新聞提要
焦點新聞 2 自然人憑證申請 擬開放給高中生
國際新聞 3 能源危機救地球 科普選10大科技
醫藥保健 5 婦女改善更年期症狀 服大豆異黃酮須小心
教育春秋 7 教部通過3學院改大學 2專科、1職校分別改制

人間福報
Merit Times
創辦人 星雲大師
發行人 心定和尚
今天四大張 每份訂價拾元
第 貳貳肆柒 號
地址：(110)台北市松隆路327號5樓
總機：02-8787-7828(10線) 傳真：02-8787-7308
訂報：02-8787-4005‧8787-7828分機38
採訪：02-8787-1168 傳真：02-8787-1190
廣告：02-8787-1168 讀者服務專線：0800-08-7828
中區服務中心：04-7382145 南區服務中心：07-6565780
郵政劃撥帳號：19430573 人間福報社股份有限公司
E-mail:newsmaster@fgs.org.tw
人間福報網址:http://www.merit-times.com.tw
中華郵政北台字第6971號執照登記爲新聞紙交寄
9 771607 978009

菜根譚

心中沒秘密，即是開朗的人生；
心中沒負擔，即是解脫的人生。

星雲大師

舞在媽媽的肩膀上

西班牙東北部的雷東德拉鎮十八日舉行「科卡」慶祝活動，一些五歲的小女孩穿著傳統服裝，站在婦人的肩頭跳舞。女兒在媽媽肩上跳舞的傳統，來自西國一個民間傳說。在據信始於中世紀的傳說中，兩名婦人因為女兒在她們的肩膀上跳舞，得以逃過一劫，免遭龍活吞。 圖／路透

人間萬事

觀心五法

◎星雲大師

各位讀者，大家吉祥！

世間上，多數人喜歡看外面，不喜歡看裡面，經常都在「心外」求法。例如，研究天文地理、山河大地、動物植物、社會政治、各種建築景觀等，大有人在；研究自己心理的人，就少之又少了。

其實，我們的「心」才是宇宙人生的根本，無論什麼，都通達於心，都源於一心。只是一般人都喜歡看你看他，看人的善惡好壞，卻不明白自己的「心」，所以佛教的禪門很講究「觀心」爲本。

怎樣「觀心」呢？試提五法如下：

一、觀心正邪：我們的心，時而天堂，時而地獄，時而善美，時而邪惡，不易了解。尤其人喜歡「護短」，對自己心裡的善惡正邪，容易護短蒙蔽，因此不易正確了知。其實，心中有因果、道德、慈悲，是心爲正；心中充滿了邪惡謬執，是心爲邪。如果能觀照自己的心是正是邪，就能知道自己的做人，是正或不正了。

二、觀心賢愚：我們的心是賢是愚，如何判別？所謂賢者，就是賢慧善良，所謂愚者，就是癡迷，就是愚昧。有的人以反爲正，以善爲惡，虛妄錯誤，所謂「不按牌理出牌」，都是因爲沒有觀照自己的心，沒有把心轉愚爲賢之故。

三、觀心動靜：吾人之心，每天二十四小時幾乎都在妄動，一生數十年歲月，也總是不得停止，即便是睡眠，也會離開眼耳鼻舌身，單獨作種種夢境。心能上山下海，心中充滿人我是非，其實都不是眞實的，只是說明心之好動。假如我們能觀照自己的心，能「制心一處」，讓心靜止不動，所謂「一念不生」，何愁萬事不辦呢？

四、觀心淨穢：我們的心是清淨心呢？是污穢心呢？如果心中充滿貪欲、嫉妒、邪執、瞋恚，這就是心的污穢；如果心中一直想要利益世間，照顧世間，與人爲善，給人好緣，這就是清淨心了。一個人的心如果能清淨，就能時時觀照，不會迷失；把握住心，才能把握眞正的自己。

五、觀心大小：吾人之心，實在說「心如虛空，量周沙界」，我們的心無處不遍，無處不在。但是有的人，心量之小，例如婆媳不能互相包容，夫妻不再相愛的時候，視如仇人，欲去之而後快。有人說，我們的眼睛容不下一粒沙，如同我們的心，不能容下一個人、一件事，所以不能成其大。

人生，心量有多大，事業就會有多大，如經云：一心包容「十法界」，每一界有「十如是」，每一如是又有十法界，所以「百界千如」，宇宙就在我們的心裡。只是我們每個人雖然有心，心卻是很難明，所以「明心見性」，這是吾人最重要的功課。如果我們能放開胸懷，包容宇宙，包容天下，包容一切；讓人我一如、自他一體，豈不美哉。

好鱷！想敲開你家大門

2公尺大鱷魚 受美食吸引 猛撞民宅 女主人嚇得魂飛魄散

【本報綜合外電報導】當你準備享受滿桌美食，屋外傳來「砰砰砰」的敲門聲時，別急著開門！因爲想來打牙祭的不速之客，不一定是人，而有可能是一隻大鱷魚！

住在美國南卡羅萊那州希爾頓．海德島太陽城的羅伯特和妻子羅斯琳，日前在家中共進晚餐時，突然聽到外面有人砰砰地敲門，羅斯琳起身準備去開門時，還和家人開玩笑說：「猜猜誰來吃晚餐？」結果她從門洞窺視孔中往外看時，不由嚇得魂飛魄散，原來敲門的訪客，是一隻兩公尺長的大鱷魚！

羅斯琳稱，這隻鱷魚對他們來說並不陌生，她第一次見到牠是在日落前，當時他們一家人正在後門廊中燒烤，而這隻鱷魚則在附近的湖邊曬太陽，牠嘴巴微張，眼睛盯著野餐桌上香噴噴的烤雞。羅斯琳說：「我猜牠一定聞到了我們的美味食物。」

由於擔心安全，羅斯琳一家將晚餐移到屋內吃，這顯然是一個幸運的決定。因爲那隻鱷魚竟朝著他們家慢慢爬過來，並繞到鄰居家的郵箱下面，附近的鄰居紛紛出來觀看，並用照相機對牠拍照。

鱷魚後來又穿過大街，爬向羅斯琳家的車庫，最後爬到前門，並用力猛撞。羅斯琳說：「當我朝外看時，發現牠的左前爪正在門鈴按鈕旁，看起來就好像牠試圖按門鈴一樣。」

鄰居理查．霍林斯基在十公尺遠的地方，拍下了這隻鱷魚「敲門」的照片，他對說：「當時牠看起來非常瘋狂，如果牠掉過頭來，我會立刻拔腿就跑。」

二公尺長的大鱷魚立起身子，猛撞羅斯琳家的大門，可怕的一幕被遠在十公尺外的鄰居拍下來。 圖／取自網路

小白蟻 吃空8層樓

【本報綜合報導】別小看不起眼的白蟻，牠們可能把你家「吃」空。中國大陸廣西省壯族自治區北海市一幢八層大樓，就被白蟻啃蝕到只剩一個「空殼」。滅蟻人員檢查後發現，蟻巢竟重達一千公斤，大得嚇人。

被白蟻「吃」空的這棟大樓，原本是一家飯店，幾年前因爲發生火災而停業至今。飯店一至八層所有裝潢幾乎都被白蟻蛀空，天花板上綴著碗口粗的棉絮狀蟻道。輕輕揭開牆上的裝飾木板，裡面全是粉末，屋內的桌子、沙發、床鋪裡也都是一個個蟻窩。

從事滅蟻工作已四十七年的羅自光，發現一個估計至少已有十年歷史白蟻總巢，是迄今爲止，他發現的最大的一個蟻巢。

羅自光說，白蟻在啃食過程中，會分泌出一種酸性物質，鋼筋水泥被腐蝕後，變成了蟻道，讓白蟻一路無阻，從第一層逐漸「吃」到第八層。

46歲老壽猩

紅毛母猩猩阿滿十八日在新加坡動物園慶祝四十六歲生日。阿滿是新加坡動物園中最著名的海報「女郎」，滿臉的皺紋已成註冊商標，曾被新加坡選為「旅遊親善大使」。牠曾與許多外國顯要、名人握手。在被人類圈養的紅毛猩猩中，阿滿是活得最久的一隻。 圖／美聯社

亞洲股市

股市		收盤指數	漲↑跌↓
台灣	集中市場	6,583.04	↑ 7.27
	店頭市場	127.59	↓ 1.33
東京日經		14,860.35	↓ 18.99
香港恒生		15,768.86	↓ 73.79

註：新台幣昨收32.598元 貶值1.18角

貨幣匯價

幣別	買入	賣出
美元	32.490	32.590
歐元	40.835	41.235
港幣	4.173	4.213
日圓	0.281	0.285

日期：6/19 交通銀行提供

今日氣象

地區	氣溫℃	天氣
台北	28 ～ 34	陣雨
台中	27 ～ 33	陣雨
高雄	28 ～ 34	陣雨
花蓮	27 ～ 32	陣雨
東京	21 ～ 25	多雲
新加坡	25 ～ 31	陰天
洛杉磯	15 ～ 24	晴天
紐約	17 ～ 26	多雲
多倫多	12 ～ 24	晴天
倫敦	11 ～ 20	多雲
巴黎	14 ～ 27	晴天
約堡	3 ～ 20	晴天
雪梨	9 ～ 17	雨天
北京	22 ～ 33	多雲

歷史上的今天

六月二十日

- 1726年：英國約克郡朱爾利鎮，成立世界上第一個由政府辦理的消防局。
- 1895年：日本在台總督府於台北設置台大醫院前身的「台灣醫院」。
- 1960年：美國拳擊手帕特森再度獲得世界重量級冠軍，他是拳壇史上第一位獲得兩次世界重量級冠軍的選手。
- 1992年：立國七十四年的捷克聯邦共和國，以和平程序分裂為捷克和斯洛伐克兩個獨立國家。

真蜥奇 20年吃掉2.5萬隻蜥蜴

25歲印度青年 喜歡吃蜥蜴 日食25隻維生 被稱為蜥蜴男孩

【本報綜合外電報導】二十五歲的印度青年塔庫爾健康又精力充沛，外表與正常人無異，但他二十年來以蜥蜴爲食，每日要吃掉二十五隻，被當地人稱做「蜥蜴男孩」。

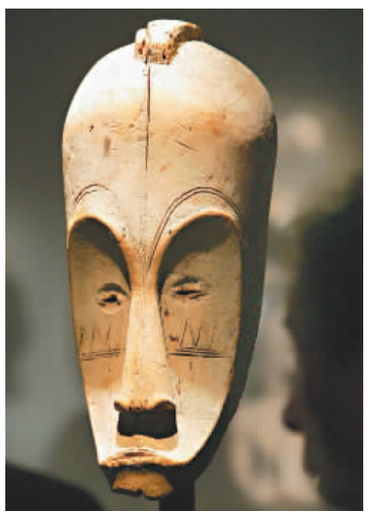
塔庫爾自五歲起養成這種習慣，當時他正在玩耍，突然看到一隻蜥蜴，一把抓起就放入口中咀嚼，首次嘗到蜥蜴的滋味，自此他就捕捉蜥蜴進食。

除了蜥蜴，似乎沒有其他食物可以吸引塔庫爾，如果捉不到蜥蜴，他就會感到煩躁不安。他有次出席親戚的婚禮時，面對糖果和其他美食，竟感到不舒服，到處找活蜥蜴作食物，狼吞虎嚥地吃下，賓客大感震驚，連新郎新娘的家人聽聞這種奇事，亦前來看他進食蜥蜴。

塔庫爾每日要進食二十至二十五隻蜥蜴，過去二十年來，已吃掉超過二萬五千隻，當地人對塔庫爾捕食蜥蜴感到驚訝，但阻止不了他。

最貴的古面具

非洲國家加彭一個原住民芳族的面具，為法國收藏家皮耶與克勞德所有，十七日在法國巴黎拍得七百五十萬美元（約二億四千三百多萬台幣）天價，創下初民藝術品最高拍賣的歷史紀錄。這個著名的十九世紀面具，據稱曾為畫家畢卡索帶來創作靈感。 圖／美聯社



不想到學校

早上七點半。
媽媽：阿金，快起床，上課要遲到了。
阿金：我不要到學校。
媽媽：你說什麼話！
阿金：老師不喜歡我，小朋友討厭我，連警衛伯伯也不理我，我不想到學校啦！
媽媽：你這死囝仔，快起床啦！都四十幾歲當校長的人了……。

妞妞／輯