

**20/01/2025 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 Ângelis. “Bem de Todos” msg. 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 Angelis.  
 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. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Oswaldo Melero

**Téc:** Wagner Reis

**09/02/2025 Tema:** O QUE MOTIVA NOSSAS ESCOLHAS?

Fazer a oposição: Automatismos X Reflexões

- 7 Delimitação: Podes e deves ser feliz! Esta é a tua liberdade de escolha. A criatura é livre para usar o fogo de maneiras diversas, como sejam: extinguir o frio, afastar as trevas, preparar o próprio alimento, condicionar a matéria, ou destruir através do incêndio. Quais são as suas escolhas?  
 Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, Q. 264, 843, 871 e 872 – Livre arbítrio. E na 1ª Epístola de Paulo Coríntios: 6: 12 - “Tudo posso, mas nem tudo me convém.” Idem, Gálatas: 6: 7 - “Tudo o que o homem semear isso também ceifará.”  
 “Segue-me tu” msg. 2, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Na luta vulgar” msg. 160, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Escolhas” p. 88, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Viver melhor” msg. 4, In: Respostas da vida, de FC. Xavier/André Luiz. “Liberdade de escolha” cap. 2, In: Momentos de Saúde e de Consciência, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Encontrando a si mesmo” msg. 27, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla.  
 Ilustrar com o conto: “O cavalo e o abismo” Disponível na internet.  
 Levar à reflexão que para conhecer Deus, somente trilhando pelos caminhos internos. Para sentir Jesus, somente pelas vias do coração. O Céu se encontra na nossa intimidade, e o comando da vida gera por dentro a nossa felicidade

**Tarefa:** A.E. Domingo 19:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 18:30h

**Exp:** Marilena Silva

**Téc:** Walter Giubilatto

**24/03/2025 Tema:** O ESFORÇO PESSOAL FAZ MILAGRES!

Fazer a Oposição: Acomodação X Esforço

- 13 Delimitação: “É necessário que o homem - apesar das rajadas aparentemente destruidoras do destino, se conserve de pé, desassombadamente, marchando, firme, ao encontro dos sagrados objetivos da vida”.  
 Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XXV – Buscai e achareis. Ajuda-te que o céu te ajudará, itens 1 a 5.  
 “Desafios” msg. 140/142, In: Demissões da verdade, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Reclamação e esforço” p. 69/71, In: Messe de amor, de FC. Xavier/Emmanuel. “Ajuda-te hoje” p. 87/88, In: Coragem, de FC. Xavier/esp. diversos. “De ânimo forte” msg. 31, “Em combate” msg. 79; “Fortaleza” msg. 119, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel  
 Ilustrar com: “A Glória do esforço” p. 183/185 In: Jesus no lar, de FC Xavier/ Neio Lúcio.  
 Abordar que a sabedoria do homem de valor é fruto de sua contínua renovação de sentimentos. Mostrar que o esforço é responsável pela construção do homem de bem, pela anulação de suas inclinações inferiores. Salientar também a necessidade de firme contenção do espírito e a sua persistência de propósito. Esclarecer, por fim, que a recuperação do homem deve dar-se pelo esforço e não pela dor!

**Tarefa:** A.E. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Gabriela Milani

**Téc:** Domênico Cutrupi

**27/04/2025 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: Bênção 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:** A.E. Domingo 19:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 18:30h

**Exp:** André Daumas

**Téc:** André Pereira

26/05/2025 **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 Ángelis. "Podes, se queres" msg. 11; "Ascensão espiritual" msg. 42, In: Otimismo, de Divaldo P.*

*Franco/Joanna de Ángelis. "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:** A.E. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Miltes Bonna

**Téc:** Cláudio Gonzales

13/07/2025 **Tema:** CORRIGENDA E TRANSFORMAÇÃO

Fazer a Oposição: *Apatia X Empenho*

29 *Delimitação:* "O Senhor, longe de solicitar ornamentos para a sua obra, espera trabalhadores abnegados e fiéis que se disponham a revolver o solo com paciência, boa vontade e coragem, a fim de que a Terra se habilite para a sementeira renovadora do grande amanhã..."

*Apoiar o tema na passagem evangélica anotada por Mateus, cap. 21: 28-32 - "A parábola dos dois filhos".*

*"Jesus e o mundo" msg. 29, In: Coragem, de FC. Xavier/Emmanuel. "Contradição" msg. 47, In: Religião dos Espíritos, de FC.*

*Xavier/Emmanuel. "Chamamento Divino" msg. 127; "Desculpismo" msg. 128; "Diante da Providência" msg. 132; "Discernir e Corrigir" msg. 179, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "O que mais tem valor diante de Deus" p. 272/283, In: Parábolas de Jesus, de Ellen G. White.*

*Ilustrar com: "O valor do Serviço" msg. 26, In: Jesus no lar, de Neio Lúcio.*

*Abordar a necessidade da busca do esclarecimento para que possam ocorrer a corrigenda e a transformação do Espírito. "Se a realidade espiritual te busca, ofertando-te serviço no levantamento das boas obras, não te detenhas, apresentando deformidades e frustrações". Diante da nossa necessidade de corrigenda, consagramo-nos com amor ao privilégio de trabalhar e servir.*

**Tarefa:** A.E. Domingo 19:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 18:30h

**Exp:** André Daumas

**Téc:** Luiz Henrique

28/07/2025 **Tema:** OS FORMADORES DE OPINIÃO

Fazer a oposição: *Influência negativa X Influência positiva*

31 *Delimitação:* *Pensamento é fermentação espiritual. Em primeiro lugar estabelece atitudes, em segundo gera hábitos e, depois, governa expressões e palavras, através das quais a individualidade influencia na vida e no mundo...*

*Correlacionar o tema à Primeira epístola de Paulo aos Coríntios, 5: 6 - "Não sabeis que um pouco de fermento leveda a massa toda?" Idem, Mateus 15:14, que diz: "Deixem-nos; eles são guias cegos. Se um cego conduz outro cego, ambos cairão num buraco".*

*"Fermento espiritual" msg. 76; "Na Instrumentalidade" msg. 84; "Um pouco de fermento" msg. 108; "Ninguém vive para si", msg. 154, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Que fazeis de especial" msg. 60, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*"Multidões" msg. 6; "Obreiros da vida" p. 24/27, In: Floresções Evangélicas, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*

*Informar/refletir: Todos nos influenciados mutuamente, através de nossos exemplos, atitudes, hábitos e palavras. Assim, precisamos ponderar sobre os cuidados que devemos ter em relação aos nossos pensamentos, palavras e atitudes. Atenção às mídias sociais, analisando cuidadosamente o "mar de informações" que nos chegam, diariamente; checando a sua veracidade e utilidade, antes de passar adiante.*

**Tarefa:** A.E. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Márcia Fascini

**Téc:** André Rakauskas

28/09/2025 **Tema:** A JUSTIÇA AMOROSA DE DEUS (Homenagem A. Kardec)

*Fazer a oposição: Justiça dos homens X Justiça Divina.*

40

*Delimitação: “Deus amou o mundo de tal maneira que enviou seu filho unigênito, para que todo aquele que n’Ele crê não pereça, mas tenha a vida eterna.”*

*Apoiar o tema no ESE, cap. XVIII, itens 18 a 23 - Os laços de família são fortalecidos pela reencarnação...*

*LE, de A. Kardec, cap. IV – p. 166 a 171. “A Jornada redentora” msg. 49, In: Jesus no Lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. “Na grande romagem” msg. 3; “Renasce agora” msg. 56, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “No rumo do amanhã” msg. 6; Terra – Benção Divina, msg. 60, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “A Reencarnação” p. 147, In: O Homem Integral, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis.*

*Ilustrar com o cap. 13 do livro: Missionários da Luz, de FC. Xavier/A. Luiz, sobre a história da reencarnação de Segismundo.*

*Levar à reflexão: A reencarnação é oportunidade ímpar que Deus nos concede... Não podemos dilapidar o tempo, sem graves consequências perante a Lei da vida... “Renasce agora em teus propósitos, deliberações e atitudes, trabalhando para superar os obstáculos que te cercam, alcançando a antecipação da vitória sobre ti mesmo, no tempo...” Mais vale auxiliar, anda hoje, que ser auxiliado amanhã.”*

**Tarefa:** A.E. Domingo 19:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 18:30h

**Exp:** Jahilda Lourenço

**Téc:** Moacyr Vezzani

03/11/2025 **Tema:** SIM, SIM! NÃO, NÃO! O PODER DAS PALAVRAS

*Fazer a oposição: Irreflexão X Ponderação*

45

*Delimitação: “O verbo cria imagens vivas, que se desenvolvem no terreno mental a que são projetadas, produzindo consequências boas ou más, segundo sua origem. Essas formas, naturalmente vivem e proliferam”.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 8 - Verdadeira Pureza e Mãos lavadas. Idem na passagem de LC. 6:45 - “A boca fala do que o coração está cheio”.*

*“Pensar” msg. 23, In: Respostas da Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. Cap. 2 do livro: Obreiros da Vida Eterna, de FC. Xavier/André Luiz. “Palavra” msg. 27, In: Seara dos Médiuns, de FC. Xavier/Emmanuel. “Antes de falar” p. 75, In: Horizontes da Mente, de João Nunes Maia/Miramez. “Construir falando” msg. 58, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla.*

*Ilustrar com: Carta do professor de Thomas Edison para sua mãe. Esparso.*

*Informar/Esclarecer: Antes de falar, devemos consultar o Cristo - aquele que está dentro da nossa consciência, a falar-nos pelo canal do coração! E assim, pela palavra, poderemos levantar caídos, vestir almas nuas de esperanças e curar todos os tipos de enfermos, do corpo e do espírito.*

**Tarefa:** A.E. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Eduardo Andrecta

**Téc:** Domênico Cutrupi

01/12/2025 **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 pacifica a alma*

**Tarefa:** A.E. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Eduardo Marigo

**Téc:** Domênico Cutrupi

07/12/2025 **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:** A.E. Domingo 19:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 18:30h

**Exp:** Luis Antonio

**Téc:** Luiz Henrique

29/12/2025 **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).*

*Apoiar 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 Alirio 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. 2ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:30h

**Exp:** Oswaldo Melero

**Téc:** Wagner Reis