一年一度的歲末感恩法會，已於2014年11月30日在苗栗後龍僧伽如意苑預定地舉行。爲了進行中及往後各項工程順利，在董事的建議下，更於11月29日增加了一場三時繫念法會，莊嚴隆重的法筵，震撼著與會大眾的心靈。30日則有百餘位法師及近千位居士聚會一處，各個以歡喜心、感恩心、恭敬心，盛情與會，在這將來要建設爲護僧之道場的寶地，參與一年一度的感恩法會，讓人氣聚集「多人多福氣」，期待因緣早日成熟。但如果那天您剛好沒法親臨現場，也不要覺得遺憾，請看法住法師寫的〈又見千手觀音〉，對這場勝會有詳實的描述。再者，僧醫會發起的「寒冬送暖衣」活動，是無緣大慈，同體大悲精神的表現，相關報導請見〈寒冬送暖衣〉一文。

根據世界衛生組織統計，全球有將近四億人罹患糖尿病，平均每十二個人就有一個人罹患糖尿病。醫學已證實：肥胖和糖尿病關係密不可分，可見只要適度控制體重，加上適量的運動，就能有效遠離糖尿病的威脅。本期專題企畫〈運動+飲食，糖尿病患也能享受健康〉，專訪糖尿病之醫護專業人士，從運動與飲食兩方面探討，一方面破解許多人的迷思與誤解，一方面提出正確可行的建言，教糖尿病患者如何控制好血糖，避免併發症，與糖尿病和平共生。

您常喝檸檬水嗎？如果是。請一定要看吳宗鴻中醫師的〈不可不知的胃部隱形殺手〉。如意苑的設計亟需了解高齡者居住空間的專家，本刊專訪曾思瑜教授，談高齡者居住設計。曾教授是國立雲林科技大學建築與室內設計系教授，著有《高齡者居住空間規劃與設計》，也願意給與如意苑規畫設計實際的建議。希望未來有更多在如意苑規畫與興建之相關領域學有專長者，能夠投入這項志業，貢獻所長。

祈願三寶加被，如意苑的規畫設計及興建諸事吉祥，善緣增長，違緣消除。阿彌陀佛！