

讓人生亮起來，活出生命的精采

主講人: 莊聰正 老師

前言:

人生有兩個目的，一是得到你所想要的，二是享受你所得到的。白天，我們當老闆的員工，花了時間，付出勞力，得了代價，別忘了在夜裡，當自己的主人，用心享用它，泡一壺茶，泡一缸薰衣草精油澡，傾聽天籟，度假，旅行，讓人生亮起來。

三十秒握廿個人手，親愛的你好，大聲開動。去找任何一個人去跟他說我愛你，這就是活化人生，自我了解，溝通協調的開始 不要忘記主動出擊能夠讓別人來肯定你，來愛你，來對你產生永遠難忘的印象…

***一個快樂的人，不是因為他擁有的多，而是計較的少**

***肯定自我 才能創造快樂**

***自己要快樂，才能帶給別人快樂**

1. 祝福：心想事成 心滿意足 心花怒放 心靈成長 欣欣向榮 興旺一生…。期

待：心態歸零 讓我們心心相印到永遠 心曠神怡共成長

2. 21 世紀人類最偉大的進步不是科技文明造成的，而是越來越多人瞭解到生而

為人的意義與價值

3. 您的人生價值為何？

您的目標是什麼？

您快樂嗎？

您活出自己了嗎？

生是無悔的追尋 老是歲月的敲擊 病是痛苦的無奈 死是萬物的結束

生命是無法重來的,唯有把握當下 活出永恆 如何活出生命的健康

均衡的營養

適度的運動

充足的睡眠

開朗與達觀

希望和目標

身.心.靈合乎要求才是健康

人們因為友情才顯出光彩(親情 友情 愛情)

千山萬水都是美 古往今來莫非情 人們的相處 唯有真善美才能久久芬芳 提

升兒女私情化做人生的大愛,才是活時的無悔 死時的不朽

實現我們人生的理想 才是『美麗人生』

4. 有工作可以快樂做,有人可以真心愛,有希望可以美滿達成

5. 蘋果電腦創始人和百事可樂總經理所說的話

6. 如果您只有三天可活?您要怎麼過?

7. 富翁的四個太太:財富 人際 健康 價值