

## 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 tranqüilos, somos de parecer que o perdão das ofensas, sejam elas quais forem, é um dos ingredientes fundamentais na segurança da própria alma, porquanto, acalentar ressentimentos é o mesmo que reter substâncias tóxicas, desequilibrando o pensamento e envenenando o coração.