

Cem Conselhos para a Vida

- 01 - Descubra seu maior defeito e disponha-se a corrigi-lo.
- 02 - Escolha até três exemplos de vida e determine-se a segui-los.
- 03 - Tenha força e sabedoria para resistir às tentações do mundo.
- 04 - Cultive a força da tolerância de forma a compreender, aceitar, assumir responsabilidades, ter determinação e melhorar as circunstâncias externas. Então, passe a cultivar a tolerância pela vida, a tolerância por todos os darmas e a tolerância pelos darmas não surgidos de maneira a transformar o cultivo da tolerância em força e sabedoria.
- 05 - Aprenda a se adaptar à pressão externa e não se deixe afetar por ela.
- 06 - Seja ativo e destemido. Pense antes de agir.
- 07 - Envergonhe-se do que ignora, do que é incapaz, do que o torna impuro e rude.
- 08 - Faça com frequência algo que toque o coração das pessoas.
- 09 - Sinta-se bem sob qualquer circunstância, siga as condições corretas, esteja sempre livre de aflições e faça tudo com alegria no coração.
- 10 - Ser corajoso e virtuoso é ter a capacidade de admitir os próprios erros.
- 11 - Aprenda a aceitar perdas, falsas acusações, contratempos e humilhações.
- 12 - Não inveje aqueles que praticam boas ações ou dizem boas palavras. Tenha sempre na mente, bondade e beleza.
- 13 - Não empurre os outros para a beira do abismo; ao contrário, dê-lhes espaço para recuar -- um dia eles poderão lhe ajudar.
- 14 - Sirva àqueles que desejam fazer o bem, compartilhe um objetivo. Favoreça os outros e respeite seus anseios.
- 15 - Seja amável e humilde ao relacionar-se com as outras pessoas. Expresse bondade em seu semblante e em sua fala.
- 16 - A capacidade de doar traz abundância verdadeira.
- 17 - Importe-se apenas com o que é certo ou errado; não se fixe em perdas e ganhos.
- 18 - Deixe de lado pensamentos egoístas e dedique-se à justiça, à verdade e ao bem comum.
- 19 - Viaje pelo mundo sob o céu estrelado. Vivencie a prática da procissão de mendicância pelo menos uma vez na vida.
- 20 - Abra mão de todas as suas posses ao menos uma ou duas vezes na vida.
- 21 - A cada quatro ou cinco anos, empreenda uma viagem sozinho.
- 22 - Não se deixe cegar pelo amor. Não se traia por dinheiro.
- 23 - Não batas de frente com as coisas – aprenda a arte de ser sutil.
- 24 - Não há êxito sem persistência, diligência e determinação.
- 25 - Desenvolva autoconfiança, expectativas em relação a si mesmo e metas pessoais.
- 26 - Procure ouvir boas palavras e jamais esqueça o que elas significam.
- 27 - Não desperdice o seu tempo. Faça planos e use o tempo com sabedoria.
- 28 - Seja sempre sensato, pois a sensatez é imparcial e igual para com todos.
- 29 - Lembre-se dos erros cometidos. Tenha-os sempre em mente para não repeti-los.
- 30 - Seja qual for a sua função, desempenhe-a bem. Não olhe para os lados.
- 31 - Faça tudo com boa intenção, verdade, sinceridade e beleza.
- 32 - Não se apegue ao passado. Olhe sempre adiante.
- 33 - Lute sempre pelos seus objetivos e vá longe.
- 34 - Planeje sua carreira, use seu dinheiro com sabedoria, purifique seus sentimentos e não se apegue a fama e riqueza.

- 35 - Desenvolva compreensão e visão corretas. Não se deixe levar cegamente pelos outros.
- 36 - Renuncie a apegos insensatos e aceite a verdade com mente humilde.
- 37 - Não faça intrigas nem espalhe rumores. Não se deixe influenciar por eles.
- 38 - Aprenda a desenvolver sua mente, reformar seu caráter, recuar e dar guinadas na vida.
- 39 - Cultive méritos por meio de doações que estejam de acordo com sua capacidade, função, disposição e condição.
- 40 - Crie profundamente no Dharma e contemple todas as virtudes. Nunca faça o mal; pratique sempre o bem.
- 41 - Não culpe os céus nem os outros por sua infelicidade, pois tudo tem sua causa e seu efeito.
- 42 - Pense no bom e belo ao invés de pensar no que é triste e penoso.
- 43 - Conquiste ao menos três tipos de habilitação ao longo da vida, como, por exemplo, para guiar automóveis, cozinhar, digitar, cuidar de enfermos, exercer a medicina, o magistério, o direito, a arquitetura, etc.
- 44 - Aprenda a articular bem a fala e a escrita. Aprenda a ouvir, a apreciar, a pensar, a cantar, a pintar e a desenvolver habilidades. Quanto mais se aprende, melhor. Aprenda, ao menos, metade disso tudo.
- 45 - Leia ao menos um jornal por dia, para se manter em dia com o mundo.
- 46 - Leia pelo menos dois livros por mês.
- 47 - Mantenha uma rotina diária.
- 48 - Cultive hábitos regulares de sono e alimentação.
- 49 - Pratique exercícios físicos.
- 50 - Mantenha-se longe de cigarro, álcool, pornografia e drogas. Administre e controle sua própria vida.
- 51 - Pratique meditação por, pelo menos, dez minutos todos os dias.
- 52 - Passe, pelo menos, metade de um dia sozinho, uma vez por semana.
- 53 - Ao menos uma vez por mês, pratique o vegetarianismo, para nutrir seu coração de compaixão.
- 54 - Ajude os outros e faça o bem sem esperar nada em troca.
- 55 - Compartilhe sua alegria e compaixão com os demais.
- 56 - Mantenha a capacidade de se auto avaliar sob qualquer circunstância.
- 57 - Reze pelos desafortunados, onde quer que você esteja.
- 58 - Seja preciso em suas observações. Considere todos os ângulos e seja tolerante e compreensivo em relação aos outros.
- 59 - Aprecie a vida, cuide dela e não a maltrate jamais.
- 60 - Use seu dinheiro e suas posses com sabedoria. Não desperdice nem gaste demais.
- 61 - Em tempos de alegria, contenha a sua fala; no infortúnio, não despeje sua raiva sobre os outros.
- 62 - Não enalteça seus próprios méritos nem aponte os erros alheios.
- 63 - Não inveje nem suspeite. Méritos advêm das realizações e da ajuda aos outros.
- 64 - Não seja ganancioso em relação às posses alheias, nem mesquinho em relação às suas.
- 65 - Demonstre coerência entre atitude e pensamento. Não seja iluminado na teoria e ignorante na prática.
- 66 - Não fique sempre pedindo ajuda aos outros. Busque ajuda dentro de si mesmo.
- 67 - Faça de sua própria conduta um bom exemplo. Não espere benevolência dos outros, mas de si mesmo.
- 68 - Cultivar bons hábitos é a melhor maneira de manter uma vida íntegra e saudável.

- 69 - É melhor ser não inteligente do que não compassivo.
- 70 - A mente otimista é contemplada com um futuro brilhante.
- 71 - Construa seu próprio destino. Corra atrás das oportunidades ao invés de esperar que elas caiam do céu.
- 72 - Controle suas emoções e seu humor: não se deixe levar por eles.
- 73 - Elogio e ofensa fazem parte da vida. Não se apegue a eles – conserve sempre a paz interior.
- 74 - A doação de órgãos ajuda a prolongar a vida além de propiciar recursos para as vidas de outros seres.
- 75 - Ouça o que os outros têm a dizer e anote a essência do que eles dizem.
- 76 - Olhe para si mesmo antes de acusar os outros. Somente uma avaliação honesta de seus méritos e deméritos lhe dá o direito de julgar os demais.
- 77 - Cumpra suas promessas.
- 78 - Não viole o direito dos outros para beneficiar a si próprio. Favorecer os demais, às vezes, é imperioso.
- 79 - Não sinta prazer em ridicularizar os outros. Ao contrário, aprenda a fazê-los felizes.
- 80 - Não critique, por inveja, a benevolência do outro. Respeite-o e siga seu bom exemplo.
- 81 - Não use de traição para obter vantagens.
- 82 - Os privilégios devem, antes de tudo, ser oferecidos às outras pessoas.
- 83 - Aprenda a aceitar as desvantagens. Saiba que, na verdade, elas são vantagens.
- 84 - Não se apegue a perdas e ganhos. Não faça comparações entre o que você e os outros têm ou deixam de ter.
- 85 - Seja sincero, impetuoso e educado.
- 86 - Harmonia, paz e tranquilidade é a chave para o relacionamento com as pessoas.
- 87 - Respeito, reverência e tolerância é a tríade para manter boas relações com o mundo.
- 88 - A raiva não resolve problemas. Somente uma mente tranquila e pacífica pode ajudar você a lidar com a vida.
- 89 - Relacione-se com pessoas virtuosas e bons mestres.
- 90 - Não contamine os outros com sua tristeza, nem leve preocupações para a cama.
- 91 - Busque prazer e alegria em tudo o que faz, e transmita isso a todos.
- 92 - Seja grato aos benevolentes e aos que prestam auxílio. Deixe-se tocar por seus atos virtuosos.
- 93 - Dê um toque de serenidade a tudo o que você fizer na vida.
- 94 - Não existe dificuldade ou facilidade absolutas. O esforço transforma dificuldade em facilidade, enquanto a indolência torna o fácil difícil.
- 95 - Ajude seus vizinhos e sua comunidade e participe dos eventos locais. Assim, você se tornará um voluntário da humanidade.
- 96 - Só a humildade gera o bem. A arrogância não traz nada mais que desvantagem.
- 97 - Aproxime-se de mestres virtuosos. Ouça-os, seja leal e não os desacate.
- 98 - Ajudar os outros é ajudar a si mesmo. Ter consideração pelos outros significa cuidar e amar a si próprio.
- 99 - Dê aos jovens oportunidades e ofereça-lhes orientação sempre que necessário.
- 100 - Cuide de seus pais e seja amoroso com eles.

HSING YUN

Venerável Mestre Budista Chinês - 1927.