

08/01/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Marilene Bueno **Exp:** Eduardo Andrecta

29/01/2025 **Tema:** INDIVIDUAÇÃO OU INDIVIDUALISMO?

Fazer a oposição: *Individualismo X Individuação*

- 5 *Delimitação: Segundo o Dr. Carl Gustav Jung, individuação 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..."
"Individuação 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 Ângelis. "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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Hélio Ribeiro **Exp:** Marilene Bueno

19/02/2025 **Tema:** O SENTIDO DA VIDA

Fazer a oposição: *Desatino X Lucidez*

- 8 *Delimitação: Reencarnamos para cumprir um propósito Divino. Para isso é essencial exercitarmos o autoconhecimento, para podermos descobrir, prioritariamente, quem verdadeiramente somos. O que motiva as nossas ações? Qual a nossa missão nesta vida?*
Embasar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVI – Servir a Deus e a Mamon, item 6 - Parábola dos talentos. Idem, na passagem de Jesus, anotada por João 8: 32 - "Conhecereis a verdade e a verdade vos libertará".
"O Sentido da Vida" da Redação do Momento Espírita, datado de 21/03/22.
"O Significado da vida" cap. 11, In: Momentos de Meditação, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Significado do ser integral e Autodescobrimento inadiável" In: Vida, Desafios e Soluções, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis". Os sentimentos" cap. 11, In: Autodescobrimento, uma busca interior, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis. "Ante a luz da verdade" msg. 173, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com: Sentido da Vida. Esparso.
Enfatizar que encontrar o sentido da própria existência é descobrirmos a nossa singularidade! Quais são os talentos a nós confiados? É identificar o Ser único que somos. É combinar a capacidade de expressar esse talento único, com um serviço de benefícios à humanidade, quando então, experimentaremos o sentido da vida e a verdadeira alegria de viver

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Hélio Ribeiro **Exp:** Creuza Camargo

12/03/2025 **Tema:** O PAPEL DA MULHER NA SOCIEDADE ATUAL

Fazer a oposição: Racionalidade X Amorosidade

- 11 Delimitação: *O papel da mulher sempre foi imenso na vida de todos os povos. Na sociedade atual, ele é cada vez mais diversificado e relevante, atendendo à própria evolução da humanidade. É a missionária da vida. O coração do lar! Apoiar o tema no Evangelho de Marcos 10:6-9: - Mas no princípio da criação Deus 'os fez homem e mulher'. Por esta razão, o homem deixará pai e mãe e se unirá à sua mulher, e os dois se tornarão uma só carne'. Assim, eles já não são dois, mas sim uma só carne...Portanto, o que Deus uniu, ninguém o separe".*
LE, de A. Kardec, Q. 200 a 202 e 817 a 822. "O Evangelho e a mulher" msg. 93; "No futuro" msg. 41, In Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "Da mulher" msg. 1, In: Conduta Espírita, de FC. Xavier/Waldo Vieira/André Luiz. "Apelo de irmã" msg. de Aura Celeste. "Oração à mulher" msg. 22, In: Luz no Lar, de FC. Xavier/autores diversos. "A Mulher ante o Cristo, msg. 52, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. "Mulher Espírita" cap. 10, In: Unidos pelo Amor, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. "A mulher moderna" msg. 42, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla. Ilustrar com: Maria, cap. 30, In: Boa Nova, de FC. Xavier/Humberto de Campos.
 Destacar que a mulher - tal qual o homem, é um espírito imortal, com o mesmo potencial divino de aprendizado, crescimento e evolução. Tem, portanto, os mesmos direitos que o homem. Apenas funções diferentes! Seu papel na sociedade não deve ser diminuído, nem estereotipado, pois é fundamental para o progresso da humanidade

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Thais Mendes **Exp:** Marilene Bueno

02/04/2025 **Tema:** O ESFORÇO CONTÍNUO NO TRABALHO DO BEM. (Hom. Chico Xavier)

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. "Afirmação 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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Thais Mendes **Exp:** Creuza Camargo

23/04/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Benê Araújo **Exp:** Sidney Pires

07/05/2025 **Tema:** FÉ COM OBRAS (Homenagem Divaldo P. Franco)

Fazer a oposição: Fé sem obras X Fé com obras

19

Delimitação: “Ainda quando eu tivesse a linguagem dos anjos. Quando eu tivesse o dom da profecia e penetrasse todos os mistérios... se não tivesse caridade, eu nada seria”. (Paulo).

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 15 – Fora da caridade não há salvação. Itens 1, 6, 7 e 10. Idem na Epístola de Tiago 2: 24: - “Vedes então que o homem é justificado pelas obras, e não somente pela fé”. Idem 1: 27 – “A religião pura e imaculada para com Deus e Pai, é esta: Visitar os órfãos e as viúvas nas suas tribulações...”

“O Bem que não foi feito” p. 55, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Confiemos servindo” msg. 106; “Diante da Justiça” msg. 140, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Fé e Vida” cap. 10, In: Desperte e Seja Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis.

Ilustrar com a história “Apoiadas na fé” baseada no cap. 10 do livro: “Muito além do amor”, de Dominique Lapierre, In: Momento Espírita.

Levar à reflexão: Reverenciamos a Providência Divina; depositamos em Cristo a nossa esperança; admiramos a virtude e acreditamos na força do bem. Contudo, se nada realizamos, na esfera das boas obras, a nossa fé pode ser vigorosa e resplandecente, mas de nada vale.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:25h

Dir: Ademar Araújo

Exp: Walter Giubilatto

14/05/2025 **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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:25h

Dir: Sidney Pires

Exp: Marilene Bueno

04/06/2025 **Tema:** A EDIFICAÇÃO DO LAR

Fazer a oposição: Fragilidade X Solidez

23

Delimitação: “O Lar é o emocional, o sentimental, o racional - É o vivencial. É a interação das pessoas. A casa é o prédio. É necessário, pois, construirmos uma base sólida de princípios e ações nobres com o Senhor, para a edificação consistente do Lar”. Raul Teixeira.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVIII – Muitos os chamados e poucos os escolhidos. Itens 6 a 9 “... Nem todo aquele que me diz: Senhor! Senhor! Entrará no reino dos Céus...”. Idem na Epístola de Paulo a Timóteo I, 5: 8 - “Se alguém não cuida de seus parentes e especialmente dos de sua própria família, negou a fé e é pior que um descrente”.

“LE, de A. Kardec, Q. 773, 774, 775 (Laços de família). “Parentes” msg. 156, In: Fonte Viva, de FC. Xaver/Emmanuel. “Paz em casa” msg. 108; “Teste” msg. 168, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “O culto cristão no lar” msg. 1; “A escola das almas” msg. 2, In: Jesus no Lar, de FC. Xavier/Neio Lucio.

Ilustrar com: “Casa de cada um”. Texto de Walcyr Carrasco.

Levar à reflexão que o crescimento espiritual exige trabalho, dedicação e esforço pessoal, na busca pelo autoconhecimento e transformação moral, que deverá se traduzir na solidez de princípios e ações edificantes no dia a dia, sempre pautados nos princípios redentores do Evangelho de nosso Senhor Jesus Cristo.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:25h

Dir: Marilene Bueno

Exp: Wagner Giubilatto

25/06/2025 Tema: CUIDADO COM A INVEJA

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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Hélio Ribeiro Exp: Wagner Giubilatto

16/07/2025 Tema: CORRIGENDA E TRANSFORMAÇÃO

Fazer a Oposição: Apatia X Empenho

29

Delimitação: "O Senhor, longe de solicitar ornamentos para a sua obra, espera trabalhadores abnegados e fiéis que se disponham a revolver o solo com paciência, boa vontade e coragem, a fim de que a Terra se habilite para a sementeira renovadora do grande amanhã..."

Apoiar o tema na passagem evangélica anotada por Mateus, cap. 21: 28-32 - "A parábola dos dois filhos".

"Jesus e o mundo" msg. 29, In: Coragem, de FC. Xavier/Emmanuel. "Contradição" msg. 47, In: Religião dos Espíritos, de FC.

Xavier/Emmanuel. "Chamamento Divino" msg. 127; "Desculpismo" msg. 128; "Diante da Providência" msg. 132; "Discernir e Corrigir" msg. 179, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "O que mais tem valor diante de Deus" p. 272/283, In: Parábolas de Jesus, de Ellen G. White.

Ilustrar com: "O valor do Serviço" msg. 26, In: Jesus no lar, de Neio Lúcio.

Abordar a necessidade da busca do esclarecimento para que possam ocorrer a corrigenda e a transformação do Espírito. "Se a realidade espiritual te busca, ofertando-te serviço no levantamento das boas obras, não te detenhas, apresentando deformidades e frustrações". Diante da nossa necessidade de corrigenda, consagramo-nos com amor ao privilégio de trabalhar e servir.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Thais Mendes Exp: Ademar Araújo

30/07/2025 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, 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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Benê Araújo Exp: Wagner Giubilatto

13/08/2025 Tema: A IMPORTÂNCIA DO EXEMPLO NA EDUCAÇÃO DOS FILHOS

Fazer a oposição: Falar X Exemplificar

- 33 Delimitação: “Preconiza-se na atualidade do mundo uma educação pela liberdade plena dos instintos do homem, olvidando-se, pouco a pouco, os antigos ensinamentos quanto à formação do caráter no lar. A coletividade, porém, cedo ou tarde, será compelida a reajustar seus propósitos...”
- Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 4 – “Ninguém pode ver o reino de Deus, se não nascer de novo. Item 18 – “Os laços de família fortalecidos pela reencarnação...””. Idem, João 13: 15: - “Porque eu vos dei o exemplo, para que, como eu vos fiz, façais vós também”. Ibidem Mateus 5:14-16 - “Vos sois a luz do mundo. Não se pode esconder uma cidade situada num monte; nem se acende uma candeia para colocá-la debaixo do alqueire” ...
- “Filhos” cap.13, In: Pensamento e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Educação no lar” cap. 12, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Educar” cap. 10, In: Mestre da Educação, de Pedro de Camargo, pelo Espírito Vinicius. “Pontos perigosos para os pais” cap. 38, In: Estude e Viva, de FC. Xavier/Waldo Vieira/ Emmanuel. “Educa” msg. 30; “Crianças” msg. 157, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.
- Ilustrar com a história: “Entrevista de emprego” (texto esparso)
- Informar/refletir: Os pais são os primeiros mentores de seus filhos, e estes procuram imitar os seus pais. Lembremo-nos da nutrição espiritual das crianças, através das nossas atitudes e exemplos, no dia-a-dia. Desamparar moralmente a criança, nas tarefas de hoje, será condená-la ao menosprezo de si mesma, nos serviços de que se responsabilizará amanhã. “As palavras convencem, mas o exemplo arrasta”. (Confúcio).

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Hélio Ribeiro Exp: Cidinha Borges

27/08/2025 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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Ademar Araújo Exp: Miltes Bonna

17/09/2025 Tema: HEREDITARIEDADE FÍSICA E PSÍQUICA

Fazer a oposição: Genética física X Genética Divina

- 38 Delimitação: “Um rio não pode criar-se a si mesmo pois tudo está em constante transformação.” (Heráclito de Éfeso-filósofo). Também o Espírito não pode criar-se a si mesmo. E como o rio, o Espírito também percorre uma longa distância, vencendo os acidentes da jornada para alcançar a amplidão do oceano”.
- Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XIV – Honrai a vossa pai e a vossa mãe, Item 8 – “O parentesco corporal e o parentesco espiritual. “...O corpo procede do corpo, mas o Espírito não procede do Espírito, porque o Espírito já existia antes da formação do corpo...”
- LE, de A. Kardec. Q. 203, 204, 207 e 214. “Nós e a família” msg. 4, In: Convites aos Corações, de João Nunes Maia/Scheilla. “O reencarnante e o ambiente” p. 177/178, In: Horizontes da Mente, de João Nunes Maia/Miramez. “O Modelo Organizador Biológico” cap. 9, In: O Homem Integral, de Divaldo P. Franco/Joanna De Angelis. “Filho e Censor” msg. 98; “Existimos” msg. 104; “Vontade Divina” msg. 158, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.
- Pesquisa: “Não existe hereditariedade espiritual pois somos os construtores de nosso próprio destino. Somos herdeiros de nossas próprias obras. Reencarnamos junto a determinados pais por lei vibracional, lei de afinidade... Somos herdeiros do CRIADOR.” (por: José Sola Gomes// Princípio psíquico e Hereditariedade. Disponível na internet.
- Ilustrar com: “A galinha afetuosa” (conto) In: Alvorada Cristã, de FC. Xavier/Neio Lúcio.
- Informar/Refletir: O Espírito com destino à reencarnação aproxima-se do ambiente que lhe é próprio. Os engenheiros siderais estudam sua vida pregressa, analisam, medem, comparam, ajustam e colocam o candidato no lugar certo, em conformidade com a sua conveniência evolutiva.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Benê Araújo Exp: Marilene Bueno

08/10/2025 **Tema:** 3ª IDADE: TEMPO DE COLHEITA

Fazer a oposição: *Envelhecer X Amadurecer*

- 41 *Delimitação: A Doutrina Espírita aborda o envelhecimento como um processo evolutivo natural, marcado por modificações físicas, emocionais e sociais, mas que também oferece oportunidades maravilhosas para florescer plenamente... Apoiar o tema em Tito, 2: 2 - "Que os velhos sejam sóbrios, respeitáveis, sensatos, fortes na fé, na caridade e na perseverança". Idem LE, de A. Kardec - Q. 685 e 685 A. "Atrairdo bênçãos" p.117; "Volta por cima" p.103, In: Cura e Libertação, de José Carlos de Lucca. "Busquemos a eternidade" msg. 169, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Sicários da Alma" msg. 8; "Equilíbrio e Saúde" msg. 6, In: Auto descobrimento, Uma busca interior, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Ser forte não significa vencer todas as batalhas" msg. 23, In: Jesus, a Inspiração das Relações Luminosas, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. "Trabalho" msg. 7, In: Pensamento e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "No rumo do amanhã" msg. 6; "Enquanto temos tempo", msg. 145, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. Ilustrar com: "Velhos e moços" cap. 9, In Boa Nova, de FC. Xavier/Humberto de Campos. Idem no texto (parte): "A matéria em desagregação influencia o Espírito?" de Leda Marques Bighetti, disponível na internet. Informar/refletir: Juventude não é um estado da carne. O estágio na Terra é simples jornada espiritual. Aprendamos a viver longe do cupim do desânimo, e nosso espírito, ainda mesmo nas mais avançadas provas da enfermidade ou da senectude, será como sol a exteriorizar-se nos cânticos de trabalho e alegria, expulsando a sombra e a amargura, onde estivermos.*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Sidney Pires **Exp:** Creuza Camargo

29/10/2025 **Tema:** LUTO, É PRECISO VIVÊ-LO

Fazer a oposição: *Vida efêmera X Vida eterna*

- 44 *Delimitação: "Recordemos que o estágio na Terra é simples jornada espiritual! O mundo espírita é o mundo normal, primitivo, eterno, pré-existente e sobrevivente a tudo..." Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V - Bem aventurados os aflitos, item 21: Perda de pessoas amadas - Mortes Prematuras. "Bem-Aventurados os que choram, pois eles serão consolados". (MT. 5: 4.) CI, de A. Kardec, cap. II, item 3. LE, de A. Kardec, Q. 149,320, 934 e 936. Idem cap. IV. "Ninguém morre" In: Caravana do Amor, de FC. Xavier/Emmanuel. "Rumos libertadores" cap. 59, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis. "Entre o berço e o túmulo" msg. 168; "Busquemos a eternidade" msg. 169, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. Ilustrar com: "A morte não é nada" (Santo Agostinho), disponível na internet. Informar/refletir: Só há luto onde existiu amor! O luto é um processo tão humano e genuíno como outros que vivenciamos durante a nossa existência na Terra. Entre o berço e o túmulo, o homem detém apenas o usufruto da terra, com o fim de aperfeiçoar-se. Não nos agarremos, pois, à enganosa casca dos seres e das coisas.*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Marilene Bueno **Exp:** Cidinha Borges

19/11/2025 **Tema:** AS TENTAÇÕES 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 "Entra 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: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Hélio Ribeiro **Exp:** Thais Mendes

10/12/2025 Tema: A MISSÃO ESPIRITUAL DE MARIA

Fazer a oposição: Revolta X Resignação

50

Delimitação: A resignação não é acomodação, mas sim um consentimento pelo entendimento e pelo sentimento. Ela é uma submissão ativa, fruto da aceitação dos objetivos que Deus tem para cada um de nós.

Embasar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 5, item 12 – Motivos de Resignação. Idem cap. 9 – Bem-aventurados aqueles que são brandos e pacíficos, Item 8 – Obediência e resignação. Citar as passagens: Lucas 1:28-33 - “Alegra-te, cheia de graça, o Senhor está contigo!... Eis que conceberás no teu seio e dará à luz um filho, e o chamarás com o nome de Jesus...” Ao que respondeu: “Eu sou a serva do Senhor; faça-se em mim segundo a sua palavra!” (Lucas, 1:26:38)

“Personalidade Sublimada”, In: A Caminho da Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Maria” cap. 30, In: Boa Nova, de FC.

Xavier/Humberto de Campos. “Heroísmo da resignação”, cap. 24, In: Leis Morais da Vida, de Divaldo P. Franco/Joanna De Angelis. “A mulher ante o Cristo” cap. 52, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. Cap. 26, In: Ação e Reação, de FC. Xavier/A. Luiz. “A difícil Missão da mãe de Jesus”. O templo e o parlatório, cap. 11, p.200-201, In: FEESP. 13/09/2019.

Ilustrar com: “Será por bem” In: Os melhores contos espirituais do oriente.

Informar/refletir: Despertar junto aos participantes a confiança na Espiritualidade, acima de todas as dificuldades que venhamos a enfrentar em nossas vidas. Temos Maria como referência de resignação e aceitação da vontade divina.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:25h

Dir: Benê Araújo

Exp: Marilene Bueno