

**14/01/2025** A DOR DO CRESCIMENTO

*Delimitação: Fazer a oposição: Estagnação X Crescimento.*

- 3 *Delimitação: “A superação da rotina materialista exige esforço, mas também metas, ideais, comprometimento. Imperioso assumirmos o compromisso de mudança e elevação conosco mesmo”.*  
*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 2 – Meu reino não é deste mundo - Item 5: O ponto de vista. Narrar passagem de Mateus, 13: 31-32. “O Reino dos céus é semelhante a um grão de mostarda que um homem tomou e lançou no seu campo... (Parábola do grão de mostarda).*  
*Ler e comentar a questão 1018 do LE (meu reino não é deste mundo...). “A Caminho do Alto” mens. 1; “Na Subida Espiritual” mens. 3, In: Bênção de Paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Avancemos” mens. 50; “Renovemo-nos dia a dia” mens. 107, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “A lição da semente” mens. 4, In: Jesus no lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. “Na senda do Cristo” mens. 16, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Projeto de Vida” cap. 3, In: Reforma Íntima sem Martírio, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux.*  
*Ilustrar com: “A forja das almas”. Texto esparso.*  
*Levar à reflexão que: O cultivo da paixão ao adiantamento espiritual é a solução para todos os problemas da humanidade terrena e o único caminho para um mundo melhor. Quando aprendemos isso, verificamos que a existência, mesmo salpicada de problemas e dores, tem luz e vida, porque plantamos na intimidade a semente imperecível do idealismo superior, que ninguém pode nos furtar*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Dir:** Ana Bravo

**Téc:** Sérgio Osmar

**15/02/2025** O QUE MOTIVA NOSSAS ESCOLHAS?

*Delimitação: Fazer a oposição: Automatismos X Reflexões*

- 7 *Delimitação: Podes e deves ser feliz! Esta é a tua liberdade de escolha. A criatura é livre para usar o fogo de maneiras diversas, como sejam: extinguir o frio, afastar as trevas, preparar o próprio alimento, condicionar a matéria, ou destruir através do incêndio. Quais são as suas escolhas?*  
*Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, Q. 264, 843, 871 e 872 – Livre arbitrio. E na 1ª Epístola de Paulo Coríntios: 6: 12 - “Tudo posso, mas nem tudo me convém.” Idem, Gálatas: 6: 7 - “Tudo o que o homem semear isso também ceifar.”*  
*“Segue-me tu” msg. 2, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Na luta vulgar” msg. 160, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Escolhas” p. 88, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Viver melhor” msg. 4, In: Respostas da vida, de FC. Xavier/André Luiz. “Liberdade de escolha” cap. 2, In: Momentos de Saúde e de Consciência, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Encontrando a si mesmo” msg. 27, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla.*  
*Ilustrar com o conto: “O cavalo e o abismo” Disponível na internet.*  
*Levar à reflexão que para conhecer Deus, somente trilhando pelos caminhos internos. Para sentir Jesus, somente pelas vias do coração. O Céu se encontra na nossa intimidade, e o comando da vida gera por dentro a nossa felicidade*

**Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 15:45h

**Dir:** Assis

**Téc:** ---

**01/04/2025** O ESFORÇO CONTÍNUO NO TRABALHO DO BEM. (Hom. Chico Xavier)

*Delimitação: Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*

- 14 *Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*  
*Delimitação: “Todo trabalho digno é santificado. Contudo, é forçoso não esquecermos a santificação maior do trabalho com Jesus, na exaltação do bem”.*  
*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 13, item 9: A Caridade material e a caridade moral.*  
*“Lição no apólogo” p. 89, In: “Vozes do Grande Além” de FC. Xavier/espíritos diversos. “Ante a força do bem” cap. 18, In: Bênção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “A jornada redentora” msg. 49, In: Jesus no lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. “Afirmção esclarecedora” msg. 36, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “O bem é incansável” msg. 11, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*  
*Ilustrar com a história: “Na frente do bem” cap. 16, In: Fé, de FC. Xavier e Carlos A. Baccelli/esp. Diversos.*  
*Informar/esclarecer que, segundo Emmanuel, “não se formam cristãos para adornos vivos do mundo, e sim para a ação regeneradora e santificante da existência...”. Destacar que, não podemos ser Cristãos sem Cristo, ostentando um rótulo, sem uma vivência que reflita a proposta cristã. “...Se alguém não traz o Espírito do Cristo, esse tal não é dele...”. (Apóstolo Paulo).*

**Tarefa:** A.E. 3ª Feira 14:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 13:30h

**Dir:** Ana Maria

**Téc:** Maria Aparecida

05/04/2025 O ESFORÇO CONTÍNUO NO TRABALHO DO BEM. (Hom. Chico Xavier)

*Delimitação: Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*

14

*Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.*

*Delimitação: "Todo trabalho digno é santificado. Contudo, é forçoso não esquecermos a santificação maior do trabalho com Jesus, na exaltação do bem".*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 13, item 9: A Caridade material e a caridade moral.*

*"Lição no apólogo" p. 89, In: "Vozes do Grande Além" de FC. Xavier/espíritos diversos. "Ante a força do bem" cap. 18, In:*

*Benção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. "A jornada redentora" msg. 49, In: Jesus no lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. "Afirmção*

*esclarecedora" msg. 36, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "O bem é incansável" msg. 11, In: Pão nosso, de FC.*

*Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história: "Na frente do bem" cap. 16, In: Fé, de FC. Xavier e Carlos A. Baccelli/esp. Diversos.*

*Informar/esclarecer que, segundo Emmanuel, "não se formam cristãos para adornos vivos do mundo, e sim para a ação*

*regeneradora e santificante da existência...". Destacar que, não podemos ser Cristãos sem Cristo, ostentando um rótulo, sem uma*

*vivência que reflita a proposta cristã. "...Se alguém não traz o Espírito do Cristo, esse tal não é dele...". (Apóstolo Paulo).*

**Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 15:45h

**Dir:** Assis

**Téc:** ---

24/04/2025 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*

*diminuímos 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:** DESADEF - 5ª Feira 20:00 h

**Local:** IAM

**Prep:** 19:30h

**Dir:** Thais Mendes

**Téc:** ---

26/04/2025 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*

*diminuímos 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:** DESADEF - Sábado 16:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 15:45h

**Dir:** Assis

**Téc:** ---

## 29/05/2025 PROVAS REDENTORAS

Delimitação: Fazer a oposição: *Rebeldia x Resignação*

22 Delimitação: "...São inderrogáveis as Leis da Vida, constituindo ordem e harmonia no Universo. Muitos infortúnios de hoje são bênçãos, pelo que resultarão mais tarde, favorecendo com paz e recuperação o déspota e infrator de ontem, em processo de reparação do mal praticado..."

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V – Bem aventurados os aflitos, itens 19 – O Mal e o remédio, mensagem de Santo Agostinho, e 20 - A felicidade não é deste mundo.

LE, de A. Kardec. Q 264, 871 e 872. "Desgraça real" p. 45, In: Jesus e o Evangelho à luz da psicologia profunda, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Podes, se queres" msg. 11; "Ascensão espiritual" msg. 42, In: Otimismo, de Divaldo P.

Franco/Joanna de Ângelis. "Use a fé para trabalhar a inconformação" cap. 18; "Ser forte não significa vencer todas as batalhas" cap. 23, In: Jesus: A Inspiração das Relações Luminosas, de Wanderley S. de Oliveira/ Ermance Dufaux.

Ilustrar com a história: Prova e Superação. (Disponível na internet). Idem: As Vidas de Jesus Gonçalves.

Levar à reflexão: Todos os que choram: Os famintos e os sequiosos de justiça; os padecentes de perseguições; todos momentaneamente em angústia; logo mais receberão o quinhão do pão da paz, da vitória, se souberem sofrer com resignação, após haverem resgatado os compromissos infelizes a que se entregaram anteriormente, geradores da situação atual aflitiva

Tarefa: DESADEF - 5ª Feira 20:00 h Local: IAM Prep: 19:30h Dir: Marilda Téc: ---

## 26/06/2025 CUIDADO COM A INVEJA

Delimitação: Fazer a oposição: *Inveja x Admiração*.

26 Delimitação: Beleza física, poder temporário, propriedade passageira e fortuna amoedada 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: DESADEF - 5ª Feira 20:00 h Local: IAM Prep: 19:30h Dir: Thais Mendes Téc: ---

## 28/06/2025 CUIDADO COM A INVEJA

Delimitação: Fazer a oposição: *Inveja x Admiração*.

26 Delimitação: Beleza física, poder temporário, propriedade passageira e fortuna amoedada 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: DESADEF - Sábado 16:00 h Local: CEOS Prep: 15:45h Dir: Etefvone Téc: ---

## 29/07/2025 OS FORMADORES DE OPINIÃO

Delimitação: 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 influenciamos mutuamente, através de nossos exemplos, atitudes, 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 Dir: Sérgio Osmar Téc: Maria Aparecida

## 25/10/2025 O ERRO COMO FONTE DE APRENDIZADO

*Delimitação:* Fazer a oposição: Erro: um momento! X Aprendizado: um processo no tempo!

43

*Delimitação:* “Como se pode distinguir o bem (acerto) do mal (erro)?”. A resposta é: “O bem é tudo o que é conforme à lei de Deus. O mal, tudo o que lhe é contrário. Assim, fazer o bem é proceder de acordo com a lei de Deus. Fazer o mal é infringi-la”.

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 6 – O Cristo Consolador Itens 1 e 2: O Jugo leve.*

*CI, de A. Kardec, parte 1ª, cap. VII, item 16º. “Arrependimento, expiação e reparação constituem, portanto, as três condições necessárias para apagar os traços de uma falta e suas consequências...”. Idem, no LE, de A. Kardec, parte 3ª, cap. I – Conhecimento da Lei Natural, Q. 621–“Onde está escrita a lei de Deus? Na consciência.”*

*“Falando à Terra” p. 3, In: Falando à Terra, de FC. Xavier/Emmanuel. “Fogo mental” p. 84, In: Justiça divina, de FC.*

*Xavier/Emmanuel. “Vidas sucessivas” cap. 110, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Ergamo-nos” msg. 13, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Melhorar para progredir” msg. 7, In: Palavras de Vida Eterna, de FC.*

*Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história: “Aprendendo com os erros”. Esparso. Citar o exemplo de Thomas Edison descobridor da lâmpada elétrica - que alcançou o sucesso depois de incontáveis tentativas.*

*Esclarecer/refletir: O homem vive no mundo, sem parar para analisar o quanto tem caminhado em Espírito. E, assim, pelas escolhas infelizes que faz, surgem as dificuldades da vida: dores, desilusões, decepções; até que, cansado de sofrer, acabará se encontrando na posição do filho pródigo... Reforçar que não devemos esperar resultados diferentes, agindo sempre da mesma maneira!*

**Tarefa:** DESADEF - Sábado 16:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 15:45h    **Dir:** Eloisa Martinez    **Téc:** ---

## 29/11/2025 SEJAMOS GRATOS

*Delimitação:* 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:** DESADEF - Sábado 16:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 15:45h    **Dir:** Assis    **Téc:** ---