

08/01/2025 **Tema:** A ARTE DE VIVER EM HARMONIA EM UM MUNDO DE CONFLITOS

Fazer a oposição: *Desarmonia x Equilíbrio*

- 2 *Delimitação: O Espiritismo nos ensina que a vida é uma jornada de aprendizado e evolução; e que os conflitos e as diferenças individuais surgem como uma oportunidade de crescimento para o Espírito...*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap.11 - Amar o próximo como a si mesmo, itens 2 e 3, 8 a 10: - "Fazei aos homens tudo o que quereis que eles vos façam..."
A Gênese, de A. Kardec, cap. 18, item 17, "A fraternidade será a pedra angular da nova ordem social". "Fraternidade, fraternidade" msg. 16, In: Sementeira da Fraternidade, de Divaldo P. Franco/Esp. Diversos. "Perante os outros" msg. 27, In Sinal Verde, de FC. Xavier/A. Luiz. "Tolerar Sempre", msg. 7, In: Lições para o autoamor, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. "Prefácio". "Ser espírita sem ser perfeccionista" msg.15; "A riqueza da diversidade nas relações humanas" msg. 23, In: Diferenças não são defeitos, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux.
Ilustrar com: "As Ferramentas na Carpintaria". Esparso.
Levar à reflexão que viver em sociedade é um desafio constante, e que a busca pela paz e harmonia nas nossas relações é uma arte, que nos convida a olhar para além das aparências e aprofundar a nossa compreensão sobre nós mesmos, sobre o próximo e sobre o mundo. Para isso, a lição áurea é o Amor! "No amor grandioso de Jesus há lugar para todas as nossas diferenças"

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Márcia Chiurco **Téc:** Arnaldo Manzano

18/01/2025 **Tema:** A DOR DO CRESCIMENTO

Fazer a oposição: *Estagnação X Crescimento.*

- 3 *Delimitação: "A superação da rotina materialista exige esforço, mas também metas, ideais, comprometimento. Imperioso assumirmos o compromisso de mudança e elevação conosco mesmo".*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 2 – Meu reino não é deste mundo - Item 5: O ponto de vista. Narrar passagem de Mateus, 13: 31-32. "O Reino dos céus é semelhante a um grão de mostarda que um homem tomou e lançou no seu campo... (Parábola do grão de mostarda).
Ler e comentar a questão 1018 do LE (meu reino não é deste mundo...). "A Caminho do Alto" mens. 1; "Na Subida Espiritual" mens. 3, In: Bênção de Paz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Avancemos" mens. 50; "Renovemo-nos dia a dia" mens. 107, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "A lição da semente" mens. 4, In: Jesus no lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. "Na senda do Cristo" mens. 16, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Projeto de Vida" cap. 3, In: Reforma Íntima sem Martírio, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux.
Ilustrar com: "A forja das almas". Texto esparso.
Levar à reflexão que: O cultivo da paixão ao adiantamento espiritual é a solução para todos os problemas da humanidade terrena e o único caminho para um mundo melhor. Quando aprendemos isso, verificamos que a existência, mesmo salpicada de problemas e dores, tem luz e vida, porque plantamos na intimidade a semente imperecível do idealismo superior, que ninguém pode nos furtar

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 15:45h **Exp:** Paulão **Téc:** ---

19/01/2025 **Tema:** É PRECISO SABER VIVER!

Fazer a oposição: *Valores perecíveis X Valores imperecíveis.*

- 4 *Delimitação: "A busca de um sentido existencial por parte do ser humano lhe constitui uma força inata e impulsionadora para o seu progresso..."*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII – Sede Perfeitos - Item 5: Parábola do semeador. Idem, na passagem evangélica anotada por Lucas, 10: 38 - 42 - "Senhor, a ti não importa que a minha irmã não me deixe sozinha a fazer o serviço? Dize-lhe, pois, que me ajude..."
"A Busca do Sentido Existencial" cap. 5, In: Amor, Imbatível Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis. "Bem de Todos" msgs. 41, In: Justiça Divina, de FC. Xavier/Emmanuel. "O Necessário" msg. 3, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "A Boa Parte" msg. 32, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Investir ao Máximo" msg. 5, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis.
Ilustrar com a história: "Flores na estrada". Esparso.
Esclarecer que, na economia divina, o tempo gasto para aprender e praticar os ensinamentos de Jesus significa depósito na conta corrente da vida! Poucas coisas nos são necessárias, se nos contentarmos com o essencial, e o essencial é darmos significado às nossas vidas, adquirindo valores espirituais para a vida eterna!

Tarefa: A.E. Domingo 19:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 18:30h **Exp:** Eidi Guimarães **Téc:** André Pereira

22/02/2025 Tema: O SENTIDO DA VIDA*Fazer a oposição: Desatino X Lucidez*

8 *Delimitação: Reencarnamos para cumprir um propósito Divino. Para isso é essencial exercitarmos o autoconhecimento, para podermos descobrir, prioritariamente, quem verdadeiramente somos. O que motiva as nossas ações? Qual a nossa missão nesta vida?*

*Embasar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVI – Servir a Deus e a Mamom, item 6 - Parábola dos talentos. Idem, na passagem de Jesus, anotada por João 8: 32 - “Conhecereis a verdade e a verdade vos libertará”.**“O Sentido da Vida” da Redação do Momento Espírita, datado de 21/03/22.**“O Significado da vida” cap. 11, In: Momentos de Meditação, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Significado do ser integral e Autodescobrimento inadiável” In: Vida, Desafios e Soluções, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis”. Os sentimentos” cap. 11, In: Autodescobrimento, uma busca interior, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis. “Ante a luz da verdade” msg. 173, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com: Sentido da Vida. Esparso.**Enfatizar que encontrar o sentido da própria existência é descobrirmos a nossa singularidade! Quais são os talentos a nós confiados? É identificar o Ser único que somos. É combinar a capacidade de expressar esse talento único, com um serviço de benefícios à humanidade, quando então, experimentaremos o sentido da vida e a verdadeira alegria de viver***Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 15:45h **Exp:** Neusa Zenaide **Téc:** ---**02/04/2025 Tema: O ESFORÇO CONTÍNUO NO TRABALHO DO BEM. (Hom. Chico Xavier)***Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*

14 *Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*

*Delimitação: “Todo trabalho digno é santificado. Contudo, é forçoso não esquecermos a santificação maior do trabalho com Jesus, na exaltação do bem”.**Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 13, item 9: A Caridade material e a caridade moral.**“Lição no apólogo” p. 89, In: “Vozes do Grande Além” de FC. Xavier/espíritos diversos. “Ante a força do bem” cap. 18, In: Benção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “A jornada redentora” msg. 49, In: Jesus no lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. “Afirmação esclarecedora” msg. 36, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “O bem é incansável” msg. 11, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com a história: “Na frente do bem” cap. 16, In: Fé, de FC. Xavier e Carlos A. Baccelli/esp. Diversos.**Informar/esclarecer que, segundo Emmanuel, “não se formam cristãos para adornos vivos do mundo, e sim para a ação regeneradora e santificante da existência...”. Destacar que, não podemos ser Cristãos sem Cristo, ostentando um rótulo, sem uma vivência que reflita a proposta cristã. “...Se alguém não traz o Espírito do Cristo, esse tal não é dele...”. (Apóstolo Paulo).***Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Márcia Chiurco **Téc:** Arnaldo Manzano**06/04/2025 Tema: CUIDAR DO TEMPLO DO ESPÍRITO'***Fazer a oposição: Descuidar X Zelar*

15 *Delimitação: “A saúde é das maiores bênçãos que podemos desfrutar no campo da vida. Enxada milagrosa, com o seu concurso podemos cavar o solo das oportunidades, criando novos rumos de ascensão para os nossos destinos” — Neio Lúcio.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 17 – Sede Perfeitos - Item 11: Cuidar do corpo e do espírito. Idem, na primeira epístola de Paulo aos Coríntios, 6:19-20: - “Acaso não sabem que o corpo de vocês é santuário do Espírito Santo que habita em vocês?...”.**LE, de A. Kardec, Q. 132, 367 a 370 (Influência do organismo). “Atletismo espiritual” In: A voz do monte, de Richard Simonetti.**“Glorifiquemos” msg. 11; “Seu jardim secreto” p. 205, In: Cura e Libertação, de José Carlos de Lucca. “A máquina divina” In: Elucidações de Emmanuel, de FC. Xavier/Emmanuel. “Na saúde, na doença” cap. 32, In: O Espírito da Verdade, de FC. Xavier e Waldo Vieira/Espíritos diversos. “Estás doente?” msg. 86, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com: “O anjo da saúde” msg. 45, In Lázaro Redivivo, de FC. Xavier/Irmão X.**Informar/ponderar: Quando cuidamos do nosso corpo físico, estamos cuidando também da nossa alma, pois o corpo é um maravilhoso patrimônio que Deus nos concede para podermos cumprir a nossa jornada terrena. Essencial pois, adotarmos hábitos saudáveis, pensamentos limpos e atitudes de amor; otimizando assim o seu funcionamento. “Mens sana in Corpore Sano”.***Tarefa:** A.E. Domingo 19:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 18:30h **Exp:** Jahilda Lourenço **Téc:** Luiz Henrique**03/05/2025 Tema: OS TRABALHOS HUMILDES***Fazer a oposição: Trabalho braçal X Trabalho intelectual*

18 *Delimitação: Destacar que, segundo a visão espírita, trabalho é toda ocupação útil. Somente aquele que se dispõe a fazer as coisas pequenas, que sabe e pode, virá a saber e a poder realizar grandes coisas”.*

*Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, cap. III – Da Lei de trabalho. Idem na Revista Espírita, de A. Kardec, Ano IX, junho de 1866, Dissertações Espíritas - “O trabalho”.**“Encargos pequeninos” msg. 7, In: Benção da paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Coisas mínimas” msg. 31, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Serviço e Migalha” msg. 29, In: Rumo certo, de FC. Xavier/Emmanuel. “A semente” msg. 7, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com a história: “Salomão e a formiga”.**Levar à reflexão: “Se não acreditas no valor dos instrumentos e encargos diminutivos, pensa num carro sem rodas, num piano sem teclas, num grande sistema de serviço elétrico sem o fio de condução da força... Não fossem as gotas d’água e a fonte não existiria”***Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 15:45h **Exp:** Érica Leal **Téc:** ---

14/05/2025 Tema: A PRESENÇA DE DEUS EM NOSSO LAR

Fazer a oposição: *Lar sem Deus x Lar com Deus*

20

Delimitação: “O Lar é o coração do organismo social”. Em casa, começa nossa missão no mundo.” Scheilla. “A melhor escola, ainda é o lar, onde a criatura deve receber as bases do sentimento e do caráter”. Emmanuel”.

Apoiar o tema na passagem evangélica de MT. 7: 24-27: “Edificar a casa sobre a rocha”.

LE, de A. Kardec, Q. 775. “Família, usina de amor” texto encontrado na “Redação do Momento Espírita” em 27/6/2020. “No lar” msg. 5, In: *Conduta espírita*, de Waldo Vieira/A. Luiz. “No recinto doméstico” msg. 4; “Entre cônjuges” mens. 5; “Experiência doméstica” mens. 6; “Parentes difíceis” mens. 7, In: *Sinal verde*, de FC. Xavier/A. Luiz. “Jesus contigo” msg. 59, In: *Messe de amor*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Educação no lar” msg. 12, In: *Caminho, Verdade e Vida*, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “O Culto Cristão no Lar” cap. 1, In: *Jesus no Lar*, de FC. Xavier/Néio Lúcio.

Reforçar a necessidade de construirmos nossos lares em bases cristãs, pois é nesse ambiente que são oferecidas novas oportunidades de aprendizado moral, possibilitando aos reencarnantes exercitarem-se no campo afetivo, desenvolvendo a fraternidade, a solidariedade, enfim, todos os sentimentos derivados do amor.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Luis Antonio

Téc: Arnaldo Manzano

28/05/2025 Tema: PROVAS REDENTORAS

Fazer a oposição: *Rebeldia x Resignação*

22

Delimitação: “...São inderrogáveis as Leis da Vida, constituindo ordem e harmonia no Universo. Muitos infortúnios de hoje são bênçãos, pelo que resultarão mais tarde, favorecendo com paz e recuperação o déspota e infrator de ontem, em processo de reparação do mal praticado...”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V – Bem aventurados os aflitos, itens 19 – O Mal e o remédio, mensagem de Santo Agostinho, e 20 - A felicidade não é deste mundo.

LE, de A. Kardec, Q. 264, 871 e 872. “Desgraça real” p. 45, In: *Jesus e o Evangelho à luz da psicologia profunda*, de Divaldo P.

Franco/Joanna de Ângelis. “Podes, se queres” msg. 11; “Ascensão espiritual” msg. 42, In: *Otimismo*, de Divaldo P.

Franco/Joanna de Ângelis. “Use a fé para trabalhar a inconformação” cap. 18; “Ser forte não significa vencer todas as batalhas” cap. 23, In: *Jesus: A Inspiração das Relações Luminosas*, de Wanderley S. de Oliveira/ Ermance Dufaux.

Ilustrar com a história: *Prova e Superação*. (Disponível na internet). Idem: *As Vidas de Jésus Gonçalves*.

Levar à reflexão: Todos os que choram: Os famintos e os sequiosos de justiça; os padecentes de perseguições; todos momentaneamente em angústia; logo mais receberão o quinhão do pão da paz, da vitória, se souberem sofrer com resignação, após haverem resgatado os compromissos infelizes a que se entregaram anteriormente, geradores da situação atual aflitiva

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Antonio Carlos

Téc: Wagner Reis

07/06/2025 Tema: A EDIFICAÇÃO DO LAR

Fazer a oposição: *Fragilidade X Solidez*

23

Delimitação: “O Lar é o emocional, o sentimental, o racional - É o vivencial. É a interação das pessoas. A casa é o prédio. É necessário, pois, construirmos uma base sólida de princípios e ações nobres com o Senhor, para a edificação consistente do Lar”. Raul Teixeira.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVIII – Muitos os chamados e poucos os escolhidos. Itens 6 a 9 “... Nem todo aquele que me diz: Senhor! Senhor! Entrará no reino dos Céus...”. Idem na Epístola de Paulo a Timóteo I, 5: 8 - “Se alguém não cuida de seus parentes e especialmente dos de sua própria família, negou a fé e é pior que um descrente”.

“LE, de A. Kardec, Q. 773, 774, 775 (Laços de família). “Parentes” msg. 156, In: *Fonte Viva*, de FC. Xaver/Emmanuel. “Paz em casa” msg. 108; “Teste” msg. 168, In: *Palavras de Vida Eterna*, de FC. Xavier/Emmanuel. “O culto cristão no lar” msg. 1; “A escola das almas” msg. 2, In: *Jesus no Lar*, de FC. Xavier/Néio Lucio.

Ilustrar com: “Casa de cada um”. Texto de Walcyr Carrasco.

Levar à reflexão que o crescimento espiritual exige trabalho, dedicação e esforço pessoal, na busca pelo autoconhecimento e transformação moral, que deverá se traduzir na solidez de princípios e ações edificantes no dia a dia, sempre pautados nos princípios redentores do Evangelho de nosso Senhor Jesus Cristo.

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h

Local: CEOS

Prep: 15:45h

Exp: Neusa Zenaide

Téc: ---

22/06/2025 Tema: CUIDADO COM A INVEJA

Fazer a oposição: *Inveja x Admiração.*

- 26 *Delimitação: Beleza física, poder temporário, propriedade passageira e fortuna amoedada podem ser simples atributo da máscara humana, que o tempo transforma, infatigável.*
Apoiar o tema na epístola de Paulo aos romanos 12: 15 "Alegrai-vos com os que se alegram e chorai com os que choram". Idem, "Ajuntai tesouros no céu..." Jesus, In: MT, 6: 20.
"Solidariedade" msg. 92; "Serviço e inveja", msg. 93, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Facciosismo" msg. 36, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Guardemos o cuidado" msg. 34; "Riqueza para o céu", mens.177, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com: "A Inveja" p. 41, In: Estórias para Contar... de William Netto Candido. Editora e Gráfica: Vida e Consciência, São Paulo.
Enfocar que a inveja é o oposto da admiração. Ela nos faz censurar e apontar as supostas falhas das pessoas, distraindo-nos a mente do necessário desenvolvimento de nossas potencialidades interiores. "A caridade não é invejosa". (Paulo).

Tarefa: A.E. Domingo 19:00 h

Local: CEOS

Prep: 18:30h

Exp: Silvia Cervantes

Téc: Moacyr Vezzani

12/07/2025 Tema: A LEI DO RETORNO

Fazer a oposição: *Inconsequência X Seriedade*

- 28 *Delimitação: "Conforme a Doutrina Espírita, a lei do retorno é aplicada sempre que há uma violação à lei de Justiça Divina. Daí, o arrependimento, a expiação e a reparação são as três condições necessárias para corrigir a falta praticada e suas consequências".*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 11 – Amar seu próximo como a si mesmo, Item 3: Parábola dos credores e dos devedores. CI, de A. Kardec, cap. III, item 7, "[...] São, portanto, os próprios artífices de sua situação, feliz ou infeliz, segundo esta máxima do Cristo: "A cada um segundo suas obras!"
"Sementeiras e ceifas" msg. 53, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Lei de retorno" msg. 127, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "A Vida eterna" cap. VI, In: Paz e libertação, de FC. Xavier/ Espíritos diversos. "Ações e reações" msg. X, In: Rumo certo, de FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com a história "Causa e efeito". Esparso.
Informar/refletir: "Ainda hoje, surgem os que pretendem curar a honra com o sangue alheio e lavar a injustiça com as represálias do crime. Daí, o ódio de ontem gerando as guerras de hoje; a ambição pessoal formando a miséria que há de vir; os prazeres fáceis reclamando as retificações de amanhã".

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h

Local: CEOS

Prep: 15:45h

Exp: Hilário Rocha

Téc: ---

06/08/2025 Tema: GUERRAS: PREDOMINÂNCIA DOS INSTINTOS SOBRE A RAZÃO

Fazer a oposição: *Beligerância X Fraternidade*

- 32 *Delimitação: A humanidade, ao longo de sua trajetória, sempre viveu o dilema entre os instintos primitivos e a busca pela paz. A Doutrina Espírita nos ensina que, para alcançar a verdadeira paz, precisamos suplantar os impulsos instintivos de agressividade e egoísmo, desenvolvendo nossa capacidade de raciocínio, de discernimento e de amor ao próximo.*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 9 – Bem aventurados aqueles que são brandos e pacíficos. Itens de 1 a 5.
LE, de A. Kardec, Q. 542, 671, 738, 742. "O Fantasma da Guerra", questão 50, In: O consolador, de FC. Xavier/Emmanuel. Após a tempestade, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 19. Ante o vigor do espiritismo, Raul Teixeira, Questão 76; "O Caminho da paz" cap. 41, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. "Paz" msg. 53, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "No sustento da paz" msg. 45; "Paz em casa" msg. 108, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Fraternidade" msg. 15; "Sigamos a paz" msg. 79, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com o conto: O quadro da PAZ. Autoria desconhecida.
Levar à reflexão: Todos somos chamados à edificação da paz, que depende de nossa luta por melhorarmos-nos e educar-nos, de vez que a paz não é inércia e sim esforço, devotamento, trabalho e vigilância incessantes à serviço do bem. "Não há um caminho para a paz, a paz é o caminho". (Mahatma Ghandi).

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Sonia Torres

Téc: Arnaldo Manzano

16/08/2025 Tema: A IMPORTÂNCIA DO EXEMPLO NA EDUCAÇÃO DOS FILHOS

Fazer a oposição: Falar X Exemplificar

33 Delimitação: “Preconiza-se na atualidade do mundo uma educação pela liberdade plena dos instintos do homem, olvidando-se, pouco a pouco, os antigos ensinamentos quanto à formação do caráter no lar. A coletividade, porém, cedo ou tarde, será compelida a reajustar seus propósitos...”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 4 – “Ninguém pode ver o reino de Deus, se não nascer de novo. Item 18 – “Os laços de família fortalecidos pela reencarnação...”. Idem, João 13: 15: - “Porque eu vos dei o exemplo, para que, como eu vos fiz, façais vós também”. Ibidem Mateus 5:14-16 - “Vos sois a luz do mundo. Não se pode esconder uma cidade situada num monte; nem se acende uma candeia para colocá-la debaixo do alqueire”...

“Filhos” cap.13, In: Pensamento e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Educação no lar” cap. 12, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Educar” cap. 10, In: Mestre da Educação, de Pedro de Camargo, pelo Espírito Vinicius. “Pontos perigosos para os pais” cap. 38, In: Estude e Viva, de FC. Xavier/Waldo Vieira/ Emmanuel. “Educa” msg. 30; “Crianças” msg. 157, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Entrevista de emprego” (texto esparso)

Informar/refletir: Os pais são os primeiros mentores de seus filhos, e estes procuram imitar os seus pais. Lembremo-nos da nutrição espiritual das crianças, através das nossas atitudes e exemplos, no dia-a-dia. Desamparar moralmente a criança, nas tarefas de hoje, será condená-la ao menosprezo de si mesma, nos serviços de que se responsabilizará amanhã. “As palavras convencem, mas o exemplo arrasta”. (Confúcio).

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h Local: CEOS Prep: 15:45h Exp: Regno Salgado Téc: ---

07/09/2025 Tema: O QUE ESTAMOS SEMEANDO?

Fazer a oposição: Esterilidade X Fertilidade

37 Delimitação: “Na vida, somos todos semeadores...Uns semeiam flores e descobrem belezas, perfumes e frutos. Outros semeiam espinhos e se ferem nas suas pontas agudas. Ninguém vive sem semear, seja o bem, seja o mal...”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 17 – Sede Perfeitos, item 5 - Parábola do Semeador. Essa Parábola se alicerça em três “S”, ou seja: Semeador, Semente e Solo. Dar maior enfoque nesse último.

“A Semente” msg. 7, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Parábola da Cizânia” MT. 13. “Semeadores” msg. 64, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “O Semeador saiu” In: Paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Reparemos nossas mãos” msg. 37; “No solo do espírito” msg. 51, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o texto: Sementes. Esparso.

Levar à reflexão: Não podemos colocar nossa religião numa prateleira e esperar colher bênçãos espirituais! Mas, se semearmos e cultivarmos os padrões do evangelho no cotidiano de nossa família, é muito provável que nossos filhos, ao crescerem, produzam frutos espirituais de grande valor para eles e para as gerações futuras.

Tarefa: A.E. Domingo 19:00 h Local: CEOS Prep: 18:30h Exp: Hilário Rocha Téc: Celso

25/10/2025 Tema: O ERRO COMO FONTE DE APRENDIZADO

Fazer a oposição: Erro: um momento! X Aprendizado: um processo no tempo!

43 Delimitação: “Como se pode distinguir o bem (acerto) do mal (erro)?”. A resposta é: “O bem é tudo o que é conforme à lei de Deus. O mal, tudo o que lhe é contrário. Assim, fazer o bem é proceder de acordo com a lei de Deus. Fazer o mal é infringi-la”.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 6 – O Cristo Consolador Itens 1 e 2: O Jugo leve.

CI, de A. Kardec, parte 1ª, cap. VII, item 16º. “Arrependimento, expiação e reparação constituem, portanto, as três condições necessárias para apagar os traços de uma falta e suas conseqüências...”. Idem, no LE, de A. Kardec, parte 3ª, cap. I – Conhecimento da Lei Natural, Q. 621–“Onde está escrita a lei de Deus? Na consciência.”

“Falando à Terra” p. 3, In: Falando à Terra, de FC. Xavier/Emmanuel. “Fogo mental” p. 84, In: Justiça divina, de FC.

Xavier/Emmanuel. “Vidas sucessivas” cap. 110, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Ergamo-nos” msg. 13, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Melhorar para progredir” msg. 7, In: Palavras de Vida Eterna, de FC.

Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Aprendendo com os erros”. Esparso. Citar o exemplo de Thomas Edison descobridor da lâmpada elétrica - que alcançou o sucesso depois de incontáveis tentativas.

Esclarecer/refletir: O homem vive no mundo, sem parar para analisar o quanto tem caminhado em Espírito. E, assim, pelas escolhas infelizes que faz, surgem as dificuldades da vida: dores, desilusões, decepções; até que, cansado de sofrer, acabará se encontrando na posição do filho pródigo... Reforçar que não devemos esperar resultados diferentes, agindo sempre da mesma maneira!

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h Local: CEOS Prep: 15:45h Exp: Roberto Oliveira Téc: ---

29/10/2025 **Tema:** LUTO, É PRECISO VIVÊ-LO

Fazer a oposição: Vida efêmera X Vida eterna

44

Delimitação: “Recordemos que o estágio na Terra é simples jornada espiritual! O mundo espírita é o mundo normal, primitivo, eterno, pré-existente e sobrevivente a tudo...”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V - Bem aventurados os aflitos, item 21: Perda de pessoas amadas - Mortes Prematuras. “Bem-Aventurados os que choram, pois eles serão consolados”. (MT. 5: 4.)

CI, de A. Kardec, cap. II, item 3. LE, de A. Kardec, Q. 149,320, 934 e 936. Idem cap. IV. “Ninguém morre” In: Caravana do Amor, de FC. Xavier/Emmanuel. “Rumos libertadores” cap. 59, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis. “Entre o berço e o túmulo” msg. 168; “Busquemos a eternidade” msg. 169, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “A morte não é nada” (Santo Agostinho), disponível na internet.

Informar/refletir: Só há luto onde existiu amor! O luto é um processo tão humano e genuíno como outros que vivenciamos durante a nossa existência na Terra. Entre o berço e o túmulo, o homem detém apenas o usufruto da terra, com o fim de aperfeiçoar-se. Não nos agarremos, pois, à enganosa casca dos seres e das coisas.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Romeu Labone **Téc:** Arnaldo Manzano

15/11/2025 **Tema:** BRANDURA NÃO É FRAQUEZA

Fazer a oposição: Severidade X Brandura

46

Delimitação: “Fostes chamados a entrar em contato com Espíritos de natureza diferente, de caracteres opostos: Não choqueis nenhum daqueles com os quais vos encontrardes...”

A virtude não consiste em tomar um aspecto severo e lúgubre...” (cap. XVII ESE).

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 9 – Bem-aventurados aqueles que são mansos e pacíficos, itens 1 a 6.

O valor de um sorriso, da redação do Momento Espírita, mensagem de autoria ignorada. “Teu Sorriso” msg. 8, in: Material de Construção, de FC. Xavier/Emmanuel. “Sorriso” in: Sentinelas da Alma, de FC. Xavier/Meimei. “Sorriso Mental” msg. 48, In: Lições para o Autoamor, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. cap. 180, In: Vida Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.

Ilustrar com o conto: “A aldeia do sorriso”. Disponível na internet.

Informar/reforçar: A brandura e o sorriso são luzes que superam as sombras e promovem o amor em quaisquer circunstâncias.

Abre o teu coração, sorrindo para a vida, pois o sorriso é uma promessa de gratidão que contagia e renova qualquer ambiente.

“Permita-se sorrir, e a vida te sorrirá!”

Tarefa: DESADEF - Sábado 16:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 15:45h **Exp:** Assis **Téc:** ---

16/11/2025 **Tema:** AS TENTAÇÕES DE JESUS E AS NOSSAS

Fazer as oposições: Matéria x espírito, Poder/orgulho x humildade, Irresponsabilidade x proteção de Deus.

47

Delimitação: Vibra com a vida que estua, sublime, ao redor de ti, e trabalha infatigavelmente, dilatando as fronteiras do bem, aprendendo e ajudando os outros em teu próprio favor. Essa é a mais alta fórmula de vigiar e orar para não cairmos em tentação

Apoiar o tema nas passagens evangélicas: “... Nem só de pão viverá o homem” LC: 4: 4, “... Vai-te satanás, porque está escrito: Ao Senhor teu Deus adorarás, e só a Ele servirás” LC: 4: 12 “Dito está: Não tentarás o Senhor teu Deus” LC: 4: 12 e “Entrai pela porta estreita...” MT: 7: 13-14.

Explicar cada tentação ao público, correlacionando-as com a vida atual.

“O guia real” msg. 37, “Diante das tentações” msg. 69, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. “Entre o Bem e o Mal” msg. 38, In: Luz Acima, de FC. Xavier/Irmão X. “Evitando a tentação” msg. 3; “Vencer o mal” msg. 10, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Vigiemos e oremos” msg. 110, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “O Tesouro mais Precioso” In: Histórias para Aquecer o Coração 2, p. 59, de Jack Canfield e Mark Victor Hansen, Editora Sextante / RJ. 200.

Informar/refletir: Não te proponhas atravessar o mundo sem tentações. Elas nascem contigo, assomam de ti mesmo e alimentam-se de ti; quando não as combates, dedicadamente, qual o lavrador sempre disposto a cooperar com a terra da qual precisa extrair as boas sementes.

Tarefa: A.E. Domingo 19:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 18:30h **Exp:** André Daumas **Téc:** Moacyr Vezzani

06/12/2025 Tema: ESTAR EM DEUS*Fazer a oposição: Descuidar X Vigiar*

49

Delimitação: O Cristão não é aprendiz de repouso falso. Discípulo de um Mestre que serviu sem acepção de pessoas até a cruz, compete-lhe trabalhar na sementeira e na Seara do Infinito Bem, vigiando, orando, ajudando e agindo varonilmente. Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 8, itens:12 e 17. Idem cap. 18, itens: 3,4 e 5. Citar a passagem evangélica anotada por Mateus, 26 - 36: Então chegou Jesus com eles a um lugar chamado Getsêmani, e disse a seus discípulos: "Assentai-vos aqui, enquanto vou além orar... E, voltando para os seus discípulos, achou-os adormecidos; e disse a Pedro: Então nem uma hora pudeste velar comigo? Vigiai e orai, para que não entreis em tentação; na verdade, o espírito está pronto, mas a carne é fraca". LE, de A. Kardec, Q. 261, 398, 399, 464 a 470, 712 a 714 e 908. ESE, de A. Kardec, Cap. 8, itens 12 e 17. Cap.18, itens 3, 4, 5. "Enquanto..." msg.14, In: Agenda Cristã, de FC. Xavier/A. Luiz. "Guardemos o Cuidado" msg. 34; "Palavras da Vida Eterna" msg. 59; "Varonilmente" msg. 90; "Guardai-vos dos Cães" msg. 145; "Aprendamos com Jesus" msg. 163, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Evitando a Tentação" msg. 3; "Ação de Graças" msg. 19; "Enquanto Podes" msg. 40; "No Sustento da Paz" msg. 45, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Boa Vontade" msg. 66; "Pondera Sempre" msg. 87, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. Porta Estreita, msg. 20; "Vós Portanto" msg. 43, In: Vinha Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Pensamentos" In: Pai Nosso, de FC. Xavier/Meimei.

*Ilustrar com: O Canto do Sabiá, de João F. Torunsky.**Incentivar os participantes ao cultivo da oração diária, para sentir a presença dos espíritos que amparam a todos nós. Refletir que o momento reservado à oração é sagrado. Escolher um lugar calmo; procurar relaxar; fazer silêncio antes e depois da prece; sentir o ambiente espiritual e a presença do anjo da guarda, e, preparar-se para orar... a oração é o consolo, a renovação das forças, oferece clareza nas ideias, organiza a saúde física, harmoniza e pacífica a alma***Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 15:45h **Exp:** Regno Salgado **Téc:** ---**10/12/2025 Tema: A MISSÃO ESPIRITUAL DE MARIA***Fazer a oposição: Revolta X Resignação*

50

*Delimitação: A resignação não é acomodação, mas sim um consentimento pelo entendimento e pelo sentimento. Ela é uma submissão ativa, fruto da aceitação dos objetivos que Deus tem para cada um de nós.**Embasar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 5, item 12 – Motivos de Resignação. Idem cap. 9 – Bem-aventurados aqueles que são brandos e pacíficos, Item 8 – Obediência e resignação. Citar as passagens: Lucas 1:28-33 - "Alegra-te, cheia de graça, o Senhor está contigo!... Eis que conceberás no teu seio e dará à luz um filho, e o chamarás com o nome de Jesus..." Ao que respondeu: "Eu sou a serva do Senhor; faça-se em mim segundo a sua palavra!" (Lucas, 1:26:38)**"Personalidade Sublimada", In: A Caminho da Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Maria" cap. 30, In: Boa Nova, de FC.**Xavier/Humberto de Campos. "Heroísmo da resignação", cap. 24, In: Leis Morais da Vida, de Divaldo P. Franco/Joanna De Angelis. "A mulher ante o Cristo" cap. 52, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. Cap. 26, In: Ação e Reação, de FC. Xavier/A. Luiz. "A difícil Missão da mãe de Jesus". O templo e o parlatório, cap. 11, p.200-201, In: FEESP. 13/09/2019.**Ilustrar com: "Será por bem" In: Os melhores contos espirituais do oriente.**Informar/refletir: Despertar junto aos participantes a confiança na Espiritualidade, acima de todas as dificuldades que venhamos a enfrentar em nossas vidas. Temos Maria como referência de resignação e aceitação da vontade divina.***Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Márcia Chiurco **Téc:** Arnaldo Manzano**28/12/2025 Tema: RENASCER A CADA DIA***Fazer a oposição: Desalentar x Revigorar*

1

*Delimitação: "Que eu seja tal qual uma Fênix; que eu tenha o entendimento necessário para aprender com cada dificuldade, e que, assim, renasça cada vez mais forte, depois de cada problema, de cada dor que me transforma em cinzas..." Michele Magalhães Velloso. (Disponível na Internet).**Apoiara o tema no ESE, de A. Kardec – Ninguém pode ver o reino de Deus, se não nascer de novo. Idem na 2ª epístola de Paulo aos coríntios, 5: 17. "Assim que, se alguém está em Cristo, nova criatura é; as coisas velhas já passaram; eis que tudo se fez novo.**Parábola do filho pródigo, cap. 1, In: Parábolas Terapêuticas, de Alírio de Cerqueira Filho na "Introdução" do livro: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. "Recomeçemos" msg. 1; "Nossa Cruz" msg. 74, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Servir e Marchar" msg. 52; "Renasce agora" msg. 56, In: Fonte Viva, de FC.**Xavier/Emmanuel. "Como Lázaro" msg. 112, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com a História de vida de Paulo de Tarso. Idem, maestro João Carlos Martins.**Levar à reflexão sobre a simbologia do renascer. Destacar que à cada amanhecer, recebemos a oportunidade de começar um novo dia, renovar nossos bons propósitos e escrever uma nova página no livro das nossas vidas, com a alegria de viver aprendendo e servindo nos padrões de Jesus.***Tarefa:** A.E. Domingo 19:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 18:30h **Exp:** Eidi Guimarães **Téc:** André Pereira