

人間福報

Merit Times

創辦人 星雲大師
發行人 心定和尚
第4579號 每份訂價10元
讀者專線：0800-087-828
訂報服務：02-8787-4005
02-8787-7828分機11



當月推薦

【佛光山】佛館紀念冊

典藏版 Classical Edition 紀念冊 \$580 團體訂購另優惠

更多優惠商品請上 www.fuigo.com.tw
TEL: 02-87877828#26

福報購 搜尋網頁

新聞提要

- A2 焦點**
涉貪 張花冠等21人被訴
- A3 綜合/社區**
台灣愛滋患者 24歲以下占2成
- A5 專刊**
星雲傳播獎、文學獎 今佛陀紀念館頒獎

貨幣匯價

幣別	買入	賣出
美元	28.705	29.247
歐元	37.19	38.23
港幣	3.614	3.788
日圓	0.3440	0.3543
人民幣	4.568	4.764

註：新台幣昨收29.116元 升值3.1分 台灣銀行提供

亞洲股市

股市	收盤指數	漲	跌
台灣集中市場	7580.17	▲	76.62
台灣店頭市場	99.65	▲	0.83
東京日經	9446.01	▲	45.13
香港恆生	22030.39	▲	107.50



▶極地冰融，北極熊生存受威脅。圖/路透社

◀格陵蘭伊盧利薩特峽灣融冰。圖/法新社

▼格陵蘭冰蓋表面融化的水嘩嘩流過。圖/美聯社

極地冰融 海平面升1公分

【本報綜合外電報導】科學家指出，過去二十年來，極地冰帽融化使得海平面上升了約一點一公分，並稱這是在目前為止，氣候變遷影響最明確的判斷基準。

刊登在美國《科學雜誌》的這項最新報告，綜合採用一九九二年以來十枚衛星的偵測數據，仔細比對時間週期和地理位置，以便估算出較準確、涵蓋範圍較廣的結果。

研究指出，近二十年南極消融的冰蓋累計一點三兆噸，格陵蘭島則消融多達二點九兆噸，結合兩者推算出共造成同時期的海平面上升一點一公分。

英國里茲大學的主要研究人員謝波德(Andrew Shepherd)表示：「極地冰層含冰質量的變化情況相當重要，因為這是全球氣候變遷的判斷標準，並對全球海平面高度有直接影響。」

這項報告指出，近二十年南極消融的冰蓋累計一點三兆噸，格陵蘭島則消融多達二點九兆噸，結合兩者推算出共造成同時期的海平面上升一點一公分。

1棵→10萬棵樹 思夫兒 荒漠栽成綠洲

從賣樹苗求生 到擔治沙重任 寧夏婦32年植10萬棵樹 續至親遺志

【本報綜合報導】大陸寧夏荒漠十二年前只有一棵樹，每年起風飛沙；如今這裡形成小綠洲，風沙逐年減少，背後的功臣是五十九歲的農婦白春蘭，三十二年來一手栽種十萬棵樹，即使丈夫、長子相繼離世，她仍不放棄對這片土地的熱愛，「看著樹，就像看到丈夫與兒子。」

白春蘭住在寧夏回族自治區鹽池縣，她坦言當時種樹是為生計所迫，想將樹苗長大後以每棵三塊錢賣掉。在沙漠地區種樹不易，雖多次樹苗被吹垮，都沒有動搖白春蘭治沙決心。他們植樹種草的同時，一層層掀掉那些不長作物的沙子，翻出新土，硬是在沙丘上整出一塊土地。一九八四年，白春蘭在新開的土地上播種，並在秋後收穫了四袋小麥，這在從未種過小麥的沙漠裡是破天荒的事。

初嘗成功喜悅後，白春蘭夫婦更有信心，他們繼續栽種喬木，還選擇適應沙地生長、防沙固沙的沙柳、沙蒿等灌木，起了很好的防風固沙作用，荒蕪多年的沙漠終於出現點點綠色。

一九九七年，丈夫因肝硬化辭世，白春蘭擦乾眼淚，帶著兒子繼續進行治沙事業。此時，沙漠已變得鬱鬱蔥蔥。白春蘭不只治沙，二〇〇〇年成立公司，聯合全村八十八戶農民，治



白春蘭被譽為寧夏的治沙功臣。圖/取自網路

理村中兩萬餘畝沙漠化土地。同年，白春蘭將全鄉的年輕婦女成立「女子治沙隊」。每到春天，白春蘭都帶著二十名婦女在荒漠中植樹、治沙。

二十年過去，如今白春蘭已造林兩千多畝，種下灌木、喬木八萬多株，昔日荒涼的沙漠變成大片綠洲。每到植樹季節，都有人自願到這裡植樹、治沙。白春蘭說：「人們都勸我休息，但我一看到滿眼的綠色，看到樹林裡活潑亂跳的野兔，我就有使不完的力氣。」

五年前長子去世，讓白春蘭的人生一度跌入谷底。後來白春蘭把房子建在樹林中央，每天守護樹木，「我不能走，要在這裡完成他們的心願。」因為這種熱情與毅力，以及成功造出綠洲，白春蘭被讚譽是寧夏「治沙功臣」。當年種樹為了賺錢，現在這十萬棵樹不僅保護環境，更充滿她對丈夫與兒子的愛。



布偶下的汗水 吉祥物學校

穿著厚重的大型吉祥物服裝走路、跳舞看似簡單，但如何負重靈活表演也是門學問。在日本，有人專門教人把吉祥物服裝與自己融為一體。

「你的眼睛在哪裡？耳朵在哪裡？」日本女子大平長子(右一)上周在吉祥物訓練課程中，指導著扮成貓熊和花栗鼠的學員。她一九八五年創立「長子集團吉祥物學校」(Choko Group mascot school)，為日本唯一的吉祥物學校，目前有二十五位學員。課程內容包括吉祥物的服裝選擇、穿衣、舉手投足等，目標是把每位學員訓練成「吉祥物達人」。

圖/路透社

【本報綜合外電報導】近冷，而他穿得很單薄，還光著雙腳，走在冰冷的地上十分緩慢，看起來很痛苦，所以決定買雙鞋子給他。

德普利摩(左)買冬靴給流浪漢。圖/取自網路



德普利摩(左)買冬靴給流浪漢。圖/取自網路

佛光榮根譚

禪運用到生活上，不但可以提高生活的藝術，擴展胸襟，充實生命，並且可以使人格升華，道德完成，到達「於生死岸頭得大自在」的境界。

星雲說偈

文/星雲大師

瞋為大眼，有目無睹；瞋為塵垢，染污淨心。如是瞋恚，當急除滅；毒蛇在室，不除害人。

瞋恚之害

塵垢，染污淨心。如是瞋恚，當急除滅；毒蛇在室，不除害人。」這段偈頌主要是告訴我們瞋恨心的罪惡之大，會造成自己和別人的傷害。

「瞋為大眼，有目無睹」，瞋心一起，整個人的內心世界好像都黑暗下來，即使是你有眼睛，也看不到是非，看不到真理，看不到好壞。你看，有的人脾氣一發、瞋心一起，就不顧

父母長上，不顧義理人情，不顧結果好壞，甚至不管所有的一切；甚至心愛的東西都可以把它毀滅，平常最重視的寶物，也可以把它毀滅，足見瞋恨心的可怕。尤其瞋恨心一起，再好的朋友也形同陌路，道義之交的情分也會消失殆盡。因此經典裡說「瞋為大眼，有目無睹」。

「瞋為塵垢，染污淨心」，瞋心就好像塵埃，骯髒垢穢。平日照面的鏡子，一旦累積了很多的塵垢，即便拿來使用，也照不出我們的本來面目。同樣的，桌面上有了塵垢，也不好使

用；衣服有了污漬，穿在身上，既不好看，也不體面。就連臉上的表情，原本是慈祥的面孔，瞋心一起，整個表情就變得可怕、好難看。面孔上的難看還是小事，心理上的難看，則會污染了我們清淨的本心。

因此「如是瞋恚，當即滅除」，一念瞋恨心起，當下就要趕快去除。如何才能讓自己不起瞋心呢？明代憨山大師的《醒世歌》告訴我們：「紅塵白浪兩茫茫，忍辱柔和是妙方；到處隨緣延歲月，終身安分

度時光」，其中的「忍辱柔和是妙方」，指的就是對治、降伏瞋恨的方法。

「毒蛇在室，不除害人」，瞋恨心就好像毒蛇躲藏到我們的內心裡，如果不把牠去處，隨時都會去咬傷人，造成危險。

因此在日常生活中，在做人處事上，對我們危害最大的就是瞋恨心。在瞋恨的驅使下，會讓我們失去理智，甚至壞了大事，成為我們的障道因緣。唯有常行慈悲、忍辱，才能不生瞋恨，處處祥和。



【妙眼看世界】

減考試壓力 大學開放狗屋

為了緩解學生考試期間的緊張情緒，加拿大達爾豪西大學在學生考試期間，開放一間「狗屋」，學生可以在考試間隔時間到「狗屋」與小狗玩耍。

這些小狗由一個公益組織提供，工作人員說，牠們可以幫人減少壓力。還有一些人把自家養的小狗也帶了過來，與同學們玩耍。不少學生說，抱抱小狗，感覺輕鬆了不少。