

dade inteira. Tenho visto muitos espíritos dos que foram homens públicos na Terra em lastimável situação na Vida Espiritual..."

254

"Precisamos tolerar mais um pouco, tolerar mais um tanto, compreender de algum modo mais um tanto e criar em torno de nós a simpatia de que precisamos para viver."

255

"Vivemos como criaturas que se suicidam pouco a pouco, todo dia um suicídiozinho... Um ato de rebeldia, uma reclamação indébita, um ponto de vista infeliz... Atraímos vibrações negativas e operamos sobre nós esse suicídio lento, indireto..."

256

"Façamos uma campanha contra a violência, a começar de nós mesmos. Tenhamos mais paciência dentro de casa, no trânsito, no trato com os familiares... Uma palavra pronunciada em tom um pouco mais alto desencadeia vibrações que se propagam... Conversemos sem alterar a voz. Não aposentemos o sorriso... Vivemos descontraindo, apreciando a beleza em torno de

nós. Os homens se armam, porque os espíritos dos homens andam armados... Ninguém pode nos fazer uma contrariedade, que queremos partir para o revide."

257

"Precisamos ajudar-nos a nós mesmos, mas deixando essa história do *eu* ferido... Eu não tolero beltrano, eu não posso, eu não agüento... Nós todos somos uns para os outros. Alcançar o coração daqueles que estão ao nosso redor, precisamos também colocar o nosso coração naquele ponto de compreensão, de paciência... Para sermos tolerados, precisamos tolerar. Dar algo de bom de nosso coração, nossas palavras, nossos pensamentos, estendendo à pessoa que está no estado de angústia a esperança..."

258

"Todo perseguidor é um doente que está nas vésperas de enfermar-se mais ainda. Conheço muitos que enlouqueceram, passaram a ser mais implacavelmente assediados pelos espíritos... Melhor ser perseguido que perseguir. Quem nos persegue nos induz a achar novos caminhos... Na maioria das vezes, quem nos prejudica está nos beneficiando sem perceber... Aprendamos a ver no perseguidor um espírito que ainda não tomou maior consciência de si mesmo. Ele também vai continuar vivendo e não sabe o que o espera..."