

22/01/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Romeu Labone **Téc:** Wagner Reis

05/02/2025 **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 Ângelis. “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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Antonio Carlos **Téc:** André Rakauskas

05/03/2025 **Tema:** OS CAMINHOS DA EVOLUÇÃO

Fazer a oposição: Vida material x Vida espiritual.

- 10 Fazer a oposição: Vida material x Vida espiritual.
 Delimitação: “Segundo Emmanuel, os laboratórios onde os cientistas se dedicam aos estudos que dizem respeito à matéria, vão sendo convertidos em templos, onde a inteligência é compelida a estar à serviço de Deus, das suas leis e ao processo de esclarecimento da humanidade, porque o futuro pertence ao espírito”.
 Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, parte 3ª, cap. VIII – Marcha do progresso - Q. 780 e 793, e parte 2ª cap. I – Progressão dos espíritos - Q. 114 a 127.
 “Nos tempos tormentosos” cap. 14, In: Luz na Escola, de FC. Xavier/esp. Diversos. “Humanidade real” msg.127, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. I Carta de Paulo aos Coríntios, cap. 8, vers. 2. “Genética espiritual” cap. 17, In: Chico Xavier e suas mensagens no Anuário Espírita, de FC. Xavier/autores diversos.
 Ilustrar com: “Servir mais” cap. 7, In: “Contos desta e doutra vida” de FC. Xavier/Irmão X.
 Informar/refletir que milhões e milhões de pessoas têm encarnado ao longo dos séculos, dedicando-se, segundo Emmanuel, ao que está morto ou ao que vai morrer. Convém refletir que “A carne é apenas tua veste! Luta e aprimora-te; trabalha e realiza com o Cristo, e aguarda confiante o futuro, na certeza que a vida de hoje te espera sempre justiceira, amanhã”.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Wagner Reis **Téc:** Wagner Reis

16/04/2025 **Tema:** ARROGÂNCIA NA VISÃO ESPÍRITA

Fazer a oposição: Arrogância x Humildade

16

Delimitação: “O princípio que gera a arrogância foi colocado no homem para o bem. É a ânsia de crescer e realizar-se. O excesso disso, no entanto, criou a paixão. A paixão gerou o vício. O vício patrocinou o desequilíbrio...”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. VII - Bem aventurados os pobres de Espírito, item 3: Quem se eleva será rebaixado.

Idem, no evangelho de Lucas 14: 7-11 e 18: 9-14 - “Todo aquele que se exaltar será humilhado”.

“Estudando a arrogância” cap. 8 e 9, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux. “Flexibilidade nos julgamentos” cap. 18, In: Laços de Afeto, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux. “Maioridade” msg. 21; “Entendamo-nos” msg. 122, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Glória Cristã” msg. 119, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o vídeo de Rossandro Klinjey: A professora que humilhava a todos. Disponível na internet:

www.instagram.com/reel/C9z6r1EJFIIm/?igsh=MXF5ZXQzM3ViemU2bA==

Informar/refletir: O interesse pessoal, a competição e a rebeldia, levam-nos à incapacidade de percebermos a arrogância em nossas atitudes. A arrogância retira-nos o “senso de realidade”. Por isso, necessário se faz analisarmos nossas atitudes arrogantes e corrigi-las, visto serem incompatíveis com a felicidade, e contrárias à humildade proposta pelo Cristo.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Antonietta Domine **Téc:** Wagner Reis

09/07/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Wagner Reis **Téc:** Arnaldo Manzano

20/08/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Exp:** Madá **Téc:** Wagner Reis

01/10/2025 **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 Angelis.

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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Eloisa Martinez

Téc: Wagner Reis

12/11/2025 **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/Ermanice 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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Neusa Zenaide

Téc: Wagner Reis

31/12/2025 **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 Alírio de Cerqueira Filho na “Introdução” do livro: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. “Recomecemos” 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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Exp: Romeu Labone

Téc: Wagner Reis