

**06/01/2021 Tema: O RECOMEÇO**

Fazer a oposição: *Desistência X Persistência.*

- 1 Delimitação: *Recomeçar é benção na lei de Deus. Recomeçemos, pois, lembrando-nos, porém, que tudo volta, menos a oportunidade esquecida, que será sempre uma perda real.*
- Apoiar o tema nas passagens de Jesus, conforme as anotações de Lucas, 5: 17 – 26. “Levanta-te, toma a tua cama e vai para a tua casa”; e em Lucas 15: 27. “Qualquer que não tomar a sua cruz e vier após mim, não pode ser meu discípulo”.
- “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: “A Vaca no precipício”. Texto esparso.
- Esclarecer que o aprendizado da vida alicerça-se sobre contínuas situações difíceis que nos induzem a sábias experiências, capazes de conduzir-nos por caminhos seguros que nos levam à maturidade espiritual.

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 19:25h    **Dir:** Lourenço    **Exp:** Walter

**27/01/2021 Tema: O TEMPO PRESENTE**

Fazer a oposição: *Estagnar X Avançar.*

- 4 Delimitação: *Para o bom aproveitamento do tempo presente, devemos trabalhar a nossa renovação espiritual, compreendendo que, para isso, somente podemos atuar no presente: Ontem é passado, e o futuro à Deus pertence!*
- Apoiar o tema no Evangelho de Marcos, 2: 21-22 - “Ninguém deita remendo de pano novo em roupa velha... Ninguém lança vinho novo em odres velhos... e em Paulo aos Filipenses, 3, 13-14 “Irmãos, não penso que eu mesmo já o tenha alcançado, mas uma coisa faço: esquecendo-me das coisas que ficaram para trás e avançando para as que estão adiante, prossigo para o alvo...”. E no alerta de Jesus: “Buscai primeiramente as coisas de Deus e de seu reino e todas as outras coisas vos serão dadas por acréscimo”. Jesus, em Mateus, 6, 33.
- “O melhor possível” poesia de Douglas Malloch, disponível na internet. “Não estrague o seu dia”, mens. 38, In: *Agenda cristã, de FC. Xavier/André Luiz.* “Aprendizado valioso” mens. 21, In: *Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.* “Tempo certo” p. 63, In: *Renovando atitudes, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed.* “Ansiedades” mens. 8; “Trabalhos imediatos” mens. 26, In: *Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.* “Pedagogia da felicidade” cap. 17, In: *Escutando sentimentos, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.* “Este dia” mens. 1, In: *Respostas da vida, de FC. Xavier/André Luiz.* “Aos obreiros da boa vontade”, In: *Através do tempo, de FC. Xavier/A. Luiz.*
- Ilustrar com: “O Presente precioso”, de Spencer Johnson; e com: “E se não houver amanhã?”, da redação do Momento Espírita, de 10/11/2020.
- Abordar o momento presente – atual reencarnação, como sendo uma benção, a maior oportunidade que recebemos de Deus para o nosso crescimento espiritual! Para tal desiderato, não devemos malbaratar ou negligenciar o tesouro do tempo, vivendo apegados a situações pretéritas - remoendo culpas ou mágoas - nem deixar que a ansiedade pelo amanhã venha a destruir o trabalho que nos compete executar no presente. Destacar que devemos sim, utilizar o passado, para corrigir os erros no presente, e, assim, preparar o nosso futuro.
- “Não podemos nos banhar duas vezes no mesmo rio, porque as águas nunca são as mesmas e nós nunca somos os mesmos.” Heráclito.

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

*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...*

**17/02/2021 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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 19:25h    **Dir:** Thaís    **Exp:** Cidinha Borges

**17/03/2021 Tema: CONDUTA CRISTÃ**

Fazer a oposição: *Conduta mundana x Conduta cristã.*

- 11 *Delimitação: “...Já não sou eu quem vivo, mas o Cristo que vive em mim”. Paulo, Gálatas, 2: 20. Refletir sobre a identificação de Paulo com Jesus, como o modelo sublime de conduta para aqueles que desejam seguir os passos do Mestre.*  
*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII – Sede perfeitos - Caracteres da perfeição. E na epístola de Paulo aos Filipenses 2: 5 - “De sorte que haja em vós o mesmo sentimento que houve também em Cristo Jesus”.*  
*“Modo de fazer” mens. 2; “Com Jesus e por Jesus - Introdução, In: Fonte viva, de F.C. Xavier/Emmanuel. “A mensagem cristã” cap. 13, In: Roteiro, de F.C. Xavier/Emmanuel. “Imperativos cristãos” mens. 1; “Privilégios cristãos” mens. 3, In: Agenda cristã, de F.C. Xavier/ André Luiz. “Corrosivos da sensibilidade” cap. 7; “Desenvolvimento da sensibilidade” cap. 8, In: Laços de afeto, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. “O Mar egoísta”. Texto esparso.*  
*Ilustrar com: “O Principal dom que temos é o amor”. Autor desconhecido; e com: “Palavra que Salva”, da redação do Momento Espírita.*  
*Ressaltar que Jesus espera de nós atitudes de amor, em conformidade com os seus sublimes ensinamentos. Essas atitudes devem permear todas as esferas de nossas vidas: Individual, familiar, profissional e social. Enfatizar que, se cada um de nós fizer a sua parte no melhor que souber e puder, certamente haveremos de ter uma sociedade mais justa, mais equilibrada e mais humana; e o mundo passará a ser, com certeza, muito melhor para todos!*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 19:25h    **Dir:** Lourenço    **Exp:** Wagner

**14/04/2021 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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h    **Local:** CEOS    **Prep:** 19:25h    **Dir:** Clarice Muller    **Exp:** Miltes

*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...*

05/05/2021 **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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Thaís **Exp:** Walter

26/05/2021 **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?](http://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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Gilberto Quartarollo **Exp:** Sidney

*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...*

**16/06/2021 Tema: OS DIFERENTES “SOLOS” DA ALMA HUMANA**

Fazer a oposição: *Solo infértil X Solo fértil.*

24 Delimitação: *Necessitamos preparar o “solo” da nossa alma, para podermos receber com real proveito a semente do Evangelho de Jesus.*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XVII – Sede perfeitos - itens 5 e 6 - “... E o que semeia, saiu a semear”. (Parábola do semeador).

“Tua quota” mens. 14, In: *Otimismo*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Você mesmo” mens. 42, In: *Agenda cristã*, de FC. Xavier/André Luiz. “Faça o mesmo” mens. 23, In: *Sementeira de fraternidade*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Observa teu comportamento” mens. 30, In: *Cirurgia moral*, de João Nunes Maia/Lancellin. “Reparemos nossas mãos” mens. 37, In: *Palavras de vida eterna*. “O Cristão e o mundo” mens. 102, In: *Caminho, verdade e vida*, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “O Coração dos discípulos” cap. 5, In: *O Mestre inesquecível*, de Dr. Augusto Cury; e com: “Nas hesitações de Pedro”, In: *Luz acima*, de FC. Xavier/A. Luiz por Irmão X.

Explicar as simbologias contidas na parábola: O semeador, as sementes, os tipos de solo. Esclarecer que ela – A parábola, sintetiza os caracteres predominantes da alma humana nos mais variados momentos da vida, e as diferentes maneiras que existem de aproveitamento dos ensinamentos do Evangelho de Jesus. Ao analisar os diferentes tipos de solo, podemos nos inserir no contexto e refletir sobre a qualidade dos nossos pensamentos, sentimentos e atitudes. Levar à reflexão: Qual é a qualidade das sementes que estamos plantando em nossos corações, no coração do mundo, e no coração do nosso próximo?

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Sidney Exp: Walter

**07/07/2021 Tema: INTEGRIDADE**

Fazer a oposição: *Corruptibilidade X Integridade.*

27 Delimitação: *O uso de recursos desonestos, mesmo que imperceptíveis ou não condenáveis aos olhos do mundo, geram dívidas na “contabilidade da vida”, e terão que ser resgatadas, um dia, pelo espírito em busca de ascensão.*

Apoiar o tema no cap. XVII – Sede perfeitos – itens 3 e 8, In: ESE, de Allan Kardec.

Cap. XXVIII, item 15, In: ESE, de Allan Kardec. Cap. III, 2ª parte – Espíritos em Condições Medianas - Mensagem do espírito Joseph Bré, In: *O Céu e o Inferno*, de Allan Kardec. “Inteireza moral” mens. 24, In: *Desperte e seja feliz*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “O Dever” cap. XLIII, In: *Depois da morte*, de Leon Denis. “Verdades e fantasias” mens. 78, In: *Caminho, verdade e vida*, de FC. Xavier/Emmanuel. “Corrupção é um mal social”. Vídeo disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=Jv6F1tJ-8C4>

Ilustrar com os textos: “A Mentira”, “O Rei e o Arminho”, Esparsos; e com: “A Pescaria inesquecível” de James P. Lenfety, In: *Histórias para aquecer o coração dos pais*.

Destacar que, nem sempre os “amigos da verdade” são aceitos pelos homens. Geralmente são considerados fanáticos ou mistificadores, mas... apesar de tudo, para a nossa felicidade, faz-se necessário buscar a “verdade” sempre, e, em quaisquer circunstâncias. A pessoa que desdenha a integridade moral, sofre ou sofrerá: Instabilidade emocional, insegurança e receios contínuos, ante a expectativa de ver-se um dia desmascarada.

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

**28/07/2021 Tema: EGOÍSMO**

Fazer a oposição: *Egoísmo X Altruísmo.*

30 Delimitação: *“O egoísmo é a fonte de todos os vícios, assim como a caridade é a fonte de todas as virtudes...”*

Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. XI – Amar o próximo como a si mesmo, itens 11, 12 e 13. LE, de A. Kardec, Q. 913 a 917. E na mens. do Espírito Fénelon, no final da Q. 917.

“Altruísmo e reciprocidade” mens. 3, In: *Estamos prontos*, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed. “Lucrará fazendo assim” mens. 15, In: *Agenda cristã*, de FC. Xavier/A. Luiz. “Egoísmo” p. 119 a 127, In: *As dores da alma*, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed. “Dá de ti mesmo” mens. 30, In: *Alvorada cristã*, de FC. Xavier/Neio Lúcio. “Auto amor e egoísmo” cap. 5, In: *Para sentir Deus*, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux. “Adoração e fraternidade” mens. 23; “Nos problemas da posse”, mens. 119, In: *Palavras de vida eterna*, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “A Parábola dos poços”, texto esperso; e com: “Derrotando o egoísmo” da redação do Momento Espírita.

Levar à reflexão do público a frase de Fénelon, e de como podemos e devemos combater em nós a chaga do egoísmo. “... O egoísmo é a fonte de todos os vícios, assim como a caridade é a fonte de todas as virtudes. Portanto, destruir um e desenvolver a outra deve ser o alvo de todos os esforços do homem, se ele deseja assegurar a sua felicidade neste mundo, tanto quanto no futuro” (Fénelon, em nota na questão 917 do LE).

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 20:00 h Local: CEOS Prep: 19:25h Dir: Sidney Exp: Thaís

*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...*

11/08/2021 **Tema:** A EFEMERIDADE

Fazer a oposição: *Efemeridade X Eternidade.*

32

Delimitação: *“Adiar o bem que podemos realizar é desaproveitar o tempo e furtar do Senhor”.*

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 ajuntaste, para quem serão? Assim acontece àquele que entesoura para si, e não é rico em Deus”.*

*“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.*

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. Refletir sobre a frase: *“Não durmas sobre a possibilidade de fazer o melhor, pois a dádiva tardia tem gosto de fel”.*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Marilene **Exp:** Walter

01/09/2021 **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-espirtismo.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 natureza para que, aceitando o desafio e lutando para superá-los, nos fortaleçamos espiritualmente, o que é o desejo do nosso Pai Celestial.

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Lourenço **Exp:** 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...*

22/09/2021 **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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 19:25h**Dir:** Marilene**Exp:** Thaís13/10/2021 **Tema:** REENCARNAÇÃO, A JUSTIÇA DIVINA (HOMENAGEM A. KARDEC)*Fazer as oposições: Rebelião 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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h**Local:** CEOS**Prep:** 19:25h**Dir:** Lourenço**Exp:** Cidinha Borges

*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...*

03/11/2021 **Tema:** TEMOR DA MORTE

Fazer as oposições: *Descrença X Fé.*

44

*Delimitação: “Imprescindível entender a morte, não por cessação e sim por atividade transformadora da vida”.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. IV – Ninguém pode ver o Reino de Deus, se não nascer de novo, itens 12 a 17. “...Os teus mortos viverão. Os meus, a quem tiraram a vida, ressuscitarão...” E no evangelho de João, 11, 25-26: “Disse-lhe Jesus: Eu sou a ressurreição e a vida; Quem crê em mim, ainda que esteja morto, viverá; e todo aquele que vive e crê em mim, nunca morrerá...”*  
*Cap. II – Das penas e gozos futuros – Q. 958 a 962, In: LE, de A. Kardec. “Receio da morte” cap. 2 (todo), In: Céu e inferno, de A. Kardec. “Pesos inúteis” In: Renovando atitudes, de Francisco do E. Santo/Hammed. “Hoje, onde estivermos” mens. 122, In: Vinha de luz, de FC. Xavier/Emmanuel. “No rumo do amanhã” mens. 6, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Sempre vivos” mens. 42, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com a história: “Subindo nas alturas” In: Histórias para o coração da mulher, de Rochelle M. Pennington; e com: “O Garfo e a morte” In: Histórias para aquecer o coração – 2, de Roger William Thomas.*

*Levar à reflexão que o temor da morte diminui à medida que o homem compreende melhor a vida futura e a sua missão aqui na Terra. Dessa forma, passa a viver com mais serenidade e destemor, e enfrenta o inevitável com mais coragem e resignação. A certeza da vida futura lhe dá um outro curso à sua vida, um outro objetivo aos seus trabalhos. Assim, a morte nada tem de apavorante, e é encarada como libertação e porta aberta para a verdadeira vida.*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Clarice Muller **Exp:** Marilene

17/11/2021 **Tema:** A CURA VERDADEIRA

Fazer a oposição: *Cura física X Cura espiritual.*

46

*Delimitação: Para a cura da alma, necessário se faz que a mente doente se transforme e se purifique, para que a vontade própria passe a comandar o barco do organismo para o bem, guardando a mente no idealismo superior.*

*Apoiar o tema no ESE, de A. Kardec, cap. I, item 8 – Aliança da Ciência com a Religião. “...São chegados os tempos em que os ensinamentos do Cristo devem receber o seu complemento...”*

*E no cap. XVII – Sede perfeitos, item 11 – Cuidar do corpo e do espírito – “... Amai, pois, a vossa alma, mas cuidai também do corpo, instrumento da alma.”.*

*“No Laboratório do mundo invisível” cap. VIII, item 131, In: LE, de A. Kardec. “Curas” cap. XV, itens 10 e 11, In: A Gênese, de A. Kardec. “A Bênção da saúde” mens. 18; “Saúde e consciência” segunda parte, mens. 5, in: Momentos de saúde e de consciência, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Curas” mens. 23, In: Desperte e seja feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “A Cura própria” p. 19; “Água fluida” p. 59, In: Segue-me, de FC. Xavier/Emmanuel. “Imposição de mãos” mens. 3, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Estás doente” mens. 86, In: Fonte viva, de FC. Xavier/Emmanuel. “Por amor”, mens. 139, In: Caminho, verdade e vida, de FC. Xavier/Emmanuel. “Curas”, mens. 44, In: Pão nosso, de FC. Xavier/Emmanuel.*

*Ilustrar com: “Clarividência e Clariaudiência” cap. 12, In: Nos domínios da mediunidade, de FC. Xavier/ André Luiz.*

*Esclarecer que o passe magnético e a água fluidificada são recursos preciosos àqueles que padecem dos males do corpo e da alma, já que o plano espiritual magnetizará as energias fluídicas do passe e do líquido da vida, com raios de amor em forma de bênçãos dos Céus.*

*Destacar porém que, não basta apenas a regeneração do corpo físico, mas, acima de tudo, o corretivo espiritual, que demanda esforço próprio para a necessária reforma interior e auto iluminação dos pensamentos. A conjugação de todas essas ações é que resultará na cura verdadeira, que é a harmonização do corpo, mente e espírito!*

**Tarefa:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Thaís **Exp:** Sidney

*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...*

08/12/2021 **Tema:** A GRATIDÃO À DEUS

*Fazer a oposição: Ingratidão x Gratidão.*

49

*Delimitação: “Estejamos atentos às lições de afeto de todo instante, a fim de aprendermos a sublime lição da gratidão, mantendo-nos em constante estado de satisfação e alegria com as experiências da vida”.*

*Apoiar o tema na passagem Evangélica: “Darei graças ao Senhor por sua justiça; ao nome do Senhor, cantarei louvores.”*

*(Salmos, 7: 17); E na epístola de Paulo aos Efésios, 5: 20 – “Dando sempre graças a Deus por tudo, em nome do nosso Senhor Jesus Cristo...”*

*“Agradeçamos sempre” mens. 113, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/ Emmanuel. “Plenitude na gratidão” cap. 20, In:*

*Laços de afeto, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux. “Rendamos graças” mens.100, In: Pão nosso, de FC. Xavier/*

*Emmanuel. “Gratidão à vida” mens.15, In: Lindas mensagens de Meimei, de Miltes C.S. Bonna/Meimei. “Além da cerca” p. 77, In:*

*A presença de Deus, de Richard Simonetti, 1ª. Edição. “Petição” mens. 28, In: Amizade, de FC. Xavier/Meimei.*

*Ilustrar com a mensagem: “A Salvação Inesperada” de FC. Xavier/Meimei, In: O mensageiro (revista); E com: “Oremos Sempre” da redação do Momento Espírita, postado 13/10/2020.*

*Levar o público a refletir na mensagem de Emmanuel: - “Quem agradece a Deus a vida que recebe, o corpo em que se exprime, o tempo que desfruta, a luz do entendimento e o poder de servir, as afeições queridas e os bens de que dispõe; não procura examinar os defeitos alheios e nem encontra ensejo para se lastimar.”*

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

29/12/2021 **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 receberéis 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:** Desobsessão 4ª Feira 20:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 19:25h **Dir:** Marilene **Exp:** Miltes

*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...*