



Lumière et Sagesse

Para quem tem amor aos semelhantes

Otimismo Todo Dia - Mensagem 18

Tensão

Nos instantes de tensão e correria, feche-se à preocupação e ao medo porque uma coisa é ter que correr e outra se deprimir.

Pense nas más consequências da irritação e alivie o sistema nervoso. A vida não é só necessidade, agitação e correria.

Calma.

Refleta com paciência. Pense no que é, no que faz, para onde vai e se mantenha calmo em todas as situações.

Cuide-se o corpo se desgasta e a mente cansa.

A rolha, por não se deixar afundar, mantém-se intacta apesar do rebuliço da água.

Livro: Otimismo Todo Dia >> **Autor(es):** Lourival Lopes

Detalhes da Mensagem - Mensagens Luz e Sabedoria / Impresso em: 28/08/2026 14:55