

07/01/2024 Tema: O RECOMEÇO

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.”* *“Recomecemos”* 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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Sônia Prado

Exp: Alberto Meiga

04/02/2024 Tema: NÃO SE DEIXE ABATER PELA DEPRESSÃO

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 Ângelis).
- 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 Ângelis. *“Jesus e alegria”* cap. 9, In: *Jesus e Atualidade*, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Ângelis. *“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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Elisa Gimenez

17/03/2024 Tema: PRECONCEITO

Fazer a oposição: *Orgulho X Fraternidade.*

- 12 Delimitação: *A sociedade humana estabeleceu na Terra situações de desigualdades socioeconômicas e discriminações das mais diversas naturezas, como consequência de sua condição de “infância espiritual”, que estão alicerçadas no orgulho, egoísmo e desejo de supremacia.*
- Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII - *Sede Perfeitos*, item 3 – *O homem de bem*. Idem *A Gênese*, de A. Kardec. – *Caráter da Revelação Espírita*, item 36. *Revista Espírita*, de A. Kardec, Ano 1861, Outubro, p. 419 - *“O Espiritismo, restituindo ao espírito o seu verdadeiro papel na criação...”* Idem, ano 1867, setembro, p. 373, item 36. *“Uma sociedade justa”* cap. 20, In: *Reflexões Espíritas*, de Divaldo P. Franco/Vianna de Carvalho. *“Cada qual”* mens. 4; *“Modo de sentir”* mens. 67, In: *Fonte Viva de A. Kardec/Emmanuel*. *“Convite a Fraternidade”* mens. 25, In: *Convites da Vida*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. *“Amor Fraternal”* mens. 141, In: *Pão Nosso*, de FC. Xavier/Emmanuel. *Dados estatísticos sobre preconceitos (Anexo)*. *Atitude, preconceito e estereótipo*, artigo de Regina Célia de Souza, disponível na internet (Anexo). *Declaração das Nações Unidas sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação Racial.* (Anexo).
- Ilustrar com a parábola do Bom Samaritano.
- Esclarecer que o homem é lento para se desfazer de seus preconceitos, de seus hábitos nocivos, de suas ideias pré-concebidas. *Enfatizar que é preciso nos reeducar e combater toda forma de discriminação e preconceito contra nossos semelhantes; trabalhando firmemente em nós a mudança de pensamentos, atitudes e sentimentos, o que influenciará também a mudança para as futuras gerações*

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Luciana Manzano

31/03/2024 Tema: ESPIRITISMO: MORAL E ÉTICA A SERVIÇO DO AMOR

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/Ermance Dufaux. “Espiritismo por dentro” cap. 33, In: Mereça ser Feliz, de Wanderley S. de Oliveira, Ermance 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 espíritos 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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Alberto Meiga

Exp: Rudinei Gimenez

21/04/2024 Tema: SUPERANDO PERTURBAÇÕES ESPIRITUAIS

Fazer a oposição: *Perturbação X Serenidade*

17

Delimitação: Quando não valorizamos o que já podemos realizar, abrimos a frequência da vida interior para a descrença, o desânimo e a desmotivação - atraindo as sintonias espirituais doentias para que dilapitem os tesouros da nossa vida íntima.

Apoiar o tema no cap. XII do ESE, de A. Kardec – Amai os vossos inimigos - Item 1: Pagar o mal com o bem. - “Mas eu vos digo: Amai os vossos inimigos, fazei bem ao que vos odeia, e orai pelos que vos perseguem e caluniam...”

“Sentimento e obsessão”, cap. 18, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley S. de Oliveira, Ermance Dufaux. “Visão espírita dos transtornos mentais”, cap. 7, In: Transtornos Mentais, de Suely Caldas Schubert. “Ajuda espírita”, mens.12, In: O Mistério do Bem e do Mal, de J. Herculano Pires. “O processo saúde doença”, cap. 3, In: Saúde Espiritual, de Alirio Cerqueira Filho. “Valei-vos da luz”, mens. 6; “Falsas alegações”, mens. 19; “Nas estradas”, mens. 25, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Oração e renovação”, mens. 21, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier, Emmanuel.

Ilustrar com: “O Lavrador e a Enxada” do livro: “Lindos casos de Chico Xavier”, por Ramiro Gama.

Informar/refletir que somente a oração ungida pelos sentimentos elevados, a intenção nobre e perseverante, seguidas da conduta reta, podem estabelecer um clima de autonomia psíquica desejável, que nos defenda da dominação dos interesses inferiores à nossa volta

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Regina Raineri

16/06/2024 Tema: A VERDADEIRA RIQUEZA

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 Mamom - 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. “A vareza” 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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Rudinei Gimenez

28/07/2024 Tema: VÍCIOS: CAUSAS E MEIOS DE COMBATE

Fazer a oposição: Vícios X Virtudes.

- 31 *Delimitação: Dependentes são todos aqueles que se enfraqueceram diante da vida e se refugiaram na dependência de substâncias químicas, ou de pessoas e outras fugas da realidade. São hábitos negativos, repetitivos, que nos prejudicam e bloqueiam a nossa liberdade e poder de decisão.*
- Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. VII - Sede Perfeitos, item 8 – “A Virtude”. “Queixa” mens. 118, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/ Emmanuel. LE, de A. Kardec, p. 913. “Vício” p. 39, In: As Dores da Alma, de Francisco do E. Santo Neto/ Hammed. “Carrasco” mens. 20, In: Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/ Emmanuel. “E olhai por vós” mens. 23, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “Sexo” mens. 94; “Resiste à tentação” mens. 101, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*
- Ilustrar com: “Como assim, você não bebe?”. Esparso.*
- Informar/Refletir que: As insinuações malignas nos cercarão em toda parte, enquanto nos demoramos na realização do próprio bem! Devemos nos esforçar em controlar os impulsos do sentimento menos aprimorado, e, aperfeiçoando-o, pouco a pouco, à custa do esforço próprio, à fim de que não nos entreguemos inermes às sugestões inferiores que procuram nos converter em vivos instrumentos do mal.*
- A prece diária e a ajuda espiritual através do passe e da água fluidificada; aliado às mudanças dos hábitos nocivos, são de grande ajuda na superação dos vícios de qualquer natureza*

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Paulão

22/09/2024 Tema: O PODER DAS PALAVRAS

Fazer A oposição: Invigilância X Vigilância.

- 39 *Delimitação: O verbo cria imagens vivas, que se desenvolvem no terreno mental a que são projetadas, produzindo consequências boas ou más, segundo a sua origem. Essas formas naturalmente vivem e proliferam.*
- Apoiar o tema: ESE, de A. Kardec, cap. 8: Verdadeira Pureza e Mãos lavadas. E na passagem de LC. 6:45 - “A boca fala do que o coração está cheio”. “Pensar” mens. 23, In: Respostas da Vida, de FC. Xavier/Emmanuel. Cap. 2 do livro Obreiros da Vida Eterna, de FC. Xavier/André Luiz. “Palavra” mens. 27, In: Seara dos Médiuns, de FC. Xavier/Emmanuel. “Antes de falar”, p. 75, In: Horizontes da Mente, de João Nunes Maia/Miramez. Livro “Horizontes da Fala”, de João Nunes Maia/ Miramez. “Construir falando” mens. 58, In: Convites aos corações, de João Nunes Maia/Scheilla.*
- Ilustrar com: “Humildade”. Esparso.*
- Informar/Esclarecer que antes de falar e de ouvir, devemos consultar o Cristo, aquele que está dentro da nossa consciência, a falar-nos pelo canal do coração. E assim, pela palavra, poderemos levantar caídos, vestir almas nuas de esperanças e curar todos os tipos de enfermos, do corpo e do espírito.*

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: José Carlos

Exp: Guilherme Martins

20/10/2024 Tema: OBSESSÃO E INFLUÊNCIAS ESPIRITUAIS

Fazer a oposição: Vícios X Virtudes.

- 43 *Delimitação: A obsessão, quase sempre, é construída sobre o medo e a falta de confiança que a vítima demonstra com referência à bondade de Deus, que não relega ninguém ao abandono.*
- Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII – Sede Perfeitos, itens 1 e 3 - “Mas eu vos digo: Amai os vossos inimigos, fazei bem ao que vos tem ódio, e orai pelos que vos perseguem e caluniam...” Mt, V: 44 - 48*
- LE, de A. Kardec, p. 459, 460, 467 a 469. “Obsessão” mens. 9; “Instrumentos da obsessão” mens. 29, In: A coragem da fé, de Carlos A. Bacelli/Bezerra de Menezes. “Asas da libertação” mens. 16, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Para vencer o mal” mens. 30, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Alienação por obsessão” mens. 5, In: Sementeira da fraternidade, de Divaldo P. Franco/espíritos diversos. “Nossos acompanhantes” p. 45, In: A presença de Deus, de Richard Simonetti, 1ª edição.*
- “Influências espirituais” - Transcrição do Programa Vida e Valores, de número 132, apresentado por Raul Teixeira, sob coordenação da Federação Espírita do Paraná (texto anexo).*
- Ilustrar com a história: “Ação das trevas” In: O Céu ao nosso alcance, de Richard Simonetti.*
- Destacar que em qualquer processo obsessivo, o enfermo será sempre convidado às operações de reajustamento e reequilíbrio próprio. Destacar também que pequenos exercícios diários de disciplina da vontade, culto da prece, leituras edificantes, ações em favor do próximo, entre outros, são antídotos que agem intensamente à benefício da própria criatura.*

Tarefa: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Moacyr Vezzani

01/12/2024 Tema: ANSIEDADES E PREOCUPAÇÕES

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” video 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: A.E. Domingo 09:00 h

Local: CEOS

Prep: 08:30h

Dir: Marcos Antonio

Exp: Rudinei Gimenez