

04/01/2023 Tema: TEMPO DE RENOVAÇÃO

Fazer a oposição: aquisições passageiras X aquisições eternas.

- 1 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 Angelis; “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.

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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Regina Raineri

11/01/2023 Tema: FAÇAMOS O BEM

Fazer a oposição: descaridade X benevolência.

- 2 Apoiar o tema no cap. XVII do ESE “Sede Perfeitos”: “- Tendes ouvido o que foi dito: Amarás ao teu próximo e aborrecerás ao teu inimigo. Mas eu vos digo: Amai os vossos inimigos, fazei bem aos que vos odeiam, e orai pelos que vos perseguem e caluniam...” (Mateus, V: 20, 43-47). “Sede Perfeitos”, cap. XVII do ESE (todo o capítulo); perg. 114 do LE; “A outra face”, cap. 35 In: Messe de Amor, Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Sinais”, cap. 32, In: Agenda Cristã, de F.C. Xavier/André Luiz; “Recomeçemos”, cap. 1, “Cresçamos para o bem”, cap. 2, In: Palavras de Vida Eterna, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Etapas emocionais da reforma íntima” cap. 14, In: Emoções que curam, de Wanderley Oliveira/Ermance Dufaux. Ilustrar com: “Estrela-do-Mar”, autor desconhecido.

Abordar que a Terra é o grande campo de realizações do espírito, aguardando a dedicação dos lidadores da esperança, do bem e da verdade. Sejamos uma dessas pessoas, cumprindo o compromisso firmado na espiritualidade de espargir o amor e o bem, em suas várias faces, onde estivermos. Salientar ainda que o “nascer de novo” é uma oportunidade diária, resultante da nossa boa vontade, interesse, trabalho e esforço contínuo no bem, funcionando como uma ponte para a nossa felicidade.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Sônia Torres

18/01/2023 Tema: ESQUECIMENTO DAS OFENSAS

Fazer a oposição: revide X perdão.

- 3 Apoiar o tema no evangelho de Mateus, cap. V, 38- 42: “- Tendes aprendido o que lhe foi dito: olho por olho e dente por dente. Eu vos digo para não resistirdes ao mal que vos queiram fazer; mas se alguém vos bater na face direita, apresentai-lhe também a esquerda”. “Amam os Vossos Inimigos”, cap. XII, (inteiro) In: ESE, de Allan Kardec; “Adversários e Delinquentes”, cap. 178, In: Palavras de Vida Eterna, de FC Xavier/Emmanuel; “Quando Orades” cap.45, “Inimigos”, cap. 137, In: Pão Nosso de FC Xavier/Emmanuel; “Aprendendo a perdoar”, p. 37, In: Renovando Atitudes, de Francisco do E.S.Neto/Hammed.

Ilustrar com: “A História da Irmã Dulce” (encontrada na internet).

Esclarecer que ao discípulo sincero do Evangelho, são reservadas muitas lutas e dificuldades! Mas, Jesus nos conchama a deixarmos a lei do “Olho por olho, dente por dente”, pela Lei de Amor, que nos libertará dos grilhões da mágoa e do ódio e nos conduzirá à verdadeira felicidade. Ninguém atinge o bem-estar em Cristo, sem esforço no bem, sem disciplina elevada de sentimentos, sem iluminação do raciocínio e longe da harmonia interior, que constitui a fonte divina e inesgotável da verdadeira felicidade;

Sê como o sândalo, que perfuma o machado que o fere!

Se o expositor se interessar, no final ler a poesia “Um pouco de perfume”.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Célia Zanini **Exp:** Marcia Chiurco

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

25/01/2023 Tema: CRESCIMENTO ESPIRITUAL*Fazer a oposição: estagnar X desenvolver.*

4 Apoiar o tema na passagem do Novo Testamento - Mateus, 13: 31 a 33 – “O Reino dos Céus é semelhante a um grão de mostarda que um homem tomou e lançou no seu campo...” (Parábola do grão de mostarda).

Questão 1018 do LE, de Allan Kardec; “A Caminho do alto”, mens. 1, “Na subida espiritual” mens. 3, In: Benção de Paz, esp. Emmanuel; “Avancemos”, mens.50, Renovemo-nos dia a dia” mens.107, In: Fonte Viva, esp. Emmanuel.

Ilustrar com: Elevação pelo trabalho.

Considerar que ainda estamos muito, muito longe da perfeição; mas se compararmos o que somos hoje com o que fomos ontem, verificaremos que já demos alguns passos, embora diminutos, em direção ao Alto. E que com a renovação de sentimentos, pensamentos, atitudes; com esforço, boa vontade, estudo, realizações no campo do bem, conseguiremos, um dia, expandir o Reino de Deus que “está dentro de nós”.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Marcia Chiurco **Exp:** Célia Zanini

26/01/2023 Tema: CRESCIMENTO ESPIRITUAL*Fazer a oposição: estagnar X desenvolver.*

4 Apoiar o tema na passagem do Novo Testamento - Mateus, 13: 31 a 33 – “O Reino dos Céus é semelhante a um grão de mostarda que um homem tomou e lançou no seu campo...” (Parábola do grão de mostarda).

Questão 1018 do LE, de Allan Kardec; “A Caminho do alto”, mens. 1, “Na subida espiritual” mens. 3, In: Benção de Paz, esp. Emmanuel; “Avancemos”, mens.50, Renovemo-nos dia a dia” mens.107, In: Fonte Viva, esp. Emmanuel.

Ilustrar com: Elevação pelo trabalho.

Considerar que ainda estamos muito, muito longe da perfeição; mas se compararmos o que somos hoje com o que fomos ontem, verificaremos que já demos alguns passos, embora diminutos, em direção ao Alto. E que com a renovação de sentimentos, pensamentos, atitudes; com esforço, boa vontade, estudo, realizações no campo do bem, conseguiremos, um dia, expandir o Reino de Deus que “está dentro de nós”.

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mary Toti **Exp:** Eduardo Marigo

01/02/2023 Tema: PEQUENINOS ESFORÇOS NO BEM*Fazer a oposição: irritação X afabilidade.*

5 Apoiar o tema no ESE, 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.” ESSE, 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 Ermance Dufaux/Wanderley S. Oliveira; “A Semente”, cap.7, In: Pão Nosso, de Emmanuel/F.C. Xavier; “Lucrará Fazendo Assim”, cap.15, In: Agenda Cristã, de André Luiz/F.C. Xavier; “Coisas Mínimas”, cap. 31, In: Caminho, Verdade e Vida, de Emmanuel/F.C. Xavier; “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. 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: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Antonio Carlos **Exp:** Mada

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

08/02/2023 Tema: VIRANDO A PÁGINA

Fazer a oposição: *detenção X prosseguimento.*

- 6 Apoiar o tema na frase de Estevão à Paulo de Tarso: “— Saulo, não te detenhas no passado! Quem haverá, no mundo, isento de erros? Só Jesus foi puro! ...” e no cap. 22: *Emersão do Passado*, In: “*Nos Domínios da Mediunidade*”, de FC. Xavier/André Luiz. “*Olhando para trás*”, p. 61, In: *Renovando Atitudes*, de Francisco do Espírito Santo Neto/Hammed; “*Aceitação*”, p. 201, In: *Os Prazeres da Alma*, de Francisco do Espírito Santo Neto/Hammed; “*Educação Moral*”, cap. 26, In: *Dias Gloriosos*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “*A Bênção do Trabalho*” cap. 7, “*Trabalho de Última Hora*”, cap.8, In: *Leis Morais da Vida*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “*Em função do amor*”, cap. 13, In: *Otimismo*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “*Recomeçemos*”, cap. 1, “*Aguardemos*”, cap. 68, “*Perdão – Remédio Santo*”, cap.61, In: *Palavras de Vida Eterna*, de FC Xavier/Emmanuel; “*Emersão do Passado*”, cap. 22, In: *Nos Domínios da Mediunidade*, de FC. Xavier/André Luiz.
 Ilustrar com o capítulo III – *Lutas e Humilhações - Segunda parte*, In: “*Paulo e Estevão*” de FC. Xavier/Emmanuel, quando Abigail aconselhou Paulo a: *Amar, Trabalhar, Esperar e Perdoar.*
 Ressaltar que o conhecimento do Evangelho ajuda a nos libertamos da visão infantil de que somos vítimas frágeis e dependentes das circunstâncias. Compreenderemos que já temos capacidade de assumir nossa própria existência, nossas próprias escolhas e decisões. Os ensinamentos de Jesus, nos ensinam a “virar as páginas do livro das nossas vidas”; a não nos determos no passado e praticarmos boas ações no presente, e, assim, desenharmos um futuro mais belo e promissor.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Luis Antonio

15/02/2023 Tema: ALEGRIA

Fazer a oposição: *tristeza X alegria.*

- 7 Apoiar o tema no capítulo 5, item 13 do ESE, de Allan Kardec – *Motivos de Resignação*. E em *Filipenses*, 4: 4 – “*Alegrem-se sempre no Senhor. Novamente direi: Alegrem-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*, Francisco do E. Santo Neto/ Hammed; “*Alegria Cristã*” mens. 93 In: *Caminho, Verdade e Vida*, FC. Xavier/ Emmanuel; “*Convite à Alegria*” mens. 1, In: *Convites da vida*, Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.
 Ilustrar com: “*Uma história sobre Alegria*”. Texto esparso.
 Enfocar que: *Um coração alegre é mais forte, mais preparado para enfrentar os desafios da vida. Mesmo que passemos momentos difíceis, podemos experimentar a alegria maravilhosa de Deus. É impossível não sentir alegria se olharmos para o grande e perfeito amor que Deus tem por nós.*
 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*”. João, 15: 11.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Elenice Cav.

22/02/2023 Tema: AMIZADE

Fazer as oposições: *amizade X inimizade.*

- 8 Apoiar o tema na frase de Jesus nas anotações do evangelho de João, 15: 18 - “*Eis que não vos chamo mais de servos, mas de amigos*”. Emmanuel. *Caminho, Verdade e Vida*. “*O companheiro*” mens. 20, “*Jesus e os amigos*” mens. 86, “*O amigo oculto*” mens. 95; “*Bens eternos*” mens. 165. Idem. *Estude e viva*. “*Amigos modificados*” pág. 171. Idem. “*União fraternal*” mens. 49, “*Tendo medo*” mens. 132, “*Ninguém vive para si*”, mens. 154, In: *Fonte viva*. Idem. “*Apreço*” mens. 91, Idem. “*Amizade e compreensão*” mens. 121. In: *Vinha de luz*, esp. Emmanuel.
 Ilustrar com: “*Amigo de verdade*”, Texto esparso.
 Abordar a amizade como um dos bens mais preciosos que possuímos, e que, por isso, precisamos aprender a cultivar e cuidar dela com muito carinho, qual terra plantinha. Salientar a importância de mantermos as velhas amizades, mesmo que venham a surgir divergências de opiniões, o que devemos entender como absolutamente normal e positivo. Devemos lembrar também que ser amigo não significa ser conivente com os erros do outro, ao contrário: o verdadeiro amigo alerta, orienta e torce pelo sucesso do outro!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Célia Zanini **Exp:** Antonio Carlos

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

01/03/2023 Tema: AUTO CONHECIMENTO

Fazer a oposição: desconhecimento X autoconhecimento.

- 9 Apoiar o tema no Cap. V do ESE, Allan Kardec – Bem Aventurados Aflitos - Item 11: Esquecimento do passado. “Amarás ao teu próximo como a ti mesmo”, cap. XV, item 4, In: ESE, A. Kardec; “Identidade Cósmica”, cap. 06, In: Escutando Sentimentos, esp. Ermance Dufaux; LE, perg. 634: Por que o mal está na natureza das coisas? “Autoconhecimento”, p. 63 e 67, In: Prazeres da alma, esp. Hammed; “A arte da aceitação”, p. 133, In: Renovando atitudes, esp. Hammed. Ilustrar com a história “O Sábio e o menino”, texto esparso. Levar à refletir sobre a importância de se trabalhar o autoconhecimento, considerando que aqueles que não conhecem a si mesmos, dificilmente terão um bom relacionamento consigo e com os outros, por desconhecerem o móvel de suas ações! Reforçar que os nossos piores adversários estão dentro de nós, não fora. Assim, é imprescindível nos reconciliarmos com os opositores íntimos, ou seja: nossa sombra, para atingirmos a almejada paz de espírito e alegria de viver, porque, na verdade, não somos o que parecemos ser ... O autoconhecimento leva-nos a nos perceber como verdadeiramente somos, e compreendermos, de forma gradativa, tudo o que precisamos transformar, em nós e ao mesmo tempo, amplia a consciência sobre os nossos potenciais adormecidos a fim de que possamos vir a ser aquilo que somos em essência.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Marcia Chiurco Exp: Regina Raineri

15/03/2023 Tema: A IDENTIFICAÇÃO COM O OUTRO

Fazer a oposição: incomodar X acomodar.

- 11 Apoiar o tema no Evangelho de Jesus, conforme as anotações de Mateus, no capítulo 22: 37: “Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma e de todo o teu espírito; este é o maior e o primeiro mandamento. E aqui tendes o segundo, semelhante a este: Amarás o teu próximo como a ti mesmo”. Apoiar-se também no capítulo 11, item 9 do ESE: “O amor é de essência divina e todos vós, do primeiro ao último, tendes, no fundo do coração, a centelha desse fogo sagrado”. Identifica-se quem se acomoda, igualando-se. Acomoda-se quem se sente a cômodo na situação nova, sem constrangimento. “Se tens amor”, p. 15, “Desce elevando”, p. 71, “Mensageiros divinos”, p. 87/88 “O homem bom”, p. 123/124, In: Religião dos Espíritos, FC Xavier/Emmanuel; “Obreiros da vida”, mens. 4, Piedade filial”, mens. 58, In: Floresções Evangélicas, Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. Ilustrar com a história: “O momento da Aurora”, do livro: Histórias para pais, filhos e netos, de Paulo Coelho. Artigo da Redação do Momento Espírita, em 02.01.2009. Esclarecer que o papel da verdadeira fraternidade é a identificação com o outro, tornar-se igual, ou seja, sentir em si as mesmas necessidades e as mesmas dificuldades, bem como as mesmas tristezas, as mesmas alegrias e os mesmos sonhos do nosso próximo. Esclarecer também que o egoísmo é o grande entrave a essa identificação.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Mada Exp: Sônia Torres

16/03/2023 Tema: A IDENTIFICAÇÃO COM O OUTRO

Fazer a oposição: incomodar X acomodar.

- 11 Apoiar o tema no Evangelho de Jesus, conforme as anotações de Mateus, no capítulo 22: 37: “Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma e de todo o teu espírito; este é o maior e o primeiro mandamento. E aqui tendes o segundo, semelhante a este: Amarás o teu próximo como a ti mesmo”. Apoiar-se também no capítulo 11, item 9 do ESE: “O amor é de essência divina e todos vós, do primeiro ao último, tendes, no fundo do coração, a centelha desse fogo sagrado”. Identifica-se quem se acomoda, igualando-se. Acomoda-se quem se sente a cômodo na situação nova, sem constrangimento. “Se tens amor”, p. 15, “Desce elevando”, p. 71, “Mensageiros divinos”, p. 87/88 “O homem bom”, p. 123/124, In: Religião dos Espíritos, FC Xavier/Emmanuel; “Obreiros da vida”, mens. 4, Piedade filial”, mens. 58, In: Floresções Evangélicas, Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis. Ilustrar com a história: “O momento da Aurora”, do livro: Histórias para pais, filhos e netos, de Paulo Coelho. Artigo da Redação do Momento Espírita, em 02.01.2009. Esclarecer que o papel da verdadeira fraternidade é a identificação com o outro, tornar-se igual, ou seja, sentir em si as mesmas necessidades e as mesmas dificuldades, bem como as mesmas tristezas, as mesmas alegrias e os mesmos sonhos do nosso próximo. Esclarecer também que o egoísmo é o grande entrave a essa identificação.

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Marli Simões Exp: Camolesi

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

22/03/2023 **Tema:** O PODER DA FÉ

Fazer a oposição: incredulidade X fé.

- 12 Apoiar o tema no cap. XIX do ESE – A Fé transporta montanhas, e no Evangelho de Mateus, 17: 14-20: “- Porque eu vô-lo digo em verdade: - Se tivésseis fé como um grão de mostarda, diríeis a esta montanha transporta-te daqui para ali, e ela se transportaria, e nada vos seria impossível”.
- Cap. XIX do ESE (todo), Perg. 491 e 492 do LE; “Grão de mostarda”, p. 91, In: Renovando Atitudes, de Francisco do Espírito Santo/Hammed; “Fé, combustível do ato de viver” parte I”, cap. 11, In: Prazer de Viver, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux; “Tua fé”, cap. 113, “O Mundo e a crença” cap. 131, In: Pão Nosso de F.C. Xavier/Emmanuel; “Tempo de confiança”, cap. 40, In: Caminho, Verdade e Vida de F.C. Xavier/Emmanuel; “Fé”, cap. 12, In: Para Sentir Deus, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux.
- Ilustrar com: “Fé e Perseverança”, cap. 14, In: Pai Nosso, de F.C. Xavier/ Meimei.
- Enfatizar que é pela fé que podemos nos comunicar e sentir Deus em nós. A Fé é como uma bússola a nos orientar para o caminho que leva ao Pai. Ela é o combustível do ato de existir. Explicar ainda que todos temos em nós a semente da fé, e que precisamos aprender a desenvolvê-la, ampará-la e fortalecê-la sempre. Abordar sobre a fé raciocinada e sobre a fé com obras. Relacioná-la à esperança e à caridade: “Tudo é possível àquele que tem fé. (Marcos, 9: 23).

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Romeu Labone

29/03/2023 **Tema:** O PERDÃO DE DEUS

Fazer a oposição: crueldade humana X misericórdia Divina.

- 13 Embasar o tema no Evangelho de João 3,16: - “Porque Deus amou o mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna”. E no Evangelho de Mateus:- “Portanto, ide aprender o que significa isto: ‘Misericórdia quero, e não sacrifícios’, pois não vim resgatar justos e sim pecadores”.
- Mateus 9, 13.
- “Amor e Temor”, mens. 4, “No Roteiro da Fé”, mens. 15, “Na exaltação do Reino Divino”, mens. 17, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel; “Obreiros Atentos”, mens. 8, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel; “Doutrina”, I parte, cap. I – O porvir e o nada - itens 1 a 4, In: O Céu e o Inferno, de Allan Kardec; “Expição e Arrependimento”, parte 4ª, cap. II, Pergs. 990 a 1002.
- Ilustrar com o Artigo: “Além do nosso Controle”, da redação do Momento Espírita, extraído da revista Seleções Reader’s Digest, de novembro de 1999.
- Esclarecer que Deus é amor, ensinou o Evangelista João. Deus é Pai, ensinou Jesus, o Mestre. D’Ele não podemos esperar nada além do que signifique misericórdia, bondade e justiça. Por conhecer o nosso íntimo, Ele nos perdoa sempre e nos concede infinitas oportunidades de refazermos o caminho. E a maior expressão do perdão de Deus se chama REENCARNAÇÃO.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Célia Zanini **Exp:** Marilene

05/04/2023 **Tema:** A PÁSCOA NA VISÃO ESPÍRITA

Fazer a oposição: conservação x transmutação.

- 14 Apoiar o tema no Evangelho de Lucas, 22: 14-20 “... - E, chegada a hora, pôs-se à mesa, e, com ele, os doze apóstolos. E disse-lhes: Desejei muito comer convosco esta Páscoa, antes que padeça, porque vos digo que não a comerei mais até que ela se cumpra no Reino de Deus. E, tomando o cálice e havendo dado graças, disse: Tomai-o e reparti-o entre vós, porque vos digo que já não beberei do fruto da videira, até que venha o Reino de Deus. E, tomando o pão e havendo dado graças, partiu-o e deu-lhes, dizendo: Isto é o meu corpo, que por vós é dado; fazei isso em memória de mim. Semelhantemente, tomou o cálice, depois da ceia, dizendo: Este cálice é o Novo Testamento no meu sangue, que é derramado por vós.”
- Pergs. 225 e 318, In: O consolador, esp. Emmanuel; “Salvação”, mens. 7, In: Cirurgia Moral de João Nuns Maia/esp.Lancellin; “Objetivo da Fé”, mens. 92; “O Caminho” mens. 176, In: Vinha de Luz. Emmanuel; “No Estudo da Salvação” mens. 29; “O Conceito de Salvação” mens. 153, In: Palavras de Vida Eterna. Emmanuel. Ilustrar com: A lenda do monge e o escorpião. Texto esparso. Como apoio, sugerimos assistir à palestra “O verdadeiro significado da Páscoa”, de Haroldo Dutra Dias. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=5N_zzANMk9s
- Esclarecer o simbolismo contido na passagem evangélica: O pão e o vinho simbolizam o corpo e o sangue de Jesus. O vinho, antes de ser vinho, foi uva. O pão, antes de ser pão, foi trigo. Uva e trigo portanto, sofreram substancial transformação, para se tornarem vinho e pão. Do mesmo modo, o “homem velho” dentro de nós deve ser transformado, cedendo lugar ao “homem novo”, mais puro, esclarecido e cristão. Devemos todos pois festejar, comer e beber em memória de Jesus, não apenas no dia de Páscoa, mas todos os dias, para nos lembrarmos da nossa verdadeira natureza cristã! Dessa maneira, nós espíritas entendemos que não estamos salvos simplesmente pelo sangue derramado de Jesus, mas pela transformação moral que os seus ensinamentos produzem em cada um de nós. 2 Coríntios 5:17 "Assim que, se alguém está em Cristo, nova criatura é; as coisas velhas já passaram; eis que tudo se fez novo".

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Marcia Chiurco **Exp:** Luis Antonio

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

12/04/2023 **Tema:** SOB A LUZ DO AMOR (HOMENAGEM C. XAVIER)

Fazer a oposição: atitudes de rancor X atitudes de amor.

15

Apoiar o tema na I epístola de Paulo aos Coríntios, 13: 1-13: “- Ainda que eu fale as línguas dos homens e dos anjos, se não tiver amor, serei como o bronze que soa ou como o címbalo que tine. Ainda que eu tenha o dom de profetizar e conheça todos os mistérios e toda a ciência; ainda que eu tenha tamanha fé, a ponto de transportar montes, se não tiver amor, nada serei.” ESE - Cap. XI, itens 1, 2, 4, 8 a 12; “Sob a Luz do Amor”, cap. 17, In: Para Sentir Deus, de Ermance Dufaux/Wanderley Oliveira; “Oração pelo Amor”, p. 9, In: Escutando Sentimentos, de Ermance Dufaux/Wanderley S. Oliveira; “Imperativos Cristãos”, cap. 1, In: Agenda Cristã, de André Luiz/FC Xavier; “Amor e Caridade”, cap. 55, “Em função do Amor”, cap. 13, In: Otimismo, Joanna de Angelis/Divaldo P. Franco; “Em nome do Amor”, cap. 17 In: Sementeira da Fraternidade, Diversos Espíritos/Divaldo P. Franco.

Ilustrar com: “Definição de Amor”, encontrada em: www.refletirpararefletir.com.br

Enfatizar que a Boa Nova trazida por Jesus, é um cântico sublime ao amor em suas variadas faces: a Deus e sua obra, ao próximo e a nós próprios. Reforçar que todos possuímos a centelha divina do amor latente em nós, e que podemos e devemos fazê-la crescer em nossos corações, através de atitudes diárias de amor em favor do nosso próximo, que resultam no nosso aperfeiçoamento moral e na conquista da verdadeira felicidade! Citar a frase de Antoine de Saint-Exupéry: “- O verdadeiro amor nunca se desgasta. Quanto mais se dá, mais se tem”.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Elenice Cav.

19/04/2023 **Tema:** INTEGRIDADE

Fazer a oposição: corruptibilidade X integridade.

16

Apoiar o tema no cap. III, 2ª parte – Espíritos em Condições Medianas - Mensagem do espírito Joseph Bré, In: O Céu e o Inferno, de Allan Kardec: “... Há um abismo entre a honestidade perante os homens e a honestidade perante Deus... Honesto aos olhos de Deus será aquele que possuído de abnegação e amor, consagre a existência ao bem, ao progresso dos seus semelhantes...” Cap. XXVIII, item 15, In: ESE, de Allan Kardec; “Inteireza Moral”, mens. 24, In: Desperte e Seja Feliz, esp. Joanna de Angelis; “O Dever”, cap. XLIII In: Depois da Morte, Leon Denis; “Verdades e Fantasias” mens. 78, In: Caminho, Verdade e Vida, FC. Xavier/Emmanuel; “Corrupção é um Mal Social”, vídeo disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Jv6F1tJ-8C4>

Ilustrar com a história: “A Mentira”, (texto esparso).
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 atender à verdade enquanto é tempo. 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. Informar também que o uso de recursos desonestos, mesmo que imperceptíveis ou não condenáveis aos olhos do mundo, geram dívidas na contabilidade da vida, que terão que ser resgatadas, um dia, pelo espírito em busca da ascensão!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Antonio Carlos

26/04/2023 **Tema:** DESTINO OU ESCOLHAS?

Fazer a oposição: passividade X ação.

17

Apoiar o tema em Mateus, 7: 13-14 - “Entrai pela porta estreita, porque larga é a porta, e espaçoso o caminho que leva à perdição...” In: ESE, de Allan Kardec - cap. XVIII, itens 3 a 5.
Escolha das Provas”, parte 2ª, cap. VI, pergs. 258 a 273, In: LE, de Allan Kardec; “A Porta Estreita”, mens. 20, In: Vinha de Luz; FC. Xavier/Emmanuel; “Muralla do Tempo”, mens. 14, In: Espírito e Verdade, FC. Xavier/Emmanuel; “Terra – Benção Divina, mens. 60, “Chamamento ao Amor”, mens. 121, “Na Vitória Real”, mens. 136, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel; “Não te Enganes”, mens. 65, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel.
Ilustrar com “Diamantes nas Sacolas” In: 100 Estórias de Vida e Sabedoria, de Osvino Toillier, Edit. Sinodal, 2007.

Destacar que a porta larga é o caminho que leva às ilusões, às paixões, aos vícios e aos maus hábitos. Aquele que elegeu a porta estreita, já compreendeu que o caminho apertado exige esforço, sacrifício, renúncia e a busca permanente pelo auto aperfeiçoamento espiritual, mas tem consciência que é o único caminho que conduz à verdadeira felicidade “... Eu venci o mundo”, Jesus.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Célia Zanini

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

03/05/2023 **Tema:** A BENÇÃO DO TRABALHO

Fazer a oposição: indolência X trabalho.

18

Apoiar o tema no capítulo XXV do EE - itens 1 a 4: "Ajuda-te, e o céu te ajudará" e no cap. III, "Da Lei do Trabalho", Pergs. 674 a 685 do LE, e em João 5: 17 "Meu Pai trabalha até agora, e eu trabalho também.

"Salários", mens. 5, In: Pão Nosso, esp. Emmanuel. "Obreiros atentos", mens. 8, "A boa parte", mens. 32, In: Fonte Viva, esp. Emmanuel. "Brilhe a vossa luz", In: Vinha de Luz, prefácio, esp. Emmanuel.

Ilustrar com: Redação do Momento Espírita, com base no cap. Perfil do trabalho, do livro Perfis da vida, pelo Espírito Guaracy Paraná Vieira, psicografia de Divaldo Pereira Franco, ed. Leal, e no cap. O cântaro milagroso, do livro Lendas do céu e da Terra, de Malba Tahan, ed. Melhoramentos. Em 28.08.2009.

Destacar que a porta larga é o caminho que leva às ilusões, às paixões, aos vícios e aos maus hábitos. Aquele que elegeu a porta estreita, já compreendeu que o caminho apertado exige

esforço, sacrifício, renúncia e a busca permanente pelo auto aperfeiçoamento espiritual, pois adquiriu a consciência que é o único caminho que conduz à verdadeira felicidade.

Explicar o conceito de trabalho perante a doutrina espírita.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Célia Zanini

Exp: Sônia Torres

04/05/2023 **Tema:** A BENÇÃO DO TRABALHO

Fazer a oposição: indolência X trabalho.

18

Apoiar o tema no capítulo XXV do EE - itens 1 a 4: "Ajuda-te, e o céu te ajudará" e no cap. III, "Da Lei do Trabalho", Pergs. 674 a 685 do LE, e em João 5: 17 "Meu Pai trabalha até agora, e eu trabalho também.

"Salários", mens. 5, In: Pão Nosso, esp. Emmanuel. "Obreiros atentos", mens. 8, "A boa parte", mens. 32, In: Fonte Viva, esp. Emmanuel. "Brilhe a vossa luz", In: Vinha de Luz, prefácio, esp. Emmanuel.

Ilustrar com: Redação do Momento Espírita, com base no cap. Perfil do trabalho, do livro Perfis da vida, pelo Espírito Guaracy Paraná Vieira, psicografia de Divaldo Pereira Franco, ed. Leal, e no cap. O cântaro milagroso, do livro Lendas do céu e da Terra, de Malba Tahan, ed. Melhoramentos. Em 28.08.2009.

Destacar que a porta larga é o caminho que leva às ilusões, às paixões, aos vícios e aos maus hábitos. Aquele que elegeu a porta estreita, já compreendeu que o caminho apertado exige

esforço, sacrifício, renúncia e a busca permanente pelo auto aperfeiçoamento espiritual, pois adquiriu a consciência que é o único caminho que conduz à verdadeira felicidade.

Explicar o conceito de trabalho perante a doutrina espírita.

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Rosaria

Exp: Maurício Voltolin

10/05/2023 **Tema:** O CRISTO CONSOLADOR

Fazer a oposição: desalento X confiança.

19

Apoiar o tema no Evangelho de Mateus, XI: 28-30: - "Vinde a mim, todos os que andais em sofrimento e vos achais carregados, e eu vos aliviarei..." Jesus.

Cap. VI, itens 6 e 7, In: ESE, de Allan Kardec. Mensagens do Espírito de Verdade.

"O Consolador", p.122/7, In: Luz do Mundo, esp. Amélia Rodrigues. "Atitudes Essenciais", mens.

18, "Acalma-te", mens. 33, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel; "Obreiros atentos",

mens.8, "Ergamo-nos", mens. 13, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com "Projeto de Vida", Cap. 3, In: Reforma íntima sem martírio, esp. Wanderley S. de Oliveira/Ermanice Dufaux. Edit. Dufaux / Belo Horizonte-MG. 2003.

Levar o público a refletir que é da Lei do Senhor que a luz domine a treva sem ruído e sem

Violência. Toda dor, como toda nuvem, forma-se, ensombra e passa. Confiemos, pois "A Deus tudo é possível" – Jesus.

Meditemos: Se a dor é obrigatória, porém, o sofrimento é opcional.

O cultivo da paixão ao adiantamento espiritual é a solução para todos os problemas da humanidade, e o único caminho para um mundo melhor! Se aspiramos ao clima da vida superior, adiantemo-nos para a frente, caminhando com os padrões de Jesus.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Mada

Exp: Marcia Chiurco

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

17/05/2023 Tema: MATURIDADE ESPIRITUAL

Fazer a oposição: imaturidade X maturidade espiritual.

20 Apoiar o tema nas palavras de Jesus, no evangelho de Lucas, 9: 23 “- Se alguém quer vir após mim, a si mesmo se negue, dia a dia, tome a sua cruz e siga-me”.

Cap. XVII, item 4, do ESE de A. Kardec – “Reconhece-se o verdadeiro espírita pela sua transformação moral e pelo esforço que faz para vencer as más tendências”; “Maturidade e Consciência”, mens.7, segunda parte, In: Momentos de Saúde e de Consciência, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Consciência do Si”, Introdução, In: Reforma Íntima sem Martírio. Esp. Ermance Dufaux; “O que é Maturidade?”, 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.

Esclarecer que maturidade espiritual é a capacidade de se entender e cumprir o projeto de Deus para nossas vidas. É quando paramos de culpar o mundo pelos nossos erros e fracassos, e assumimos a responsabilidade que nos cabe perante a vida. É quando deixamos de colocar “felicidade” na posse de bens materiais; porque o homem mais rico do mundo não é o que mais tem, mas aquele que menos precisa... Quem ama com maturidade, plenifica-se com a felicidade do outro, e é feliz pelo simples prazer de amar.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Sônia Torres

Exp: Romeu Labone

24/05/2023 Tema: AMIGOS E IRMÃOS, A AMIZADE NA CASA ESPÍRITA

Fazer a oposição: verniz social X verdadeira amizade.

21 Apoiar o tema nas palavras de Jesus, no evangelho de João 15: 14-15: “- Vós sois meus amigos, se praticais o que Eu vos mando. Já não vos chamo servos, porque o servo não sabe o que faz seu senhor, mas Eu vos tenho chamado amigos, pois tudo o que ouvi de meu Pai, Eu compartilhei convosco”.

“Apreço”, mens. 91, “No campo do Afeto”, mens. 110, “Diante do Mestre”, men. 135, In: Palavras de Vida Eterna, Emmanuel. “Vida Social” mens. 11, In: Desperte e seja Feliz, esp. Joanna de Angelis; “Amizade, elixir dos relacionamentos”, mens. 24, In: Laços de Afeto, caminhos do amor na convivência. Esp. Ermance Dufaux.

Ilustrar com a história: O valor de um grupo (texto disponível em: <http://www.portalzendaat.com.br/2016/06/13/o-valor-de-um-grupo/>)

Destacar que a amizade espírita é uma proposta de amor fraternal e universal, voltada para a libertação e crescimento mútuos.

Além de todos os ingredientes agradáveis do compartilhamento de amigos comuns, ela ainda terá o propósito de facilitar a tomada de consciência e o desenvolvimento de valores eternos, pois que fortalece o entendimento de que todos somos irmãos diante de Deus. A união no estudo e na prática do amor, que Jesus nos recomenda, mantém acesa a chama que aquece os relacionamentos e orienta nossos caminhos. Juntos somos fortes!

“Sereis reconhecidos como meus discípulos, por muito se amarem!” - Jesus.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Antonio Carlos

Exp: Marilene

31/05/2023 Tema: A VIDA EM FAMÍLIA

Fazer a oposição: família ideal x família real.

22 Apoiar o tema na frase de Paulo: “Se alguém não cuida de seus parentes, e especialmente dos de sua própria família, negou a fé e é pior que um descrente. “. (1, Timóteo 5: 8).

“Honrai a Vosso Pai e a Vossa Mãe”, cap. XIV (todo), In: ESE, A. Kardec; “Laços de Família”, pergs. 774 e 775, In: LE, A. Kardec (comentar); “Deveres dos Pais”, cap. 16; “Deveres dos Filhos”, cap. 17, In: Leis Morais da Vida, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Compaixão em Família”, cap. 107, “Paz em Casa”, cap. 108, In: Palavras de Vida Eterna, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Vida em Família”, cap. 57, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Na Convivência”, cap. 4, In: Para Sentir Deus, de Wanderley Oliveira/Ermance Dufaux; Pesquisa Geral no livro “Constelação Familiar” de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis,

Ilustrar com “A Pescaria Inesquecível” de James P. Lenfety, In: Histórias para Aquecer o Coração dos Pais.

Abordar que família perfeita não existe, isto é um mito! Não temos pais perfeitos, não somos perfeitos, não nos casamos com uma pessoa perfeita, nem temos filhos perfeitos. Temos queixas uns dos outros. Decepcionamos uns aos outros. Por isso, não há casamento saudável e nem família saudável, sem o exercício do perdão. O perdão é vital para a nossa saúde emocional e sobrevivência espiritual. Sem o perdão a família se torna uma arena de conflitos e um reduto de mágoas.

Ressaltar que “O destino da sociedade está indissoluvelmente ligado ao destino da família, pois esta constitui a base, o alicerce onde se inicia a experiência da fraternidade universal”. (Joanna de Angelis.)

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Regina Raineri

Exp: Célia Zanini

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

07/06/2023 Tema: A FORÇA DO QUERER

Fazer a oposição: *indecisão X firmeza.*

- 23 Apoiar o tema 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).
 “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”, cap. 2, In: *Pensamento e Vida*, de FC. Xavier/Emmanuel; “Desejos”, cap. 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”, cap. 15, In: *Pão Nosso*, de FC. Xavier/Emmanuel; “Podes, se Queres”, cap. 11 In: *Otimismo*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Ágelis; “Construa um novo olhar sobre a vida”, cap. 21, In: *Jesus, A Inspiração das Relações Luminosas*, de Wanderley Oliveira/Ermance Dufaux; “Ante a Vida Mental”, cap. 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 persistência da Dra. Nise da Silveira – encontrada na internet. Fornecer alguns dados biográficos, mas focalizar mais 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 um dos grandes atributos do espírito. Esclarecer também que “em todo homem repousa a partícula Divina, com a qual pode a criatura terrestre participar dos poderes sagrados da Criação”. Informar que fomos colocados entre obstáculos mil de natureza estranha, para que, vencendo inibições fora de nós, aprendamos a superar as nossas limitações interiores, e ascendermos espiritualmente.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Marcia Chiurco **Exp:** Regina Raineri

14/06/2023 Tema: EGOÍSMO

Fazer a oposição: *egoísmo X fraternidade.*

- 24 Apoiar o tema em ESE cap. XI, itens 2, 3 e 11... “E assim, tudo o que quereis que os homens vos façam, fazei-o também vós a eles. Porque esta é a lei e os profetas”. (Mateus, 7: 12).
 “Aceitação, o segredo de uma vida mais leve e saudável”, mens. 38, In: *Jesus, inspiração das relações luminosas*, esp. Ermance Dufaux; “Vida Social”, mens. 11, In: *Desperte e seja feliz*. Esp. Joanna de Ágelis; “O Bem é incansável”, mens. 11; “Granjeai amigos”, mens. 111, In: *Pão Nosso*, FC Xavier/Emmanuel; “No Rumo do amanhã”, mens. 6, “Adoração e fraternidade”, mens. 23, “Reclamações”, mens. 99, In: *Palavras de Vida Eterna*. Emmanuel.
 Ilustrar com a história: Trabalho de equipe. Texto esparso.
 Reforçar que ninguém deve se afastar do convívio com seu próximo, pois ele representa uma oportunidade valiosa para aprendermos a praticar a tolerância e o amor, a gentileza e a fraternidade. Aceitar pois o outro com suas qualidades, defeitos e limitações é uma atitude de respeito, que beneficia mais a nós do que ao outro. Destacar que a família, o grupo de trabalho, o grupo da casa espírita, o país e o planeta, todos enfim, necessitam de união e fraternidade cristãs para obterem bons resultados! Os grupos bem sucedidos são aqueles que conseguem libertar-se do egoísmo, em prol de um ideal em comum no campo da fraternidade cristã.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Luis Antonio

21/06/2023 Tema: MÁGOA: O INIMIGO VIVE DENTRO DE VOCÊ

Fazer a oposição: *mágoa X apaziguamento.*

- 25 Apoiar o tema no evangelho de Mateus, cap. V: 7, 14, 15, 21 e 22 – “Bem aventurados aqueles que são misericordiosos...” e no ESE, Cap. X, item 14: Perdão das Ofensas.
 “Faça uma limpeza no lixo da mágoa”, mens. 15, In: *Jesus, A inspiração das relações luminosas*, esp. Ermance Dufaux; “Perdão - Santo Remédio”, mens. 61; “No convívio do Cristo”, mens. 125, In: *Palavras de Vida Eterna*, Emmanuel; “Oposições”, p. 77, In: *Segue-me*. FC. Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com a história: “Mágoa”, Texto esparso.
 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. Quando reconhecemos a nossa parcela de culpa na dor que estamos vivendo, este comportamento corajoso dilui a dor da mágoa, instantaneamente! Isto é o verdadeiro ato de perdoar. Limpemos nosso coração. Livremo-nos do peso que consome nossas energias, pois o maior beneficiado é aquele que perdoa!
 “Uma mágoa não é motivo para outra mágoa. Uma lágrima não é motivo para outra lágrima. Uma dor não é motivo para outra dor. Só o riso, o amor e o prazer merecem revanche. O resto, mais que perda de tempo... É perda de vida”. Chico Xavier.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Elenice Cav.

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

22/06/2023 Tema: MÁGOA: O INIMIGO VIVE DENTRO DE VOCÊ

Fazer a oposição: mágoa X apaziguamento.

- 25 Apoiar o tema no evangelho de Mateus, cap. V: 7, 14, 15, 21 e 22 – “Bem aventurados aqueles que são misericordiosos...” e no ESE, Cap. X, item 14: *Perdão das Ofensas*.
 “Faça uma limpeza no lixo da mágoa”, mens. 15, In: *Jesus, A inspiração das relações luminosas, esp. Ermance Dufaux*; “Perdão - Santo Remédio”, mens. 61; “No convívio do Cristo”, mens. 125, In: *Palavras de Vida Eterna, Emmanuel*; “Oposições”, p. 77, In: *Segue-me. FC. Xavier/Emmanuel*.
 Ilustrar com a história: “Mágoa”, *Texto esparso*.
 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. Quando reconhecemos a nossa parcela de culpa na dor que estamos vivendo, este comportamento corajoso dilui a dor da mágoa, instantaneamente! Isto é o verdadeiro ato de perdoar. Limpemos nosso coração. Livremo-nos do peso que consome nossas energias, pois o maior beneficiado é aquele que perdoa!
 “Uma mágoa não é motivo para outra mágoa. Uma lágrima não é motivo para outra lágrima. Uma dor não é motivo para outra dor. 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. 5ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Sebastião Simões

Exp: Bernadete

28/06/2023 Tema: AUTO OBSESSÃO

Fazer a oposição: incúria X zelo.

- 26 Apoiar o tema no cap. XII do ESE – *Amai os vossos inimigos - Itens 1 a 5, e no cap. IX, parte segunda do LE – Intervenção dos espíritos no mundo corporal*. Pergs. 459 a 472, 478 e 479.
 “Em serviço espiritual”, cap. 14, In: *Nos domínios da mediunidade, FC Xavier/André Luiz; Manifestações dos espíritos*, Item 58, In: *Obras póstumas, Primeira parte, de Allan Kardec*; “Sentimento e obsessão”, cap. 18, In: *Escutando sentimentos, Ermance Dufaux*; “Tratamento de obsessões”, mens. 175, In: *Pão Nosso, FC Xavier/Emmanuel*; “Obsessores”, mens. 23, “Obsessão e Evangelho”, mens. 66; “Obsessão e Cura”, mens. 77, In: *Seara dos Médiuns, FC Xavier/Emmanuel*.
 Ilustrar com a história “Solução Natural”, In: *Caminho Espírita, pelo espírito Hilário Silva*.
 Esclarecer que o conceito de vigilância vai muito além de disciplinar os pensamentos! É no campo do sentimento que nasce a esmagadora maioria das obsessões. Enfatizar que vivemos em regime de contínuo intercâmbio entre encarnados e desencarnados, e, portanto, influenciamos e somos por eles influenciados, através dos nossos pensamentos, sentimentos e atitudes. Reforçar que, somente a oração ungida pelos sentimentos elevados; a intenção nobre e a conduta reta, poderão nos defender da dominação dos interesses inferiores à nossa volta.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Regina Raineri

Exp: Célia Zanini

05/07/2023 Tema: O SENTIDO DA DOR

Fazer a oposição: mal sofrer X bem sofrer.

- 27 Apoiar o tema no cap. V do ESE: “Bem-Aventurados os Aflitos”, e no Evangelho de Mateus, cap. V, 4, 6 e 10: “Bem Aventurados os que choram, porque serão consolados...” Cap. V do ESE - “Bem-Aventurados os Aflitos” (inteiro); Perg. 132 e 133 do LE; “O Sentido da Dor” cap. 20, In: *Para Sentir Deus, de Wanderley S. Oliveira/Ermance Dufaux*; “Silenciosa Expição”, cap. 24, In: *Mereça Ser Feliz, de Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux*; “Nos Momentos Graves”, cap. 10, In: *Agenda Cristã, de F.C. Xavier/André Luiz*; “Melhor Sofrer no Bem”, cap. 64, “Lugar Deserto”, cap. 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”, cap. 27, In: *Alerta, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis*; “Vitória Final”, cap. 43, In: *Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis*; “Diante de Problemas”, cap. 10, In: *Sementeira da Fraternidade, de Divaldo P. Franco/Espíritos Diversos*.
 Ilustrar com a história do Maestro João Carlos Martins: Há males que vem para o bem.
 Destacar que todos nós passamos por dificuldades neste mundo, já que são naturais em nosso atual estágio de evolução, mas que poderemos ser por elas despertados para o fim providencial que nos cabe, e para provar se já conseguimos desenvolver em nós as virtudes do perdão, da tolerância, do amor e da caridade. Certo é que a dor surge para crescermos. Este é o seu objetivo! O que faremos com a sua visita, corre por nossa conta. Diante das adversidades da vida, podemos buscar o que nos cabe aprender com elas, fazendo o melhor, ou, nos revoltarmos e cairmos em sentimentos de desvalia, desamor e vitimização. Se a dor é obrigatória, o sofrimento porém, é opcional!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Antonio Carlos

Exp: Marcia Chiurco

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

12/07/2023 Tema: CONTRIBUIÇÃO INDISPENSÁVEL*Fazer a oposição: individualidade X coletividade.*

- 28 Apoiar o tema na passagem de Jesus, conforme as anotações de João, 13: 34 “Um novo mandamento vos dou: *Que vos ameis uns aos outros como eu vos amei*”.
- “Amizade”, p. 33, In: *Semanário das Reflexões, de Albino Santa Cruz. “Disponibilidade”, Idem p. 45-48; “Convite ao Amor”, In: Convites da Vida, Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Adoração e Fraternidade”, mens. 23, In: Palavras de vida eterna, de FC. Xavier/Emmanuel; “Sirvamos”, mens. 29, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel.*
- Ilustrar com a história da colheita de uvas, In: Redação do Momento Espírita. Em 15.07.2009.*
- Abordar que o importante na vida é mais do que ganhar sozinho, mas sim ajudar, bem como ensinar o outro a vencer também. A vitória, não apenas de alguns, mas de todos! Este é o ideal da coletividade. Enfatizar a responsabilidade que nos compete, como co-criadores na obra de Deus.*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Antonio Carlos

19/07/2023 Tema: RECLAMAÇÕES*Fazer a oposição: queixas X comprazimento.*

- 29 Apoiar o tema em Tiago 3:10 - “De uma só boca procede bênção e maldição. Meus irmãos, não é conveniente que estas cousas sejam assim”.
- “Reclamações e Queixas”, cap.37, In: *Episódios Diários, de Divaldo Pereira Franco/Joanna de Angelis; “Não estrague o seu dia”, cap. 38, In: Agenda Cristã, de FC Xavier/André Luiz; “Reclamações”, cap. 99, “Queixumes” cap. 100, In: Palavras de Vida Eterna, de FC Xavier/Emmanuel; “É para isto”, cap. 118, In: Pão Nosso, de FC Xavier/Emmanuel.*
- Ilustrar com “Pedras ou Diamantes”, autor desconhecido.*
- A queixa é um vício imperceptível que distrai pessoas bem intencionadas da execução do dever que lhes compete. Reclamamos de tudo: dos contratemplos, do excesso de trabalho ou da falta dele, da rotina ou da falta dela, enfim, perdemos tempo precioso em tolas lamentações, que não nos levam a nada! Se eventualmente, e muito raramente, não encontrarmos motivos para lamentar, a lamúria é dirigida ao clima: seja porque está fazendo muito calor ou muito frio, seja porque não tem chovido ou tem chovido muito...*
- Aprendamos a impor silêncio aos nossos queixumes, e cultivemos a paciência, a compreensão, a tolerância e a bondade e, dessa maneira, nos tornaremos pessoas mais produtivas, agradáveis, e menos estressadas; angariando mais simpatia e cooperação à nossa volta!*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Luis Antonio

26/07/2023 Tema: FAZER O BEM SEM OSTENTAÇÃO*Fazer a oposição: ostentação X discrição.*

- 30 Apoiar o tema no cap. XII, itens 1 e 3 do ESE - *Que a tua mão esquerda não saiba o que faz a direita - e no item 4 do cap. XI – Amar ao próximo como a si mesmo - Fazer aos outros o que quereríamos que os outros fizessem a nós.*
- “Fé na vida”, mens. 24, In: *Desperte e seja feliz, esp. Joanna de Angelis; “O Bem é incansável”, msg.11, In: Pão Nosso, FC Xavier/Emmanuel; “Firmeza e constância”, msg.69; Administração, msg.75, In: Fonte Viva, FC Xavier/Emmanuel.*
- “Reconheçamos porém”, mens.160, “No Plano do bem”, mens.. 163, In: *Palavras de Vida Eterna, FC Xavier/Emmanuel.*
- Ilustrar com: A história de Nicolas Wilton, que salvou milhares de crianças judias das mãos dos nazistas, durante a 2ª Guerra Mundial. Vídeo disponível em: www.youtube.com/watch?v=0U2UQDNLxS0*
- Destacar que somos apenas usufrutuários dos bens divinos, com o dever de reparti-los com os nossos semelhantes! Para que o bem apareça, contudo, não aguardemos que semelhantes luzes venham inicialmente dos outros. Começemos de nós, sem demandar com alguém ou contra alguém. Reconheçamos a necessidade do Cristo em nossa vida: sentimento, ideia, ação e conduta... Mas se alguém não tem o Espírito do Cristo, esse tal não é “d’Ele” - Paulo aos Romanos, 8: 9.*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Sônia Torres

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

02/08/2023 Tema: DEPRESSÃO

Fazer a oposição: aflição x serenidade.

- 31 Apoiar o tema no capítulo V, itens 1 a 5 do ESE. "... 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 Oliveira/Ermance Dufaux; "Educação para o auto amor", cap. 3, "Estufas psíquicas da depressão" cap. 5, In: Escutando Sentimentos, de Wanderley Oliveira/Ermance Dufaux; "Depressão", p. 187 a 198, In: As Dores da Alma, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed; "Auto perdão" p. 229, In: Renovando Atitudes, de Francisco do E. Santo Neto/Hammed; "Coração Puro", cap. 36, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel; "Socorre a Ti Mesmo", cap. 51, In: Pão Nosso 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. Informar que a depressão é um dos maiores males que a humanidade está enfrentando nos dias atuais, e, 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 trabalhar o autoconhecimento, o auto amor, o auto perdão, a confiança e a fé; bem como buscar o apoio indispensável da família. Reforçar que momentos de silêncio interior e de integração com o Criador, através da prece sincera, bem como o exercício de bons pensamentos e ações dignificantes, são poderosas ferramentas a se utilizar para vencer essa terrível doença da alma, e caminhar para a conquista do equilíbrio, bem-estar, saúde e alegria de viver! Enfocar que precisamos assumir o comando de nossas vidas e sairmos do posicionamento infantil de criaturas mimadas e frágeis, que reclamam e se colocam como "vítimas do destino". Lembrar a frase de Paulo de Tarso: "Tudo posso N'Aquele que me fortalece" (Filipenses, 4: 13).

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Célia Zanini Exp: Elenice Cav.

09/08/2023 Tema: A ORAÇÃO DO "PAI NOSSO"

Fazer a oposição: insubmissão X confiança em Deus.

- 32 Apoiar o tema no evangelho de Mateus, 6: 7- 13 - "A verdadeira oração". Explicar frase por frase, da oração do Pai Nosso. Livro "Pai Nosso" esp. Meimei, Artigo "O Pai Nosso" de Inaldo Lacerda Lima, encontrado em www.espirito.org.br. "Oração e Cooperação", mens. 172, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel. Ilustrar com a história "Existência de Deus", In: Pai Nosso, espírito Meimei. Esclarecer que Jesus Cristo nos ensinou uma única oração: o "Pai Nosso", conforme o sermão da montanha. Mas, devemos orar procurando transformar as suas frases em sentimentos elevados de amor a Deus, ao próximo e a nós próprios, e não ficarmos apenas repetindo-as, mecanicamente, e sem a necessária exemplificação nas nossas atitudes diárias no convívio com os nossos semelhantes.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Marcia Chiurco Exp: Mada

10/08/2023 Tema: A ORAÇÃO DO "PAI NOSSO"

Fazer a oposição: insubmissão X confiança em Deus.

- 32 Apoiar o tema no evangelho de Mateus, 6: 7- 13 - "A verdadeira oração". Explicar frase por frase, da oração do Pai Nosso. Livro "Pai Nosso" esp. Meimei, Artigo "O Pai Nosso" de Inaldo Lacerda Lima, encontrado em www.espirito.org.br. "Oração e Cooperação", mens. 172, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel. Ilustrar com a história "Existência de Deus", In: Pai Nosso, espírito Meimei. Esclarecer que Jesus Cristo nos ensinou uma única oração: o "Pai Nosso", conforme o sermão da montanha. Mas, devemos orar procurando transformar as suas frases em sentimentos elevados de amor a Deus, ao próximo e a nós próprios, e não ficarmos apenas repetindo-as, mecanicamente, e sem a necessária exemplificação nas nossas atitudes diárias no convívio com os nossos semelhantes.

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Mary Abrahão Exp: Adriana Colla

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

16/08/2023 Tema: PATERNIDADE E MATERNIDADE RESPONSÁVEIS

Fazer a oposição: criar X educar.

33 Apoiar o tema na passagem evangélica: “Mas se alguém não tem cuidado dos seus e principalmente dos da sua família, negou a fé e é pior do que o infiel.” – (Paulo, Timóteo, I, 5:8).

“Compaixão em família”, mens.107, In: *Palavras de Vida Eterna*, de FC. Xavier/

Emmanuel; “Pais e filhos”, mens. 2, In: *Divaldo Franco responde*, volume 2, organizado por Cláudia Saegusa, “Deveres dos Pais”, mens. 16, In: *Leis Morais da Vida*, de Divaldo P. Franco/Joana de Angelis; “Súplica da criança ao Homem”, mens. 6, In: *Nós*, FC. Xavier/ Emmanuel; *Questões 383 e 385*; In: *LE*, de A. Kardec; “Parentes”, mens.156, “Educa”, mens.30, In: *Fonte Viva*, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com: “Carta a Meu Filho”, mens. 27, In: *Espírito de Verdade*, de FC. Xavier/Emmanuel.

Esclarecer que o compromisso de sermos pais ou mães foi assumido na Pátria Espiritual e reafirmado por ocasião da união e formação da nova família. A responsabilidade dos pais é imensa na educação dos filhos! Não somente na preocupação material de fornecer-lhes o alimento, o vestuário, brinquedos, lazer, conforto, escola, etc. mas, principalmente, na sementeira do bem, em desenvolver-lhes no coração sentimentos nobres e virtudes santificantes que orientarão e iluminarão os seus caminhos.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Antonio Carlos

23/08/2023 Tema: RUMO AO MUNDO DE REGENERAÇÃO

Fazer a oposição: arrefecimento X despertar.

34 Apoiar o tema na II epístola de Paulo aos Tessalonicenses, 3: 13: “- E vós, irmãos, não vos canseis de fazer o bem”.

Cap. III (todo) do ESE: “Há muitas moradas na casa do Pai”, “A nova geração”, cap. 18, itens 27 a 35, In: *A Gênese*, de Allan Kardec; “Diante da Terra” cap. 39, “Ante o Infinito”, cap. 40, In: *Roteiro*, de FC Xavier/Emmanuel; “Moradas”, cap. 30, In: *Sementeira da Fraternidade*, de Divaldo P. Franco/Espíritos Diversos; “Sem fadiga nem desânimo”, cap. 45, In: *Otimismo*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Alimenta a esperança”, cap. 18, In: *Cirurgia Moral*, de João Nunes Maia/Lancellin; “Oração de Francisco de Assis”, disponível na internet;

Ilustrar com a história retratada no filme: “A corrente do bem”.

Enfatizar que a Terra vem se transformando lentamente, conforme nos relata a doutrina espírita, rumo a um mundo de regeneração, e o momento atual é um campo fértil para a renovação espiritual de todas as criaturas que habitam o planeta, e, assim, conquistarem o direito de habitar a nova morada, onde o bem reinará! A Espiritualidade vem nos chamando a atenção para a nossa responsabilidade enquanto seres humanos a caminho da evolução, no sentido de agarrarmos esta oportunidade, sem esmorecimento!

Diante de todos esses fatos, não olvidemos o caminho a seguir, a começar pelas palavras do próprio Cristo: “- Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida!”.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Antonio Carlos **Exp:** Romeu Labone

30/08/2023 Tema: SOLIDARIEDADE

Fazer a oposição: indiferença X comisseração.

35 Apoiar o tema na mensagem do espírito Fénelon, contida no cap. I, item 9 do ESE: “... O Cristo foi o iniciador da mais pura, da mais sublime moral, da moral evangélico-cristã, que há de renovar o mundo, aproximar os homens e torná-los irmãos; que há de fazer brotar de todos os corações a caridade e o amor do próximo e estabelecer entre os humanos uma solidariedade comum...”.

“Tua cooperação”, cap. 8, In: *Alerta*, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “A beneficência”, cap. 60, In: *Terapêutica de Emergência*, de Divaldo Pereira Franco/Espíritos Diversos; “Porto de segurança”, cap. 36, In: *Otimismo*, de Divaldo Pereira Franco/Joanna de Angelis; “Sempre Chamados”, cap. 45, In: *Agenda Cristã*, de FC Xavier/André Luiz; “Evangelho e Caridade”, cap. 16, In: *Roteiro*, de FC Xavier/Emmanuel; “Solidariedade e Bondade” cap. I, In: *Estamos Prontos*, de Francisco do Espírito Santo Neto/Hammed; “Solidariedade”, cap. 92, In: *Palavras de Vida Eterna*, de FC Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história/letra da música “He Ain't Heavy, He's My Brother” (Ele não é pesado, ele é meu irmão) disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=Pquk6ZsL96Q>

Enfatizar que a solidariedade exorta-nos a atitudes de apoio e cuidados uns para com os outros, e pede-nos diálogo e tolerância, afetividade e disponibilidade, perdão e fraternidade! Pessoas solidárias expressam mais satisfação pela vida e desenvolvem maior capacidade de lidar com as dificuldades (resiliência) e, em geral, se tornam mais felizes!

Ninguém é solitário, se for solidário!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Mada **Exp:** Marilene

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

06/09/2023 Tema: VIDA E MISSÃO

Fazer a oposição: viver para si X viver para Deus.

- 36 Apoiar o tema no cap. VII do ESE, item 13: - Missão do homem inteligente na Terra, mens. do espírito Ferdinando, 1862 e no evangelho de Mateus 5: 14-16: “- Vós sois a luz do mundo... Assim resplandeça a vossa luz diante dos homens, para que vejam as vossas boas obras e glorifiquem a vosso Pai, que está nos céus.” E no LE, perguntas 115, 132, 571 e 573.
 “Sob sombras e dores”, mens. 26, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “O que Buscamos da Vida?”, mens. Epílogo, In: Escutando Sentimentos, esp. Ermance Dufaux; “Tudo o que façam” mens. 11, In: Cirurgia Moral, de João Nunes Maia/esp. Lancellin; “Brilhe a vossa luz” mens. Prefácio; “Filhos da Luz” mens. 160, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel.
 “Cristo e nós” mens. 17, “Sois a Luz”, mens. 105, “Busquemos a luz”, mens. 121, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel;
 “Reparemos nossas Mãos”, mens. 37, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com a história: “Você é luz no mundo” (autor desconhecido). Disponível em:
<http://www.passatempoespirita.com.br/products/o-fosforo-e-a-vela/>
 Levar à reflexão que um grande passo para o nosso crescimento espiritual ocorre quando descobrimos qual é a nossa missão nesta vida, porque é ela, a missão, que nos mantém no foco do que é essencial. À partir do estudo das nossas tendências e talentos naturais, da família em que vivemos e do meio onde fomos colocados por Deus, encontraremos fortes indicadores das tarefas a realizar e da nossa missão a cumprir. A missão é a mão invisível do Criador, guiando nossos passos na direção da realização pessoal, profissional e espiritual.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Regina Raineri **Exp:** Luis Antonio

13/09/2023 Tema: CURAS - (A ÁGUA FLUIDIFICADA)

Fazer a oposição: cura do corpo x cura da alma.

- 37 Apoiar o tema no evangelho de Marcos, cap. V, vv. 25 a 34: - Disse-lhe Jesus: - Minha filha, tua fé te salvou, vai em paz e fica curada da tua enfermidade.
 “No Laboratório do Mundo Invisível”, cap. VIII, item 131, In: O Livro dos Médiuns, de Allan Kardec; “Curas”, cap. XV, itens 10 e 11, In: A Gênese, de Allan Kardec; “A Benção da Saúde” mens. 18; “Saúde e consciência” segunda parte, mens. 5, in: Momentos de Saúde e de Consciência. Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Curas” mens. 23, In: Desperte e Seja Feliz, de Joanna de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “A Cura Própria” p. 19; “Água Fluida” p. 59, In: Segue-me, FC. Xavier/Emmanuel;
 “Imposição de Mãos” mens. 3, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Estás Doente” mens. 86, In: Fonte viva. 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 cap. 12, p. 107/108, In: Nos Domínios da Mediunidade, de FC. Xavier/André Luiz.
 Levar ao conhecimento que a água fluidificada é um recurso valioso àqueles que padecem dos males do corpo, já que o orvalho do Plano Divino magnetizará o líquido, com raios de amor, em forma de bênçãos dos Céus. Entretanto, para a cura verdadeira: a cura da alma, necessário se faz que o pensamento se purifique para que a vontade própria comande o barco do organismo para o bem, guardando a mente no idealismo superior.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Célia Zanini **Exp:** Sônia Torres

20/09/2023 Tema: A PAZ

Fazer a oposição: inquietude x paz interior.

- 38 Apoiar o tema no Evangelho de João, 14: 27: “Deixo-vos a paz, a minha paz vos dou. Não vô-la dou como o mundo a dá. Não se perturbem os vossos corações, nem se atemorizem...”.
 “Luta pela Conquista da Paz” mens. 16, In: Desperte e seja Feliz, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis; “Perante a Paz” mens. 37, In: Otimismo, de Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis. “Paz do Mundo e Paz do Cristo” mens. 105, “Cultiva a paz”, mens. 65, In: Vinha de Luz. FC Xavier/Emmanuel; “Sigamos a Paz” mens. 79, “Refugia-te na Paz” mens. 147, In: Fonte Viva. FC Xavier/Emmanuel; “Sirvamos em Paz”, mens. 146, “Paz em Nós”, mens. 155, In: Palavras de Vida Eterna, de FC Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com a história “Onde mora a Paz”, da Redação do Momento Espírita.
 Enfatizar que Paz não é indolência do corpo. É saúde e alegria do espírito! Se é verdade que toda criatura a busca, a seu modo, é imperioso reconhecer, no entanto, que a paz legítima resulta do equilíbrio entre os nossos desejos e os propósitos do Senhor, na posição em que nos encontramos. Não é um presente, mas uma conquista. É um sublime estado de consciência, feito de serenidade e harmonia. É um profundo silêncio interior, que não depende de ocorrências exteriores. Essa paz somente pode ser desfrutada por quem ama o progresso e trabalha efetivamente no bem. E, só se sente assim, quem cumpre com o seu dever!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Marcia Chiurco **Exp:** Antonio Carlos

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

27/09/2023 Tema: A BUSCA DE DEUS

Fazer a oposição: trivialidade X transcendência.

- 39 Apoiar o tema em *A Gênese*, de Allan Kardec, cap. II: *A existência de Deus*: “Deus não se mostra, mas se revela pelas suas obras.” “*Provas da existência de Deus*”, cap. I, livro primeiro, In: *Livro dos Espíritos*, Allan Kardec; “*Justiça das Aflições*”, cap. V: *Bem Aventurados os Aflitos*, In: ESE; “*Religião e Deus*”, *Jornal Mundo Maior - Informativo da Comunidade Lar em Jesus* de 11/05/2016; “*Ao lado de Deus*”, In: *Segue-me, Emmanuel*; “*Somos de Deus*” mens. 84, In: *Vinha de Luz, Emmanuel*; “*Espera por Deus*”, mens. 117, In: *Palavras de Vida Eterna, Emmanuel*.

Ilustrar com: *A existência de Deus. Texto esparso.*

Comentar que nos momentos de grande provação ainda há quem pergunte: *Onde está Deus que permite que isto ocorra?! Porém, duvidando de Sua existência mergulhamos no sofrimento, na dor e na desesperança... Reforçar que o conhecimento dos atributos da divindade, permite-nos ter uma melhor noção de Sua sabedoria, Bondade e Misericórdia! Esclarecer que sendo Ele onipresente, achamo-nos todos constantemente em Sua excelsa presença e nada podemos ocultar do Seu olhar, sejam nossas ações, desejos ou pensamento! Assim as nossas preces repercutem n’Ele, pois estamos n’Ele, como Ele está em nós, segundo a palavra do apóstolo. (1 João 4:15).*

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Elenice Cav.

28/09/2023 Tema: A BUSCA DE DEUS

Fazer a oposição: trivialidade X transcendência.

- 39 Apoiar o tema em *A Gênese*, de Allan Kardec, cap. II: *A existência de Deus*: “Deus não se mostra, mas se revela pelas suas obras.” “*Provas da existência de Deus*”, cap. I, livro primeiro, In: *Livro dos Espíritos*, Allan Kardec; “*Justiça das Aflições*”, cap. V: *Bem Aventurados os Aflitos*, In: ESE; “*Religião e Deus*”, *Jornal Mundo Maior - Informativo da Comunidade Lar em Jesus* de 11/05/2016; “*Ao lado de Deus*”, In: *Segue-me, Emmanuel*; “*Somos de Deus*” mens. 84, In: *Vinha de Luz, Emmanuel*; “*Espera por Deus*”, mens. 117, In: *Palavras de Vida Eterna, Emmanuel*.

Ilustrar com: *A existência de Deus. Texto esparso.*

Comentar que nos momentos de grande provação ainda há quem pergunte: *Onde está Deus que permite que isto ocorra?! Porém, duvidando de Sua existência mergulhamos no sofrimento, na dor e na desesperança... Reforçar que o conhecimento dos atributos da divindade, permite-nos ter uma melhor noção de Sua sabedoria, Bondade e Misericórdia! Esclarecer que sendo Ele onipresente, achamo-nos todos constantemente em Sua excelsa presença e nada podemos ocultar do Seu olhar, sejam nossas ações, desejos ou pensamento! Assim as nossas preces repercutem n’Ele, pois estamos n’Ele, como Ele está em nós, segundo a palavra do apóstolo. (1 João 4:15).*

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Juraci **Exp:** Antonio Carlos

04/10/2023 Tema: REENCARNAÇÃO, A JUSTIÇA DIVINA

Fazer a oposição: justiça dos homens X justiça de Deus.

- 40 Apoiar o tema no Cap. IV, item 5 do ESE, de Allan Kardec: “Ninguém pode ver o reino de Deus, se não nascer de Novo”, e no Evangelho de João, III: 1 a 12, e nas perguntas 167 e 171 do LE, de A. Kardec. “*O Problema do destino*”, 2ª parte, cap. XIII – *As Vidas Sucessivas - A Reencarnação e suas Leis*, In: *O Problema do Ser, do Destino e da Dor de Léon Denis*. – FEB; “*No Rumo do amanhã*”, mens. 6, In: *Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel*.

Levar ao conhecimento do público em que se baseia o princípio da reencarnação, sua explicação na Doutrina espírita e sua presença na Bíblia Sagrada. Destacar que a reencarnação não foi inventada pelo Espiritismo; que mesmo antes de Jesus, povos asiáticos e indianos já detinham a crença, porém, de maneira diversa, pois que acreditavam em reencarnação de seres humanos em animais, e vice-versa. Reforçar que a reencarnação se baseia na Justiça, Bondade e Misericórdia de Deus; por isso não haveria justiça se apenas em uma encarnação pudéssemos definir o nosso destino espiritual.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Célia Zanini **Exp:** Antonio Carlos

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

11/10/2023 Tema: GENEROSIDADE

Fazer a oposição: mesquinhez X generosidade.

- 41 Fundamentar o tema nas anotações de Lucas - 10: 25 ss. - "... Cuida bem dele, e tudo o que gastares a mais, eu te pagarei na volta". (A Parábola do Bom Samaritano).
 Cap. XV, itens 1 a 3 – 10, In: ESE, de Allan Kardec; "Luz da Caridade", In: Jesus e o Evangelho, Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis; "No auxílio a todos", mens.39, "Socorrámos", mens.76, In: Palavras de Vida Eterna, FC Xavier/Emmanuel; "Obreiros Atentos", mens. 8, In: Fonte Viva, FC Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com: A Vida é um Espelho, Texto esparso.
 Ressaltar a condição do Samaritano, discriminado pelos judeus, que ajudou o semelhante, sem perguntar-lhe a origem, quem era, para onde se dirigia, etc. Viu no outro simplesmente alguém como ele, criado à imagem e semelhança de Deus. Serviu e passou. Contextualizar o ensinamento evangélico, mostrando a sua aplicação nos dias atuais.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Antonio Carlos Exp: Mada

18/10/2023 Tema: COLABORAR PARA RECEBER O AUXÍLIO DIVINO

Fazer as oposições: dificultar X favorecer.

- 42 Fundamentar o tema na passagem evangélica da "mulher hemorroíssa", narrada em Lucas 8: 43 a 48 e no evangelho de Mateus 25: 29: "Ao que tem se lhe dará" – Jesus, e em Salmos -18: 21 e 22: "Retribuiu-me conforme a pureza de minhas mãos".
 "Mediunidade curativa", cap. XII, In: Mecanismos da mediunidade, FC Xavier/André Luiz; "Socorro espiritual", cap. VII, In: Missionários da luz, FC Xavier/André Luiz; "A mulher hemorroíssa", In: Primícias do reino, Amélia Rodrigues/Divaldo P. Franco.
 "Recebeste a Luz", cap. 87, In: Fonte viva, FC Xavier/Emmanuel. "Salvar-se" cap. 38, In: Palavras de vida eterna, FC Xavier/Emmanuel.
 Ilustrar com: "Vivendo em branco", Texto esparso.
 Enfocar as possibilidades de que dispomos – a força da confiança, da fé, a vontade de obter a cura, o vigor do pensamento – que devem ser ativadas para que "se crie a ligação sutil entre o necessitado e o socorrista..." Informar que o próprio enfermo emite ondas mentais características, assimilando e retendo os recursos vitais que recebe, e que, quanto mais intensa a sua adesão, mais eficiente é o processo de socorro.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Regina Raineri Exp: Marcia Chiurco

25/10/2023 Tema: VÍCIOS: CAUSAS E MEIOS DE COMBATER

Fazer a oposição: degeneração X sobriedade.

- 43 Apoiar o tema no Capítulo XVII do ESE - Sede Perfeitos, de Allan Kardec.
 Narrar e explicar a Parábola do sementeiro; Ler e comentar a pergunta. 913 do LE, de Allan Kardec. "O Carrasco", mens. 20, In: A Religião dos Espíritos, de FC. Xavier/Emmanuel; "No Rumo do Amanhã", mens. 6, In: Palavras de Vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel; "E olhai por Vós", mens. 23, In: Vinha de Luz, de FC. Xavier/Emmanuel; "Amor Fraternal", mens.141, "O Filho Egoísta", mens. 157, In: Pão Nosso, de FC. Xavier/Emmanuel. Yehuda Berg: Vícios Invisíveis, disponível em: <https://universonatural.wordpress.com/2013/02/21/vicios-invisiveis/> Mensagem "O Alimento do Amor", In: JORNAL MUNDO MAIOR - Informativo da Comunidade Cristã Lar em Jesus, 02/09/15.
 Ilustrar com a história: Experimento na aula de Filosofia. Texto esparso.
 Abordar que o orgulho é o pai de muitos vícios, e o egoísmo é a chaga da sociedade, de onde deriva todo o mal. Portanto, os pais devem observar as tendências inatas de seus filhos e se esforçar em corrigir-lhes o rumo, desde a mais tenra idade. Enfatizar ainda que a boa estruturação familiar e a religiosidade são importantes fatores de proteção no combate aos vícios. O amor verdadeiro cultivado no ambiente doméstico, aliado à disciplina e à força do exemplo, ilumina, fortalece, esclarece, constrói, abençoa e direciona para o bem.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h Local: CEOS Prep: 13:30h Dir: Célia Zanini Exp: Romeu Labone

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

01/11/2023 Tema: MEDO DA MORTE

Fazer a oposição: incertezas X confiança.

44

Apoiar o tema 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 - Pergs. 958 a 962, In: LE, de Allan Kardec; “Receio da Morte”, cap. 2 (todo), In: Céu e Inferno, Allan Kardec; “Pesos inúteis” In: Renovando atitudes, Hammed; “Hoje, onde estivermos”, mens. 122, In: Vinha de Luz, Emmanuel; “No rumo do amanhã”, mens. 6, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel; “Sempre vivos” mens. 42, In: Pão Nosso, Emmanuel.

Ilustrar com a história “Subindo nas alturas” In: Histórias para o coração da mulher. Rochelle M. Pennington.

Enfoque: Levar à compreensão que o receio 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 às suas ideias, um outro objetivo aos seus trabalhos, e, com essa certeza, trabalha e se dedica com vistas ao seu futuro grandioso, porém, sem descuidar-se do presente, porque sabe que o seu futuro será o resultado de suas ações no presente. Dessa forma, a morte nada tem de apavorante, e é encarada como libertação e porta para a verdadeira vida.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Marcia Chiurco

Exp: Elenice Cav.

08/11/2023 Tema: INFLUÊNCIAS ESPIRITUAIS

Fazer a oposição: vícios X virtudes.

45

Correlacionar o tema à primeira epístola de João, 4: 1 – “Meus filhos, não creiais em todos os

Espíritos... Cap. XXI, itens 6 e 7 – Não acrediteis em todos os espíritos - In: ESE, de Allan Kardec. Cap. IX, parte 2ª, - Influência oculta dos Espíritos em nossos pensamentos e atos -, Pergs. 459 a 472, In: LE, de Allan Kardec; “Interferência Espiritual”, p. 31 a 33, In: Oferenda, de Divaldo P. Franco/ Joanna de Angelis; “Renasce Agora”, mens. 56, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel; “Vencer o Mal”, mens. 10, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier Emmanuel.

Ler e comentar a perg. nº 13 do Livro dos Médiuns, 2ª parte cap. IX: - Há um meio de expulsá-los: (os maus espíritos); ... “O melhor meio de afastar os maus Espíritos é atrair os bons. Atraí, pois, os bons Espíritos fazendo todo o bem possível, e os maus se irão; porque o bem e o mal são incompatíveis. Sede sempre bons, e não tereis senão os bons Espíritos ao vosso lado”. “Vigiai e orai para não cairdes em tentação”, Jesus, em Mateus, 26: 40.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Sônia Torres

Exp: Regina Raineri

15/11/2023 Tema: SEDE PERFEITOS

Fazer a oposição: perfeccionismo X perfeição.

46

Apoiar o tema no cap. XVII, item 1, do ESE: “E se vós não saudardes senão vossos irmãos, que fazeis nisso mais que os outros? Os pagãos não o fazem também? Sede pois, vós outros, perfeitos, como vosso Pai Celestial é perfeito.” “Perfeição versus Perfeccionismo”, In: Renovando Atitudes, de Francisco do Espírito Santo Neto/Hammed; “Perceba que perfeccionismo e auto cobrança são manifestações de vaidade”, In: Jesus: A inspiração das relações luminosas, de Wanderley de Oliveira/Ermanice Dufaux; “Em Silêncio”, mens. 4, “Aproveitamento”, mens. 14, In: Vinha de Luz, FC. Xavier/Emmanuel; “A quem obedeces?”, mens. 16, In: Pão Nosso, FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Uma questão de Macacos”, p. 114, In: Uma questão de Macacos e Outras Parábolas, de Pedro Ribes, Edições Paulinas.

Destacar que precisamos refletir sobre a natureza dos nossos sentimentos, por detrás da ajuda que prestamos aos nossos familiares e às pessoas em geral; Enfatizar que precisamos sondar com honestidade emocional se o que nos motiva é realmente amor e respeito à liberdade do outro, para que aprenda com seus próprios equívocos, ou se estamos agindo por vaidade, sendo manipuladores, possessivos e perfeccionistas! Reforçar ainda que a melhor maneira de ajudar será sempre aceitando o outro como ele é, ajudando-o a ajudar-se, porém, sem expectativa de gratidão e sem assumir os problemas lhe cabe resolver por si só, em prol do seu amadurecimento espiritual.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Antonio Carlos

Exp: Luis Antonio

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

16/11/2023 Tema: SEDE PERFEITOS

Fazer a oposição: perfeccionismo X perfeição.

- 46 Apoiar o tema no cap. XVII, item 1, do ESE: “E se vós não saudardes senão vossos irmãos, que fazeis nisso mais que os outros? Os pagãos não o fazem também? Sede pois, vós outros, perfeitos, como vosso Pai Celestial é perfeito.” “Perfeição versus Perfeccionismo”, In: Renovando Atitudes, de Francisco do Espírito Santo Neto/Hammed; “Perceba que perfeccionismo e auto cobrança são manifestações de vaidade”, In: Jesus: A inspiração das relações luminosas, de Wanderley de Oliveira/Ermance Dufaux; “Em Silêncio”, mens. 4, “Aproveitamento”, mens. 14, In: Vinha de Luz, FC. Xavier/Emmanuel; “A quem obedeces?”, mens. 16, In: Pão Nosso, FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história: “Uma questão de Macacos”, p. 114, In: Uma questão de Macacos e Outras Parábolas, de Pedro Ribes, Edições Paulinas.

Destacar que precisamos refletir sobre a natureza dos nossos sentimentos, por detrás da ajuda que prestamos aos nossos familiares e às pessoas em geral; Enfatizar que precisamos sondar com honestidade emocional se o que nos motiva é realmente amor e respeito à liberdade do outro, para que aprenda com seus próprios equívocos, ou se estamos agindo por vaidade, sendo manipuladores, possessivos e perfeccionistas! Reforçar ainda que a melhor maneira de ajudar será sempre aceitando o outro como ele é, ajudando-o a ajudar-se, porém, sem expectativa de gratidão e sem assumir os problemas lhe cabe resolver por si só, em prol do seu amadurecimento espiritual.

Tarefa: A.E. 5ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Juraci

Exp: Bernadete

22/11/2023 Tema: ARROGÂNCIA

Fazer a oposição: orgulho x humildade.

- 47 Apoiar o tema em Mateus, 20: 26-28 - “Assim não deve ser entre vós, mas todo aquele que quiser entre vós fazer-se grande seja vosso serviçal, e, qualquer que entre vós quiser ser o primeiro, seja vosso servo”. “Bem aventurados os pobres de espírito”, cap. VII (todo) - ESE, de Allan Kardec; “Estudando a arrogância”, cap. 8 e 9, In: Escutando Sentimentos, esp. Ermance Dufaux; “Vida e Posse”, mens. 8, “Exemplificar”, mens. 144, In: Palavras de vida Eterna, de FC. Xavier/Emmanuel; “Quem serve, prossegue”, mens. 82, In: Fonte Viva, de FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história “O farol e o navio” (texto esparso).

Enfocar que, de posse dessa sensação orgulhosa de possuir o certo em nosso ponto de vista, há milênios adotamos condutas que nos causam a agradável ilusão de possuímos autoridade suficiente para julgar com precisão a vida alheia.

A criatura que serve pelo prazer de ser útil, progride sempre e encontra mil recursos dentro de si mesma, na solução de todos os problemas. “O filho do homem não veio para ser servido, mas para servir.” – Jesus, MC 10:45.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Regina Raineri

Exp: Marcia Chiurco

29/11/2023 Tema: LAR VERDADEIRO

Fazer a oposição: casa X lar.

- 48 Apoiar o tema na 1ª epístola de Paulo a Timóteo, 5: 8 - “Mas se alguém não tem cuidado dos seus e, principalmente, dos de sua família, negou a fé...”
“Parentesco e Filiação”, pergs. 6 a 17, In: Leis de Amor, esp. Emmanuel; “Compaixão em Família”, mens. 107, “Paz em Casa”, mens. 108, In: Palavras de vida eterna, FC. Xavier/Emmanuel; “Educação no Lar”, mens. 12, In: Caminho, Verdade e Vida, FC. Xavier, Emmanuel; “Em Família”, mens. 117, In: Pão nosso, FC. Xavier/Emmanuel; “Tu e tua Casa”, mens. 88, In: Vinha de Luz; FC. Xavier/Emmanuel. “Vida em Família”, p. 23-25, In: S.O.S. Família, Divaldo P. Franco/Joanna de Angelis.

Ilustrar com “O Verdadeiro Lar”, artigo da Redação do “Momento Espírita”, com base em história de autoria desconhecida.

Abordar que a vida em família é oportunidade sublime de redenção espiritual e, portanto, não deve ser descuidada ou malbaratada. Reforçar que uma casa é fácil de construir, mas também é fácil de desmoronar, basta uma forte tempestade, um terremoto, um maremoto, ou outro fenômeno equivalente, para tal. Mas, a construção de um lar requer um investimento diferente: É preciso muita atenção, renúncia, entendimento, perdão, ternura, afeto, companheirismo, colaboração e confiança.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Célia Zanini

Exp: Sônia Torres

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

06/12/2023 **Tema:** OBSESSÃO: DOENÇA MORAL

Fazer a oposição: aprisionamento x libertação.

- 49 Apoiar o tema na passagem de Mateus V: 44-48: "Mas eu vos digo: Amai os vossos inimigos, fazei bem ao que vos tem ódio, e orai pelos que vos perseguem e caluniam..." Cap. XVII, itens: 1 e 3 do ESE, de Allan Kardec. "Obsessão", mens. 9, "Instrumentos da Obsessão", mens.29, In: A coragem da Fé, de Carlos 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. Homenagem a Allan Kardec que através da codificação espírita, libertou e continua libertando muitas consciências.
 Ilustrar com: "Ação das trevas", In: O Céu ao nosso alcance, de Richard Simonetti.
 Enfatizar que, em qualquer processo obsessivo, o enfermo será sempre convidado às operações de reajustamento e reequilíbrio próprio. Pequenos exercícios de disciplina da vontade, culto da prece, leituras edificantes, ações em favor do próximo, entre outros, são antídotos que agem intensamente a benefício da própria criatura.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Marcia Chiurco **Exp:** Romeu Labone

13/12/2023 **Tema:** PARÁBOLA FILHO PRÓDIGO. FOCO: O FILHO QUE FICOU

Fazer a oposição: inveja X generosidade.

- 50 Embasar o tema no evangelho de Lucas, XV, 11- 32, "...Há tantos anos que te sirvo, sem jamais transgredir uma ordem tua, e nunca me deste um cabrito para eu me regozijar com meus amigos; mas quando veio este teu filho que gastou teus bens com meretrizes, tu mandaste matar o novilho mais gordo..." "O Argueiro e a trave no olho", cap. X, itens 9 e 10, In ESSE, Allan Kardec; "Comparações", cap. 7, "Carências", cap. 15, In: Mereça ser Feliz", Wanderley S. de Oliveira/Ermance Dufaux; "Benignidade", mens. 14, "Serviço e Inveja", mens. 93, In: Palavras de Vida Eterna, FC. Xavier/Emmanuel; "Sirvamos", mens. 29, "Erguer e Ajudar", mens. 33, "Guardemos o Cuidado", mens. 34, In: Fonte Viva, FC. Xavier/Emmanuel.
 Levantar à reflexão que "as comparações orgulhosas impedem relacionamentos gratificantes e duradouros, porque estabelecem uma competição íntima com os outros". Informar que "carência é o estado íntimo de insatisfação que surge da privação de alguma necessidade pessoal, cujo principal reflexo é o sentimento de infelicidade. As matrizes profundas da carência podem ser encontradas no subconsciente. É o vício milenar de exigir e esperar ser amado sem disposição altruísta suficiente para amar. Resulta de uma construção lenta e gradual com bases no egoísmo".

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Sônia Torres **Exp:** Elenice Cav.

20/12/2023 **Tema:** O RECOMEÇO

Fazer a oposição: desistência X persistência.

- 51 Apoiar o tema na passagem de Jesus, conforme as anotações de Lucas, 5: 17 - 26 "Levanta-te, toma a tua cama e vai para a tua casa". "Recomeçamos", mens. 1; "Socorro e Concurso", mens. 9; "Atitudes Essenciais", mens. 18, In: Palavras de Vida Eterna, 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.
 Ilustrar com: "A vaca no precipício", Texto esparsos.
 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, o que nos leva à maturidade espiritual.

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h **Local:** CEOS **Prep:** 13:30h **Dir:** Antonio Carlos **Exp:** Mada

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

27/12/2023 Tema: NATAL VERDADEIRO

Fazer a oposição: descaso X boa vontade.

52

Apoiar o tema na passagem evangélica: “Glória a Deus nas alturas, Paz na Terra e Boa Vontade para com os homens.” Lucas, 2: 14. “Natal de amor”, mens. 30, In: Desperte e seja feliz, Divaldo P. Franco/Joanna de Ângelis; “Natal” mens. 180, In: Fonte viva, FC. Xavier/Emmanuel; “Não te esqueças dos outros” mens. 33, In: Cirurgia Moral, João Nunes Maia, espírito Lancellin; “Mensagem do Natal” p. 41; “Natal” p. 43; “Página do Natal” p. 55 e “Na luta vulgar” p. 45 In: Segue-me, FC. Xavier/Emmanuel.

Ilustrar com a história Natal em Família, Vídeo Disponível em: <https://m.youtube.com/watch?v=arGbNyZIEbY>

Enfocar que Natal Verdadeiro é a festa da família, é o aniversário de Jesus! O presente mais agradável a Ele é e será sempre a nossa união familiar, e que nos amemos uns aos outros, como Ele nos amou! Portanto, amemo-nos, amparemo-nos, e perdoemo-nos uns aos outros! Não vamos esperar a morte chegar para nos arrepender de não termos estado junto àqueles que são os nossos entes mais queridos. Natal! Boa Nova! Boa Vontade! Começemos a viver todos os dias do ano com Jesus, sob os esplendores de uma nova era, que há de vir!

Tarefa: Desobsessão 4ª Feira 14:00 h

Local: CEOS

Prep: 13:30h

Dir: Mada

Exp: Regina Raineri

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...

Vivencie os ensinamentos do Cristo para poder representa-lo.

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

As Atitudes de Amor deixam rastros de luz...