Mensagem de Emmanuel: 127 - SAÚDE E EQUILÃ□BRIO

127 - SAÚDE E EQUILÃ□BRIO

Para garantir saíde e equilíbrio, prometa a você mesmo:
1- Colocar-se sob os desígnios de Deus, cada dia, através da oração, e sustentar a consciência tranquila, 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