

15/01/2021 Tema: TEMPO DE RENOVAÇÃO

Fazer a oposição: *Aquisições passageiras X Aquisições eternas.*

2 Delimitação: *Se nos dizemos seguidores de Jesus, sigamos-lhe os passos, amparando, consolando, ajudando, instruindo, edificando e servindo a todas as criaturas.*

Fundamentar o tema na mensagem contida no Cap. I, Item 9 – Instruções dos Espíritos: “A Era Nova”, In: ESE, de Allan Kardec. “Caráter da revelação espírita”, Cap. I, itens 11 a 30, In: A Gênese, de Allan Kardec; “Tempo de renovação”, In: Liberta-te do mal, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis; “No Rumo do Amanhã”, mens. 6, “Na Exaltação do Reino Divino”, mens. 17, In: Palavras de Vida Eterna, de

FC. Xavier/Emmanuel; “Cristo e Nós”, mens.17, “Na Obra Regenerativa”, mens. 37, “Renasce Agora”, mens. 61, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Hércules e a Decisão”, In: Histórias para pais, filhos e netos, Paulo Coelho. Edit. Globo/2001. E com: “Tempo de Renovação”, In: Liberta-te do mal, Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. E com: “A Inesperada Renovação”, de FC. Xavier/Meimei, In: Deus aguarda.

Enfatizar que aquele que conquista a tranquilidade decorrente da fé religiosa edificante e saudável, vive em harmonia com tudo e com todos, não se alienando da sociedade a pretexto de encontrar a plenitude; tampouco mergulha na efervescência das futilidades, sob a justificativa de estar participando da vida mundana. Vive no mundo, mas não é do mundo das falsas apresentações e valores deturpados.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Gracinda

Exp: Jahilda

19/02/2021 Tema: ALEGRIA

Fazer as oposições: *Enfado X Bom ânimo.*

7 Delimitação: *Devemos cultivar alegria e otimismo sempre, pois um coração alegre e intemorato é mais forte e preparado para enfrentar os desafios da vida, e encontra sempre uma razão para esperar pelo melhor.*

Apoiar o tema no capítulo 5, item 13, do ESE, de Allan Kardec – Motivos de resignação;

E em Filipenses, 4: 4 – “Alegram-se sempre no Senhor. Novamente direi: Alegram-se!”.

“Psicologia da alegria na transformação interior” cap. 9, In: Emoções que curam, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux.

“Ser feliz” mens. 2, In: Renovando atitudes, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed. “Alegria cristã” mens. 93, In: Caminho, verdade e vida, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Convite à alegria” mens. 1, In: Convites da vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Estímulo fraternal” mens. 73, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “Uma história sobre alegria”. Texto esparso.

Enfocar que um coração alegre e otimista é mais forte e mais preparado para enfrentar os desafios da vida. Mesmo que passemos por momentos difíceis, o que é natural, podemos experimentar os benefícios da alegria, do bom ânimo, da serenidade e da gratidão à Deus. Destacar a importância de sorrirmos. Um sorriso significa muito: Enriquece quem o recebe, sem empobrecer quem o oferece. Dura apenas um segundo, mas sua recordação, por vezes, nunca se apaga!

“Tenho dito estas palavras para que a minha alegria esteja em vocês e a alegria de vocês seja completa”. Jesus, em João 15: 11

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Gracinda

Exp: Eduardo Andrecta

12/03/2021 Tema: COMPROMISSO AFETIVO (Hom. Dia Int da Mulher)

Fazer a oposição: *Imaturidade X Maturidade afetiva.*

10 Delimitação: *Quando um dos parceiros foge ao compromisso assumido, sem razão justa, lesa o outro na sustentação do equilíbrio emotivo, seja qual for o campo de circunstâncias em que esse compromisso venha a ser efetuado.*

Embasar o tema no cap. XVII, item 7, do ESE, de A. Kardec – O Dever. “... O Dever começa precisamente no ponto em que ameaças a tranquilidade do vosso próximo, e termina no limite que não desejaríeis ver transposto em relação a vós mesmos”.

“Compromisso afetivo” p. 29 a 31, In: Vida e sexo, de FC. Xavier/Emmanuel. “Apreço” mens. 91; “No campo do afeto” mens.

110, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Em Matéria afetiva” mens. 37, In: Sinal verde, de FC. Xavier/André

Luiz. “Maturidade afetiva” cap. 5, “Educação do afeto” cap. 6, In: Laços de afeto, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux.

“Desafio afetivo” cap. 22, In: Mereça ser feliz, de Wanderley S. de Oliveira/Emmanuel.

Ilustrar com: “Compromisso afetivo” p. 29 a 31, In: Vida e sexo, de FC. Xavier/Emmanuel. E com: “Definição de amor”. Autoria desconhecida.

Informar/refletir que, para que não sejamos mutilados psíquicos, urge não mutilar o próximo também. A guerra efetivamente flagela a Humanidade, semeando terror e morticínio entre as nações. Entretanto, a afeição erradamente orientada, através do compromisso escarnecido, cobre o mundo de vítimas.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Maria Luiza

Exp: Oswaldo

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...

02/04/2021 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: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Gracinda

Exp: Gabriela

16/04/2021 Tema: CARIDADE

Fazer a oposição: Fé inoperante X Fé com obras.

15

Delimitação: Estejamos alegres e auxiliemos sempre a todos os que nos partilham a marcha, porque se possuímos a benção de contar com o pão e com o agasalho para cada dia, cabe-nos a obrigação de viver e servir em paz e contentamento.

Apoiar o tema no cap. XV do ESE, de A. Kardec - Fora da Caridade não há salvação, itens 1 a 6.

"Caridade e riqueza" mens. 49, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Estejamos contentes" mens. 9; "Fé inoperante" mens. 39; "Esmola" mens. 60; "Além dos outros" mens. 96, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "Com caridade" mens. 31, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. "A Petição de Jesus" p. 17 a 19, In: Cartas e crônicas, de FC. Xavier/esp. Irmão X.

Ilustrar com a história "A Menina do chocolate - Entrevista com Francine Christophe, em 11 de setembro de 2015. Human the movie. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=gXGfngjmwLA>; e com: "A Multa maior", Esparso.

Levar à reflexão que não se pode amar a Deus sem praticar a caridade! Destacar que uma doação mínima, por menor que seja, pode fazer muito por alguém que necessita: Pode reacender a chama da esperança e fazer brotar a autoestima nos corações tombados pelas dores e sofrimentos; pode sugerir que nem tudo está perdido, e pode reaquecer um coração enregelado pelo descaso e indiferença do mundo!

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Valdir

Exp: Marcelo Silva

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...

07/05/2021 **Tema:** TRABALHO, A FERRAMENTA DIVINA DO PROGRESSO

Fazer as oposições: Ser servido x Servir.

18

Delimitação: "...É imperioso, desse modo, reconhecer que as tuas conquistas intelectuais

Valem muito, que tuas indagações são louváveis, mas em verdade somente serás

Efetivo e eficiente cooperador do Cristo se tiveres amor".

Apoiar o tema no EE, de A. Kardec - Missão do homem inteligente na Terra, cap. VII, item 13 e no cap. XXV, item 2 a 9. Digno é o trabalhador do seu salário, Lucas 10: 7 "... Meu Pai trabalha até agora, e eu trabalho também. João 5:17. Q. 893 do LE, de A.

Kardec (...) A sublimidade da virtude, porém, está no sacrifício do interesse pessoal, pelo bem do próximo.

Mensagem "Auto doação" In: Espírito e vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. Disponível em:

<http://www.vademecumespirita.com.br/auto+doacao.aspx> -

Mensagem "O desastre" In: Depoimentos vivos, de Divaldo P. Franco/espíritos diversos. Organizado por Nilson de Souza Pereira.

Disponível em: <http://www.vademecumespirita.com.br/o+desastre.aspx> - Mensagem 4 "Trabalho"; mensagem 31 "Coisas

mínimas"; Mensagem 97 "Amas o bastante?" In: Caminho, verdade e vida. FC. Xavier/Emmanuel. - Ilustrar com a história:

Profissão honrada. Disponível em: <https://historiaquecura.blogspot.com/2019/09/profissaohonrada-certa-vez-um-homem.html>

Levar ao entendimento que qualquer que seja a atividade exercida pelo homem, ele deve considerar-se, antes de tudo, como um

servidor de Deus. Por mais importante ou humilde que seja a profissão exercida, ela é por demais valiosa no conjunto social em

que nos encontramos, pois contribui tanto para o desenvolvimento individual, quanto com o progresso coletivo, devido à

interdependência que existe entre todas as criaturas, já que ninguém é auto suficiente. Benditos sejam todos aqueles que, na

qualidade de dignos profissionais, honram os seus deveres, como legítimos cooperadores do Criador.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Maria Luíza

Exp: Jahilda

28/05/2021 **Tema:** TESTEMUNHOS E AFLIÇÕES

Fazer a oposição: Rebeldia X Aceitação.

21

Delimitação: "Todas as provações são tempestades passageiras. A bonança é a eterna condição do espírito imortal".

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. V – Bem-aventurados os aflitos, item 1: Bem-aventurados os que choram, porque serão

consolados... LE, de A. Kardec, Livro 4, cap. 2 - Penas e gozos futuros, Q. 1012, 1017: "... Pode-se assim dizer que trazemos em

nós mesmos o nosso inferno e o nosso paraíso."

"Cruzes" p. 195, In: Jesus e o evangelho à luz da psicologia profunda, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. "Aceita o

inevitável" mens. 48, In: Cirurgia moral, de João Nunes Maia/Lancelin. "Na luz da verdade" mens. 130, In: Palavras de vida

eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "O tesouro maior" mens. 64, In: Caminho, verdade e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. "Guarda a

paciência" mens. 129, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o artigo: "O Amor nos tempos do cólera", de Gabriel Garcia Marques. Disponível em:

<https://historiaquecura.blogspot.com/2020/04/o-amor-nos-tempo-do-colera.html> e com: "Agradeça sempre" de Lindsay Holmes.

Revista Exame. Disponível em: www.exame.abril.com.br/estio-de-vida/noticias/10-coisas-que-pessoas-gratas-fazem-diferente?

Destacar que nos momentos de testemunho, em que a nossa capacidade de resiliência é posta à prova, saber lidar com as nossas

perdas, desilusões, frustrações e conflitos e nos adaptar à situação momentânea, é oportunidade preciosa de aprendizado e

evolução para o Espírito. Reforçar ainda que aprender a vencer as nossas limitações e dificuldades, com confiança e fé em Deus e

em nós próprios, com serenidade e dedicação ao trabalho de autotransformação, amenizam as dificuldades e tornam a nossa vida

mais produtiva e prazerosa.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Gracinda

Exp: Sueli Perez

*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...

11/06/2021 Tema: PEQUENINOS ESFORÇOS NO BEM

Fazer a oposição: Irritação X Afabilidade.

23

Delimitação: No esforço redentor, é indispensável que não se percam de vista as possibilidades pequeninas: Um gesto, uma palestra, uma hora, uma frase pode representar sementes gloriosas para edificações importais. Imprescindível, pois, jamais desprezá-las.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XIII: Que a vossa mão esquerda não saiba o que dá a vossa mão direita, e no Evangelho de Mateus, 10: 42: “E qualquer que tiver dado só que seja um copo de água fria a um destes pequenos, em nome de discípulo, em verdade vos digo que de modo algum perderá o seu galardão.”

ESE, de A. Kardec, cap. XIII, itens 13, 14, 15 e cap. XVII, item 3: O Homem de bem. “Pequeninos Esforços no bem” cap.11, In: Para sentir Deus, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. “A semente” cap.7, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.

“Lucrará fazendo assim” cap.15, In: Agenda cristã, de FC. Xavier/André Luiz. “Coisas mínimas” cap. 31, In: Caminho, verdade e vida, de F.C. Xavier/Emmanuel. “Apelo da migalha” cap. 58, In: Terapêutica de emergência, de Divaldo Pereira Franco/Diversos espíritos.

Ilustrar com: “Pensar nos outros” In: www.momento.com.br/textos. E com: “Estrelas ao mar”, autoria desconhecida.

Esclarecer que para bem aproveitar a encarnação não é necessário fazermos grandes feitos! O livro é escrito letra por letra; a praia é formada por milhões e milhões de grãos de areia; as canções são compostas por simples notas. A vida no bem é feita também de pequenas atitudes, acessíveis a todos nós: um sorriso, um olhar afetuoso, a afabilidade e a cortesia para com todos, etc. Destacar que para a construção de um mundo melhor e o bem tomar conta da humanidade, Jesus conta com nossos pequeninos esforços e que já somos perfeitamente capazes de aceitar este convite do Mestre...

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Valdir **Exp:** Eduardo Andrecta

02/07/2021 Tema: GENEROSIDADE

Fazer a oposição: Mesquinhez X Generosidade.

26

Delimitação: Se desejamos recolher amor e paciência nas manifestações do próximo para conosco, saibamos igualmente distribuí-los com todos aqueles que nos partilham a marcha.

Fundamentar o tema nas anotações de Lucas - 10: 25-37 "- ... Cuida bem dele, e tudo o que gastares a mais, eu te pagarei na volta". (A Parábola do Bom Samaritano).

ESE, de A. Kardec, cap. XV – Fora da caridade não há salvação, itens 1 a 3. “Luz da caridade” In: Jesus e o evangelho, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ángelis. “Generosidade” artigo da redação do Momento Espírita. “Beneficência e paciência” mens. 94; “No campo do afeto” mens. 110, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Modo de fazer” mens. 2, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “De mão em mão”, texto esparso, adaptado, de Paulo Coelho.

Ressaltar que, se a gentileza e a educação nascem do respeito ao próximo e se desenvolvem no espírito de cidadania e convivência, a generosidade nasce no coração de quem já está pronto para amar fraternalmente!

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Maria Luíza **Exp:** Eduardo Marigo

23/07/2021 Tema: REVIDES

Fazer a oposição: Revidar X Perdoar.

29

Delimitação: “Diante de qualquer situação, procuremos imitar a conduta do Sublime Benfeitor: Ajudando sempre para o bem de todos, entre o perdão e a bondade”.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XII - Amai os vossos inimigos, itens 7 e 8: “... Se alguém te ferir na face direita, oferecelhe também a outra” ... Mateus 5: 38-42.

“Tua medida” mens. 1, In: Renovando atitudes, de Francisco E.S. Neto/Hammed. “Os outros” mens. 13, In: Cirurgia moral, de João Nunes Maia /Lancelin. “Granjeai amigos” mens. 111; “Revides” mens. 142, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Na palavra e na ação” mens. 22, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “Viver melhor” da redação do Momento Espírita; e com: “A justiça” p. 59-60, In: Para o resto da vida... de Wallace Leal V. Rodrigues.

Levar à reflexão que, se buscamos o Cristo, é necessário refleti-lo em nós próprios. Diante de ofensas inesperadas, preterições, calúnias, perseguições, desgostos e angústias familiares, lembremo-nos da conduta do Cristo: Ajudando para o bem de todos, entre o perdão e a bondade.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Gracinda **Exp:** Antonio Carlos

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...

06/08/2021 Tema: RECONCILIAÇÃO

Fazer a oposição: Cindir X Reconciliar.

31

Delimitação: “O esforço para encurtar o caminho entre a ofensa e a reconciliação, representa enorme ganho de energia e oportunidade de aprendizado e crescimento espiritual”.

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec. cap. X – Bem-aventurados os misericordiosos, item 5: Reconciliar-se com os adversários: - “Reconcilia-te, sem demora, com teu adversário, enquanto estás a caminho com ele...” Mateus, 5: 25-26.

“Eu não merecia” p. 45, In: Renovando atitudes, de Francisco do E. S. Neto/Hammed. “Litígios” mens. 2; “Mecanismos da evolução” mens. 28, In: Desperte e seja feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Podes, se queres” mens 11;

“Agastamento” mens. 46, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Cura do ódio” mens. 166, In: Pão nosso, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Enquanto podes” mens. 40; “Perante os inimigos” mens. 111, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com o artigo: “Verdadeira conciliação”, com base em relato do desembargador Jorge de Oliveira Vargas. Disponível em: <https://historiaquecura.blogspot.com/2020/04/verdadeira-conciliacao.html>

Levar à reflexão que, por vezes, criamos verdadeiros pesadelos de sofrimento, que poderiam ser evitados se desistíssemos de iniciar uma peleja pela posse da razão numa desavença qualquer; para ao final observarmos que não valeu a pena tanto tempo perdido e tanto desgaste em vão... Destacar que precisamos aprender a construir pontes e a destruir barreiras de separação entre as criaturas! “Glória a Deus nas alturas, paz na terra, boa vontade para com os homens”. Jesus em Lucas 2: 14.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Valdir

Exp: Sebastião Lima

03/09/2021 Tema: A FORÇA DO QUERER

Fazer a oposição: Desistência X Persistência.

35

Delimitação: “Informar que em uma guerra perdem-se muitas batalhas, como é natural ocorrer. O que não se pode jamais é desistir de vencê-la!”

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XIX, itens 1, 2 e 3 – Poder da Fé; e nas palavras de Paulo aos Coríntios: “Portanto, meus amados irmãos, sede firmes, inabaláveis e sempre abundantes na obra do Senhor, sabendo que, no Senhor, o vosso trabalho não é em vão.” Paulo - I Coríntios, 15: 58.

“Fé nas vitórias” cap. 18, In: Reforma íntima sem martírio, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “Com firmeza” mens. 115, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Nunca desfalecer” mens. 61, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

“Vontade” mens. 2, In: Pensamento e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Desejos” mens. 24, In: Sinal verde, de FC. Xavier/A. Luiz. Texto: “O Poder da Vontade”, de Léon Denis, encontrado em <http://www.oespiritismo.com.br>. “Intentar e agir” cap. 86;

“Pensamentos”, mens. 15, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. “Podes, se queres” mens. 11, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. “Construa um novo olhar sobre a vida” cap. 21, In: Jesus, A Inspiração das relações luminosas, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “Ante a vida mental” mens. 25, In: Roteiro, de FC. Xavier/Emmanuel. Artigo: “Educação da vontade” de Geziel Andrade, encontrado em <http://gezielandrade-espiritismo.blogspot.com.br>.

Ilustrar com a trajetória e exemplo de força de vontade e perseverança da Dra. Nise da Silveira, encontrada na Internet. Fornecer alguns dados biográficos, mas focalizar mais a sua obra. (Sugestão ao expositor: assistir previamente ao filme “Nise, o coração da loucura”, disponível na Net Flix, como fonte de inspiração e emoção).

Destacar que a vontade é o principal atributo do Espírito. Informar/refletir também que, nesta vida, somos colocados frente a obstáculos de mil naturezas para que, aceitando o desafio e lutando para superá-los, nos fortaleçamos espiritualmente, o que é o desejo do nosso Pai Celestial.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Valdir

Exp: Sueli Perez

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

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

24/09/2021 Tema: DEPRESSÃO

Fazer as oposições: *Aflição x Serenidade.*

38

Delimitação: "...Em tese, depressão é a reação da alma que não aceitou sua realidade pessoal como ela é, estabelecendo um desajuste interior que a incapacita para viver plenamente..."

Apoiar o tema no capítulo V, itens 1 a 5 do ESE, de A. Kardec "... A quem, portanto, devem todas essas aflições, senão a si mesmos? O homem é, assim, num grande número de casos, o autor de seus próprios infortúnios".

"O Recado das depressões" cap. 47, In: Para sentir Deus, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. "Educação para o auto amor" cap. 3; "Estufas psíquicas da depressão" cap. 5, In: Escutando sentimentos, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. "Depressão" p. 187/198, In: As Dores da alma, de Francisco do E. S. Neto/Hammed; "Auto perdão" p. 229, In: Renovando atitudes, de Francisco do E. S.

Neto/Hammed. "Coração puro" cap. 36, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Socorre a ti mesmo", cap. 51, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. Texto "Nostalgia e depressão" de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis, encontrado em <http://www.oespiritismo.com.br/mensagens>. "Texto Antidepressivo" p. 22, In: Busca e acharás de FC. Xavier/André Luiz. "O Sentido espiritual da crise" cap. 11, In: O caminho da autotransformação, de Eva Pierrakos.

Ilustrar com: "Olhar para dentro de si", de Osvino Toillier; e com: "Palavra que Salva", da redação do Momento Espírita.

Informar que a depressão é um dos maiores males que a humanidade está enfrentando nos dias atuais, e que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até o ano 2020 será a segunda doença de maior ocorrência no mundo, perdendo apenas para as cardíacas. Abordar o tema, de modo a levar consolo e esperança, apontando caminhos através da medicina terrena e do tratamento espiritual. Destacar a importância de se estudar e trabalhar o autoconhecimento, o auto amor, o auto perdão, a confiança e a fé;

Bem como buscar o apoio indispensável da família.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Maria Luiza

Exp: Antonietta

15/10/2021 Tema: REENCARNAÇÃO, A JUSTIÇA DIVINA (HOMENAGEM A. KARDEC)

Fazer as oposições: *Rebeldia X Submissão.*

41

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 – Bênção 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. Necessário compreender que existe uma lei universal que tudo dirige, e à qual todos estamos submetidos, indistintamente. Portanto, maravilhoso é conhecê-la e aprender a nos movimentar dentro dos seus limites, procurando agir sempre com respeito, dignidade e sabedoria, evitando a transgressão e a rebeldia aos seus ditames, que só nos traz dor e sofrimento. Confiemos em Deus!

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Gracinda

Exp: Marilene

29/10/2021 Tema: A MULTIPLICAÇÃO DOS TALENTOS

Fazer a oposição: *Dissipação X Aproveitamento.*

43

Delimitação: Para atingir o Objetivo Divino de ascensão espiritual, é necessário multiplicarmos os recursos recebidos de Deus, em nosso benefício e de todos.

Apoiar o tema no cap. XVI, item 6, do ESE, de A. Kardec - Parábola dos Talentos.

"Melhorar para progredir" mens. 7, "Divinos dons" mens. 84, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. "Tendo medo" mens. 132, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. "O proveito de todos" p. 28, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. "Lembrando a parábola" mens. 33, In: Luz acima, de FC. Xavier/Humberto de Campos (espírito).

Ilustrar com as histórias: "O Presente das rosas" – jornal Mundo Maior - Informativo da comunidade cristã "Lar em Jesus", de 03/08/2016; e com: "A Loja de Deus", autoria desconhecida.

Esclarecer que os talentos da parábola simbolizam os infinitos recursos disponibilizados pelo Criador em favor do crescimento espiritual das suas criaturas. Enfatizar que: "Deus não nos dá árvores, oferece-nos sementes". Por isso, devemos procurar expandir os recursos recebidos, por pequeninos que sejam, multiplicando-os em nosso benefício e de todos. Somente assim, lograremos atingir o objetivo Divino de ascensão espiritual, a que todos estamos destinados.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h

Local: CEOS

Prep: 19:30h

Dir: Valdir

Exp: Antonio Carlos

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...

12/11/2021 **Tema:** MÁGOA: O INIMIGO VIVE DENTRO DE VOCÊ

Fazer a oposição: *Mágoa X Apaziguamento.*

- 45 *Delimitação: Esclarecer que a mágoa tem duas principais funções na vida emocional e psíquica: Revelar algo sobre nós que está difícil de aceitar, e desiludir-nos sobre o que pensamos a respeito de quem nos ofendeu.*
 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.
 Ilustrar com: “Mágoa”. Texto esparso.
 Levar à reflexão que, quando reconhecemos a nossa parcela de culpa na falta praticada e que permanecemos remoendo ao longo do tempo, este comportamento corajoso, por si só, já ajuda a amenizar o nosso sofrimento, quase que instantaneamente! Este é o verdadeiro sentido de perdoar! “...Só o riso, o amor e o prazer merecem revanche. O resto, mais que perda de tempo, é perda de vida”. Chico Xavier.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Gracinda **Exp:** Marcelo Silva

03/12/2021 **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 ao 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 Angelis. 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: mensagemimagenspositivas.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: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Vanda Scarpa **Exp:** Cidinha Sanchez

31/12/2021 **Tema:** O CRISTO CONSOLADOR

Fazer a oposição: *Desalento X Confiança.*

- 52 *Delimitação: “O Cultivo da paixão ao adiantamento espiritual é a solução para todos os problemas da humanidade, e o único caminho para um mundo melhor.”*
 Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. VI – O Cristo consolador, itens 6 e 7. “Vinde a mim, todos os que andais em sofrimento e vos achais carregados, e eu vos aliviarei...”. Jesus, Mateus, XI: 28-30. “Das ovelhas que meu Pai me confiou, nenhuma se perderá”. Jesus, o bom pastor.
 “O Consolador” p. 122/7, In: Luz do mundo, de Divaldo P. Franco/Amélia Rodrigues (espírito). “Acalma-te” mens. 33; “Espera por Deus” mens. 117, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel. “Obreiros atentos” mens. 8; “Ergamo-nos” mens. 13; “Apascenta”, mens. 19, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com a mensagem: “Vivemos um momento histórico da transição para a luz”, datada de 18/11/2016, recebida do espírito Bezerra de Menezes, através da psicofonia do médium Divaldo P. Franco, extraída da Internet.
 Enfocar que devemos permanecer como fiéis servidores do bem, na certeza de que nunca nos faltará o indispensável concurso do Mundo Maior. “Buscai conectar-vos com as esferas da vida e recebereis as diretrizes traçadas para o bom combate, que deve iniciar-se no ádito do coração”. Destacar que, se aspiramos ao clima da vida superior, devemos nos adiantar, caminhando com os padrões de Jesus, desde já.

Tarefa: A.E. Físico 6ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:30h **Dir:** Valdir **Exp:** Jahilda

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...

*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...