

**07/01/2025 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:** Diálogo Fraternal - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Wânea Volpato **Exp:** Doni Meiga

**04/02/2025 Tema:** ABANDONE QUEIXAS E RECLAMAÇÕES!

Fazer a oposição: *Queixas x Serenidade.*

- 6 Delimitação: *"...Busca a edificação da paz, através do equilíbrio e da afabilidade para com todos. Manifesta-te no veículo da compreensão fraternal, exprimindo misericórdia, e produz bons frutos onde estiveres."*  
 Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 5 – *Bem aventurados os aflitos. Item 18 – Bem e mal sofrer. Idem, na passagem de Tiago, 5: 9. - "Irmãos, não vos queixeis uns contra os outros, para que não sejais condenados".*  
*LE, de A. Kardec, cap. I, Livro IV, Q. 920 a 922. "Nuvens" msg. 32, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Alimento verbal" msg. 87, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Queixumes" msg. 100, In: Bênção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Da segurança íntima" msg. 33, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Queixas" msg. 118; "Obediência construtiva" msg. 126, In: Justiça Divina, de FC. Xavier/Emmanuel. "No campo do espírito" p. 69, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. "Reclamar menos" p. 153, In: Técnica de viver, de Kelvin Van Dine. "Tire férias de você" In: Messe de Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Queixas" msg. 8; "Reclamação e esforço" msg. 20, In: O lado positivo de tudo, de Jacob Melo.*  
 Ilustrar com: *"Pequena História" In: Alvorada cristã, de Neio Lúcio.*  
*Informar/refletir que: O homem deve evitar a queixa constante e o azedume, que nada constroem e que, pelo contrário, afastam as pessoas de sua convivência; além de dificultar a boa sintonia com a espiritualidade superior.*

**Tarefa:** Diálogo Fraternal - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Érica Leal **Exp:** Doni Meiga

**06/02/2025 Tema:** ABANDONE QUEIXAS E RECLAMAÇÕES!

Fazer a oposição: *Queixas x Serenidade.*

- 6 Delimitação: *"...Busca a edificação da paz, através do equilíbrio e da afabilidade para com todos. Manifesta-te no veículo da compreensão fraternal, exprimindo misericórdia, e produz bons frutos onde estiveres."*  
 Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 5 – *Bem aventurados os aflitos. Item 18 – Bem e mal sofrer. Idem, na passagem de Tiago, 5: 9. - "Irmãos, não vos queixeis uns contra os outros, para que não sejais condenados".*  
*LE, de A. Kardec, cap. I, Livro IV, Q. 920 a 922. "Nuvens" msg. 32, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Alimento verbal" msg. 87, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Queixumes" msg. 100, In: Bênção de paz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Da segurança íntima" msg. 33, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Queixas" msg. 118; "Obediência construtiva" msg. 126, In: Justiça Divina, de FC. Xavier/Emmanuel. "No campo do espírito" p. 69, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. "Reclamar menos" p. 153, In: Técnica de viver, de Kelvin Van Dine. "Tire férias de você" In: Messe de Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Queixas" msg. 8; "Reclamação e esforço" msg. 20, In: O lado positivo de tudo, de Jacob Melo.*  
 Ilustrar com: *"Pequena História" In: Alvorada cristã, de Neio Lúcio.*  
*Informar/refletir que: O homem deve evitar a queixa constante e o azedume, que nada constroem e que, pelo contrário, afastam as pessoas de sua convivência; além de dificultar a boa sintonia com a espiritualidade superior.*

**Tarefa:** A.E. 5ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Arnaldo Manzano **Exp:** Romeu Labone

**04/03/2025 Tema: OS CAMINHOS DA EVOLUÇÃO**

10

*Fazer a oposição: Vida material x Vida espiritual.**Fazer a oposição: Vida material x Vida espiritual.**Delimitação: “Segundo Emmanuel, os laboratórios onde os cientistas se dedicam aos estudos que dizem respeito à matéria, vão sendo convertidos em templos, onde a inteligência é compelida a estar à serviço de Deus, das suas leis e ao processo de esclarecimento da humanidade, porque o futuro pertence ao espírito”.**Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, parte 3ª, cap. VIII – Marcha do progresso - Q. 780 e 793, e parte 2ª cap. I – Progressão dos espíritos - Q. 114 a 127.**“Nos tempos tormentosos” cap. 14, In: Luz na Escola, de FC. Xavier/esp. Diversos. “Humanidade real” msg.127, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. I Carta de Paulo aos Coríntios, cap. 8, vers. 2. “Genética espiritual” cap. 17, In: Chico Xavier e suas mensagens no Anuário Espírita, de FC. Xavier/autores diversos.**Ilustrar com: “Servir mais” cap. 7, In: “Contos desta e doutra vida” de FC. Xavier/Irmão X.**Informar/refletir que milhões e milhões de pessoas têm encarnado ao longo dos séculos, dedicando-se, segundo Emmanuel, ao que está morto ou ao que vai morrer. Convém refletir que “A carne é apenas tua veste! Luta e aprimora-te; trabalha e realiza com o Cristo, e aguarda confiante o futuro, na certeza que a vida de hoje te espera sempre justiceira, amanhã”.***Tarefa:** *Diálogo Fraterno - Ter 19:30h***Local:** CEOS**Prep:** 19:10h**Dir:** Ceile Bernardo**Exp:** Adriana Voltolin**01/04/2025 Tema: O ESFORÇO CONTÍNUO NO TRABALHO DO BEM. (Hom. Chico Xavier)**

14

*Fazer a oposição: Esforço intermitente X Esforço contínuo.**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:** *Diálogo Fraterno - Ter 19:30h***Local:** CEOS**Prep:** 19:10h**Dir:** Wânea Volpato**Exp:** Érica Leal**17/04/2025 Tema: ARROGÂNCIA NA VISÃO ESPÍRITA**

16

*Fazer a oposição: Arrogância x Humildade**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; “Entendamos” 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. 5ª Feira 14:00 h***Local:** CEOS**Prep:** 13:30h**Dir:** Meire Totti**Exp:** Bernadete Stolai

**29/04/2025 Tema: OS TRABALHOS HUMILDES**

Fazer a oposição: Trabalho braçal X Trabalho intelectual

18

Delimitação: Destacar que, segundo a visão espírita, trabalho é toda ocupação útil. Somente aquele que se dispõe a fazer as coisas pequenas, que sabe e pode, virá a saber e a poder realizar grandes coisas”.

Apoiar o tema no LE, de A. Kardec, cap. III – Da Lei de trabalho. Idem na Revista Espírita, de A. Kardec, Ano IX, junho de 1866, Dissertações Espíritas - “O trabalho”.

“Encargos pequeninos” msg. 7, In: Benção da paz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Coisas mínimas” msg. 31, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Serviço e Migalha” msg. 29, In: Rumo certo, de FC. Xavier/Emmanuel. “A semente” msg. 7, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Salomão e a formiga”.

Levar à reflexão: “Se não acredita no valor dos instrumentos e encargos diminutivos, pensa num carro sem rodas, num piano sem teclas, num grande sistema de serviço elétrico sem o fio de condução da força... Não fossem as gotas d’água e a fonte não existiria”

**Tarefa:** Diálogo Fraterno - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Mauro Medeiros **Exp:** Wânea Volpato

**27/05/2025 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 Angelis. “Podes, se queres” msg. 11; “Ascensão espiritual” msg. 42, In: Otimismo, de Divaldo P.

Franco/Joanna de Angelis. “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:** Diálogo Fraterno - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Wânea Volpato **Exp:** Mauro Medeiros

**24/06/2025 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, distraíndo-nos a mente do necessário desenvolvimento de nossas potencialidades interiores. “A caridade não é invejosa”. (Paulo).

**Tarefa:** Diálogo Fraterno - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Doni Meiga **Exp:** Wânea Volpato

**26/06/2025 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: A.E. 5ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Rosângela Achetti

Exp: Luis Antonio

**22/07/2025 Tema: AMIGOS VERDADEIROS**

Fazer a oposição: Conveniência X Afeição sincera

30 Delimitação: "Na gradação dos sentimentos humanos, a amizade sincera é bem o oásis de repouso para o caminheiro da vida, na sua jornada de aperfeiçoamento".

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XI – Amar o próximo como a Si mesmo. itens 04 e 08 – A Lei de Amor. Idem, João 15: 15 - Já não vos chamo servos, porque o servo não sabe o que faz seu senhor; mas Eu vos tenho chamado amigos, pois tudo o que ouvi de meu Pai Eu compartilhei convosco.

LE, de A. Kardec, Q. 297 e 768. "Granjeare Amigos" msg. 111, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "Perante os Amigos" cap. 12, In: Sinal verde, de FC. Xavier/A. Luiz. "Definição de Amizade" p. 174, In: O consolador, de FC. Xavier/Emmanuel. "Oração da amizade" In: Antologia da espiritualidade, de FC. Xavier/Maria Dolores. "Amizade, elixir do relacionamento" cap. 24, In: Laços de afeto, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux.

Ilustrar com: "É difícil definir amigos". Idem, "O Sábio e o Aprendiz". Esparsos.

Informar/refletir: Ter amizade é ter coração que ama e esclarece, que compreende e perdoa, nas horas mais amargas da vida. Jesus é o Divino Amigo da Humanidade. Saibamos compreender a sua afeição sublime e transformaremos os nossos ambientes afetivos num oceano de paz e consolação perenes.

Tarefa: Diálogo Fraterno - Ter 19:30h

Local: CEOS

Prep: 19:10h

Dir: Ceile Bernardo

Exp: Antonietta Domine

**05/08/2025 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: Diálogo Fraterno - Ter 19:30h

Local: CEOS

Prep: 19:10h

Dir: Wânea Volpato

Exp: Mauro Medeiros

19/08/2025 **Tema:** A MISSÃO INDIVIDUAL DE CADA UM DE NÓS (PARÁBOLA DOS TALENTOS).

Fazer a oposição: *Obstar X Contribuir*

34

*Delimitação: No contexto espiritual, somos chamados a cumprir nossa missão individual neste planeta, que envolve não apenas o aperfeiçoamento pessoal, mas também a contribuição para o bem comum.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 16 – Não se pode servir a Deus e a Mamom. Item 6 - “A parábola dos talentos”.*

*LE, de A. Kardec. Q. 674, 675, 676, 88 e 913. “Trabalha Servindo” msg. 46, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. Após a tempestade, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 4. Luz da esperança, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 32. “No Solo do espírito” msg. 51. “No Campo da vida” msg. 63; “Divinos Dons” msg. 84, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Opiniões” msg. 80; “O Ouro intransferível” msg. 135, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “A Busca do sentido existencial” cap. 5, In: Amor, Imbatível Amor, de Divaldo P. Franco/Joanna De Ângelis.*

*Ilustrar com: “O lavrador e a enxada” In: Lindos Casos de Chico Xavier, narrado por Ramiro Gama.*

*Esclarecer/Refletir: O dilema entre o egoísmo e a colaboração é um dos desafios centrais da nossa existência. A missão de cada um de nós neste planeta é servir ao próximo, multiplicar os talentos recebidos e contribuir para a evolução espiritual da humanidade. Somente assim, poderemos vencer o egoísmo, cumprir nosso papel no grande plano divino, e avançar em direção à plenitude espiritual, que nos aguarda.*

**Tarefa:** Diálogo Fraterno - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Domi Meiga **Exp:** Érica Leal

04/09/2025 **Tema:** O HOMEM INTEGRAL: CORPO, MENTE E ESPÍRITO

Fazer a oposição: *Matéria X Espírito.*

36

*Delimitação: A Doutrina Espírita, ao abordar a correlação matéria e espírito, nos convida a refletir sobre a importância de integrarmos essas dimensões para vivermos de forma plena e consciente a nossa missão espiritual.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 17 – Sede Perfeitos - “item 11: Cuidar do corpo e do Espírito.*

*LE, de A. Kardec, Q. 718 a 725 (Privações voluntárias. Mortificações). “Trabalha servindo” msg. 46, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel. “Desencarnados em trevas” p. 78, In: Justiça Divina, de FC. Xavier/Emmanuel. Após a tempestade, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 4. Luz da esperança, de Joanna de Ângelis, psicografado por Divaldo Franco, capítulo 32. “Aprimoremos” msg. 54; “Existimos” msg. 104, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Na grande romagem” msg. 3; Autolibertação” msg. 47, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: “Os instrumentos da perfeição” msg. 6, In: Jesus no Lar, de FC. Xavier/Neio Lúcio. Idem, “O homem dos vinte contos” In: Lindos casos de Chico Xavier, narrado por Ramiro Gama.*

*Esclarecer/refletir: A verdadeira felicidade reside no entendimento de que nossa essência é espiritual e que a matéria - embora importante - é apenas um meio, temporário, para a nossa evolução. Ao buscarmos essa harmonia: Corpo, mente e espírito, caminhamos mais próximos da nossa missão divina, preparando-nos para os desafios do mundo material, sem perder de vista a nossa verdadeira destinação espiritual.*

**Tarefa:** A.E. 5ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sérgio Martin **Exp:** Sueli Perez

16/09/2025 **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 vosso 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 Ângelis. “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:** Diálogo Fraterno - Ter 19:30h **Local:** CEOS **Prep:** 19:10h **Dir:** Mauro Medeiros **Exp:** Sílvia Oliveira

14/10/2025 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/Ermance 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 nisto, o nosso coração e a nossa mente.*

Tarefa: Diálogo Fraterno - Ter 19:30h Local: CEOS Prep: 19:10h Dir: Wânea Volpato Exp: Simone Marcomini

11/11/2025 Tema: BRANDURA NÃO É FRAQUEZA

Fazer a oposição: Severidade X Brandura

- 46 Delimitação: *“Fostes chamados a entrar em contato com Espíritos de natureza diferente, de caracteres opostos: Não choqueis nenhum daqueles com os quais vos encontrardes...”*  
*A virtude não consiste em tomar um aspecto severo e lúgubre...” (cap. XVII ESE).*  
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 9 – *Bem-aventurados aqueles que são mansos e pacíficos, itens 1 a 6.*  
*O valor de um sorriso, da redação do Momento Espírita, mensagem de autoria ignorada. “Teu Sorriso” msg. 8, in: Material de Construção, de FC. Xavier/Emmanuel. “Sorriso” in: Sentinelas da Alma, de FC. Xavier/Meimei. “Sorriso Mental” msg. 48, In: Lições para o Autoamor, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. cap. 180, In: Vida Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*  
Ilustrar com o conto: *“A aldeia do sorriso”. Disponível na internet.*  
Informar/reforçar: *A brandura e o sorriso são luzes que superam as sombras e promovem o amor em quaisquer circunstâncias. Abre o teu coração, sorrindo para a vida, pois o sorriso é uma promessa de gratidão que contagia e renova qualquer ambiente. “Permita-se sorrir, e a vida te sorrirá!”*

Tarefa: Diálogo Fraterno - Ter 19:30h Local: CEOS Prep: 19:10h Dir: Doni Meiga Exp: Ceile Bernardo

13/11/2025 Tema: BRANDURA NÃO É FRAQUEZA

Fazer a oposição: Severidade X Brandura

- 46 Delimitação: *“Fostes chamados a entrar em contato com Espíritos de natureza diferente, de caracteres opostos: Não choqueis nenhum daqueles com os quais vos encontrardes...”*  
*A virtude não consiste em tomar um aspecto severo e lúgubre...” (cap. XVII ESE).*  
Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. 9 – *Bem-aventurados aqueles que são mansos e pacíficos, itens 1 a 6.*  
*O valor de um sorriso, da redação do Momento Espírita, mensagem de autoria ignorada. “Teu Sorriso” msg. 8, in: Material de Construção, de FC. Xavier/Emmanuel. “Sorriso” in: Sentinelas da Alma, de FC. Xavier/Meimei. “Sorriso Mental” msg. 48, In: Lições para o Autoamor, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. cap. 180, In: Vida Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*  
Ilustrar com o conto: *“A aldeia do sorriso”. Disponível na internet.*  
Informar/reforçar: *A brandura e o sorriso são luzes que superam as sombras e promovem o amor em quaisquer circunstâncias. Abre o teu coração, sorrindo para a vida, pois o sorriso é uma promessa de gratidão que contagia e renova qualquer ambiente. “Permita-se sorrir, e a vida te sorrirá!”*

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Juraci Santos Exp: Rosângela Achetti

09/12/2025 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:** Diálogo Fraternal - Ter 19:30h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:10h

**Dir:** Ceile Bernardo

**Exp:** Antonietta Domine