

**09/01/2024 O RECOMEÇO**

*Delimitação: Fazer a oposição: Tropeços x Recomeços.*

2 *Delimitação: “Muita gente desanima e prefere estacionar, séculos a fio, nos labirintos da inferioridade. Todavia, os bons trabalhadores sabem perseverar, até atingirem as finalidades divinas no caminho terrestre, continuando em trajetória sublime rumo às esferas superiores”.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec – Trabalhadores da última hora, item 4 - Missão dos Espíritos. E nas passagens evangélicas anotadas por Lucas, 5: 17-26 - “Levanta-te, toma a tua cama e vai para a tua casa”. Idem Mt. 24:13 - “...Mas aquele que perseverar até ao fim, será salvo.” “Recomeçemos” mens. 1; “Socorro e concurso” mens. 9; “Atitudes essenciais” mens. 18, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “O Senhor dá sempre” mens. 63; “Até ao fim” mens. 36, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Persistir um pouco mais” mens. 28; “Aferições” mens. 29, In: Lições para o auto amor, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.*

*Ilustrar com: “Rompendo o Infortúnio” In: Novas histórias que ninguém contou, novos conselhos que ninguém deu. Editora DPL. Esclarecer que o aprendizado da vida é alicerçado sobre contínuas situações difíceis que nos induzem a sábias experiências, capazes de conduzir-nos por caminhos seguros, o que nos leva à maturidade espiritual*

**Tarefa:** Diálogo Fraterno - Ter 08:40h **Local:** CEOS **Prep:** 08:10h **Dir:** Luci **Téc:**

**06/02/2024 NÃO SE DEIXE ABATER PELA DEPRESSÃO**

*Delimitação: Fazer a oposição: Desalento x Entusiasmo.*

6 *Delimitação: “Depressão é doença grave relacionada a não aceitação da realidade pessoal como ela é, na inconformação com a Vontade Divina”. (Joanna de Ángelis).*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XIII, item 10. “... Apenas Deus, em sua misericórdia infinita, vos pôs no fundo do coração uma sentinela vigilante, que se chama consciência. Escutai-a”. Idem, cap. VI, item 1 e 7 - O Jugo leve: - “Vinde a mim todos que andais cansados e oprimidos, que eu vos aliviarei...” (Mateus 11: 28-30). “Estufas psíquicas da depressão” cap. 5, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. Oliveira, Ermance Dufaux. “Depressão” cap. 6, In: Triunfo Pessoal, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Ángelis. “Jesus e alegria” cap. 9, In: Jesus e Atualidade”, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Ángelis. “Estímulo fraternal” mens. 73; “Possuímos o que damos” mens. 117, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/ Emmanuel.*

*Ilustrar com a história: Caixinha de remédios, de Géssica Ueda.*

*Informar/Refletir que somente através da reeducação dos nossos sentimentos, seremos capazes de lidar de forma satisfatória com a depressão. Necessário pois, aprender, o quanto antes, a escutar os ditames da nossa consciência e deixar de desejar o que “queremos”, para fazer o que “devemos”.*

**Tarefa:** Diálogo Fraterno - Ter 08:40h **Local:** CEOS **Prep:** 08:10h **Dir:** Bernadete Stolai **Téc:**

**27/03/2024 A BUSCA DE DEUS**

*Delimitação: Fazer a oposição: Descrença X Fé.*

13 *Delimitação: Mesmo que os quadros da luta humana se nos mostrem tismados pela sombra do mal, precisamos buscar a presença Divina, atuante em toda parte e em todas as formas de vida, trabalhando na sustentação do bem.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. III - “Há muitas moradas na casa de meu Pai” itens 01 e 02. Idem, cap. XXV - “Buscai e achareis”. A Gênese, de A. Kardec, item 05, cap. II - “Existência de Deus”, itens 01 a 07. LE, de A. Kardec, p. 4 a 13. “Espera por Deus” mens. 117, In: Palavras de vida Eterna, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Somos de Deus” mens. 84, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier /Emmanuel. “Do lado de Deus” p. 87, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Deus está em você e cria por seu intermédio” p. 69, In: O caminho da autotransformação, de Eva Pierrakos.*

*Ilustrar com: Rafi em busca de Deus. Conto Zen.*

*Disponível em: <http://ventosdepaz.blogspot.com/2012/10/rafi-em-busca-de-deus-conto-zen.html>*

*Informar/refletir que precisamos aprender a buscar Deus dentro de nós, sentir a sua presença, contemplar a sua criação.*

*Esclarecer que Ele sempre está conosco, mas que nós, infelizmente, nem sempre estamos com ele. Informar ainda que TODOS estamos mergulhados no amor de Deus, que nos criou e nos ama a todos, incondicionalmente*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Arnaldo Manzano **Téc:** Wagner Reis

**03/04/2024** ESPIRITISMO: MORAL E ÉTICA A SERVIÇO DO AMOR

*Delimitação: Fazer a oposição: Moral do mundo X Moral do Cristo.*

14

*Delimitação: A assimilação das propostas éticas da Doutrina Espírita segue uma sequência natural e de paulatina maturidade. Primeiro atinge as ideias, posteriormente penetra os sentimentos e, por fim, renova as atitudes.*

*Apoiar o tema no cap. 23 do ESE, de A. Kardec, itens 9 a 18 – “Não vim trazer a paz, mas a divisão”. E no cap. 17, itens 1 e 2 – “O homem de bem”. LE, de Allan Kardec, parte 3ª – cap. I, p. 629 a 648. Livro “Reforma Íntima sem martírio” cap. 9 e 23, de Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux. “Espiritismo por dentro” cap. 33, In: Mereça ser Feliz, de Wanderley S. de Oliveira, Ermanice Dufaux. Livro “Espiritismo, ética e moral”, de Jacira Jacinto Silva e Milton Rubens Medran Moreira. “Sementeiras e Ceifas” mens. 53, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier, Emmanuel. “Cada Qual” mens. 4, In: Fonte Viva, de FC. Xavier, Emmanuel. “Convite à caridade” mens. 6, In: Convites da Vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*

*Ilustrar com: “O juiz e o papagaio”. Esparso.*

*Esclarecer que os espíritas que se aplicam à sua reforma interior não são identificados por suas ações no campo das aparências, mas são reconhecidos por suas reações aos testes de cada hora, onde estiverem. A forma de reagir a uma ofensa, a uma perda, a uma traição, aferem a qualidade das mudanças realmente conquistadas no campo do sentimento.*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 13:30h    **Dir:** Neusa Z Pegoraro    **Téc:** Arnaldo Manzano

**09/04/2024** A TRANSIÇÃO PLANETÁRIA - MUNDO DE REGENERAÇÃO

*Delimitação: Fazer a oposição: Desatenção X Acatamento.*

15

*Delimitação: Ninguém acredite que o mundo se redima sem almas redimidas! O Mestre, para estender a sublimidade do seu programa salvador, pede braços humanos que o realizem e intensifiquem.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. II – Há muitas moradas na casa de meu pai - itens 1 a 4 e 16: Mundos regeneradores. E no cap. XX - Trabalhadores da última hora, item 2: - “O Trabalhador da última hora tem direito ao salário”.*

*LE, de A. Kardec, p. 55 e 185. A Gênese, de A. Kardec, cap. XVIII “Geração nova”, itens 27 e 28. “Transição planetária”, prefácio, In: Transição Planetária, de Divaldo P. Franco/Manoel Philomeno de Miranda. “Quem são os regenerados” p. 73, In: Renovando Atitudes, de Francisco Espírito Santo Neto/Hammed. “No estudo da salvação” mens. 29, In: Palavras de Vida eterna, de FC. Xavier/ Emmanuel. “No paraíso” mens. 81; “O Grande futuro, mens. 133, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/ Emmanuel.*

*“Cristo e nós” mens. 17; “Por um pouco” mens. 42, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Convite à edificação”, mens. 15, In: Convites da Vida, de Divaldo P. Franco, Joanna de Angelis. “Os sinais da renovação” mens. 24, In: Jesus no Lar, FC. Xavier, Neio Lúcio.*

*Ilustrar com mensagem: “Os Sinais da Renovação” In: Jesus no Lar, FC. Xavier, Neio Lúcio.*

*Levar à compreensão que nada detém o processo de evolução da humanidade, pois é uma lei Natural, e Jesus, no sermão profético, nos alertou para as “sinais dos tempos”, que ora já podemos observar! Urge, pois, envidar todos os esforços na luta pela nossa auto iluminação interior, para poder conquistar a benção de continuar habitando a nova morada que será o planeta Terra regenerado*

**Tarefa:** Diálogo Fraternal - Ter 08:40h    **Local:** CEOS    **Prep:** 08:10h    **Dir:** Rosa Maria    **Téc:**

**29/05/2024** SEXUALIDADE E ESPIRITISMO

*Delimitação: Fazer a oposição: Imoralidade X Respeitabilidade.*

22

*Delimitação: Somente o desenvolvimento de valores morais sólidos promover-nos-ão a novos estágios de crescimento nas questões da sexualidade...*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. IV - Ninguém pode ver o reino de Deus, se não nascer de novo.*

*LE, de A. Kardec, p. 200-202, 693-696. Céu e Inferno, de A. Kardec, parte I, cap. VII: “A carne é fraca. “Evolução em dois mundos” parte I, cap. 18, de FC. Xavier/André Luiz. “Levantai os olhos” mens. 10, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/ Emmanuel. “O Valor do sentimento para o espírito” In: Pelos caminhos do entendimento do espírito, por Alzira B.F. Amui e Luciano S. Varanda. “Sensualidade e hipnose coletiva”, cap.7, In: Reforma íntima sem martírio, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. Sexo e Destino, de Divaldo P. Franco. Sexo e Consciência, de Divaldo P. Franco. “Sexo” mens. 94, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história de vida de Maria de Magdala.*

*Levar à reflexão que se a energia criadora do sexo não for disciplinada pelas comportas da contenção, da fidelidade, do respeito e do amor fraternal, dificilmente tal força da alma será carregada para os nobres objetivos de crescimento e libertação, para cujos fins foi por Deus criada.*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 13:30h    **Dir:** Neusa Z Pegoraro    **Téc:** Arnaldo Manzano

**11/06/2024 AUTOCONHECIMENTO: A ILUMINAÇÃO INTERIOR**

*Delimitação: Fazer a oposição: Ignorar X Trazer à luz.*

24

*Delimitação: O autoconhecimento se torna uma prioridade na programática existencial da criatura. Quem o posterga, não se realiza satisfatoriamente, porque permanece perdido em um espaço escuro, ignorado dentro de si mesmo. O conhecimento de si mesmo é, portanto, a chave do progresso individual.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII, itens 3 e 4 - "O Verdadeiro homem de bem é aquele que pratica a lei de justiça, amor e caridade em sua maior pureza". E na passagem evangélica "Brilhe a vossa luz." - "Eu sou a Luz do mundo; quem me segue não andarà em trevas, mas terá a luz da vida". Jesus. (Mt. 5:16.) LE, de A. Kardec, p. 919 e 919A: - "Qual o meio mais prático e mais eficaz para se melhorar nesta vida e resistir ao arrastamento do mal?" "Perfeição" p. 153, In: Jesus e o Evangelho à luz da Psicologia Profunda, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Angelis. "Mecanismos da evolução" cap. 28, In: Desperte e seja feliz, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Angelis. "A conquista de si mesmo" cap. 10, In: O ser consciente, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Angelis. "Devagar, mas sempre" mens. 62, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/ Emmanuel. "Exortados a batalhar" mens. 49, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/ Emmanuel.*

*Ilustrar com: Duas sementes: Uma história sobre o despertar da consciência, de MM Saint.*

*Informar/Refletir que a iluminação interior passa necessariamente pelo autoconhecimento, para que se possa discernir o que motiva as nossas escolhas e ações. Passa ainda pelo despertar espiritual, através da assimilação das lições profundas do Evangelho de Jesus. Portanto, a busca permanente pelo nosso auto desenvolvimento moral, espiritual e ético, deve ser a nossa meta!*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Eloísa Martinez **Téc:** Arnaldo Manzano

**19/06/2024 A VERDADEIRA RIQUEZA**

*Delimitação: Fazer a oposição: Angústia X Paz.*

25

*Delimitação: O homem só possui em plena propriedade aquilo que lhe é dado levar deste mundo. O que ele encontra ao chegar e o que deixa ao partir, goza apenas durante a sua permanência na Terra. É, pois, usufrutuário e não dono dos bens materiais.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVI – Servir a Deus e a Mamon - itens 9 e 14. E no cap. XXV – Buscai e Achareis, itens: 6 a 9. "Propriedade" mens. 149; "Posses definitivas" mens. 166; "O Tesouro maior" mens. 64, In: Caminho, verdade e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Autolibertação" mens. 47; "Assim será" mens. 120, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Mudança e proveito" mens. 5; "Na senda de todos" mens. 52, In: Bênçãos de paz, de FC Xavier/Emmanuel. "Ante o reino dos céus" mens. 17, In: Instrumentos do tempo, de FC. Xavier/Emmanuel. "Avareza" mens. 52, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. "Moeda e moenda", mens. 63; "Riqueza e felicidade" mens. 69, In: O Espírito da verdade, de FC. Xavier/Emmanuel. "A Boa parte", In: Na Seara do Mestre, de Vinicius, Edit. FEB. "Investir ao máximo" mens. 5, In: Otimismo de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. Ilustrar com: "O Colar de pérolas" mens. 26, In: A vida escreve, de FC. Xavier e Waldo Vieira, esp. Hilário Silva; E com: "O Valor do tempo" da redação do Momento Espírita.*

*Informar/refletir que Jesus repartiu com a multidão os tesouros do seu amor, e que estimulava os homens a buscarem a verdadeira riqueza, que são os dons espirituais, os quais nem a traça e nem a ferrugem os conseguem alcançar, e nem os ladrões os podem roubar... "Buscai, primeiramente, as coisas de Deus e de Seu Reino, e todas as outras coisas vos serão dadas por acréscimo" - Jesus*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Ademar Araujo **Téc:** Lourenço Alegranci

**10/07/2024 QUEM TEM UM AMIGO TEM TUDO!**

*Delimitação: Fazer a oposição: Inimizade X Amizade.*

28

*Delimitação: A fraternidade pura é o mais sublime dos sistemas de relações entre as almas. O homem que se sente filho de Deus e sincero irmão das criaturas não é vítima dos fantasmas do despeito, da inveja, da ambição, da desconfiança; antes, alegra-se com o júbilo dos companheiros, e sente-se feliz com a sua ventura.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XI – "Amar o próximo como a si mesmo", Item 2 - "E assim tudo o que quereis que os homens vos façam fazei-o também vós a eles..." Idem, item 4 - "Amar o próximo como a si mesmo" - "...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" – João 15:15. LE, de A. Kardec, parte 2 – cap. IX, p. 495. (espírito protetor). "Você é responsável por quem você cativa" In: O Pequeno Príncipe, de Antoine De Saint Exupéry. cap. XXI. "Companheiros e amigos" cap. II, in: Diferenças não são defeitos, Wanderlei Oliveira/Ermanice Dufaux. "Ninguém vive para si" mens. 154, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Perante os amigos" mens. 12, In: Sinal Verde, de FC. Xavier/A. Luiz. "Perante os companheiros" mens. 20, In: Conduta Espírita, de Waldo Vieira/A. Luiz. "Amor fraternal" mens. 141, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: "Amigo de Verdade". Esparso.*

*Levar à reflexão que a ventura real da amizade é o bem dos entes queridos. Assim como espero que os amigos me aceitem como sou, devo, de minha parte, aceitá-los como são. Se Jesus nos recomendou amar os inimigos, imaginemos com que imenso amor nos compete amar àqueles que nos oferecem o coração*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Téc:** André Rakauskas

## 03/09/2024 AMOR DIVINO - O FILHO PRÓDIGO

*Delimitação: Fazer a oposição: Ilusões x Arrependimento.*

36

*Delimitação: "... Sirvamos, em qualquer parte, de boa-vontade, como sendo ao Senhor e não às criaturas, e o Senhor nos conduzirá para os cimos da vida."*

*Apoiar o tema na "Parábola do filho pródigo", narrada no evangelho de Lucas, cap. 15: 11-32. Idem em Lucas, 15:18 – "Levantar-me-ei e irei ter com o meu pai..." Idem na passagem de Mateus, 15: 7 - "Digo-vos que assim haverá alegria no céu por um pecador que se arrepende, mais do que por noventa e nove justos que não necessitam de arrependimento".*

*"O Filho pródigo" Vol. 6, p. 11, In: Sabedoria do Evangelho, de Carlos Torres Pastorino. "Filhos pródigos" cap. 24; "O filho egoísta" cap. 157, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "Filhos e Servos" cap. 125, In: Caminho, Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Ergamo-nos" mens. 13; "Sirvamos" mens. 29, In: FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história "Onde estamos verdadeiramente". Esparso.*

*Informar/Esclarecer que: O Senhor da parábola representa Deus, nosso pai, e os filhos, a humanidade. Destacar a conduta do filho pródigo, que arrependido, deliberou retornar aos braços paternos, erguendo-se intimamente (Ação), saindo da cova escura da ociosidade voltando ao calor do movimento reconstrutivo, na presença do Pai. Levar à reflexão que: Se é verdade que nos achamos empenhados em nosso soerguimento, arrependamo-nos, coloquemo-nos de pé e retiremo-nos da retaguarda que desejamos abandonar*

**Tarefa:** Diálogo Fraternal - Ter 08:40h **Local:** CEOS **Prep:** 08:10h **Dir:** Rosemara **Téc:**

## 01/10/2024 REENCARNAÇÃO, A JUSTIÇA DIVINA (HOMENAGEM A KARDEC)

*Delimitação: Fazer a oposição: Alheamento X Atenção.*

40

*Delimitação: A Misericórdia Divina nos concede a bendita oportunidade da reencarnação, para que nos empenhemos a trabalhar e aprender, com devotamento, atenção e sinceridade, para que assim, venhamos a acertar em definitivo e construirmos um futuro de Luz!*

*Apoiar o tema no cap. IV do ESE, de A. Kardec – "Ninguém pode ver o Reino de Deus se não nascer de novo" - item 25:*

*Necessidade da Encarnação. "Através da reencarnação" In: Instrumentos do tempo, de FC. Xavier/Emmanuel. "O irresistível impulso da evolução" In: Deus e Universo, de Pietro Ubaldi. "Renasce agora" mens. 56, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*"Terra – Benção divina" mens. 60; "Na esfera do reajuste" mens. 177, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com o artigo: "As últimas palavras de Steve Jobs pouco antes de falecer". Disponível em:*

*<https://www.youtube.com/watch?v=MzGGM-WCSqk>*

*Reforçar que a Reencarnação é oportunidade sublime de redenção e crescimento espiritual para todas as criaturas. Para isso, precisamos identificar a nossa missão aqui na Terra, e procurar valorizar cada minuto da nossa existência, procurando fazer sempre o nosso melhor, de acordo com as nossas possibilidades, de modo a não malbaratar o tempo, que é um tesouro de valor incalculável, que nos é emprestado por Deus, a Quem teremos de prestar contas do uso que dele fizemos. "Caminhai enquanto tendes luz, para que as trevas não vos apreendam..." Jesus*

**Tarefa:** Diálogo Fraternal - Ter 08:40h **Local:** CEOS **Prep:** 08:10h **Dir:** Luci **Téc:**

## 09/10/2024 O PODER DA FÉ

*Delimitação: Fazer a oposição: Fé vacilante x Fé robusta.*

41

*Delimitação: Da fé vacilante resultam a incerteza e a hesitação de que se aproveitam os adversários que se têm de combater. Essa fé não procura os meios de vencer, porque não acredita que possa vencer. A fé robusta dá a perseverança, a energia, e os recursos que fazem com que se vençam os obstáculos, assim nas pequenas, como nas grandes coisas.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XIX – Poder da Fé, itens 1 a 5, e no cap. IV, Fé. Parte 3ª, q. 354 a 359, In: "O Consolador", de FC. Xavier/Emmanuel. "...O tesouro maior da existência terrestre reside na consciência reta e pura, iluminada pela fé e edificada no cumprimento de todos os deveres mais elevados." "Se tens fé" cap. 29, In: O Espírito da Verdade, de FC. Xavier e Waldo Vieira/Espíritos diversos. "Viver pela fé" cap. 23; "Firmeza de fé" cap. 124, In: Caminho Verdade e Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Fé e obras" cap. 5; "No roteiro da fé" cap. 15; "Nas trilhas da fé" cap. 154, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a passagem evangélica da "cura da mulher hemorroíssa", In: Mt. 9: 20-22. E com a reportagem "A incrível e dramática saga dos 33 mineiros do Chile", link*

*[https://www.youtube.com/watch?v=Ss\\_V43zJzjQ](https://www.youtube.com/watch?v=Ss_V43zJzjQ).*

*Levar à reflexão do público o seguinte pensamento de Emmanuel: - "Pela fé subirás ao Senhor com a tua súplica, mas pela caridade o Senhor descerá ao teu encontro para que as tuas mãos se enriqueçam de amor na construção do Reino da Luz"*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Téc:** Arnaldo Manzano

**16/10/2024** AUTO-PERDÃO: A FELICIDADE SEM CULPA!

*Delimitação: Fazer a oposição: Castigar-se X Perdoar-se.*

42

*Delimitação: Pessoas existem que não se perdoam e, com isso, envenenam a vida e encegecem a própria alma, incapazes de perceber que o evangelho é luz e renovação nos campos do espírito.*

*Se antigas dores e problemas superados te voltam à imaginação, esquece-os e segue adiante...*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. X - Bem-Aventurados os misericordiosos, item 14: Perdão das ofensas. "... Bem-aventurados aqueles que são misericordiosos..." Mateus, V: 7.*

*"Faça uma limpeza no lixo da mágoa" mens. 15, In: Jesus, A inspiração das relações luminosas, de Wanderley S.*

*Oliveira/Ermance Dufaux. "Perdão - Santo remédio" mens. 61; "No convívio do Cristo" mens. 125, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Oposições" p. 77, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. "Convite ao perdão" mens. 38, In: Convites da Vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*

*Ilustrar com: Um conto sobre a mágoa.*

*Levar à reflexão: Caridade com o próximo, porém igualmente conosco! A luz com a qual clareamos os caminhos alheios é crédito perante a vida, entretanto, somente a luz que fazemos no íntimo nos pertence e é fonte de liberdade e equilíbrio, paz e riqueza na alma*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Neusa Z Pegoraro **Téc:** André Rakauskas

**19/11/2024** GRATIDÃO A DEUS

*Delimitação: Fazer a oposição: Ingratidão X Gratidão.*

47

*Delimitação: Cada dia é uma nova bênção que Deus nos concede, dando-nos prova de seu amor infinito. Acompanhem a sucessão das horas cultivando otimismo, gratidão e admiração pela Sua obra.*

*Apoiar o tema em: "Porque Deus tanto amou o mundo que deu o seu Filho Unigênito, para que todo o que nele crer não pereça, mas tenha a vida eterna. - João, 3: 16-19. E em: I Tessalonicenses 5, 16-18: "Alegrem-se sempre. Orem continuamente. Deem graças em todas as circunstâncias, pois esta é a vontade de Deus para vocês em Cristo Jesus".*

*"Ato de gratidão" mens. 7, In: Material de Construção, de FC. Xavier/Emmanuel. "Reclamações indevidas" mens. 6, In: Desperte e seja Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. "Agradecimentos esquecidos" mens. 20, In: Fé, de FC. Xavier e Carlos A. Baccelli/autores diversos. "Poema de Gratidão" In: Sol de Esperança, de Divaldo P. Franco/Amélia Rodrigues. "Rendamos Graças" mens.100, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "Glorifiquemos" mens. 11, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel. Ilustrar com: "Uma curta história sobre gratidão". Esparso.*

*Informar/Refletir: Sempre ágeis e satisfeitos para manifestar a nossa gratidão pelas alegrias com que somos favorecidos, saibamos cultivar os agradecimentos, habitualmente esquecidos, ante os contratemplos que nos visitam, vez por outra, e que se suportados com coragem e resignação nos fortalecem e resultam no nosso crescimento espiritual. Lembrete importante: "O motor realmente assegura a movimentação do carro, nessa ou naquela direção, mas o freio é que nos evita o desastre"*

**Tarefa:** Diálogo Fraternal - Ter 08:40h **Local:** CEOS **Prep:** 08:10h **Dir:** Luci **Téc:**

**04/12/2024** ANSIEDADES E PREOCUPAÇÕES

*Delimitação: Fazer a oposição: Ansiedade x Serenidade.*

49

*Delimitação: A estratégia da preocupação é nos manter distantes do momento presente, imobilizando as realizações do agora em função de coisas que poderão ou não acontecer.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XXV – Buscai e Achareis, item 6: "Olhai as aves do céu" - "...Não andeis inquietos pelo dia de amanhã. Porque o dia de amanhã a si mesmo trará o seu cuidado; a cada dia basta a sua própria preocupação." (Mateus V, 19-21, 25-34.) Idem, I Pedro, 5:7 - "Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós." "Sucesso e "sucesso" mens. 15, In: Desperte e seja feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. "Ansiedade" mens. 49, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. "Pré-ocupação" p. 53, In: Renovando Atitudes, de Francisco E. Santo/Hammed.*

*"Ansiedades" mens. 8, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "Observa o hoje" mens. 19, In: Cirurgia Moral, de João Nunes Maia/Lancelin. "Fé" mens. 12, In: Para sentir Deus, de Wanderley S. Oliveira/ Ermance Dufaux. "Técnica Psicológica para acabar com a ansiedade" vídeo de Ana Beatriz Barbosa disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=FNGnid8xFVE>*

*Ilustrar com: "Um golpe de vento" mens. 2, 2ª parte, In: Almas em Desfile, de FC. Xavier/Hilário Silva.*

*Informar/Refletir: Não confundamos "pré-ocupação" com "previdência", porque se preparar ou ser precavido para realizar planos para dias vindouros é tino de bom senso e lógica; mas prudência não é preocupação, porque enquanto uma é sensata e moderada, a outra é irracional e tolhe o indivíduo, prejudicando-o nos seus projetos e empreendimentos do hoje.*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Antonio Carlos **Téc:** Arnaldo Manzano

**17/12/2024** A EFEMERIDADE

*Delimitação: Fazer a oposição: Efemeridade X Perenidade.*

**51** *Delimitação: Ninguém evolui, nem prospera, nem melhora e nem se educa; enquanto não aprende a empregar o tempo com o devido proveito.*

*Correlacionar o tema à passagem de Tiago, em Atos, 4: 13 – “Eia agora vós que dizeis amanhã...” Relatar todo o texto em que o apóstolo aborda a falibilidade dos projetos humanos, 4: 13-17; e na parábola do avaro, Lucas, 12:16-21 – “...Insensato, nesta noite mesmo virão demandar tua alma; e as coisas que ajuntastes, para quem serão?*

*“O Minuto” p. 52/54 In: O Sol nas almas de FC. Xavier/Emmanuel. “Eia agora” mens. 119, In: Fonte Viva, de FC.*

*Xavier/Emmanuel. “Assuntos de tempo” mens. 21, In: Sinal Verde, de FC. Xavier/A. Luiz. “Hoje, onde estivermos” mens. 122, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “A Marcha” mens. 20, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: “A Libélula” p. 78/79, In: Sabedoria das parábolas, de Felipe Queiroz de Aquino. E com: “E Se não houver amanhã?”, da redação do Momento Espírita, de 10/11/2020.*

*Abordar a efemeridade dos momentos que passam e não retornam, e no descuido do homem ao situar-se em expectativas inoperantes. Levar também o público a refletir sobre o quanto se pode contribuir no minuto que passa, em favor do bem, do amor e da paz. “Trabalho no tempo dissolve o peso de quaisquer preocupações, mas tempo sem trabalho cria fardos de tédio, sempre difíceis de carregar!*

**Tarefa:** *Diálogo Fraterno - Ter 08:40h*

**Local:** *CEOS*

**Prep:** *08:10h*

**Dir:** *Ivanete*

**Téc:**