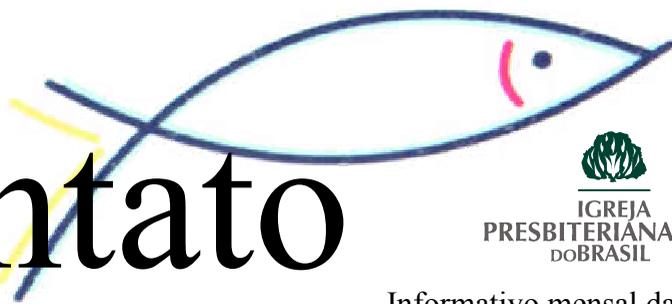


# Contato



IGREJA  
PRESBITERIANA  
doBRASIL

Informativo mensal da  
Com Unidade Presbiteriana de Viçosa

Nº 325, Outubro de 2011

## *Solidão*

## *O mau do século*

*Numa  
Comunidade  
Urbana*



Tema do ano  
**Comunidade:**  
**Agencia de  
transformação  
urbana**



## **COMUNIDADE PRESBITERIANA DE VIÇOSA-CPV**

Av Quinquim Fontes, 450 – João Braz – Viçosa MG

(31) 3885.2139

Assistente de Secretaria e Administração: Drielly Cruz.

Horário: 2a a 6a das 13h00 as 17h00

***Celebração – Domingo às 18h15***



### ***COLEGIADO ADMINISTRATIVO (Presbíteros e Diáconos):***

Pb. Docente – Pastor: Hélio Miguel, Pbs. Regentes: Daison Olzany, Edgard Alves, Osmar Ribeiro, Diáconos: Cláudio Henrique, Glauco Rodrigues, Gilmar Melquiades, Hilário Mantovani, Ricardo Batista, Sérgio Adriano.

### ***MINISTÉRIOS:***

Louvor e Adoração: Glauco, Kléos, Gláucia Siqueira; Informativo mensal: Kléos; Imagem (Data-Show): Gabriel; Som-áudio: Kalebe; Infantil até 12 anos: Edna Alves; Biblioteca: Lígia Dergam; Administração e Finanças: Edgard; Tesoureiro Geral: Ricardo Batista; Comissão de exame de contas: Angélica, Lúcia César e Ana Paula Fernandes; Jardinagem e cercas: Sérgio e Rolf; Auxiliares da Diaconia: Roberto Gonçalves, Ubiracy e Chiquinho; Comissão de construção: Kléos, Baêta, Serginho e Daison.

### ***BANCOS PARA DEPÓSITOS:***

CNPJ da CPV: 07.248.334/0001-28



Caixa Econômica Federal (CEF):

**Ag 0584-3 Op 003 cc 614-0**



Banco do Brasil:

**Ag 0428-6 cc 45.808-2**

*(Coloque seu recibo de depósito no gasofilácio, para facilitar o controle).*

### ***INTERNET:***

Grupo de reflexão e oração: **[cpvicosa@yahoogrupos.com.br](mailto:cpvicosa@yahoogrupos.com.br)**

Twitter:

**[www.twitter.com/cpvicosa](http://www.twitter.com/cpvicosa)**

Web-site:

**[www.cpv.org.br](http://www.cpv.org.br)**

## ☞ *Calendário*

### *Escala Coordenação Diaconal e Café*

**Dia RECEPÇÃO e gasofilácio Café (1x semestre)**

02	Sérgio	Judite e Elias
09	Hilário	Marlene Souza
16	Glauco	Lúcia e Chiquinho
23	Gilmar	Marília e Sérgio
30	Sérgio	Ana Paula e Hilário

### **ENCONTRE SEU NÚCLEO**

<b>Núcleo</b>	<b>LÍDER – Telefone</b>	<b>Hospedeiro</b>	<b>Dia semana</b>
<b>Mentor: Daison</b>			
3	Gilmar e Lidiane 3892-4395	Gilmar e Lidiane	Quarta
10 (Jovens)	Glauco 3892-4539	Glauco	Quarta
<b>Mentor: Edgard</b>			
2	Edgard e Edna 3891-8557	Edgard e Edna	Segunda
5	Sérgio e Marília 3892-2893	Sérgio e Marília	Terça
6	Hilário e Ana Paula 3892-2489	Sala 9 CPV	Quinta
<b>Mentor: Helinho</b>			
1	Gláucia 3885-1955	Escala casas	Quarta
4	Osmar e Terezinha 3891-3382	Osmar e Terezinha	Terça
8 (Adolesc )	Helinho e Gláucia 3885-1955	Helinho e Gláucia	Sexta
12	Helinho 3885-1955	Priscila	Segunda



*Ovelha que vive desgarrada do grupo vira petisco de Lobo. Aprenda a ter intimidade com 2 ou 3 pessoas, num Núcleo.*

## *Solidão*

### *O Mau do Século Numa Comunidade Urbana*

**S**olidão é um sentimento no qual uma pessoa sente uma profunda sensação de vazio e isolamento. É mais do que o sentimento de querer uma companhia ou querer realizar alguma atividade com outra pessoa não por que simplesmente se isola, mas porque os seus sentimentos precisam de algo novo que as transforme.

Baseado em um estudo do sociólogo Robert Weiss, um quarto da população americana sofre de solidão. Porém, uma pesquisa revelou que os pastores e seus conjuges enfrentam muito mais solidão (bem como exaustão e desajustes matrimoniais) do que se verifica entre os cristãos.

A solidão é a dolorosa constatação de que não temos contatos íntimos e significativos com outras pessoas. Ela envolve sensação de vazio interior, isolamento e anseio profundo. Mesmo quando cercados de outras pessoas, os solitários geralmente se sentem marginalizados, indesejados, rejeitados ou incompreendidos.



#### **A solidão pode ser classificada de duas formas:**

- ***Transitória e Circunstancial*** – Pode durar de alguns minutos a alguns meses. Geralmente é desencadeada por algum evento como amigos íntimos que mudaram, a separação temporária dos membros da família, um desentendimento ou discussão, divórcio ou morte, a saída de casa para estudar em outra cidade, entre outros.
- ***Crônica e duradora*** – Esta é fruto da timidez do indivíduo, de sua baixa auto-estima, de auto-censura exagerada, de um comportamento socialmente insensível que faz com que os outros se afastem, ou de pensamentos de auto-sabotagem, tais como: “*não posso ficar sozinho*”, “*tenho que ser o cara da festa*”, “*não sou ninguém enquanto não entrar para aquela turma*”.

---

## Diferenciando solidão de isolamento

**N**a **solidão**, somos forçados a ficar sozinhos. Ela nos envolve e permanece em nós, apesar de fazermos de tudo para que ela vá embora. Causa sofrimento, deixando-nos esgotados e insatisfeitos.

O **isolamento** é um retiro voluntário. Pode ser iniciado e encerrado quando bem entendemos. Pode ser estimulante, revigorante e agradável.

### As causas da solidão

As diversas causas da solidão podem ser agrupadas em cinco categorias: sociais, ligadas ao desenvolvimento, psicológicas, circunstanciais e espirituais:

1. **Causas Sociais** – A solidão geralmente se intensifica em períodos de transição e de transtorno da ordem social. Isto nos leva a pensar que, como as mudanças são muito rápidas, certamente o nível de solidão tem aumentado. Entre as influências sociais que ajudam aumentar a solidão podemos citar:
  - a. *Tecnologia* – A necessidade de especialistas e eficiência faz com que as pessoas se isolem em sua busca desenfreada pelo aprimoramento.
  - b. *Mobilidade* – A necessidade do êxodo em busca de melhores oportunidades, tem desagregado famílias, dissolvido amizades e eliminado o clima de comunidade e vizinhança.
  - c. *Urbanização* – Devido a necessidade de aglomeração da população em grandes centros, houve o aumento da criminalidade e o medo de estranhos. Isto gerou desconfiança e retração, que por consequência isola as pessoas.
  - d. *Televisão* – Interfere nos relacionamentos a medida que as pessoas ficam sentadas diante da tela, praticamente sem dizer nada umas as outras.
  - e.
2. **Causas ligadas ao desenvolvimento** – Há três necessidades básicas no processo de desenvolvimento que precisam ser supridas para se evitar a solidão:
  - a. *Estabelecer Laços* – Existe a necessidade comprovada de que as pessoas necessitam de estar intimamente ligadas. Este laços são mais fortes nas crianças.
  - b. *Aceitação* – Se as pessoas não são aceitas no ambiente em que se encontram inseridas, certamente partirão para a solidão.

- c. *Adquirir habilidade* – Em nossa sociedade temos visto mais a valorização do ter do que do ser. Isto tem gerado um individualismo exarcebado, o que tem levado as pessoas a tentarem manipular ou persuadir os outros, isto tem produzido rejeição, frustração, baixa auto-estima e uma solidão cada vez maior.
3. **Causas Psicológicas** – A solidão depende, até certo ponto, de nossas percepções – do modo como vemos o mundo. Sabe-se que a solidão se manifesta mais frequentemente em pessoas que apresentam baixa auto-estima, dificuldade de comunicação, pensamentos derrotistas, falta de controle, hostilidade e medo.
- a. *Baixa auto-estima* – É quando temos uma opinião ruim a respeito de nós mesmos. Uma dose de auto-estima nos dá confiança para cultivar relacionamentos íntimos, o que por sua vez, diminui a solidão.
  - b. *Dificuldades de comunicação* – Quando as pessoas não estão muito dispostas a se comunicar ou quando não sabem se comunicar direito, o isolamento e a solidão podem acabar se tornando crônicos.
  - c. *Pensamentos derrotistas* – A solidão aumenta quando as pessoas passam a adotar atitudes competitivas, independentes, possessivas e de reivindicação. Isto gera conflitos, e por consequência o afastamento, o isolamento e a solidão.
  - d. *Falta de Controle* – O controle exercido sobre uma dada situação determinará a diferença entre sentir-se solitário e estar sozinho.
  - e. *Hostilidade* – Pessoas tomadas por atitudes de ira, ódio, pessoas duras nos relacionamentos, quase sempre afastam as outras pessoas e levam-na a solidão.
  - f. *Medo* – O medo de relacionamento faz com que pessoas criem muralhas ao seu redor e se isolem das outras pessoas.
4. **Causas Circunstanciais** – As situações momentâneas levam as pessoas à solidão. O ter que morar sozinho, o ter que se dedicar até altas horas ao trabalho, a necessidade incondicional de se tornar o melhor, a timidez, as deformidades físicas, entre outros, podem levar as pessoas a se afastarem das outras.
5. **Causas Espirituais** – Santo Agostinho disse: “*Tu nos formaste para Ti e o nosso coração não descansa enquanto não encontramos repouso em Ti*”. O

---

homem escolheu a rebelião e, desde então, nosso coração não tem sossego, porque fomos separados do Criador”.

## Os efeitos da solidão

Quando olhamos para pessoas solitárias, observamos um rastro de destruição e derrotas. Dentre estes efeitos citamos: Isolamento. Baixa auto-estima. Depressão. Comportamento Exibicionista. Alcool e Drogas. Violência. Problemas físicos, tais como doenças cardiovasculares e hipertensão

**Aconselhamento e Solidão-** A sugestão para o tratamento da solidão pode ser paleativa ou realmente podemos tratar a raiz do problema. Neste caso precisamos atacar o problema em seu nível mais profundo. Como?

1. **Admitindo a existência do problema** – É necessário admitir que está sofrendo e decidir fazer alguma coisa.
2. **Identificar as Causas** – Precisamos identificar corretamente o que tem levado a solidão (item anterior)
3. **Mudar a maneira de Pensar** – Principalmente nossa auto-imagem, nossa auto-estima e a falta de traquejo social. Nunca podemos mascarar nossas habilidades e nossas fraquezas.
4. **Ampliar nossos contatos sociais** – Precisamos nos abrir para novos relacionamentos e novas realidades.
5. **Suprindo nossas necessidades espirituais** – O vazio que há no coração do homem é do tamanho de Deus. Somente ele pode preencher.

## Como prevenir a Solidão

Há diversas maneiras de atacar as causas e reduzir a solidão:

1. **Fortalecendo a Igreja Local** – As pessoas precisam ser incentivadas a participar dos cultos e atividades da Igreja. A melhor eficácia ocorre quando as pessoas são inseridas em pequenos grupos, isto as levará a criar relacionamentos.



2. ***Enfrentando as Transformações*** – Diante das inovações e transformações, precisamos levar as pessoas a se identificarem com outras semelhantes a ela.
3. ***Desenvolvendo a Auto-estima e a Competência*** – Este desenvolvimento é possível, desde que estejamos dispostos a ensinar em nossas igrejas, escolas, gabinetes ou através de nossos púlpitos.
4. ***Estimulando o Crescimento Espiritual*** – Quando levamos as pessoas à um relacionamento mais profundo com Deus, incentivamos um crescimento espiritual, o que lhes trará libertação e possibilidade de alcançar novos horizontes, com a renovação de suas mentes.

## A Bíblia e a Solidão

**E**m Gênesis 2:18, diz: não é bom que o homem viva só, para isto Deus deu duas ordens espirituais: “*criarei uma companheira*” e “*multiplicai e enchei a terra*”. Porém, o homem, pela sua ganância e egoísmo rompeu o relacionamento com Deus e com o seu próximo, o que o levou à solidão.

A Bíblia mostra vários homens de Deus que passaram por momentos de solidão: Moisés, Jó, Neemias, Elias, Jeremias, Jesus, Paulo, entre outros.

Ela nos fala da necessidade de comunicação com Deus e também que os seres humanos, principalmente os cristãos, devem amar, encorajar, perdoar e cuidar uns dos outros. A base de qualquer solução para o problema da solidão do homem é um relacionamento cada vez mais profundo com Deus e com os outros seres humanos.

Portanto, é importante notarmos que mesmo estando rodeados de pessoas, possuímos pessoas dentro de nossas igrejas que estão solitárias e necessitam sair desta situação.

*Helinho*



## ☞ *Datas e números*

Parabéns aos aniversariantes do mês por uma novidade de vida e casamento.

**Comemore no seu núcleo.**

<i>Dia</i>	<i>Aniversariante</i>	<i>Dia</i>	<i>Aniversariante</i>
01	Sarah Rezende	19	Casamento Ubiracy e Lydia
03	Yngrid Rodrigues	20	Laura Beatriz
06	Gabriel Freitas	20	Adriana
08	Emeric Vasváry	21	Fernanda
08	Neuza Gonçalves	22	João Pedro Brumano
08	Raphael Pádua (Cláudia)	22	Pedro Stanley
08	Alecsander	25	Naomi Joana
16	Hilário Mantovani	28	Ricardo Oliveira
18	Edna Alves	30	Kléos César JR

### **RECEITA (média)**

Até agosto 2011, R\$ 10.179,00

Em 2010, R\$ 13.284,00

Em 2009, R\$ 13.584,00.

### **DOAR, OFERTAR? MAS QUANTO?**

Briam Anderson disse: “Quando alguém semeia girando seu braço e espalhando abundantemente as sementes com a mão aberta, parece que está apenas jogando fora bons grãos. Mas, se ele firmemente prendesse as sementes na sua mão [não deixando nenhuma escapar], ou se apenas jogasse uma ou duas sementes, teria uma colheita muito pequena. Assim é o doar ou ofertar do cristão. Se não dermos nada ou se dermos muito pouco, só podemos esperar muito poucas bênçãos. Mas, se dermos com gratidão com mão aberta e generosa, podemos esperar que colhamos abundantemente. Jesus deu tudo, inclusive sua própria vida, por nós. É deste modo que somos ordenados amar um ao outro. Saberemos se realmente amamos nossos irmãos e irmãs quando estivermos desejosos de abrir nossa carteira ou cheque e dar para satisfazer suas [reais] necessidades. Que Deus nos habilite a parecermos com seu Filho em obediência!”

### **DATAS DO MÊS**

<b>Outubro</b>						
<b>D</b>	<b>S</b>	<b>T</b>	<b>Q</b>	<b>Q</b>	<b>S</b>	<b>S</b>
						01
<b>02</b>	03	04	05	06	07	08
<b>09</b>	10	11	12	13	14	15
<b>16</b>	17	18	19	20	21	22
<b>23</b>	24	25	26	27	28	29
<b>30</b>	31					

**09 e 23** Café com Líderes–  
Facilitadores no quiosque.

**12** Festa da Criança  
(Interna: só p/CPV).

### PASTOR DA CPV DE 2012:

Pr. Geraldo Márcio.

Esposa: Maria José e 3 filhos.

Em parceria com a IP do Vale do Sol, assumirá a responsabilidade pelos atos pastorais em 2012.



### PASTOR DA CPV DE 2013:

Pr. Luiz Fernando dos Santos.

Estará no Carnaval, em Fevereiro, iniciando uma série de cinco visitas em 2012, acompanhando para mútuo conhecimento da CPV.



**11.000 m2 PARA A PRÁTICA DA ESPIRITUALIDADE NO MEIO AMBIENTE. Disse Deus: Cuida do jardim pra Mim.**

Ajude a cuidar bem do nosso espaço. Fale com o Sérgio ou Rolf.

**É SOMENTE ORAR, COLOCANDO SEU OIKÓS DIANTE DE DEUS.**

**Trata-se do seu filho** e do amigo que você diz amar. Evangelizar é um ato de amor e da sua responsabilidade até a volta de Jesus.



### OBRAS - CONSTRUÇÃO

Só faltam 55 m2 da laje a R\$ 190,00 = R\$ 10.450,00 para quitar os débitos com a construção. Doe generosamente e com alegria.

**CONTAS DA CONSTRUÇÃO:**

CNPJ da CPV: 07.248.334/0001-28



Ag 0584-3 Op 003 cc 614-0



Ag 0428-6 cc 45.808-2

*(Coloque seu recibo de depósito no gasofilácio, para facilitar o controle).*

## NÚCLEOS NAS CASAS

Aprendendo a ser hospedeiro eficaz:

1. Lugar de relacionamentos;
  2. Desenvolver a espiritualidade;
  3. Levar amigos a Jesus.
- Encontre seu núcleo e cresça.**



## RESPONSABILIDADES 2011:

1. Pastoreio e visitação - Pr. Helinho (9943-9091).
2. Liturgia e Louvor – Glauco (3891-5731).
2. Núcleos e grupos de discipulados – Edgard (3891-8557).
3. Patrimônio e assistência – Diáconos.



### REBUSCA – Rebuscando

São 300 crianças carentes atendidas em tempo integral na Rebusca na Rua Dr. Brito (Assembléia de Deus), na Av. P.H.Rolf's (IPV) e em Posses perto de Nova Viçosa.

**PARA PARTICIPAR**, Você pode apadrinhar uma criança com R\$ 45,00. Fale com a TiEdna ou acesse:

<http://www.Arebusca.blogspot.com/>

### 11ª FESTA DA CRIANÇA NA CPV

A nossa Festa da Criança deste ano,

será apenas para as nossas crianças, com alguns amiguinhos.

Procure mais informações e colabore.



## ACONTECEU EM SETEMBRO

1 – Convite aceito pelo Pr Geraldo Márcio para acumular e em parceria com a IP V.Sol assumir os atos pastorais da CPV em 2012, tendo o aval do Presbitério Zona da Mata Norte - PZMN.

2 – Viagem do Hilário e Ana Paula para visitar na Escócia a família Zuin, que retornam em janeiro.

3 – Dois encontros sobre Propósito de Deus na vida com os facilitadores e líderes no domingo de manhã no quiosque e caminho de oração.

## Assuntos para o seu Quarto de Escuta diário e na Última Sexta dos meses ímpares:

- **PELO PASTOREIO DA CPV:** Pastor de 2012, acumulando com a IPVSol: Pr Geraldo Márcio. Cinco visitas até 2013 pelo Pr Luiz Fernando de Itapira SP.
- **PELO COLEGIADO:** É o Conselho formado pelos presbíteros e diáconos eleitos como representantes da igreja. Por Líderes apaixonados por Jesus, que proclamem as Boas Novas e vivam como Sal e Luz onde estiverem e na vida profissional;
- **PELA GERAÇÃO DE RENDA:** Profissões, escritórios, consultórios, lojas, empresas, ONG, negócios e qualquer iniciativa que gere renda e empregos são desafios para uma espiritualidade envolvente.
- **PELO DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO:** Pelos projetos de desenvolvimento comunitário, como o curso de pintura e outras ações; Pela criação do Instituto Social de Desenvolvimento Comunitário - ISDC;
- **PELA CONSTRUÇÃO:** Para que ela sirva à comunidade sem centralizar atenção e ações num espaço físico ou templo e nem paralisar investimentos em pessoas;
- **PELOS APOIADOS DE LONGE:** 1. Affonso e Débora (Escócia); 2. Almir e Beatriz Colpany (Ubá); 3. Cácio e Elisângela (Proj. Amanajé-AM); 4. Eduardo e Sarah (Quirguistão); 5. Emeric e Marcy (Escócia); 6. Hadassa (S.Paulo); 7. J.Henrique e Dilcimar (Brasília); 8. J.Stanley e Cynthia (Tailândia-PA); 9. Osmar JR e Eliana (Manaus); 10. Sarah Alves (Itabira-MG); 11. Wagner e Cláudia (Chapadão do Sul-MS); 12. William e Isméria (Colatina-ES); 13. William e Jussara (Aracaju-SE);
- **Pela nossa cidade e País. Pela interação com as igrejas irmãs e da região** (PZMN).



## APLICAÇÃO DA MENSAGEM NO NÚCLEO

**R**ick Diefenderfer: A Academia da Força Aérea dos EUA fez um estudo e descobriu que a maioria das pessoas esquece 95% do que ouviu após as primeiras 72 horas. E, embora não haja nada sagrado em relação a realizar as reuniões de núcleos nas quartas-feiras, nós nos reunimos nas quartas (no final do período de 72 horas) para lembrar, discutir e fazer a aplicação da mensagem do domingo anterior. Isso funciona muito bem, especialmente quando fazemos um estudo (expositivo) de um livro inteiro.



## COMUNIDADE BÁSICA DE JESUS

Ralph Neighbour Jr diz: Fp 2.5: "Tenham entre vocês o mesmo modo de pensar que Jesus tinha". Ele escreveu isso da cela de uma prisão. Preocupado com o bem-estar dos crentes de Filipos. E acrescenta (v.21): "Pois todos os outros se preocupam com os seus próprios interesses e não com os de Jesus". Creio que hesitamos em dar ao núcleo o nome de "Comunidade Básica de Jesus" porque estamos agora na terceira geração, receosos de fazer novos ajustes em estruturas que se tornaram confortáveis. Mas nós não temos a "mente de Cristo"? Não estamos experimentando o testemunho da conclusão mostrada em 1Co 14.24,25? No núcleo a presença e o propósito de Deus são expostos de tal maneira que amigos e visitantes exclamam prostrados: "Deus está entre vocês!".

Quando entendemos o núcleo por seu nome bíblico, "Corpo de Cristo", começamos a funcionar em um nível sobrenatural. Para a igreja atual, isso não é muito "normal". Então preferimos funcionar em núcleos que não são "normais", que não têm "a mente de Cristo" e não dão atenção ao seu papel, que é o de ser canal para que Jesus revele Sua presença. Comunhão e relacionamentos ainda são palavras teóricas para os núcleos.

E se nós encahamos e tememos fazer mudanças, estamos na verdade evitando ter "a mente de Cristo". Aí os núcleos distanciam enormemente de um grupo de comunhão e de discípulos ou seguidores de Jesus.

*Edgard*

## TEMA DO SEMESTRE: Ação e Reação



Baseado em Timóteo, Tito e Filemon.

### NOITE DA FAMÍLIA COM OS PAIS:

Uma oportunidade dos pais trabalharem a sua revista (dos pais) vivenciando o princípio de uma forma lúdica e simples, numa noite da família **com o pai, a mãe e filhos**.

### PRINCÍPIOS OUTUBRO:

- 1: Amar uns aos outros;
- 2: Transformados por Cristo;
- 3: A missão é de Deus.

### ESCALA DO MÊS:

<b>Dia 2</b>	9ª Lição	Lidiane, Vitor	Marília	Aninha
<b>Sai 9</b>	10ª Lição	Lúcia, Isabela	Judite	Priscila
<b>Dia 16</b>	11ª Lição	Lidiane, Bruna	Marília	Katherine
<b>Dia 23</b>	12ª Lição	Lúcia, Vitor	Judite	Aninha
<b>Dia 30</b>	13ª Lição	Lidiane, Isabela	Marília	Priscila

**- Um investimento da família CPV -**

---

## *☞ Note e Anote*

*Para compartilhar no seu núcleo*

### **1° Domingo dia 02**


### **2° Domingo dia 09**


### **3° Domingo dia 16**


### **4° Domingo dia 23**


### **5° Domingo dia 30**




Apoio:

**Dra Geane  
de Oliveira Braga**

Cirurgiã-Dentista CRO-MG 24425  
Especialista em Endodontia  
Clínica Geral  
Adultos e Crianças

Praça Mário del Giudice, 38/407  
Centro  
Viçosa, MG

Tel.: (31) 3892.4500  
Res.: (31) 3891.5731  
Cel.: (31) 8889.3790



Rua São Sebastião, 176/201  
Centro  
Coimbra, MG

Tel.: (32) 3555.1211