

## Preparo para a reunião: repouso físico e mental

Após o trabalho, seja ele profissional ou doméstico, braçal ou mental, faça o seareiro da desobsessão o horário possível de refazimento do corpo e da alma.

Repouso externo e interno.

Relaxe, com ideações edificantes.

Abstenção de pensamentos impróprios.

Aspirações para cima.

Distância de preocupações inferiores.

Preparação íntima, podendo incluir leitura moralizadora e salutar.

Formação de ambiente particular respeitável, de cujos agentes espirituais, enobrecidos e puros, se valham os instrutores para a composição dos recursos de alívio e esclarecimento aos irmãos que, desenfaixados da veste física, ainda sofrem.

Os responsáveis pelas tarefas da desobsessão devem compreender que as comunicações reclamam espontaneidade e que o preparo a que nos referimos é de ordem geral, sem a fixação da mente em exigências ou gratificações de sentimento pessoal.