



索書號：419.825/8576

登錄號：C0016109

介購單位：圖書館

書名：我們終將離去-人生終點前的30個覺察

作著：鈴木秀子著；林佩瑾譯

內容簡介：「人生終有一死」——在這個時代，每個人都必須了解這件事。死亡面前，人人平等。有些人是久病離世，有些人則是意外驟逝。生病、天災、突發事故……我們無法得知自己會在什麼時候、以什麼方式迎接死亡。世界上有時會發生超乎預料的大事，嚴重撼動我們的價值觀。人生在世，有時也會因為突發狀況，大大改變我們的人生。親朋好友或名人過世時，我們也會大受打擊，脫口問道：「怎麼會？」即使人生經過不少大風大浪，我們還是活下來了，這代表生命自有定數。我們應該感謝自己還活著、感謝上天賜予這條命，把握當下每一刻。正視、珍惜生活中的每一件小事，就是充實地度過人生的不二法門。

目錄：

第1章 人臨死前在想什麼

第2章 小小的覺察，就能改變人生

第3章 用快樂的境邁向晚年

第4章 敞開心胸生活

第5章 人生就是尋寶之旅