

生老病死

◎長庚養生文化村村民 潘安娜

在美國居住了 40 多年，考慮退休後的生活安排，在比較了美國及台灣的養老場所後，我們選擇了長庚文化養生村，這裡的環境、醫療、費用都符合我們的需求。

選擇離開兒孫們，不是代表我們不愛他們，反而是因為太愛他們了。我們會越來越老，病痛會漸漸的出現，實在不忍有著美滿家庭、安定工作以及可愛孩子的女兒們，為了要照顧老年的父母而煩惱憂心，甚至讓他們的生活有所變化，所以我們安排自己老年的生活。

有人說：人如果活過了 70 歲，多活一天就是賺一天。我們可不是每天都在賺嗎？但是生老病死是每個人的必經之路，也是我們必修的功課。我們住在長庚養生村，有很好的醫療設備，林口長庚、桃園長庚就在附近，有需要時還可以請照護員居家照顧，再嚴重一點的話，可以搬到

對面的護理之家，完全是一條龍的安排。

人有生就有死，死並不可怕。我們就當作完成了一生的任務，應該瀟灑的離去。當我們生下來時，大家為我們慶祝。當我們生命劃上句點時，也應該慶祝一番，為自己辛苦精彩的一生歌頌才對。要讓孩子們知道，父母去遠行了，不要為我們傷心，而要為我們感到快樂，因為我們到天上去做天使了。如果孩子們也接受這正面的思維，那遠行的我們也會走的更安心。此外，也要對家人朋友表示感謝，因為今生有他們陪我們同行。

自己私人的東西也要做個整理，該丟就要丟，不要增加後人的麻煩。從現在起，我們每天都要活在快樂中，活在樂觀中，活在愛的世界中。我們應該趁還來得及時，多和家人朋友溝通，交待。這樣人生就不會留下遺憾了…