

A DALAI LÁMA ÜZENETE - INSTRUKCIÓK AZ ÉLETHEZ

1. Vedd számításba, hogy a nagy szerelem és a nagy siker kockázattal jár!
2. Mikor veszítesz, legalább a leckét tanuld meg!
3. Kövesd a három T-t! Tiszteld önmagad! Tisztelj másokat! Tetteidért vállalj felelősséget!
4. Ne felejtsd el, hogy nem megkapni azt, amit kívánsz, néha csodálatos szerencse!
5. Tanuld meg a szabályokat, hogy tudjad, hogyan lehet áthágni őket!
6. Ne hagyd, hogy egy kis nézeteltérés tönkre tegyen egy nagy barátságot!
7. Mikor rádöbbsz, hogy hibát követtél el, azonnal tégy lépéseket a kijavítására!
8. Tölts mindennap egy kis időt magaddal!
9. Tárd ki a karjaidat a változásnak, de ne engedd el az értékeidet!
10. Emlékezz, hogy néha a csönd a legjobb válasz.
11. Élj jó, becsületes életet, így amikor öregebb leszel és felidézted az emlékeidet, képes leszel másodszor is élvezni azokat!
12. A szeretetteljes légkör az otthonodban, megalapozza az életedet!
13. Szeretteiddel való nézeteltéréseid alkalmával foglalkozz csak az adott problémával, ne hánytorgasd fel a múltat!
14. Oszd meg a tudásod! Ez az egyik út a halhatatlansághoz!
15. Légy gyengéd a Földhöz!
16. Évente egyszer menj olyan helyre, ahol még nem voltál!
17. Emlékezz, hogy az a legjobb kapcsolat, amelyben az egymás iránti szeretetek meghaladja az egymással szembeni érdekeiteket!
18. Mérlegeld a sikeredet annak fényében, hogy mit kellett földadnod azért, hogy elérd!
19. Vakmerő önfeladással kezeld a szerelmet és a főzést!