

Diante de quaisquer tran-  
ses da vida, tudo venceremos  
se nos dispusermos a esquecer  
o mal, crer no bem e servir  
com amor.

BEZERRA DE MENEZES

## DEZ MANEIRAS DE AMAR A NÓS MESMOS

1 — Disciplinar os pró-  
prios impulsos.



2 — Trabalhar, cada dia,  
produzindo o melhor que  
pudermos.



3 — Atender aos bons conselhos que traçamos para os outros.



4 — Aceitar sem revolta a crítica e a reprovação.



5 — Esquecer as faltas alheias sem desculpar as nossas.



6 — Evitar as conversações inúteis.



7 — Receber no sofrimento o processo de nossa educação.



8 — Calar diante da ofensa, retribuindo o mal com o bem.



9 — Ajudar a todos, sem exigir qualquer pagamento de gratidão.



10 — Repetir as lições edificantes, tantas vezes quantas

se fizerem necessárias, perseverando no aperfeiçoamento de nós mesmos sem desanimar e colocando-nos a serviço do Divino Mestre, hoje e sempre.

ANDRÉ LUIZ

## DECÁLOGO PARA MÉDIUNS

Não afastar-se dos deveres e compromissos que abraçou na vida, reconhecendo que é impossível manter intercâmbio espiritual claro e constante com o Plano Superior, sem base na consciência tranqüila.

●