

Правила растаманов:

- любовь к людям
- курение марихуаны
- философствование и постижение смысла жизни
- рассказы о растаманах и о раста-движении

Каждый представитель этой субкультуры должен придерживаться определенных запретов: не курить табак, не пить алкоголь, не употреблять тяжелые наркотики, не играть в азартные карты, не одевать чужие вещи, не притрагиваться к мертвым, не есть блюда, приготовленные чужими людьми. В питании они придерживаются вегетарианства, не едят соль и не пьют коровье молоко.