

## Caridade e Higiene

A higiene alinha vários preceitos de proteção à vida, como sejam:

o asseio do corpo;

o uso da água potável não contaminada;

a renovação do ar no recinto doméstico;

a faxina habitual;

a limpeza da moradia;

o banho diário sempre que possível;

a roupa lavada;

a refeição natural;

e o saneamento do solo em que se vive.

\*

Entretanto, em auxílio à paz de que necessitamos para sermos tranquilos, somos de parecer que o perdão das ofensas, sejam elas quais forem, é um dos ingredientes fundamentais na segurança da própria alma, porquanto, acalantar ressentimentos é o mesmo que reter substâncias tóxicas, desequilibrando o pensamento e envenenando o coração.