Livro dos Espíritos - Pergunta Numero: 727

727. Se não devemos criar para nós sofrimentos voluntários que não são de nenhuma utilidade para os outros, devemos no entanto preservar-nos dos que prevemos ou dos que nos ameaçam??

 O instinto de conservação foi dado a todos os seres contra os perigos e os sofrimentos. Fustigai o vosso Espírito e não o vosso corpo, mortificai vosso orgulho, sufocai o vosso egoísmo que se assemelha a uma serpente a vos devorar o coração, e fareis mais pelo vosso adiantamento do que por meio de rigores que não mais pertencem a este século.