



## Orações de Fé: A Reforma de Saúde

---

Oração<sup>1</sup> Baseada no capítulo 1 do livro Conselho Sobre Regime Alimentar -  
"Porque a luz sobre a reforma da saúde" <sup>2</sup>

"Oh Senhor, faça resplandecer sobre mim a Sua luz nestes últimos dias, a fim de que a obscuridade e as trevas que têm sido acumuladas nas passadas gerações em virtude de pecaminosa condescendência, possam de alguma forma ser dissipadas, e o cortejo de males que tem resultado por causa da intemperança no comer e no beber, seja amenizado.

Tu me conduziste, ó Pai, com sabedoria a uma posição em que eu seja separado do mundo no espírito e na prática, a fim de que eu não seja tão prontamente levado à idolatria e não seja maculado com a corrupção prevalecente neste século. É Teu desígnio Pai, que os pais crentes e seus filhos permaneçam como vivos representantes de Cristo, candidatos para a vida eterna. Faça-me ser participante da natureza divina a fim de que eu escape da corrupção que pela concupiscência há neste mundo. Sei que se eu condescender com o apetite será impossível para mim alcançar a perfeição cristã.

Ó Pai. Satanás está trabalhando com grande afinco para levar homens a serem condescendentes com o apetite, a satisfazerem a inclinação e a gastarem os seus dias em desavisadas doidices. Ele apresenta atrações numa vida de prazer egoísta e condescendência sensual, mas não quero dar atenção. A intemperança mina as energias tanto da mente como do corpo.

---

<sup>1</sup> "A oração é o abrir do coração a Deus como a um amigo. Não que isso seja necessário para que Deus saiba quem somos, mas para nos habilitar a recebê-Lo. A oração não faz Deus descer até nós, mas eleva-nos a Ele." Ellen G. White, Caminho a Cristo, p. 59, versão digital disponível em <https://m.egwwritings.org/pt/folders/245>

<sup>2</sup>Texto: <https://m.egwwritings.org/pt/book/11093.118#118>



Portanto, ó Pai, me faça ser temperante em todas as coisas — no trabalho, no comer e no beber, para que eu tenha boa saúde.

Tua luz foi dada a mim sobre a reforma de saúde a fim de me proteger contra os males resultantes do apetite pervertido. Ensine-me a amar a pureza, a santidade e que eu saiba usar com discrição as boas coisas que Tu proveste para mim.

Transforma-me de maneira que eu tenha sempre em mente o grande objetivo da reforma de saúde: garantir o desenvolvimento mais elevado possível da mente, da alma e do corpo.

Quero obedecer às leis da Natureza — que são também Tuas leis— e que foram destinadas para o meu bem. Ensine-me a ser obediente a estas leis de maneira que elas me promovam felicidade nesta vida, e me ajude a preparar-me para a vida futuro.

Ajude-me a seguir a luz dada com respeito ao regime alimentar. Faça-me renunciar tudo que me afeta desfavoravelmente, fazendo de mim o que não devo ser. Conceda-me forças para crescer em Cristo. Quero dar atenção devida aos princípios do viver saudável. Mostra no que preciso melhorar e dá-me coragem para reconhecer meus erros e reformar meus hábitos. Será uma luta que exigirá perseverança. Mas confio que Tu podes fazer esta obra em mim.

Em nome do Senhor Jesus Cristo, Teu Filho Unigênito oro. Amém. <sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> "Orar em nome de Jesus, todavia, é mais do que simplesmente mencionar esse nome no começo e no fim da oração. É orar segundo a mente e o espírito de Jesus, crendo em Suas promessas, confiando em Sua graça e fazendo Suas obras." Ellen G. White, Caminho a Cristo, p. 63 versão digital disponível em <https://m.egwwritings.org/pt/folders/245>