

# 安心 說再見

人之初生如春芽，遇暖則發、日漸茁壯，而後彷彿如秋葉，受寒轉枯；生命的誕生與死亡，既是一體兩面、形影相隨，也是自然循環的過程。

佛教將死亡稱為「往生」，意謂衆生在命終之時，將依照此生累積的福德、業報，投生於三界六道及諸佛淨土；生命的結束，並非全然的斷滅消失，而是另一段生命旅途的開始。既然如此，我們應將避諱的迷思，轉化為坦然面對的勇氣，甚至提早準備，讓自己與摯愛的親友，在人生的最後階段了無遺憾，「安心說再見」。

本期專題特別邀請資深臨床佛教宗教師，分享他們引領末期病人尋回生命意義的安寧照護現況，由慧哲法師、宗惇法師與普安法師，娓娓道來宗教師透過靈性照顧模式，幫助病人於臨終之際、身心極度衰弱時，能夠平靜、安詳地向家人道別，有尊嚴地離開人世；而中南部偏鄉地區的佛教徒所面對的臨終困境與挑戰，也讓人省思——「善終」不僅是療癒親友悲傷的良方，「善終的準備」更是對生命存在的覺醒，亦是生而為人所應具足的本能。

此外，本刊並邀請洪石師、丁志勇、陳新嫻與駱良榮等四位居士，為讀者介紹從臨終助念、臨終處理、乃至喪葬準備之注意事項，提供佛教徒如法安排善終準備的資訊，讓我們更有能力以慎重、健康的心態照顧所愛的親人。

在「善終」觀念逐漸普及的現代社會，「勇敢面對生死大事」是人生必然要面對的課題，《慧炬雜誌》邀請您一同探究、準備、規畫及行動，讓自己與親愛的家人，在生命的最後旅程得以安心道別、了無遺憾，如同印度詩人泰戈爾所言：「生如夏花之絢爛，死若秋葉之靜美。」