Cara Hidup Alternatif



Ubahlah Cara Hidup Anda Ubahlah Hati Anda Ubahlah Pola Makan Anda



Tiada Lagi Pembunuhan Jadilah Sehat dan Pengasih



Contoh makanan bergizi yang menyelamatkan kehidupan lain:

Makanan	Kandungan Protein
	(% berdasar Berat)
Tahu (dari kedelai)	16 %
Gluten (dari terigu)	70 %
Jagung	13 %
Beras	8,6 %
Kacang kedelai, kacang merah, kacang garbanzo, lentil, dll.	10 - 35 %
Kacang almond, kacang walnut, kacang mete,	14 - 30 %
kacang hazel, kacang pinus, dll.	
Biji labu, biji wijen, biji bunga matahari, dll.	18 - 24 %

- Konsentrat multivitamin yang berupa tablet atau kapsul juga merupakan sumber vitamin, mineral, dan anti-oksidan yang baik.
- Buah dan sayur-sayuran kaya akan vitamin, mineral, anti-oksidan, dan serat berkualitas tinggi yang sangat baik untuk kesehatan dan panjang umur.
- Jumlah yang dianjurkan per hari: 50 gram protein (untuk rata-rata orang dewasa).
- Kalsium dari sayuran lebih mudah diserap dibandingkan susu sapi.
- Untuk mengurangi ancaman nyata wabah flu burung di dunia,
- Untuk menghindari penyakit sapi gila (BSE) dan penyakit babi (PMWS), dll.
- Untuk menghentikan pembunuhan mengerikan yang terus terjadi setiap hari terhadap miliaran hewan domestik yang cantik, hewan laut, dan hewan unggas,

Maka sangatlah bijaksana jika kita beralih ke pola makan vegan untuk selamanya.

Itulah Kesehatan Itulah Ekonomi Itulah Ekologi Itulah Welas Asih Itulah Kedamaian Itulah Kemuliaan





Untuk informasi lebih lanjut, silakan mengunjungi situs di bawah ini:

<u>AL.Godsdirectcontact.org</u> atau e-mail ke **AL@Godsdirectcontact.org**vrg.org vegsource.com

Supreme Master Television hanya menyiarkan acara TV yang positif, dan akan membawa dimensi baru ke dalam kehidupan Anda.

Tersedia di seluruh dunia sebagai TV Internet live 24 jam di: SupremeMasterTV.com