

生命是充滿色彩的。當中有愉快、有憂傷、有順境的日子，亦有困難的時候。

讓我們一起學習欣賞生命。請以一顆平靜和感謝的心，去細心發掘生命中的美善。這些美善的地方，不一定是自己生命中的體驗，也不一定是一些快樂的事情。欣賞生命，可以從了解別人克服身體障礙以創造豐盛人生，去學習欣賞他們強大的生命力；可以從接觸大自然，學習如何以開放包容的視野欣賞世上萬物；也可以從反思自己的生命，學習怎樣去發掘生命精彩和有意義的地方。

如果懂得欣賞生命，無論身處順境或逆境，都能夠以積極樂觀的態度去面對。