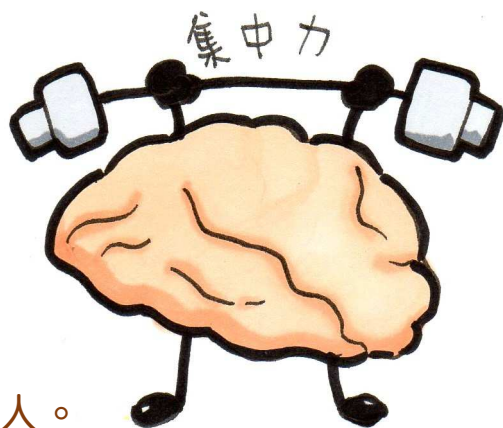


## (一) 腦不要懶，要鍛鍊自己集中精神。

曾經有一個人，在處理一疊文件，目標是依年份由小至大排列；但當完成的時候，發現文件中一半的年份由小至大排列、而另一半則是由大至小排列。這當中是出了什麼問題？也許是工作的時候，不夠專注吧！

當然，這個小問題，再重新疊一疊，那就可以了。但原來有很多事情，是沒有重來或糾正的機和餘地。如果忽略專注的重要，往後養成了不良的習慣，事情就很難弄得妥當。因為時而準確、時而疏忽，同樣令人對你產生不好的印象，難以委以重任。



## (二) 學習快樂，成為一個容易滿足的人。

快樂的人，比較懂得感恩。感恩代表知道了自己足夠、有很多事值得高興及欣賞。這樣的人，就算天掉下來，總有本事撐得住；再荊棘滿途都只當是人生的小片段、小挑戰。

現代人最容易患的是抑鬱，不開心的人見了珍饈百味，也未能展顏。何必呢？這樣的人生如何走下去？難捱呀！

所以在小朋友的時候，就要培養孩子幽默感、欣賞及感恩。也要培養有感動的事情，可以掉下開心及不開心的眼淚，這樣快樂地走下去，人生的路就會跳躍及浪漫了。



## (三) 找出追尋的東西，向前衝衝衝。

記得年輕的時候，我最喜愛劉德華先生了，因此儲了很多有關他的相片及物品，甚至調查了他的出生年月日、生平逸事。

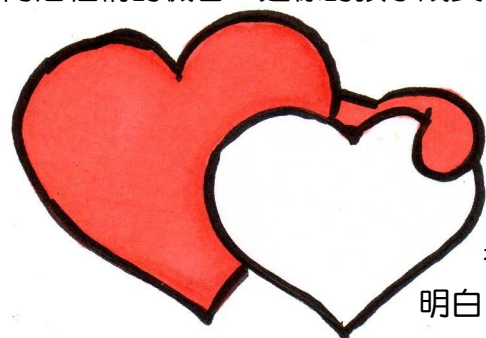
人生要有喜愛的東西，有喜愛就會去追尋。培養至少一項喜愛的東西去追尋，可以是巴士、玩具、明星、技能、運動……因為有東西迷上了，起碼人生是有意義，有東西可以去追，也有發洩的空間及陶冶性情的機會。這樣的孩子成長了，不會失方向，人生有目標。



## (四) 體恤他人，有同理心。

人生有很多不同的際遇，未必每個人的經歷都會嘗過；即或嘗過了，也未必有同一個心情、同一個體會。如果不能以別人的角度去體會，就會常心懷不平、怨恨、憤世嫉俗。在人生道路會引起很多不明白、不如意。

有人以為體恤他人，有同理心是懦弱，於自己是有損的；事實上，是多點明白、多點理解，自己的人生會遇上更多的朋友、更多的精彩。



## (五) 喜愛打扮，常常美麗動人。

女為悅己者容，沒有人是不愛美的，清潔而得體大芳的粧容，對自己及別人都是一種尊重。不修邊幅不是一種型格的表現，一個肯為自己打扮的人，一定會比較清心、細心，這樣的人，肯給自己及別人多一點欣賞。



## (六) 孝敬父母，使你得福。

「孝敬父母的人，十之八九都是好人。」這句話是不錯的。孝敬代表了愛、體恤、關懷、照顧；這樣的事情，表面上很容易，但落在內心的層面，是不容易做到的。聖經說：「當孝敬父母，使你的日子在耶和華你神所賜你的地上，得以長久。」《出埃及記二十章 12》一個得耶和華恩福的人，一定可以惠及他人。

