



V

Para que os nossos irmãos convalescentes apresentem melhoras expressivas e seguras, pedimos-lhes, de nossa parte, manterem o pensamento a cavaleiro de preocupações absorventes, a fim de que as suas energias se refaçam com a solidez necessária. Jesus nos abençoe.



VI

Os amigos espirituais estarão sempre em concurso ativo no tratamento de nossos irmãos enfermos.



## TÓPICOS DA TENSÃO

I

A luta prossegue, entretanto, é na luta que consolidaremos a paz - paz íntima pelo dever bem cumprido.

Mantenhamos a nossa confiança viva em Jesus, na certeza de que o nosso Divino Mestre é o Companheiro e o Amigo, o Mentor e o Guardião de nossos corações e de nossos caminhos.

Guardemos calma e segurança.

A fé ser-nos-á luz na estrada a percorrer, por mais sombra se nos acumule na senda.

Descansemos o pensa-

mento, o coração, os nervos e as energias em repouso edificante.

Nossas forças serão restauradas com a Bênção do Senhor.



II

“ACALMAR-SE” - é a senha.

Asserenemos as próprias forças!

Quanto possível abandonemos a tensão.

O trabalho é o preço da bênção.

Ajudemos os companheiros no desempenho de seus nobres deveres, encorajando-lhes o cora-

ção, sempre que possível.

A luta cederá lugar à bonança.

Confiemos pois em Deus, e que Jesus nos abençoe!



III

Esquecer a doença orgânica.

Distrair-se em recursos sadios de arejamento íntimo, aliviando a tensão.

Consagrar-se aos trabalhos espirituais na certeza de que Deus não nos abandona e de que, em todas as circunstâncias, precisamos buscar, acima de tudo, os desígnios de Deus.



IV

Despreocupação é a palavra.

Repouso construtivo.

Paz com as próprias obrigações.

Não exigir de nós mesmos qualquer rigor no cumprimento de nossas obrigações, quando faltar-nos a saúde.

Fazer o possível em benefício de nossa tranqüilidade doméstica.

Manter o coração sensível e afetuoso na fé viva e segura, na certeza de que o Senhor nos abençoará, hoje e sempre.



V

Confiemos na bênção Divina em nosso benefício!

Guardemos a calma e a coragem porque o Amor de Jesus nunca está pobre e com o Mestre Sublime podemos contar sempre.

Serenidade! Fortaleza! Bom ânimo!



VI

Tranqüilize o campo nervoso.

Descanse o pensamento na prece e no trabalho do bem e use a serenidade mental como remédio edificante.

Cuidado para consigo mesmo no sentido de preservar a sua paz, em favor da própria saúde!



## TÓPICOS DA ANSIEDADE

### I

Filhos, confiemos na proteção do Senhor em nossas dificuldades.

Atendamos à saúde, através da serenidade, e esperemos a bênção de Jesus que nunca nos desampara. A postos, dedicados Benfeitores Espirituais cooperam em favor dos amigos encarnados, rogando ao Senhor nos guarde e ampare, hoje e sempre.



### II

Quanto mais possamos acrescentar serenidade e pa-