

# 个人修行分享

□ 2012-4-14 □

时常怀感恩之心；

时刻保持正念；

每当与人交往(交谈)时，先检查自己有否发出负面情绪，要培养好自我的觉知能力，有了正念始可继续行事；

处事持开放态度，放下自我、偏见；

天爱真言极奏效，要随时运用；

慎言，勿多言，重实践.....

( 香港 ) 连芝珍