

人間福報

Merit Times
創辦人 星雲大師
發行人 心定和尚
第4034號 每份訂價10元
讀者專線：0800-087-828
訂報服務：02-8787-4005
8787-7828分機14



9 771607 978009

分享福報
開啓般若門



佛教團體免費贈閱
請洽 02-87877828

幣別	買入	賣出
美元	28.310	28.852
歐元	40.63	41.76
港幣	3.552	3.724
日圓	0.3437	0.3540
人民幣	4.353	4.536

註：新台幣昨收28.772元 升值5.8分 台灣銀行提供

股市	收盤指數	漲▲跌▼
台灣集中市場	8988.84	▲ 165.16
台灣店頭市場	139.81	▲ 2.06
東京日經	9693.73	▲ 188.76
香港恆生	23684.13	▲ 499.81

地區	氣溫℃	地區	氣溫℃
東京	14~20	香港	25~30
曼谷	26~33	福州	21~32
雪梨	14~20	昆明	13~22
洛杉磯	14~21	武漢	18~29
紐約	20~31	上海	21~32
里約	19~22	南京	21~32
日內瓦	8~12	西安	18~30
倫敦	13~22	青島	17~27
羅馬	16~27	北京	17~31
約堡	2~14	瀋陽	14~22

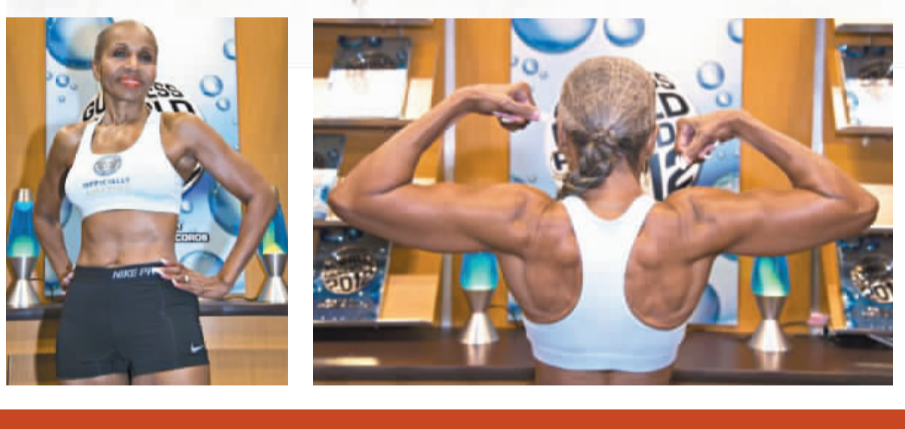
74歲阿嬤 有6塊肌



【本報綜合外電報導】即使上了年紀，也能擁有結實的體格。美國一名七十歲的老婦人謝佛德（Ernskie Shepherd，見圖／取自網路），一直保有運動習慣，日前被金氏世界紀錄列為全球年紀最大的健美小姐。

《華盛頓郵報》報導，謝佛德擁有完美的肌肉，腹部也有明顯的六塊肌，不過可別以為這是從年輕就開始鍛鍊的，報導指出，謝佛德在五十六歲以前可是個懶惰蟲，完全不愛運動，直到她發現自己虛胖又肉鬆時，才決定跟姐姐一起上健身房。目前她開班授課，教導模特兒及其他人士的健身課程，她說：「如果你想激勵學員，那麼你自己要以身作則。」

現在的她主張自然飲食，每天只吃全麥、蔬果等，加上少許的簡單調味肉類，且對甜食毫無興趣，更堅持每天清晨三時起床靜坐冥想，並在午餐前慢跑十六公里，維持健康生活長達二十年時間。



拾荒婦 30年養32棄嬰

56歲張菲 至今未婚 孩子多數有缺陷 靠微薄收入 撐起一家



張菲帶著收養的三名子女，前往醫院治療疾病。圖／取自網路

【本報綜合報導】在大陸廣東省普寧市有位拾荒婦人，有三十二個小孩，目前年紀最大的已成家，最小的出生還不到兩個月，全是她收養的棄嬰，這些棄嬰多數有各式各樣的先天性疾病，但婦人視如己出，並靠收檢破爛獲得的微薄收入，將孩子養大成人，不少人得悉張菲的事跡後，都感動落淚，稱她為「天下最偉大媽媽」。

五十六歲的張菲，至今沒有結婚，先後浪跡徐州、廈門、潮州、汕頭、普寧等地。她小時候也是一個棄嬰，被山東一位好心大媽撿去，八歲時養母因病去世。自此，張菲孤身一人流落他鄉，過著撿破爛的日子。

「二十六歲那年我收養了第一個，年輕的時候從來沒有想過會收養棄嬰。」張菲回憶說，當時現場有人提議「不如張菲你收留她吧」，一句玩笑話，讓未婚的她當起了單親媽媽，她說，自從收養了大女兒吳敏後，原先設想的生活發生了大變化。當吳敏只有兩歲大時，張菲為了謀生到安徽，在蚌埠撿到了另一名女嬰，從此展開張菲收養棄嬰的人生。

「這是條生命，不捨他們，就可能餓死的。」張菲說，晚上出去拾荒，在橋下、路邊，甚至垃圾堆中，常會發現被遺棄的嬰兒。只要被她看見，她都會帶回家去，不管孩子身上有什麼先天缺陷。目前，還有十三名孩子和她一起生活，五年前，她的故事經當地媒體報導，引起政府和熱心人士關注，在政府幫助下張菲一家住在一間三房兩廳的房子，孩子也都有了戶口，每月領政府的補助金，但生活依然艱難。「要把孩子養大，再難也一定要讓他們讀書，才能有出息。」

日前張菲帶著生病的子女前往武警廣東總隊醫院看病，其中最小的只有兩個多月大。經廣東媒體再報導後，一些慈善組織和熱心人士紛紛向張菲伸出援手，這些善款也將作為兩位孩子「補心」和唇顎裂修復的費用。



美國著名職業特種賽車手唐納·福斯特（Tanner Foust）上月二十九日在「印地安那波利斯五百汽車賽」斜坡飛躍賽中躍出了約一百零一公尺的距離，比前世界紀錄多出約九點四公尺，刷新紀錄。當時，福斯特駕駛的賽車每小時達到了一百零四英里（約一百六十七公里）的速度，在駛入第二個彎道時看上去好像在飛行一般。圖／美聯社



熊貓兔 卡哇伊！
耳朵及眼窩是黑色，身體是白色的，像極大陸國寶「熊貓」，不過牠們可是新培育出來的兔子品種。農場主人黃國男表示，公的黑兔是鬆獅兔，是人家不要的，他就接收飼養，農場原本就飼養白色的母雷克斯兔，兩隻兔子關在一起，很快地就交配生下一代，共生了十隻兔寶寶，有六隻是黑白配、四隻黑色，將黑白配的取為「熊貓兔」。圖／吳淑玲

星雲禪話

文／星雲大師

不動道場

河南開封觀音院的嚴俊禪師，是河北人，為唐宋五代之禪僧。他出家後嚴守戒行，參禮過諸方大德，後來到舒州投子山（今安徽境內）大同禪師座下參學，並且成爲他的法嗣弟子。

嚴俊禪師還未成名之前，初次到投子山參禮大同禪師時，禪師開口便問：「你從大老遠到這裡來，一路辛苦了。昨天晚上在那裡掛單啊？」

嚴俊禪師恭敬地回答說：「學人昨晚住在不動道場。」

大同禪師接著又問：「既然到了『不動』道場，怎麼會來和我見面呢？」

嚴俊禪師回答說：「道場歸道場的，禮見歸禮見。」

大同禪師一聽，心中已經首肯他的回答，不過還是問嚴俊說：「只爲了這一見，就從千里之外而來嗎？」

嚴俊禪師明白大同禪師有意試探，就說：「老師，你認爲我有來去嗎？」

大同禪師說：「既無來去，你的道場不如就建在我的投子山算了。」

嚴俊禪師聞言，若有所思，便留在大同禪師門下，一住數十年。

在佛教裡，所謂如來者，無所從來，無所從去。如是法身，應該不動的；來，是應身，可以隨機說法。所以，站在事相上，世間相有來去；站在法身自性上，是一如也，沒有來去的。

現在的青年禪者，只懂得雲遊，只懂得參學，但不懂得心境合一。深山五嶽，走了多少；百千人物，也見了許多，只是心內的禪和心外的境，始終不能相應，所以人生都在動盪不安中荒廢了一生。像嚴俊禪師，既然懂得不動道場，那就是「當下即是」了。

像投子大同和嚴俊這樣的前輩和後學，禪心相投，那就是真正的禪心不動了。

波羅僧揭諦



圖／李蕭銘

【妙眼看世界】

機師昏迷 醒來在南極

澳洲「運輸安全局」近日報告公布，一名年輕訓練機師去年十二月在進行訓練飛行時，突然陷入昏迷，導致飛機無人駕駛二百五十公里，飛向茫茫大海，幸好機師及時回復知覺，否則將命喪大海。該名機師隸屬「阿聯大公國」航空公司，去年底在進行單獨飛行訓練時，覺得機艙太熱，陽光照得他眼睛都睜不開，因此決定將飛機拉高，好讓機艙涼爽一點，但他隨後陷入昏迷，失去知覺，飛機自行飛了五十五分鐘，直到他醒來，發現自己在南冰洋上空，他趕緊與塔台連絡，隨即返回機場。

費時9年 自組小飛機

美國一名男子花了九年的時間，及不到五萬美元（約新台幣一百四十三萬元），透過郵購，買到所有飛機零件，在自家地下室打造一架兩人座飛機，當時他年僅四歲的兒子，也跟前跟後的湊熱鬧，日前男子把最後一個零件裝上，完成飛機，但由於飛機體積實在太大，他不得不把地下室的一面牆拆掉，才把飛機從地下室弄出來，他打算在機場完成他的飛機，裝上機翼和一些最後工序，預計在今年夏季進行首次飛行。他打算過一陣子試飛。