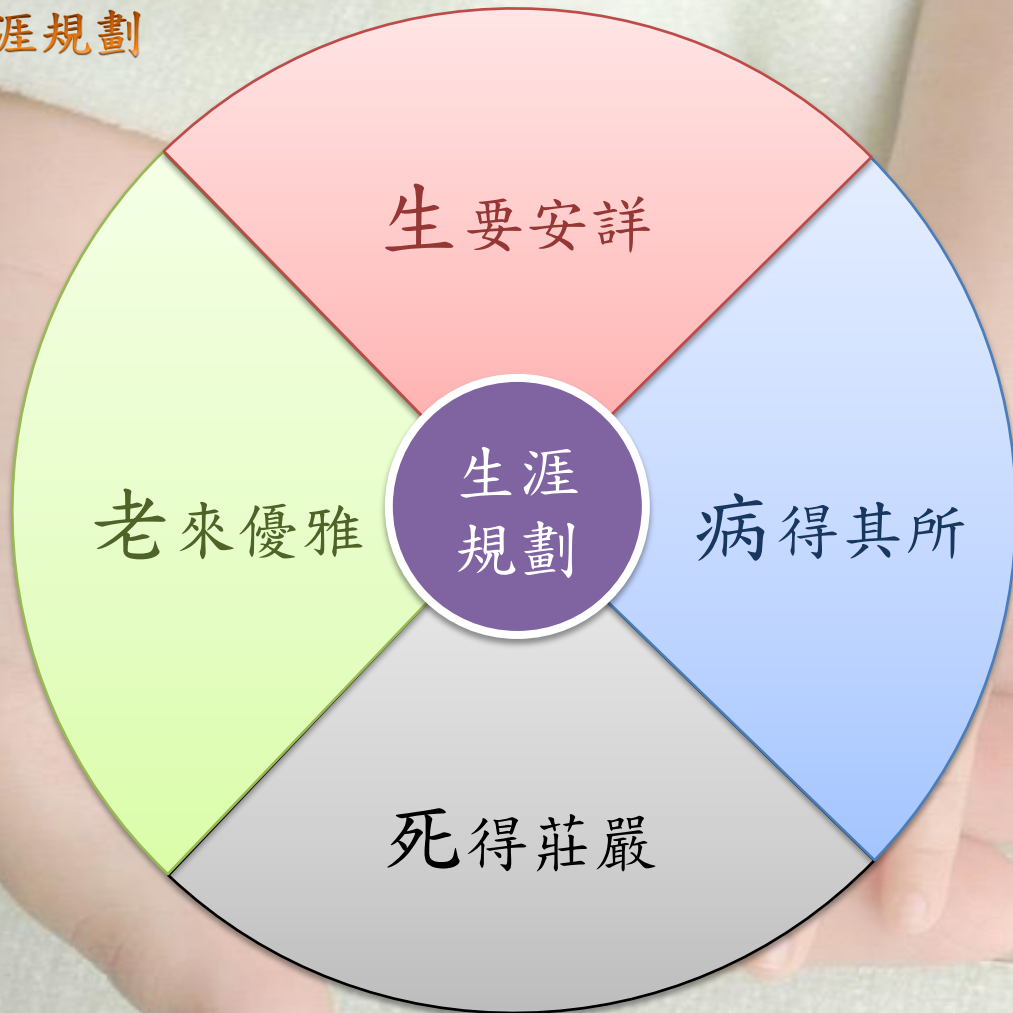


# 生老病死的生涯規劃



## 生要安詳

心中不存敵意，心有所托，就是真平安

- 不要與任何人（包括自己）為敵，世界是個關係花園而非戰場；
- 知道為誰而活，為什麼而活，而且甘心！
- 好事多為

## 老來優雅

從容、自在與智慧，才是熟齡選擇

- 有人邀請時，無私分享；沒人邀請時，別強出頭；
- 裝聲扮啞時...
- 今天是我此生最年輕的一天

## 病得其所

最精密的機器運作了幾十寒暑後，出現了結構性的毛病，善哉！

- 別討厭自己；
- 是時候學習多點愛錫自己的身體
- 接受別人的服侍（感恩地！）



## 死得莊嚴

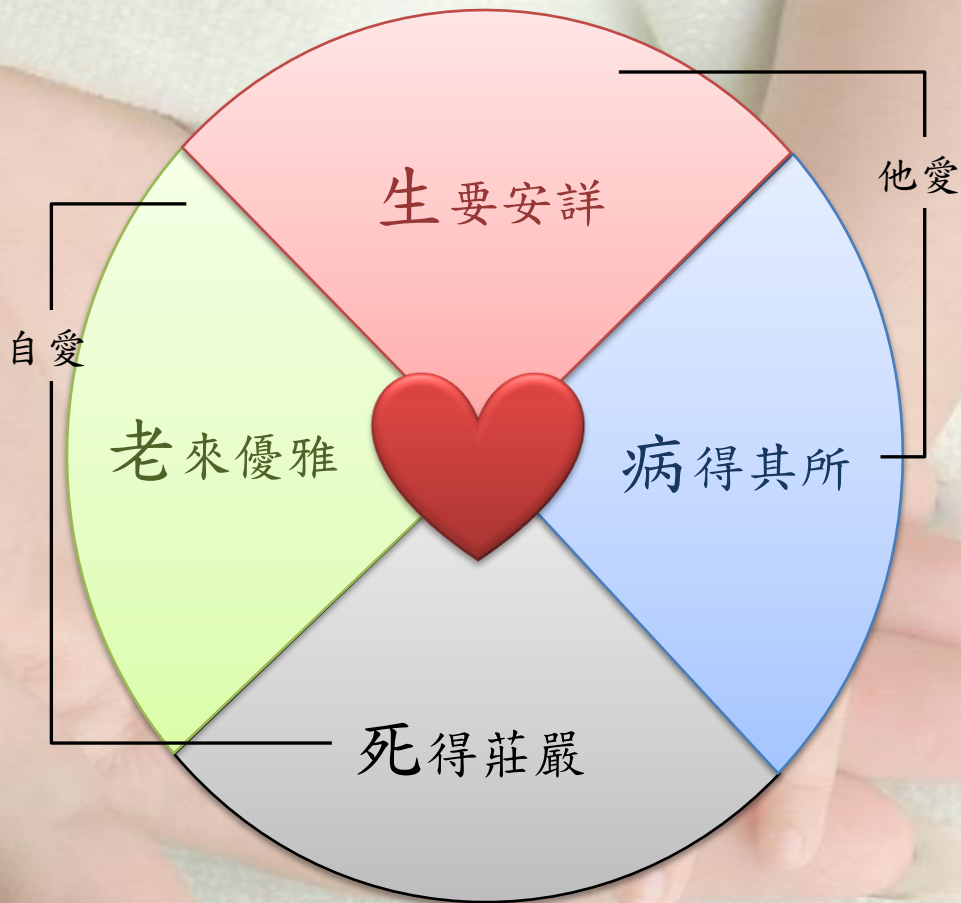
走前無悔無咎，走後散下美好回憶，方是莊嚴人生

- 容讓遺憾有個位置；
- 放下怨忿，放下不寬恕；
- 赤身來，赤身去，不能帶走，卻能留下…許多美麗的回憶

## 〈自我期許〉：

1. 為避免散渙，浪費上主賜與的美好光陰，起居作息應有紀律；
2. 但為防止僵化變得不近人情，生活須要靈活；尊重紀律，但不死守；
3. 不要用任何理由來取代每日與主相遇的時間。祈禱的方式可變，但祈禱的心不變；
4. 如果想將來做個快樂的老頭，今天就得好好鍛鍊身體；
5. 三日不讀書，就會言語無味，面目可憎。

## 生老病死的生涯規劃



## 〈愛在生命未了時〉：

1. 將心比己；
2. 第一次也如最後一次；
3. 日落前把當天的怨忿來個了斷；
4. 好事多為，不為什麼；
5. 每天至少有一個人因我而活得快樂一點