

05/01/2025 **Tema:** A ARTE DE VIVER EM HARMONIA EM UM MUNDO DE CONFLITOS

Fazer a oposição: *Desarmonia x Equilíbrio*

- 2 *Delimitação: O Espiritismo nos ensina que a vida é uma jornada de aprendizado e evolução; e que os conflitos e as diferenças individuais surgem como uma oportunidade de crescimento para o Espírito...*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap.11 - Amar o próximo como a si mesmo, itens 2 e 3, 8 a 10: - "Fazei aos homens tudo o que quereis que eles vos façam..."
A Gênese, de A. Kardec, cap. 18, item 17, "A fraternidade será a pedra angular da nova ordem social". "Fraternidade, fraternidade" msg. 16, In: Sementeira da Fraternidade, de Divaldo P. Franco/Esp. Diversos. "Perante os outros" msg. 27, In Sinal Verde, de FC. Xavier/A. Luiz. "Tolerar Sempre", msg. 7, In: Lições para o autoamor, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. "Prefácio". "Ser espírita sem ser perfeccionista" msg.15; "A riqueza da diversidade nas relações humanas" msg. 23, In: Diferenças não são defeitos, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.
Ilustrar com: "As Ferramentas na Carpintaria". Esparso.
Levar à reflexão que viver em sociedade é um desafio constante, e que a busca pela paz e harmonia nas nossas relações é uma arte, que nos convida a olhar para além das aparências e aprofundar a nossa compreensão sobre nós mesmos, sobre o próximo e sobre o mundo. Para isso, a lição áurea é o Amor! "No amor grandioso de Jesus há lugar para todas as nossas diferenças"

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Antonio Carlos

09/02/2025 **Tema:** O QUE MOTIVA NOSSAS ESCOLHAS?

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 fogo, 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 arbítrio. 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 também ceifará."
"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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Antonietta Domine

16/03/2025 **Tema:** PRECONCEITO E EVOLUÇÃO

Fazer a oposição: *Orgulho X Fraternidade*

- 12 *Delimitação: "Preconceito é uma ideia pré-concebida, um conceito falso, formado com base em julgamento próprio e em tom depreciativo, derivado de análise tendenciosa, discriminatória".*
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII - Sede Perfeitos, item 3 – O Homem de bem.
"Cizânia" cap. 4, In: Iluminação interior, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Comparações" cap. 7; "Reféns do preconceito" cap. 28, In: Mereça ser feliz, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. "Fé e singularidade" cap. 25, In: Reforma íntima sem martírio, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. "Os Dogmas e os preconceitos" cap. XXVII, In: Emmanuel, de FC. Xavier/Emmanuel. "Revelações e preconceitos" cap. 59, In: Seara dos médiuns, de FC. Xavier/Emmanuel. "Em louvor do equilíbrio" msg. 59, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com a parábola do Bom Samaritano. Abordar também o caso do assassinato de George Floyd nos USA em 25/05/2020.
Comentar as diversas formas de preconceito: Classe Social, Cor, Deficientes, Homossexuais, Idosos, Mulher, Nacionalidade, etc.
Informar/refletir: Precisamos nos reeducar e combater com afinco toda e qualquer forma de discriminação e preconceito contra nossos semelhantes, trabalhando firmemente em nós a mudança de pensamentos, atitudes e sentimentos, o que propiciará também a mudança para as futuras gerações...

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Hilda Regina

20/04/2025 **Tema:** DEPRESSÃO E ANSIEDADE E A INFLUÊNCIA DA MÍDIA ELETRÔNICA.

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 Ângelis. “Ansiedade” cap. 8, In: Conflitos Existenciais, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Ansiedade” cap. 49, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Processo de Autocura” cap. IX, In: Plenitude, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “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

Exp: Alberto Meiga

25/05/2025 **Tema:** PROVAS REDENTORAS

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 Jésus 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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Marilena Silva

29/06/2025 **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/Ermance 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. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Antonio Carlos

03/08/2025 **Tema:** GUERRAS: PREDOMINÂNCIA DOS INSTINTOS SOBRE A RAZÃO

Fazer a oposição: *Beligerância X Fraternidade*

32 *Delimitação: A humanidade, ao longo de sua trajetória, sempre viveu o dilema entre os instintos primitivos e a busca pela paz. A Doutrina Espírita nos ensina que, para alcançar a verdadeira paz, precisamos suplantar os impulsos instintivos de agressividade e egoísmo, desenvolvendo nossa capacidade de raciocínio, de discernimento e de amor ao próximo.*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 9 – Bem aventurados aqueles que são brandos e pacíficos. Itens de 1 a 5.

LE, de A. Kardec, Q. 542, 671, 738, 742. “O Fantasma da Guerra”, questão 50, In: O consolador, de FC. Xavier/Emmanuel. Após a tempestade, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 19. Ante o vigor do espiritismo, Raul Teixeira, Questão 76; “O Caminho da paz” cap. 41, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. “Paz” msg. 53, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “No sustento da paz” msg. 45; “Paz em casa” msg. 108, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Fraternidade” msg. 15; “Sigamos a paz” msg. 79, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o conto: O quadro da PAZ. Autoria desconhecida.

Levar à reflexão: Todos somos chamados à edificação da paz, que depende de nossa luta por melhorarmos-nos e educar-nos, de vez que a paz não é inércia e sim esforço, devotamento, trabalho e vigilância incessantes à serviço do bem. “Não há um caminho para a paz, a paz é o caminho”. (Mahatma Ghandi).

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Guilherme Martins

07/09/2025 **Tema:** O QUE ESTAMOS SEMEANDO?

Fazer a oposição: *Esterilidade X Fertilidade*

37 *Delimitação: “Na vida, somos todos semeadores... Uns semeiam flores e descobrem belezas, perfumes e frutos. Outros semeiam espinhos e se ferem nas suas pontas agudas. Ninguém vive sem semear, seja o bem, seja o mal...”*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 17 – Sede Perfeitos, item 5 - Parábola do Semeador. Essa Parábola se alicerça em três “S”, ou seja: Semeador, Semente e Solo. Dar maior enfoque nesse último.

“A Semente” msg. 7, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Parábola da Cizânia” MT. 13. “Semeadores” msg. 64, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “O Semeador saiu” In: Paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Reparemos nossas mãos” msg. 37; “No solo do espírito” msg. 51, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o texto: Sementes. Esparso.

Levar à reflexão: Não podemos colocar nossa religião numa prateleira e esperar colher bênçãos espirituais! Mas, se semearmos e cultivarmos os padrões do evangelho no cotidiano de nossa família, é muito provável que nossos filhos, ao crescerem, produzam frutos espirituais de grande valor para eles e para as gerações futuras.

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Camolesi

12/10/2025 **Tema:** SABEDORIA, A VERDADEIRA FORÇA INTERIOR

Fazer a oposição: *Escolhas equivocadas X Escolhas inteligentes.*

42 *Delimitação: A vida é feita de escolhas. Nem a omissão, nem as muitas certezas, são bons caminhos para a paz nas relações, nem tampouco consigo próprio. “O maior fracasso na vida não é escolher. É passar a vida sem existir...”*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XXV - Buscai e achareis, item 1: Ajuda-te e o céu te ajudará. Idem epístola de Paulo aos Gálatas, 6: 7 - “Pois aquilo que o homem semear, isso também ceifará”.

“O que buscamos na vida?” epílogo, In: Escutando sentimentos, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux. “Na luta vulgar” p. 45, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Educa” msg. 30; “Enxertia divina” msg. 78, In: Fonte Viva, de FC.

Xavier/Emmanuel. “Que fazeis de especial?” msg. 60, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. Mensagem: “Um dia” In: Jornal Mundo Maior - Informativo da comunidade cristã: “Lar em Jesus” de 19/08/2015.

Ilustrar com: “Uma difícil decisão”. (Rei Salomão e as duas mães).

Levar à reflexão que o “amanhã” dependerá de como estivermos trabalhando e projetando o nosso “hoje”. Alcançaremos sempre o melhor, desde que trabalhemos com firme vontade e dedicação, colocando nisso, o nosso coração e a nossa mente.

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Paulão

16/11/2025 Tema: AS TENTACÕES DE JESUS E AS NOSSAS

Fazer as oposições: *Matéria x espírito, Poder/orgulho x humildade, Irresponsabilidade x proteção de Deus.*

47

Delimitação: Vibra com a vida que estua, sublime, ao redor de ti, e trabalha infatigavelmente, dilatando as fronteiras do bem, aprendendo e ajudando os outros em teu próprio favor. Essa é a mais alta fórmula de vigiar e orar para não cairmos em tentação. Apoiar o tema nas passagens evangélicas: "... Nem só de pão viverá o homem" LC: 4: 4, "... Vai-te satanás, porque está escrito: Ao Senhor teu Deus adorarás, e só a Ele servirás" LC: 4: 12 "Dito está: Não tentarás o Senhor teu Deus" LC: 4: 12 e "Entrai pela porta estreita..." MT: 7: 13-14.

Explicar cada tentação ao público, correlacionando-as com a vida atual.

"O guia real" msg. 37, "Diante das tentações" msg. 69, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. "Entre o Bem e o Mal" msg. 38, In: Luz Acima, de FC. Xavier/Irmão X. "Evitando a tentação" msg. 3; "Vencer o mal" msg. 10, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Vigiem e oremos" msg. 110, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: "O Tesouro mais Precioso" In: Histórias para Aquecer o Coração 2, p. 59, de Jack Canfield e Mark Victor Hansen, Editora Sextante / RJ. 200.

Informar/refletir: Não te proponhas atravessar o mundo sem tentações. Elas nascem contigo, assomam de ti mesmo e alimentam-se de ti; quando não as combates, dedicadamente, qual o lavrador sempre disposto a cooperar com a terra da qual precisa extrair as boas sementes.

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sonia Prado

Exp: Rudinei Gimenez

21/12/2025 Tema: O NASCIMENTO DE JESUS

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 Vinicius (FEB). "A Vinda de Jesus" cap. 12, In: A Caminho da Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Natal com Jesus" página psicográfica 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

Exp: Alberto Meiga