

**20/02/2025 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 Mamon, 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:** A.E. 5ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Hilário Rocha

**Téc:** Eloisa M Krigner

**24/04/2025 Tema: DEPRESSÃO E ANSIEDADE E A INFLUÊNCIA DA MÍDIA ELETRÔNICA.***Fazer a oposição: Desassossego x Serenidade*

17 *Delimitação: Estudos mostram que a influência da mídia eletrônica em nossas vidas é viciante. A Organização Mundial de Saúde (OMS) compara o problema à dependência química, com consequências físicas e mentais semelhantes...*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V – Bem aventurados os Aflitos, itens: 1, 18 e 25. Idem, no cap. VI – O Cristo consolador, itens 1 e 7. “Bem aventurados os que choram porque serão consolados”.*

*“Depressão” cap. 6, In: Triunfo Pessoal, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Ansiedade” cap. 8, In: Conflitos Existenciais, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Ansiedade” cap. 49, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Processo de Autocura” cap. IX, In: Plenitude, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Possuímos o que damos” msg. 117, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. Ansiedade, como enfrentar o mal do século. Síndrome do pensamento acelerado, de Dr. Augusto Cury. Vídeos disponíveis na internet.*

*Ilustrar com: O Jardim Secreto (Resumo do livro). Idem com: Abra seu coração, da Redação do Momento Espírita, de 07/06/2022.*

*Informar/refletir: A tecnologia pode ser benéfica ou prejudicial - Tudo depende da forma como é utilizada. Necessário buscar diminuir o tempo de conexão, substituindo o uso da internet e mídias sociais por outras atividades prazerosas e de interação real com as pessoas, principalmente com os da família.*

**Tarefa:** A.E. 5ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Eduardo Marigo

**Téc:** Valéria C Gameiro

**26/06/2025 Tema: CUIDADO COM A INVEJA***Fazer a oposição: Inveja x Admiração.*

26 *Delimitação: Beleza física, poder temporário, propriedade passageira e fortuna amedada 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. 5ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Luis Antonio

**Téc:** Luciene Cunha

**28/08/2025 Tema: O COMPORTAMENTO DIFERENCIADO DO VERDADEIRO CRISTÃO***Fazer a oposição: Egoísmo X Fraternidade*

35 *Delimitação: “A criatura que serve pelo prazer de ser útil progride sempre, e encontra mil recursos dentro de si mesma, na solução de todos os problemas”*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII - itens 3 e 4 - “O Homem de Bem” e “Os Bons Espíritas”.*

*LE, de A. Kardec, Q. 918. “O Cristão e o mundo” cap. 102, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. Prefácio In: Confia e Serve, de FC. Xavier/Emmanuel. “Quem serve Prossegue” msg. 82, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Programa de auto iluminação” In: Oferenda, de Divaldo P. Franco/Joana de Angelis. “Ser melhor” cap. 12; “A velha ilusão das aparências” cap. 22, In: Reforma Íntima sem Martírio, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.*

*Ilustrar com: Aspectos da vida de Bezerra de Menezes – O médico dos pobres. Idem, Chico e os tomates.*

*Informar/refletir: A pessoa que se habitua a ser invariavelmente servida em todas as situações, não sabe agir sozinha em situação alguma. Se há mais alegria em dar que em receber, há mais felicidade em servir que em ser servido.*

**Tarefa:** A.E. 5ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Sérgio Martin

**Téc:** Lilian Menchini

30/10/2025 **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. LÉ, 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:** A.E. 5ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Adriana Colla

**Téc:** Arnaldo Manzano