A "chave" (**revela**) da saúde ***física*** está no equilíbrio das temperaturas: interna e externa

A **doença vai acontecer** pela perda da capacidade nervosa de sentir o desequilíbrio + intoxicação

A capacidade nervosa está ligada com a coluna vertebral: desvios de coluna criarão problemas mecânico

A intoxicação ocorre também por uso indevido de medicamentos e drogas

Na **temperança** é fundamental: usar o que faz bem com moderação e evitar o que faz mal.

Nossa vida é um circuito de 4 potências unidas: físico, emocional, intelectual e espiritual

(1) temperamento = glândulas (físico)

(2) memória = acontecimentos e histórias (experiências)

(3) valores = educação em princípios (intelecto)

(4) intuição = conexão com o 'divino' ou 'superior' (espiritualidade)