214 - Minutos de Sabedoria

Procure viver com equilíbrio, mesmo dentro da agitação da vida diária.
Não se deixe levar pela onda desordenada que envolve a todos.
Pode trabalhar muito, ter atividades grandes, mas nunca deixe de fazer tudo a tempo e a hora, equilibradamente.
Reserve uma hora para sua leitura, para sua meditação, para sua higiene mental, a fim de manter-se constantemente em equilíbrio.