



Instructions pour mener votre vie

par Dalai Lama

- 🌿 Tenez compte du fait que le grand amour et les grandes réussites impliquent de grands risques.
- 🌿 Lorsque vous perdez, ne perdez pas la leçon.
- 🌿 Suivez les trois R: Respect de soi-même, Respect des autres et Responsabilité de tous vos actes.

- 🌿 Souvenez-vous que ne pas obtenir ce que vous voulez est parfois un merveilleux coup de chance.
- 🌿 Apprenez les règles pour savoir comment les transgresser correctement.
- 🌿 Ne laissez pas une petite dispute meurtrir une grande amitié.
- 🌿 Lorsque vous réalisez que vous avez commis une erreur, prenez immédiatement des mesures pour la corriger.
- 🌿 Passez un peu de temps seul chaque jour.
- 🌿 Ouvrez vos bras au changement, mais ne laissez pas s'envoler vos valeurs.
- 🌿 Rappelez-vous que le silence est parfois la meilleure des réponses.
- 🌿 Vivez votre vie d'une façon bonne et honorable. Ainsi, lorsque vous vieillirez et que vous regarderez en arrière, vous en profiterez une deuxième fois.
- 🌿 Un foyer aimant est la fondation de votre vie.
- 🌿 Dans les désaccords que vous avez avec ceux que vous aimez, ne vous occupez que de la situation actuelle. Ne réveillez pas le passé.
- 🌿 Partagez votre savoir. C'est une manière d'atteindre l'immortalité.
- 🌿 Soyez tendre avec la Terre.
- 🌿 Une fois par an, allez quelque part où vous n'êtes jamais allé auparavant.
- 🌿 Souvenez-vous que la meilleure des relations est celle dans laquelle l'amour que chacun porte à l'autre dépasse le besoin que vous avez de l'autre.
- 🌿 Jugez vos succès d'après ce que vous avez dû sacrifier pour les obtenir.
- 🌿 Approchez l'amour et la cuisine avec un abandon insouciant.