

### 1.- SÉ SANO:

Limpia tu cuerpo; aliméntate noblemente; bebe mucha agua; respira hondo y profundamente aire puro, evita los venenos; la enfermedad no te tocará.

### 2.- SÉ ELEVADO:

Piensa siempre alto; no maldigas; evita a los maledicentes; no contamines ni permitas que te contaminen; la maldad no te tocará.

### 3.- SÉ FUERTE:

No temas a nada ni a nadie; tu único enemigo eres tú mismo; aleja el pesimismo y la tristeza; no estás solo, ni eres débil; huye de la falsa modestia y la vanidad; la falsa modestia sustrae fuerzas y la vanidad ciega; la debilidad no te tocará.

### 4.- SÉ BONDADOSO:

Haz todo el bien que puedas sin sentimentalismos; crea energías haciendo el bien a todos; cuídalas no entregándote a nadie; la ingratitud no te tocará.

### 5.- SÉ SABIO:

Busca dentro de ti mismo a tu propio maestro; lo encontrarás; él tratará a todos tus problemas; el error no te tocará.

### 6.- SÉ DISCRETO:

Protégete; guarda absoluto secreto; a nadie hables de lo que tu maestro te haya enseñado; tu tesoro es sólo tuyo; el secreto crea; la traición no te tocará.

### 7.- NO SÉ SUPERIOR:

Ama a todo y a todos; no odies a nada ni a nadie; todo lo que engendra, engendra su igual; el odio engendra el odio y el amor engendra el amor, lo que des te darán; el odio no te tocará.

