

23 de maio

VANTAGENS EM ABUNDÂNCIA

Por esta razão também nós, desde o dia em que o ouvimos, não cessamos de orar por vós, e de pedir que transbordeis de pleno conhecimento da Sua vontade, em toda a sabedoria e entendimento espiritual; a fim de viverdes de modo digno do Senhor. Col. 1:9 e 10.

Nove atletas bem treinados, no auge de sua forma física, foram postos sobre bicicletas imóveis para uma experiência de resistência humana. Vários dias antes, foram alimentados por um regime de verduras, frutas e carne. Agora foi-lhes ordenado que pedalassem até ficarem exaustos. A média de resistência foi de 114 minutos. Novamente, por três dias tiveram um regime rico em gorduras e proteínas: carne, leite e ovos. Desta vez a exaustão veio numa média de apenas 57 minutos de pedaladas. A dieta dos três dias seguintes consistia de verduras, frutas e cereais, mas nada de carne. Desta vez a média de resistência foi de 167 minutos, tendo alguns dos participantes atingindo 240 minutos. Estes resultados contrariam a crença geral!, segundo a qual para um trabalho físico pesado uma dieta de muita carne (proteína animal) produz mais força. Se esta variação de força pôde apresentar-se em apenas nove dias, pense qual seria a diferença se esses atletas fossem sempre vegetarianos. Que relação podia ter havido nas faculdades mentais e espirituais? Certamente Deus o sabia muito bem quando prescreveu um regime sem alimentos cárneos.

Quando consegui chegar ao nível dos 4.200 metros do Pikes's Peak, no Colorado, pensei na maratona anual que todos os anos ali se realizam. O instrutor Rudy Fahl que organiza e promove a competição verificou que, ano após ano, os vegetarianos sempre ganham os troféus. Por quê? Preste atenção: "É um erro supor que a força muscular depende do uso de alimento animal". — A Ciência do Bom Viver, p. 316. Suas necessidades corporais, e a própria saúde, podem ser supridas e melhor saboreadas se você atentar para a sabedoria divina. As vantagens ilimitadas incluem o custo, vida mais longa, e o trazer também mais glória a Cristo! Por que preferir alimentos de segunda categoria quando você pode ter o melhor?