

## FALA EM PAZ

**Justo lembrar: a voz humana está carregada de vibrações.**

★ ★ ★

**Esforça-te por evitar os gritos intempestivos e inoportunos.**

★ ★ ★

**Uma exclamação tonitroante equivale a uma pedrada mental.**

★ ★ ★

**Se alguém te dirige a palavra em tom muito alto, faze-lhe o obséquio de responder em tom mais baixo.**

★ ★ ★

**Os nervos dos outros são iguais aos teus: desequilibram-se facilmente.**

★ ★ ★

**Discussão sem proveito é desperdício de forças.**

★ ★ ★

**Não te digas sofrendo esgotamento e fadiga para poder lançar frases tempestuosas e ofensivas; aqueles que se encontram realmente cansados procuram repouso e silêncio.**

★ ★ ★

**Se te sentes à beira da irritação, estás doente e o doente exige remédio.**

★ ★ ★

**Barulho verbal apenas complica.**

★ ★ ★

**Pensa nisso: a tua voz é o teu retrato sonoro.**

★ ★ ★  
★ ★  
★