

## Guión para escribir bien nuestro Libro de la Vida

- 1.- Salud corporal y espiritual
  - a.- Voluntad de vivir sanamente.
  - b.- Buscar la perfecta salud del espíritu: Pensar con calma y claridad.
- 2.- Sentirse miembro integrante de la vida entera. Sentirse responsable por todo lo que ocurre.
- 3.- Los pensamientos y sentimientos son tan importantes como los actos.
- 4.- Estar convencido de que nuestra verdadera esencia radica en lo interior. Aprender de los demás.
- 5.- Ser constante para ejecutar cualquier decisión. Encontrar satisfacción en la acción, en el trabajo, y no en el éxito o en el resultado.
- 6.- Sentir gratitud hacia todo y hacia todos.
- 7.- Dar a la vida carácter armonioso y manifestar exteriormente lo interior: No sólo los buenos actos, sino los buenos pensamientos y sentimientos.

Resumen en verso para memorizarlo:

Salud de cuerpo y espíritu;  
sentirse miembro de un todo;  
pensar, sentir y actuar  
importan del mismo modo;  
nuestra esencia es lo interior;  
constancia y trabajo sólo;  
gratitud ilimitada  
y un carácter armonioso  
que muestre hacia el exterior  
lo que está muy en el fondo.