



當人面對死亡之際，回首前塵，總會發現人生有喜亦有悲，既有失落之哀，也有滿足之樂；既有被人刺傷之痛，也有刺人之悔；順逆交錯，常伴右左。

若與至親因嫌隙而生疏，心中難免留下一根刺；若能在離世之前與之和好，不但有助病者在面對死亡的過程時能釋懷；同時亦讓至親較能坦然面對病者的離世。若能如此無疑是一件美事！

但人生在世總有許多遺憾，過去的錯誤不能挽回；許多錯綜複雜的人際關係，也難以一一理清。總言之，我們免不了帶著不同的遺憾離開塵世。

人生不可能要求事事圓滿，才安然離世；盡力過後便需接納人生總不能盡如人意。可惜的是，有些完美主義者非但難以接納憾事，更視之為生命中的瑕疵。

我們生於罪惡世界，人出生便有罪性，有人的地方便有罪惡，完美的人生是不存在的。「成長」就是要不斷學習和接納生命中的不完美，認知「憾事」既是過客亦是常客。為此，接納「憾事」並不是消極的，反而幫助我們更積極面對人生。

完美主義者常把焦點放在不可逆轉的事情上，因而將自己陷入無盡的自責和不安之中。其實，我們應把焦點放在可改變的事情上，反思在這刻我們還能做什麼？竭盡所能後，便要接受事實，這樣才能有安然的人生。

上帝從不要求我們有完美的生命，因為祂了解我們的本質。祂所期望的，是我們無論在什麼景況下，皆有一顆倚靠祂的心，以祂為主。能經歷與神同行的人，方能體會何謂無悔無憾的人生！