

臨終最後一念的重要

不要把怨恨、過份的自責、遺憾帶到臨終。

盡量寬恕，為對方找些藉口、任何可能的原因令自己原諒對方。若真的不能為對方找到藉口，也可以練習放下自己的負面情緒，反正一直背著不放只會對自對他造成傷害。自己不能夠控制別人的心，只好好好管好自己的心、好好保護自己的心。祝福自己，祝福對方。或許把事情看作是還了業債（溫暖人間 318 期有一篇文章更有另一個好角度，見附件），放下，或嘗試忘記也不失為一個辦法吧。

早些補救、真誠地懺悔、道歉，可減輕罪咎感，亦少一個遺憾。若一些事情已是無可補救，甚至情況已不容許自己向對方道歉了（人生無常），那麼只好真誠地懺悔，把自責轉化為對方真誠的祝福。做了自己可做的、應做的，就早些放下執著，學習隨緣，並坦然承擔因果，多種善因。

願我們都可以好好訓練自己的心。