



**16 andre luiz**

**Experimente  
Hoje**

Agradecer a Deus os benefícios da vida e valorizar os recursos do próprio corpo.

— o —

Trabalhar e servir além do próprio dever, quanto lhe seja possível.

— o —

Observar, ainda mesmo por instantes, a beleza da paisagem que lhe emoldura a presença.

— o —

Nada reclamar.

— o —

Comentar unicamente os assuntos edificantes.

— o —

Refletir nas qualidades nobres de al-

guma pessoa com a qual os seus sentimentos ainda não se afinem.

— o —

Falar sem azedume e sem agressividade na voz.

— o —

Ler algum trecho construtivo.

— o —

Praticar, pelo menos, uma boa ação, sem contar isso a pessoa alguma.

— o —

Cultivar tolerância para com a liberdade dos outros sem atrapalhar a ninguém.

— o —

Atendamos diariamente a semelhante receita de atitude e, em breve tempo, realizaremos a conquista da paz.



## **17 emmanuel**

**Algo  
de Nós**