

**08/02/2025 Tema: ABANDONE QUEIXAS E RECLAMAÇÕES!**

Fazer a oposição: *Queixas x Serenidade.*

- 6 Delimitação: “...Busca a edificação da paz, através do equilíbrio e da afabilidade para com todos. Manifesta-te no veículo da compreensão fraternal, exprimindo misericórdia, e produz bons frutos onde estiveres.”  
 Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 5 – Bem aventurados os aflitos. Item 18 – Bem e mal sofrer. *Idem*, na passagem de Tiago, 5: 9. - “Irmãos, não vos queixeis uns contra os outros, para que não sejais condenados”.  
 LE, de A. Kardec, cap. I, Livro IV, Q. 920 a 922. “Nuvens” msg. 32, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Alimento verbal” msg. 87, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Queixumes” msg. 100, In: Bênção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Da segurança íntima” msg. 33, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Queixas” msg. 118; “Obediência construtiva” msg. 126, In: Justiça Divina, de FC. Xavier/Emmanuel. “No campo do espírito” p. 69, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Reclamar menos” p. 153, In: Técnica de viver, de Kelvin Van Dine. “Tire férias de você” In: Messe de Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Queixas” msg. 8; “Reclamação e esforço” msg. 20, In: O lado positivo de tudo, de Jacob Melo.  
 Ilustrar com: “Pequena História” In: Alvorada cristã, de Neio Lúcio.  
 Informar/refletir que: O homem deve evitar a queixa constante e o azedume, que nada constroem e que, pelo contrário, afastam as pessoas de sua convivência; além de dificultar a boa sintonia com a espiritualidade superior.

**Tarefa:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Glória Teixeira

**Téc:** Gilberto Quartar

**29/03/2025 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, desassombradamente, 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. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Gabriela Milani

**Téc:** Gilberto Quartar

**17/05/2025 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/Neio 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:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Antonietta Domine

**Téc:** Gilberto Quartar

**05/07/2025 Tema: O DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA**

Fazer a oposição: *Alheamento X Consciência.*

- 27 Delimitação: “...Por mais ardente, a fé que não se exprime em obras de educação e de amor, redenção e bondade; é talento morto...”  
 Apoiar o tema na Parábola do Filho Pródigo - Lucas, 15: 11-32. “...Vou levantar-me, irei ao meu Pai e lhe direi: Pai, pequei contra o céu e diante de ti, já não sou digno de ser chamado seu filho.... Levantando-se, foi ao seu Pai.”  
 “A rota dos Filhos Pródigos” – introdução, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. “Certamente cedo venho” msg. 10; “Por um pouco” msg. 42; “Devagar, mas sempre” msg. 62; “Caindo em si”, msg. 88, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Na exaltação do Reino Divino” msg. 17, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emanuel.  
 Ilustrar com: “Paciência tem recompensa”. (texto esparso).  
 Informar/refletir: Precisamos aprender a valorizar o nosso tempo, a nossa vida, que são os bens mais preciosos que possuímos, pois, a grande maioria de nós desperdiça muito tempo com futilidades, enquanto não desperta para os reais valores da vida: A família, Os relacionamentos, A evolução do espírito!

**Tarefa:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Marilena Silva

**Téc:** Gilberto Quartar

23/08/2025 **Tema:** A MISSÃO INDIVIDUAL DE CADA UM DE NÓS (PARÁBOLA DOS TALENTOS).

Fazer a oposição: *Obstar X Contribuir*

34

*Delimitação: No contexto espiritual, somos chamados a cumprir nossa missão individual neste planeta, que envolve não apenas o aperfeiçoamento pessoal, mas também a contribuição para o bem comum.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 16 – Não se pode servir a Deus e a Mamom. Item 6 - “A parábola dos talentos”.*

*LE, de A. Kardec. Q. 674, 675, 676, 88 e 913. “Trabalha Servindo” msg. 46, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Após a tempestade, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 4. Luz da esperança, de Joanna de Ângelis,*

*psicografado por Divaldo Franco, capítulo 32.” No Solo do espírito” msg. 51.” No Campo da vida” msg. 63; “Divinos Dons” msg.*

*84, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Opiniões” msg. 80; “O Ouro intransferível” msg. 135, In: Caminho,*

*Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “A Busca do sentido existencial” cap. 5, In: Amor, Imbatível Amor, de Divaldo P.*

*Franco/Joanna De Ângelis.*

*Ilustrar com: “O lavrador e a enxada” In: Lindos Casos de Chico Xavier, narrado por Ramiro Gama.*

*Esclarecer/Refletir: O dilema entre o egoísmo e a colaboração é um dos desafios centrais da nossa existência. A missão de cada um*

*de nós neste planeta é servir ao próximo, multiplicar os talentos recebidos e contribuir para a evolução espiritual da humanidade.*

*Somente assim, poderemos vencer o egoísmo, cumprir nosso papel no grande plano divino, e avançar em direção à plenitude*

*espiritual, que nos aguarda.*

**Tarefa:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Gabriela Milani

**Téc:** Gilberto Quartar

01/11/2025 **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:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Maira Nascimento

**Téc:** Gilberto Quartar

29/11/2025 **Tema:** SEJAMOS GRATOS

Fazer a oposição: *Ingratidão X Gratidão*

48

*Delimitação: “...Nada existe de insignificante na estrada que percorremos. Todas as concessões do Pai Celeste são preciosas no campo de nossas vidas. Aprendamos a agradecer por tudo! Existe uma frase atribuída a Willian Shakespeare que diz: “A Gratidão é o único tesouro dos humildes.”*

*Apoiar o tema na epístola de Paulo aos Tessalonicenses, 5: 16-18: “Em tudo dai graças, porque esta é a vontade de DEUS em*

*Cristo JESUS para convosco”. Idem LE, de A. Kardec, parte 4ª, cap. I, Q. 937 – Decepções. Ingratidão. Afeições destruídas. Alerta*

*de Kardec: “A ingratidão é filha do egoísmo e o egoísta topará mais tarde com os corações insensíveis, como o seu próprio o foi.*

*“Agradecemos sempre” msg. 113, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Rendamos graças” msg. 100, In: Pão*

*Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Glorifiquemos” msg. 11; “Ante o sublime” msg. 23; “Aprendamos a agradecer” msg. 155, In:*

*Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Ação de graças por um favor obtido”, cap. 28, In: ESE, de A. Kardec.*

*Ilustrar com a história: “Gratidão”. Esparso.*

*Enfatizar/refletir: “Cada dia, louva o Senhor que te agraciou com as oportunidades valiosas e com os dons divinos. Pensa, estuda,*

*trabalha e serve. Não suponhas comum o que Deus purificou e engrandeceu”*

**Tarefa:** A.E. Sábado 19:30 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:15h

**Exp:** Marilena Silva

**Téc:** Gilberto Quartar