

**28/01/2025 Tema: INDIVIDUAÇÃO OU INDIVIDUALISMO?***Fazer a oposição: Individualismo X Individualização*

- 5 *Delimitação: Segundo o Dr. Carl Gustav Jung, individualização é um processo em que a pessoa se torna si mesma, inteira, indivisível e distinta de outras pessoas ou da psique coletiva. É a marca de Deus em nós.*  
*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 13 – Que a vossa mão esquerda não saiba o que dá a vossa direita. Item 10: “...Somente Deus, em sua misericórdia infinita, colocou no fundo do vosso coração uma sentinela vigilante que se chama consciência, Escutai-a; ela não vos dará senão bons conselhos...”*  
*“Individualização ou Individualismo” cap. 1, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “Personalismo, a lupa do orgulho” cap. 13, In: Mereça ser Feliz, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “No campo do Afeto” msg. 110, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Individualismo” cap. 6, In: Amor, Imbatível Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Encontrando a si mesmo” cap. 27, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla. “Fraternidade” msg. 15, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.*  
*Ilustrar com: O valor de uma pedra. Esparso/Informar/refletir que precisamos fazer o aprendizado do autoamor, dialogarmos com a intimidade, indagar de nossos sentimentos a razão de sua existência. Procurar acordos íntimos. Se não aprendermos a gostar de nós, a nos aceitar, não conseguiremos a fluência do amor ao próximo.*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 13:30h**Exp:** Luciana Manzano**Téc:** Maria Aparecida**25/02/2025 Tema: TORMENTOS VOLUNTÁRIOS***Fazer a oposição: Irreflexão X Ponderação nas ações*

- 9 *Delimitação: “Quanto nos seja possível, façamos serenidade em torno dos nossos passos. Sem calma, é impossível observar e trabalhar para o bem. Sem paz dentro de nós, jamais alcançaremos os círculos da paz verdadeira”.*  
*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap 5 – Bem aventurados os aflitos. Item 4 – Causas atuais das aflições.*  
*“Bem Aventurados os que choram, porque serão consolados” p. 30-32, In: O Sermão da Montanha, de Emmet Fox, Edit. Record/1993. “Acalma-te” msg. 33; “No sustento da paz” msg. 45, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Ansiedades” msg. 8, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*  
*Ilustrar com o caso inserto no livro “À luz do consolador” p. 83-85, de Yvonne A. Pereira.*  
*Abordar que muitas dores e difíceis situações poderiam ser evitadas no trajeto de nossa encarnação, se nos mantivéssemos vigilantes. Informar também que os aflitos bem aventurados de que Jesus nos fala no evangelho, são aqueles que suportam com paciência as dificuldades que não podem ser removidas, por fazerem parte do nosso aprendizado espiritual*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 13:30h**Exp:** Meire Totti**Téc:** Maria Aparecida**15/04/2025 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/Ermance Dufaux. “Flexibilidade nos julgamentos” cap. 18, In: Laços de Afeto, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance 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/C9z6r1EJFIm/?igsh=MXF5ZXQzM3ViemU2bA==](https://www.instagram.com/reel/C9z6r1EJFIm/?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:** A.E. 3ª Feira 14:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 13:30h**Exp:** Hilda Regina**Téc:** Maria Aparecida**13/05/2025 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:** A.E. 3ª Feira 14:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 13:30h**Exp:** Marilene Bueno**Téc:** Maria Aparecida

**17/06/2025 Tema:** MÁGOA: O INIMIGO VIVE DENTRO DE VOCÊ!

Fazer a oposição: *Mágoa X Reconciliação*

25

Delimitação: *“Tanto quanto não debes conservar detritos e infecções no vaso orgânico, não mantenha aversão e rancor na própria alma”.*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. X – Bem aventurados os que são misericordiosos. Itens 7 e 14 – Perdão das ofensas.

*“Faça uma limpeza no lixo da mágoa”* msg. 15, In: Jesus, A inspiração das relações luminosas, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. *“Perdão - Santo Remédio”* msg. 61; *“No convívio do Cristo”* msg. 125, In: Palavras de Vida Eterna, de FC.

Xavier/Emmanuel. *“Oposições”* p. 77, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: *“Mágoa”*. Texto esparso.

Informar/refletir: *A mágoa tem duas principais funções na vida emocional e psíquica: Revelar algo sobre nós que está difícil de aceitar, e, desiludir-nos sobre o que pensamos a respeito de quem nos ofendeu. Limpeemos nosso coração. Livremo-nos do peso que consome nossas energias, pois o maior beneficiado é aquele que perdoa!*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Cidinha Sanchez

**Téc:** Maria Aparecida

**29/07/2025 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, 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. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Roberto Oliveira

**Téc:** Maria Aparecida

**26/08/2025 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 Espíritos”*.

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 Prosegue”* 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. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Cidinha Sanchez

**Téc:** Maria Aparecida

**04/11/2025 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. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Luciana Manzano

**Téc:** Maria Aparecida

16/12/2025 **Tema:** O MUNDO ESPIRITUAL E NÓS

*Fazer a oposição: Valores materiais X Valores espirituais*

51 *Delimitação: O Espiritismo busca a harmonia entre os valores materiais e os espirituais, enfatizando a necessidade de utilizar os bens materiais com sabedoria e prudência, em benefício próprio e do seu semelhante.*

*Embasar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 2 – Meu reino não é deste mundo, Item 4: A Realeza de Jesus. Idem passagem de Marcos, 8:36: “Pois que aproveitaria ao homem ganhar todo o mundo e perder a sua alma? (Jesus)*

*“Meu reino não é deste mundo”, p. 21, In: Jesus e o Evangelho à luz da psicografia profunda, de Divaldo P. Franco/Joanna De Angelis. “O Grande Educandário” cap. 9, In: Roteiro, de FC. Xavier/Emmanuel. “Tesouros ocultos”, In: Seara dos Médiuns, de FC. Xavier/Emmanuel. “Parábolas e Ensinos de Jesus”, parte 1 p.11 e 13, de Cairbar Schutel. “Vinda do reino” msg. 107, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “No rumo do amanhã” msg. 6; “Na exaltação do reino divino” msg. 17, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “A palavra da cruz” msg. 97, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: O Rei dos dragões e o flautista. Conto chinês.*

*Informar/refletir: “Busquemos enriquecer o próprio espírito para o amanhã que nos aguarda, porque consoante o ensino do Senhor, nada vale reter por fora o esplendor de todos os impérios do mundo, conservando a treva por dentro do coração”*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Exp:** Ana Govatto

**Téc:** Maria Aparecida