

sabe com que espécie de angústia, desequilíbrio, doença ou depressão se vai sair.

Como atravessar as estradas do mundo, começando da própria casa, até as eminências das nossas relações uns com os outros, nas quais somos naturalmente induzidos às mais profundas observações para assumir atitudes certas? Como adquirir a paz necessária a fim de vivermos servindo à utilidade e rendendo o bem, no bem de todos?

André Luiz recordou, com muita propriedade, as leis do trânsito que asseguram a ordem e a tranqüilidade nas rodovias do mundo, se devidamente repetidas, e intitulou este livro com a expressiva legenda "SINAL VERDE".

E lendo-lhe as páginas edificantes ser-nos-á fácil anotar que em cada capítulo encontramos sinais de luz, descortinando-nos caminho claro, como a dizer-nos que se acatamos o princípio do *bem ao próximo tanto quanto desejamos o bem para nós mesmos* podemos livremente seguir adiante, guiando o carro da nossa vida para os domínios da elevação e do progresso, em paz com os outros e com a paz em nós próprios pela força inconfundível da consciência tranqüila.

*Emmanuel*

Uberaba, 4 de agosto de 1971

# 1

## Ao levantar-se

Agradeça a Deus a bênção da vida, pela manhã.



Se você não tem o hábito de orar, formule pensamentos de serenidade e otimismo, por alguns momentos, antes de retomar as próprias atividades.



Levante-se com calma.



Se deve acordar alguém, use bondade e gentileza, reconhecendo que gritaria ou brincadeiras de mau gosto não auxiliam em tempo algum.



Guarde para com tudo e para com todos a disposição de cooperar para o bem.



Antes de sair para a execução de suas tarefas, lembre-se de que é preciso abençoar a vida para que a vida nos abençoe.

