

老病死是人生的必然，身為三寶弟子，當然都希望臨終時一心不亂念佛往生。但是，萬一在生死關頭自己已不能作主，要如何避免不適當「急救」產生的遺憾呢？安寧緩和專科護理師高碧月寫的「共結同生西方極樂世界的法緣」一文，指引讀者免除遺憾方法。

「樂活（Lohas）」意指「健康且永續的生活方式」，更具體說就是「吃得健康、穿得簡單、關心世人、熱愛自然、追求身心成長、減少浪費及污染。」在樂活風潮席捲世界的今天，回頭省視佛陀在兩千五百多年前留給我們的教義——慈悲喜捨、清淨和合，赫然驚覺，這不就正是樂活精神嘛。原來，遵循佛法生活就是「樂活」，也就能如達賴喇嘛所說：「以慈悲心過活，使我們的生命有了意義，也為我們和其他人帶來幸福。」本期特別企畫「大家來樂活」專題，先從飲食談起，祈願大家都能更健康、更幸福。

台北高等法院法官許瑞助居士，是本會放生會會長，推動「慈悲與智慧」的放生。記得去年在前往台中南普陀寺健診的遊覽車上，他講了好幾個寓意深遠的故事，當時就很希望他能發而為文，利益更多人。本期的新專欄「許法官說故事」——從生命的故事中體悟佛法，讀來令人動容，千萬不可錯過。