

老鷹是世界上壽命最長的鳥類。

它一生的年齡可達70歲。

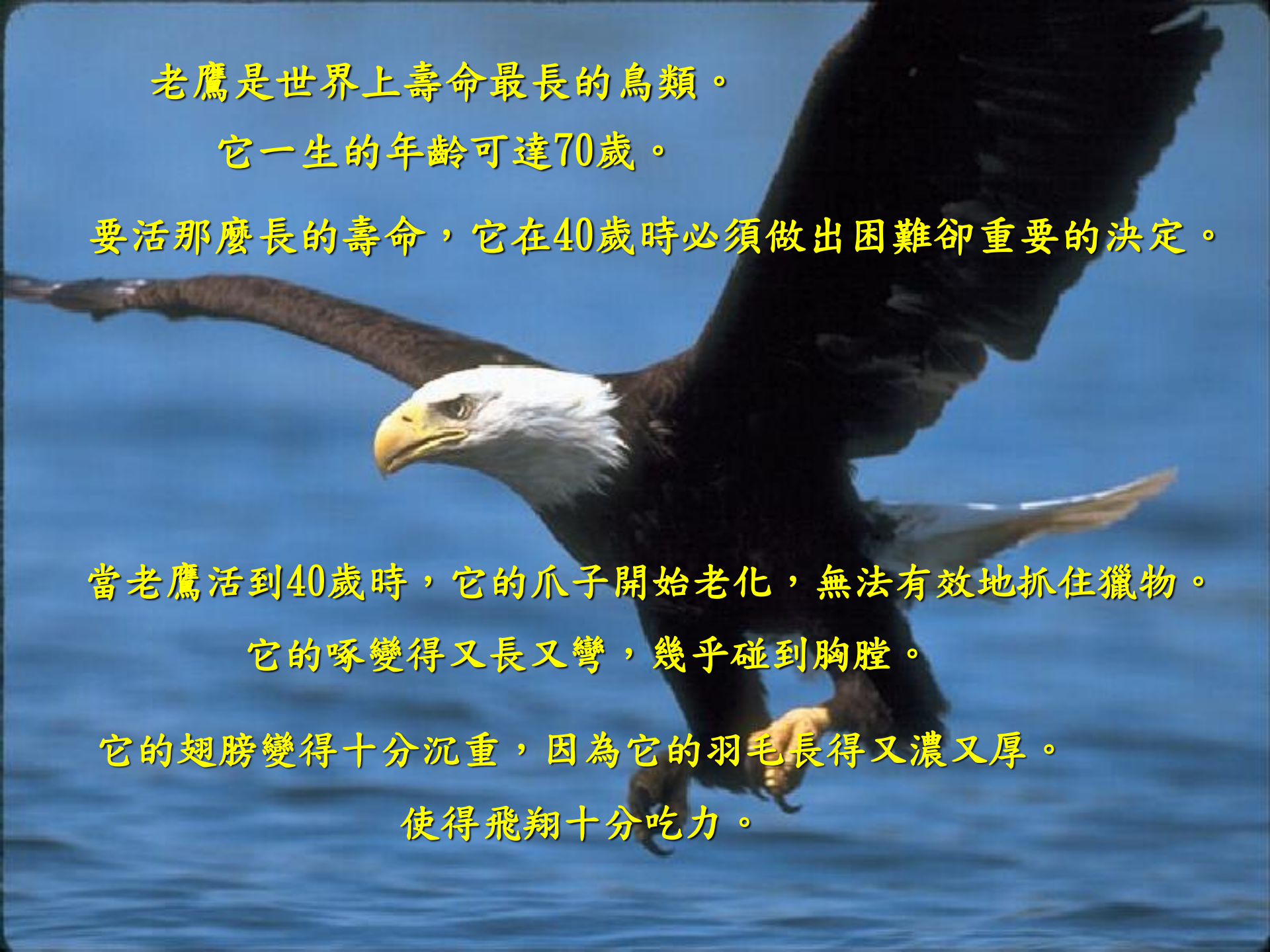
要活那麼長的壽命，它在40歲時必須做出困難卻重要的決定。

當老鷹活到40歲時，它的爪子開始老化，無法有效地抓住獵物。

它的喙變得又長又彎，幾乎碰到胸膛。

它的翅膀變得十分沉重，因為它的羽毛長得又濃又厚。

使得飛翔十分吃力。



它只有兩種選擇  
：

等死，  
或經過一個十分痛苦的更新過程。

150天漫長的操練。

它必須很努力地飛到山頂。 在懸崖上築巢。

停留在那裏。不得飛翔。

老鷹首先用它的喙擊打岩石，直到完全脫落。  
然後靜靜地等候新的喙長出來。

它會用新長出的喙把指甲  
一根一根的拔出來。

當新的指甲長出來後，它們  
便把羽毛一根一根的拔掉。



5個月以後，新的羽毛長出來了。老鷹開始飛翔。  
重新得力再過30年的歲月！



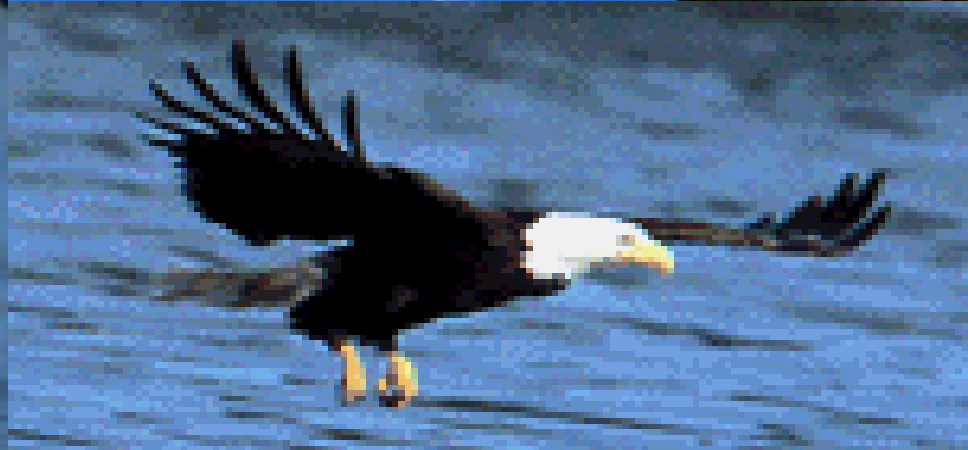
在我們的生命中，有時候我們必須做出困難的決定。  
開始一個更新的過程。

我們必須把舊的習慣，舊的傳統拋棄，  
使我們可以重新飛翔。





只要我們願意放下舊的包袱，願意學習新的技能，我們就能發揮我們的潛能，創造新的未來。



A bald eagle is shown in flight, soaring over a blue ocean. The eagle's wings are spread wide, and its head is turned towards the left. The background is a clear blue sky.

## 以賽亞書40章31節

但那等候耶和華的，必從新得力。他們必如鷹展翅上騰。他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。