

03/02/2021 **Tema:** RESPLANDEÇA A VOSSA LUZ!

*Fazer a oposição: Viver em trevas X Viver em Luz.*

5

*Delimitação: Nos revela a Doutrina Espírita que a finalidade da reencarnação é a evolução das criaturas, através do aprendizado do amor, ou seja: Extinguir a treva interior e fazer brilhar a própria luz, para glorificar à Deus, nosso Pai Celestial.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XXIV – Não pôr a candeia debaixo do alqueire. “Ninguém, pois, acende uma luzerna e a cobre com alguma vasilha, ou a põe debaixo da cama; põe-na, sim, sobre um candeeiro, para que vejam a luz os que entram...”*

*Lucas, VIII: 16-17, e “Assim resplandeça a vossa luz diante dos homens.” Mateus, 5: 16.*

*“Quem são os regenerados” p. 73; “Velhos hábitos” p. 153, In: Renovando atitudes, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed;*

*“Atitudes essenciais” cap. 18; “Em louvor do equilíbrio” cap. 59; “Estejamos atentos” cap. 105, In: Palavras de vida eterna, de*

*FC Xavier/Emmanuel. “Vitória final” cap. 43, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Se faltar a luz do auto*

*amor, a sombra toma conta” cap. 28, In: Jesus, a inspiração das relações luminosas, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.*

*“Se você deseja” mens. 26; “Ajude a você mesmo” mens. 49, In: Agenda cristã, de FC. Xavier/André Luiz. “Façamos nossa luz”*

*cap. 180, In: Caminho, verdade e vida, de FC Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história: “A Menina da lanterna” retirada do acervo pedagógico da Filosofia Waldorf; e com os artigos:*

*“Derrotando o egoísmo”, e “Paradoxos do nosso tempo”, da redação do Momento Espírita.*

*Informar que, conforme nos revela a Doutrina Espírita, os espíritos são criados simples e ignorantes, para aprender e evoluir; e*

*que, ao criar-nos, Deus implantou a luz divina na intimidade de cada um de nós. A busca dessa dimensão divina nos impele a viver*

*para encontrar o Reino dos Céus, dentro de nós. Levar também à reflexão do público, que quando o Cristo afirmou que somos a*

*“luz do mundo”, nos fez um convite para trabalharmos para o bem comum, através da prática do amor a Deus, a si e ao próximo,*

*ou seja: Iluminarmo-nos para poder refletir a luz divina em nosso redor. Glória a Deus!*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:25h

**Exp:** Sidney

**Téc:** Marilene

31/03/2021 **Tema:** O SENTIDO DA DOR

*Fazer a oposição: Mal sofrer X Bem sofrer.*

13

*Delimitação: A Dor surge para crescermos. Este é o seu objetivo! O que faremos com a sua visita, corre por nossa conta. Podemos refletir sobre o que nos cabe aprender com ela, ou nos revoltarmos e cairmos em sentimentos de desvalia, desamor e vitimização. A escolha é nossa.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V (todo) - “Bem-Aventurados os aflitos”, e no evangelho de Mateus, cap. V, 4, 6 e 10:*

*“Bem-Aventurados os que choram, porque serão consolados...”*

*LE, de A. Kardec, Q. 132 e 133. “O Sentido da dor” cap. 20, In: Para sentir Deus, de*

*Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “Silenciosa expiação” cap. 24, In: Mereça ser feliz, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance*

*Dufaux. “Nos momentos graves” mens 10, In: Agenda cristã, de F.C. Xavier/André Luiz. “Melhor sofrer no bem” mens. 64; “Lugar*

*deserto”, mens. 34, In: Pão nosso de FC. Xavier/Emmanuel. “Considerando o sofrimento e a aflição” p. 126, In: Espírito e vida, de*

*Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Nem todos consolados” mens. 27, In: Alerta, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.*

*“Vitória final” mens. 43, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Diante de problemas” mens. 10, In: Sementeira*

*da fraternidade, de Divaldo P. Franco/Espíritos Diversos.*

*Ilustrar com o texto: “Há males que vem para o bem” sobre a vida do maestro João Carlos Martins; e com: “Ferro velho das*

*almas” In: 100 Estórias de vida e sabedoria, de Osvino Toillier (Org.), Edit. Sinodal 2007.*

*Destacar que todos enfrentamos dificuldades neste mundo, já que são naturais em nosso atual estágio evolutivo. Felizes aqueles que*

*compreendem que estas dificuldades e obstáculos fazem parte da vida, e que surgem para mudarmos o rumo das nossas vidas e*

*provarmos se já conseguimos desenvolver as virtudes do perdão, da tolerância, da perseverança, do amor e da caridade. Vale*

*lembrar que: Se a dor é obrigatória, o sofrimento porém, é opcional!*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h

**Local:** CEOS

**Prep:** 19:25h

**Exp:** Sidney

**Téc:** Marilene

*Para representar o Cristo não basta somente proferir a palavra é  
preciso vivencia-la.*

*Que nenhuma palavra seja dita ou ação cometida que fuja aos princípios de Jesus!*

*As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...*

**19/05/2021 Tema: ANJO GUARDIÃO – ESPÍRITOS PROTETORES***Fazer a oposição: Desamparo X Proteção.*

20

*Delimitação: A tarefa do Espírito Protetor é como a de um pai com relação aos seus filhos, ou seja: Guiar o seu protegido pela senda do bem, auxiliá-lo com seus conselhos, e confortá-lo em suas aflições.**Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XXV, item 6 – Olhai as aves do céu; e no cap. XXVIII, item 11 - “Todos nós temos um bom Espírito, ligado a nós desde o nascimento...” e no LE, de A. Kardec, Q. 489 a 522.**“Companheiros invisíveis” p. 47, In: Receitas para a alma, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. “Coisas invisíveis” mens. 55; “Deus não desampara” mens. 92, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Proteção da vida superior” mens. 24; “Embaixadores divinos” mens. 54, In: Opinião espírita, de FC. Xavier/Waldo Viera/Emmanuel-André Luiz. “Presença divina” mens. 83, In: Palavras de vida eterna”, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com: “A Razão da dor” cap. 31, In: Jesus no Lar, FC. Xavier/Neio Lúcio; e com “A aranha”, texto esparso.**Abordar que a Doutrina Espírita nos ensina que todos contamos com a ajuda de Espíritos voltados ao bem, os quais, pela intuição, buscam nos orientar e auxiliar. Dentre esses espíritos, destacamos os chamados Espíritos Protetores que se vinculam particularmente a um indivíduo para protegê-lo, ampará-lo e guia-lo pela senda do bem.**Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h**Local: CEOS**Prep: 19:25h**Exp: Thaís**Téc: Marilene***23/06/2021 Tema: 3ª IDADE - TEMPO DE COLHEITA E REFLEXÃO***Fazer as oposições: Transitoriedade física x Perenidade espiritual.*

25

*Delimitação: Não há limite de idade para se realizar a tarefa de iluminação interior. O último período de vida na Terra deve se tornar uma valiosa oportunidade de aprendizado e crescimento espiritual.**Apoiar o tema no cap. II - “Meu Reino não é deste mundo, “itens, 1, 2 e 5 do EE, de A. Kardec e na epístola de Paulo aos Filipenses 3: 13-14: “Irmãos, quanto a mim, não julgo que o haja alcançado; mas uma coisa faço, e é que, esquecendo-me das coisas que atrás ficam, e avançando para as que estão diante de mim. Prossigo para o alvo, pelo prêmio da soberana vocação de Deus em Cristo Jesus.”**“Iluminação” cap. IV, questão 223, In: O consolador, de FC. Xavier/ Emmanuel.**“Velhos e moços” cap. IX, In: Boa nova, de FC. Xavier/ Humberto de Campos (Irmão X). “Prosseguindo” mens. 81; “No bem de todos” mens. 142, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Levantai os olhos”, mens. 10, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel.**Ilustrar com o resumo do Livro: “O Velho e o mar” de Ernest Hemingway. Disponível em:**<https://www.blogger.com/blogger.g?blogID=2106507196975369769#editor/target=post;postID=472937699384583472;onPublishedMenu=allposts;onClosedMenu=allposts;postNum=0;src=postname> e com artigo: “Dia mundial dos avós”, esparso.**Levar à reflexão que: Não há limite de idade para se realizar a tarefa de iluminação interior. O último período de vida na Terra deve se tornar uma valiosa oportunidade de aprendizado e crescimento espiritual, porque sempre é tempo de desenvolver ou fortalecer as virtudes, educar os sentimentos, libertar-se de um defeito, perdoar, aprender a conviver com as perdas, e a compreender a transitoriedade do corpo e a perenidade do espírito. Enfatizar que o conhecimento e a prática do Espiritismo fortalece o sentido existencial das criaturas, e conclama o idoso à gratidão pela vida, para que possa ser um cristão mais dedicado e ativo no bem, até o final de sua existência terrena.**Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h**Local: CEOS**Prep: 19:25h**Exp: Marilene**Téc: Cidinha Sanchez***08/09/2021 Tema: MATUREZADE ESPIRITUAL (Hom. Bezerra de Menezes)***Fazer a oposição: Imaturidade X Maturidade espiritual.*

36

*Delimitação: Maturidade espiritual é a capacidade de entender e cumprir o projeto de Deus para as nossas vidas. É deixar de culpar o mundo pelos nossos erros e fracassos, e assumir a parcela de responsabilidade que nos cabe em qualquer situação.**Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII – Sede Perfeitos, item 4 - “Reconhece-se o verdadeiro espírita pela sua transformação moral e pelo esforço que faz para vencer as más tendências”; e na frase: “Se alguém quer vir após mim, a si mesmo se negue, dia a dia, tome a sua cruz e siga-me”. Jesus – Lucas, 9: 23.**“Maturidade e consciência” mens. 7, segunda parte, In: Momentos de saúde e de consciência, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Consciência de Si” - Introdução, In: Reforma íntima sem martírio, de Wanderley S. Oliveira Ermance Dufaux. “Atitudes essenciais” mens. 18, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “O que é maturidade?” do Centro Espírita Nosso Lar, Casas André Luiz. Disponível em: <http://www.nossolar.org.br/cantodoexpositor.php>**Ilustrar com a história: “O Fazendeiro e o milho premiado”. Texto esparso; e com o artigo: “Lindos casos de Bezerra de Menezes”, de Ramiro Gama.**Esclarecer que maturidade espiritual é confiar nos desígnios divinos para a nossa existência. É compreender e assumir a responsabilidade pelos nossos próprios atos, sem culpar o mundo e nem a ninguém pelos insucessos. É deixar de procurar a felicidade na posse de bens materiais, compreendendo que o mais rico não é o que mais tem, mas aquele que menos precisa! Destacar que quem ama com maturidade plenifica-se com a felicidade do outro, e é feliz pelo simples prazer de amar!**Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h**Local: CEOS**Prep: 19:25h**Exp: Sidney**Téc: Marilene*

*Para representar o Cristo não basta somente proferir a palavra é preciso vivencia-la.*

*Que nenhuma palavra seja dita ou ação cometida que fuja aos princípios de Jesus!*

*As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...*

20/10/2021 **Tema:** O DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA

Fazer as oposições: Alheamento X Consciência.

42 *Delimitação: Aprendamos a viver com sabedoria e simplicidade, que nos traz a paz de espírito e nos propicia a verdadeira alegria de viver. "...Caminhai enquanto tendes a luz, para que as trevas não vos surpreendam..." Meditemos no alerta do Mestre Jesus e prossigamos.*

Apoiar o tema na "Parábola do filho pródigo" - Lucas, 15: 11-32.

"A rota dos filhos pródigos", introdução - In: Escutando sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermanice Dufaux. "Certamente" mens. 10; "Por um pouco" mens. 42; "Devagar, mas sempre" mens. 62; "Caindo em si" mens. 88, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o texto: "Paciência tem recompensa". Esparso.

Destacar a importância de valorizar o nosso tempo e a nossa vida, que são os bens mais preciosos que possuímos. Informar que a grande maioria de nós desperdiça muito tempo com banalidades e futilidades, como a excessiva preocupação consigo próprio e com as coisas materiais, enquanto não despertamos para os reais valores da vida que são: A família, os amigos, o trabalho e os relacionamentos sociais. Aprendamos a viver com sabedoria e simplicidade, que nos traz a paz de espírito e nos propicia a verdadeira alegria de viver.

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Exp:** Gilberto Quartarollo **Téc:** Marilene

01/12/2021 **Tema:** A ESPERANÇA

Fazer a oposição: Desesperar x Confiar.

48 *Delimitação: A Esperança não pode desaparecer dos nossos ideais. Ela é uma flor que devemos cultivar, pois que nos predispõe a despertar espiritual, para a capacidade de prosseguir em nosso caminho, mesmo diante das dificuldades da jornada.*

Apoiar o tema em Salmos 42: 11 "- Por que você está assim tão triste, ó minha alma? Por que está assim tão perturbada dentro de mim? Ponha a sua esperança em Deus! pois ainda o louvarei; ele é o meu Salvador e o meu Deus"; E na epístola de Paulo aos Filipenses, 4: 19 - "O meu Deus, segundo as suas riquezas, suprirá todas as vossas necessidades em glória, por Cristo Jesus".

"A Brisa da esperança" cap. 25, In: Lindas mensagens, de Miltes C. Bonna/Meimei. "Mensagem de esperança" p. 103, In: Espírito e vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. 2ª edição. "Diretriz" mens. 1, In: Amizade, esp. Meimei/FC. Xavier/Meimei.

"Alimenta a esperança" mens. 18, In: Cirurgia moral, de João Nunes Maia/Lancellin. "Nunca desfalecer" mens. 61; "Estímulo fraternal" mens. 73, In: In: Fonte vida, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: "A História da esperança". Autoria desconhecida. Encontrado em: [mensagenseimagenspositivas.blogspot.com/2012/09/esperanca.html](http://mensagenseimagenspositivas.blogspot.com/2012/09/esperanca.html).

Informar que, para a nossa paz interior, em tudo o que fizermos, não deveremos esquecer a esperança, porque esse anseio de encontrar o melhor nos leva à alegria e ao bem-estar indizível. Devemos alimentar a esperança, para nos libertarmos das sombras do desinteresse. "Confiemos no Senhor que os caminhos se nos abrirão, mostrando-nos as portas onde encontraremos a paz do coração".

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Exp:** Cidinha Borges **Téc:** Cidinha Sanchez

*Para representar o Cristo não basta somente proferir a palavra é preciso vivencia-la.*

*Que nenhuma palavra seja dita ou ação cometida que fuja aos princípios de Jesus!*

*As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...*