



2. «Je regrette d'avoir travaillé si dur»





3. «J'aurais voulu avoir le courage
d'exprimer mes sentiments»





4. «Je regrette de ne pas être resté en
contact avec mes amis»





5. «J'aurais aimé me permettre d'être
plus heureux»

La Mort





Etant donné que la mort est inévitable, il n'est pas conseillé de s'inquiéter. La mort n'est autre que la fin du grand projet de la vie.

Profitez du voyage!!!







Le bouddhisme nous enseigne qu'il ne faut pas éluder la mort mais la prendre de face. Notre culture contemporaine a été décrite comme une culture qui fuit, esquive et nie la question fondamentale de notre mortalité. Être conscient de la mort nous oblige à analyser notre vie et essayer de la vivre de manière significative.





Bronnie Ware est une infirmière qui a passé de nombreuses années à travailler en soins palliatifs. Elle a fini par publier un livre intitulé

«Les 5 plus grands regrets des mourants».

1. «J'aurais aimé avoir le courage de vivre comme je voulais et pas de vivre la vie qu'on attendait de moi»



