

КОРОЛЕВСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК

ДЕПАРТАМЕНТ ВЫСШИХ ЗНАНИЙ
НИИ Ювенологии

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА
Русскоязычная электронная версия

ТИБЕТСКАЯ МЕДИЦИНА РЯД ОБЩИХ ПРИНЦИПОВ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

- Содержи в чистоте тело, часто купайся.

Купание усиливает страсть, силу, продлевает жизнь, смывает пот, грязь, запах, снимает усталость, удаляет жажду и жар;

- Содержи в чистоте язык и душу, гони от них грехи.

Отказывайся от плохих дел, как бы тебя ни подстрекали, совершай хорошие дела, как бы тебе ни препятствовали.

Не все услышанное принимай за истину, а проверяй основательно.

Все, что услышишь, произнеси про себя и сделай краткий вывод.

Женщин не слушай, слова свои подавай им веско;

- От любящих и верных не таись, разговаривай открыто.

Будь нетороплив, но тверд, мирно и быстро вступай в общение.

Врагам спуску не давай, но усмиряй их благородным способом.

Храни дружбу, привязанности, не забывай о благодеянии.

Уважай учителя, отца, дядю, вообще всех стариков.

Живи умом и сердцем в согласии с земляками, родственниками, друзьями;

- Неправоту свою и поражение признавай, а если сам победишь - будь сдержанным.

Если мудр - не зазнавайся, а если богат - знай меру.

Низких не попирай, высоким не завидуй.

Дружбы и вражды с негодьями избегай. На чужое не зарься;

- Остерегайся ошибок и грехов.

Чтобы потом не раскаиваться, дурным людям власть не давай.

Силы душевные не трать, но нравом будь широк.

Страдающим, больным и бедным помогай, чем можешь.

Ко всем, начиная с червей, относись, как к себе.

Улыбайся честно и искренне, говори прямо.