



également constaté que ceux qui ont une foi vivante en Dieu ont des vies plus productives parce qu'il y a moins de risques qu'ils fassent des dépressions, qu'ils deviennent alcooliques, qu'ils soient emprisonnés ou qu'ils fassent des mariages malheureux. La santé est beaucoup plus que l'absence de maladie. Elle résulte d'un développement harmonieux de nos facultés physiques, mentales, sociales et spirituelles. La confiance dans la puissance divine est le secret d'un véritable bien-être, d'une santé meilleure et d'une vie heureuse.

Ceux qui suivent les huit principes de santé décrits dans ce guide non seulement vivent plus longtemps, mais profitent aussi d'une meilleure qualité de vie. Le département de médecine préventive de l'université de Loma Linda a mené un projet de recherche sur un segment de la population qui suit ces principes: « Environ 50 000 adventistes du septième jour ont été suivis et analysés, principalement en Californie, sur une période de trente ans. Les résultats ont démontré que les hommes et les femmes adventistes vivent respectivement 8,9 et 7,5 années plus longtemps que la population