

127 - SAÚDE E EQUILÍBRIO - Mensagens de Emmanuel

127 - SAÚDE E EQUILÍBRIO

Para garantir saúde e equilíbrio, prometa a você mesmo:

- 1- Colocar-se sob os desígnios de Deus, cada dia, através da oração, e sustentar a consciência tranqüila, preservando-se contra idéias de culpa.
- 2- Dar o melhor de si mesmo no que esteja fazendo.
- 3- Manter coração e mente, atitude e palavra, atos e modos na inspiração constante do bem.
- 4- Servir desinteressadamente aos semelhantes, quanto esteja ao alcance de suas forças.
- 5- Regozijar-se com a felicidade do próximo.
- 6- Esquecer conversações e opiniões de caráter negativo que haja lido ou escutado.
- 7- Acrescentar pelo menos um pouco mais de alegria e esperança em toda pessoa com quem estiver em contato.
- 8- Admirar as qualidades nobres daqueles com quem conviva, estimulando-os a desenvolvê-las.
- 9- Olvidar motivos de queixa, sejam quais forem.
- 10- Viver trabalhando e estudando, agindo e construindo, no próprio burilamento e na própria corrigenda, de tal modo que não se veja capaz de encontrar as falhas prováveis e os erros possíveis dos outros.

Espírito: ANDRÉ LUIZ

Médium: Francisco Cândido Xavier

Livro: "Passos da Vida" - Edição IDE