

## 29/12/2024 RENASCER A CADA DIA

*Delimitação: 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. “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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** José Carlos

**Téc:** Marcos Antonio

## 23/02/2025 TORMENTOS VOLUNTÁRIOS

*Delimitação: 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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** Antonio Carlos

**Téc:** Sonia Prado

## 20/04/2025 DEPRESSÃO E ANSIEDADE E A INFLUÊNCIA DA MÍDIA ELETRÔNICA.

*Delimitação: 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 Ágelis. “Ansiedade” cap. 8, In: Conflitos Existenciais,*

*de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis. “Ansiedade” cap. 49, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis. “Processo*

*de Autocura” cap. IX, In: Plenitude, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis. “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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** Sonia Prado

**Téc:** Edson

## 22/06/2025 CUIDADO COM A INVEJA

*Delimitação: 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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** José Carlos

**Téc:** Marcos Antonio

**24/08/2025 O COMPORTAMENTO DIFERENCIADO DO VERDADEIRO CRISTÃO**

*Delimitação: 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 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/Ermanice 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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** Marcos Antonio

**Téc:** Marcelo

**30/11/2025 ESTAR EM DEUS**

*Delimitação: 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. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** Antonio Carlos

**Téc:** Sonia Prado

**21/12/2025 O NASCIMENTO DE JESUS**

*Delimitação: Fazer a oposição: Pena de Talião X Lei de amor*

**52** *Delimitação: Jesus Cristo veio renovar o mundo e aproximar os homens. Desenvolver em todos nós o amor ao próximo e a prática da caridade.*

*LE, de A. Kardec, Q. 625. “Oração do Natal” In: Nas Pegadas do mestre, de Vinícius (FEB). “A Vinda de Jesus” cap. 12, In: A Caminho da Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Natal com Jesus” página psicografada por Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*

*“Natal” e “Oração de Natal” In: Novas Mensagens, de FC. Xavier/Humberto de Campos. “Prece do Natal” In: Palavras do*

*Infinito, de FC. Xavier/Humberto de Campos. “Natal” e “Pastores de Hoje” In: Para Viver a Grande Msg. de Richard Simonetti.*

*Caps. 4, 16, e 25, de FC. Xavier/Emmanuel e outros. Caps. 25, 37 e 49, In: Pontos e Contos, de FC. Xavier/Irmão X. cap. 60, In:*

*Rumos Libertadores, de Divaldo P. Franco/Joanna De Angelis. caps. 27 e 28, In: Vozes do Grande Além, de FC. Xavier/Espíritos*

*diversos. “O Natal de Jesus” In: Fonte de Paz, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: a passagem narrada em Lucas 2, sobre o recenseamento ao tempo de Jesus, em todo o Império Romano.*

*Informar/refletir: O Espiritismo não veio para contrariar os ensinamentos do Cristo, mas para desenvolvê-los. A moral ensinada por Moisés era apropriada ao estado evolutivo, ou seja, de compreensão dos povos para os quais ele pregou naquele período da história*

**Tarefa:** A.E. Domingo 09:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 08:30h

**Dir:** Sonia Prado

**Téc:** Edson