

Recomendações importantes

Como evitar enfermidades:

- Cultivar bons pensamentos e sentimentos;
- praticar somente o bem;
- Não complicar a situação atual com tristeza ou desânimo, revolta ou agressividade.
- Buscar na medicina e nos recursos espirituais o alívio e até a cura.
- Estar sempre vibrando em oração;
- Seguir as orientações da doutrina, assistir palestras, tomar passe;
- Procurar fazer leituras edificantes;
- Elevar-se moralmente.