**10 ЗАПОВЕДЕЙ ЗДОРОВЬЯ**

1. Относитесь к своему телу, как к величайшему проявлению жизни.
2. Воздерживайтесь от всякой ненатуральной неживой пищи и стимулирующих напитков.
3. Употребляйте только живую, натуральную, непереработанную пищу.
4. Посвятите свою жизнь любви и милосердию.
5. Восстанавливайте свой организм, правильно сочетая физическую активность и отдых.
6. Очищайте клетки, ткани, кровь чистым воздухом и солнечными лучами.
7. Воздерживайтесь от любой пищи при различных болезнях.
8. Думайте и говорите спокойно.
9. Пополняйте знания о законах природы, соблюдайте их и наслаждайтесь плодами своего труда.
10. Доведите себя до полного подчинения законам природы и учите других этому