

87

Rogativa do Estômago*Cap. XIII — Item 8*

- 1 — Sou a porta de sua sustentação.
Conserve-me limpo.
- 2 — Posso trabalhar com segurança.
Não me incline à desordem.
- 3 — Muita vez clama você contra a carestia.
E despende somas consideráveis para desajustar-me as funções e conturbar-me os serviços.
- 4 — Não me encha de excessos.
Carregando peso desnecessário, é possível venhamos a cair hoje mesmo.
- 5 — Não me faça depósito de condimento demaisado.
Obedecendo às leis orgânicas, transmitirei ao seu próprio sangue os venenos que você me impuser.
- 6 — Não me dê bebidas alcoólicas.
Se você fizer isso, não garantirei sua própria cabeça.
- 7 — Rogo a você afastar-me de todo entorpe-

cente, a não ser por ocasião de tratamentos excepcionais.

Pequena drágea para repouso inconveniente pode, em verdade, aproximar-nos da morte.

- 8 — Não desejo e nem posso alimentar-me exclusivamente com recursos celestes.
Peço apenas a você discernimento e equilíbrio.
- 9 — Governe-me contra as sugestões da mesa festiva, mesmo nos mais simples prazeres familiares.
Tenho comigo a chave de sua própria harmonia.
- 10 — Não me diga que morrerá de fome porque não disponha de mesa lauta.
Por amor de Deus, não olvide que a maior parte das enfermidades vem do prato abundante e que nós não vivemos para comer, mas comemos simplesmente para viver.

ANDRÉ LUIZ

