

環保月報

2021 年 12 月號

環保月報

—2021 年 12 月

上人開示

各位菩薩，我們要感恩過去，也許過去這一年，我們有一些不如意，有一些悲歡離合，但都已經隨著時間過去了。所以還是要感恩過去的時間，讓我們平安走過來。

……(詳閱請點)



環保新知

- **時代雜誌：你我一生中最重要的國際會議！一次看懂 COP26**
- **吃素減碳救地球 芬蘭赫爾辛基市府不再提供肉品**
- **美國醫學研究:塑化劑與每年 10 萬人過早死亡有關**



草根菩提

患有視覺障礙的蕭秋英，三十幾年來僅能感受到微弱的光，但她仍然發輝生命良能貢獻己力。過去，曾一度在老伴過逝頓失了依靠而陷入黑暗的漩渦裡.....

(詳閱請點)

善孝傳家 弘法度眾

2021-11-15 | 慈濟基金會



證嚴上人開示：「對父母的孝養，我一定要恭敬，要不然和養狗、養馬不都是同一個字叫做『養』嗎？我們如果對父母不敬重，沒禮節，這樣跟養貓、養狗又有什麼差別呢？所以人要知禮，要知道禮敬，禮者理也；禮就是理，道理禮節。你們尊重師父，是尊重法，是佛陀所教育，所以傳法者就要學法、弘法還要守戒律，所以我們慈濟就是要傳佛法，知禮義，讓人世間人人和氣知禮儀。」

【證嚴上人 11 月 14 日上午桃園第四場歲末祝福開示】

「各位菩薩，我們要感恩過去，也許過去這一年，我們有一些不如意，有一些悲歡離合，但都已經隨著時間過去了。所以還是要感恩過去的時間，讓我們平安走過來，所以善解過去，感恩現在的未來。同樣的，每一天我們面對的人，也許有一些事與人，讓我們的心不喜歡，但是要記得包容，善解、包容，接下來那就是感恩。」

證嚴上人歲末行腳，11 月 14 日上午的歲末祝福中，上人告訴眾人，法遍布在虛空法界中，是萬物的真諦、道理，也是在天、地、人之間運轉的自然法則，期待人人以「慈濟四神湯」──知足、感恩、善解、包容，來因應面對，才能轉識成智，將智識轉為智慧。

孝養雙親恭敬心 知理行禮如敬佛

駐足桃園已經六天，上人欣言每天都能聽到志工分享他們的慈濟因緣，以及加入慈濟後對各自家庭的善影響，人人的家都像是一本歡喜快樂的經。

「當我聽到他們全家都是和善，當媳婦、兒女的，都是那樣孝養父母，我就打從內心的歡喜，這就是人間最有福的人啊！堂上父母健康，或者是父母年紀大了身老衰弱，我想這都是自然法則。看到了他的父母，我會想好有福喔，兒女的孝順，就是給予兒女的福報。因為兒子、媳婦孝順，他們就已經在造福了，他們真的都是身體力行在孝順，就是供養父母如堂上的活佛。」

以善為美，以孝傳家，是上人對志工一直以來的教誨。對於孝，上人特別強調「恭敬」，如同大家看到他來的時候，都會站起來，很整齊

地頂禮，表達對佛、法、僧三寶的敬重，對父母也應如此。

「對父母的孝養，我一定要恭敬，要不然和養狗、養馬不都是同一個字叫做『養』嗎？我們如果對父母不敬重，沒禮節，這樣跟養貓、養狗又有什麼差別呢？所以人要知禮，要知道禮敬，禮者理也；禮就是理，道理禮節。你們尊重師父，是尊重法，是佛陀所教育，所以傳法者就要學法、弘法還要守戒律，所以我們慈濟就是要傳佛法，知禮義，讓人世間人人和氣知禮儀。」

見苦知福心滿足 感恩有福當付出

談到慈濟四神湯，上人想起過去曾和大家說過一個故事，故事裡的窮人家庭，先生不知足身邊所擁有，只妄想著賺更多錢，住更大的房子，娶更多的妻妾；妻子聽聞後，沒意識到一切都是空想，也沒反思自己有沒有哪裡做得不好，就開始和先生吵架。

「鄰居知道了，大家覺得很好笑。太太就想，是啊！他還沒有說要娶，我就跟他吵架，是不是我這個形會讓他討厭嗎？先生就這樣想，是啊！我很艱苦的時候，是太太幫我持家，我才有田、有孩子，我應該要向她感恩，我應該要自我滿足，所以就跟太太道歉，太太也向先生說感恩，如果沒有你這樣的打拼，我怎麼能享受這麼豐足的生活。」

善解知足最大富，感恩包容最大福。富足又有福氣的人，就應該為天下苦難人多一些付出。根據世界展望會的研究，COVID-19 疫情加上戰亂、極端氣候，可能造成近年來最嚴重的飢餓危機，至 2022 年底可能造成額外 283,000 個 5 歲以下兒童死亡，等於每天將有 250 名兒童死去。

「現在飢荒了，那就是因為氣候變遷，乾旱的地方就是有種子，沒有雨露，也沒有辦法耕種，所以就會饑荒。不只是人饑荒，大地連草都乾了，動物也餓死了，寒的地方極寒（降）霜雪，被雪凍死；熱的地方很熱，熱死人；乾旱的地方旱，寸草不生，連動物都會渴死，何況人？是啊，把握現在，想我現在擁有一切，現在所擁有的，我們要一直想要很滿足、很感恩。」

善惡有因源自心　勸善去惡致祥和

四大不調，極端氣候加劇，其根源來自人心的欲望無止盡，所衍生出對環境自然的破壞。人與人之間的衝突，也是源自一念心。

「合抱之樹，當它是一粒種子，在那分秒中有大地、有雨露，那一顆小小的種子在地上，雨露、土地因緣成熟，那一顆小種子根就會擴出

來，長芽了，樹苗就要經過時日分秒累積，那就是百年、千年。我們可以看見，它在那裡，天地時間對它不增不減，天生自然，人不損它，它永遠都在這裡。同樣的道理，我們人，是人自損，人自己損自己，而且人和人之間互相彼此中傷傷害，天下人禍就是這樣。」

上人指出解決之道，在於行菩薩道，廣傳佛法，用心來教育人間，讓佛陀來人間的教法、真諦，廣傳開來。

「世界無量，尤其是我們的世界，在這娑婆世界可以造就無量的世界，因為娑婆世界有善有惡，才有法可說，勸人棄惡從善，這叫做法，法就是勸惡為善，勸善去惡，這種永遠和惡要隔離，我們就要多勸，多勸化。菩薩所度就是無量眾生，所以大家要很用心來教育，只要有心，我們的法可以傳遍。」

回目錄

環保新知

*時代雜誌：你我一生中最重要的國際會議！一次看懂 COP26



「聯合國氣候變化綱要公約第 26 次締約方會議」又稱 COP26。 (來源：Dreamstime)

撰文者：邱韞蓁 編譯

商周頭條2021.11.01

摘要

1. 2021 年 20 國集團（G20）峰會沒有提出具體氣候行動方案，讓全球更寄望於「聯合國氣候變化綱要公約第 26 次締約方會議」（COP26），這並是第一個檢討《巴黎協定》的全球氣候峰會。

2. G20 會員國碳排占全球高達 80%，美國雖然在川普後重回《巴黎協定》，但中國、俄國、巴西等碳排大國都不出席 COP26，讓外界十分擔心會議成效。

3. COP26 目標是在 2050 年達成全球淨零排放，並確定全球碳市場體系的執行機制。但，再生能源投資在下一個 10 年必須增加 2 倍，開發中國家更需要其中 70%資金援助。

「聯合國氣候變化綱要公約第 26 次締約方會議」（COP26）因疫情延宕一年，今天（11 月 1 日）在英國格拉斯哥正式展開！此會議為期 2 周，全球約 200 個國家的代表聚集於此，《時代》（Time）雜誌更將其喻為「你我這一生中最重要的國際會議」。

為什麼 COP26 這麼重要？

檢討《巴黎協定》成效，決定人類是否化口號為行動

這一場會議，將決定全球 70 億人口能否化口號為行動，齊心對抗氣候變遷。

世界氣象組織（WMO）最新報告趕在 COP26 前出爐，指出「極端氣候已成為新常態」，過去 7 年創下有記錄以來最熱的溫度，全球海平面自 2013 年以來加速上升，今年（2021）創下新高，這歸因於海水變暖和酸化。聯合國秘書長古特雷斯（António Guterres）表示，「COP26 必須是全人類和地球的轉折點」。

廣告
知識變現，振興有禮！商周訂一年送半年(振興券、藝放券皆可用)

1994 年，全球有 197 國簽署「聯合國氣候變化綱要公約」（UNFCCC），成為締約國。他們從 1995 年起，每年召開「締約方會議」（Conference of the Parties, COP）。COP26 雖只延宕一年，但氣候變遷不可能停下來等人類，西歐洪災、美國熱浪與野火、馬達加斯加飢荒...極端氣候災害「有增無減」。

除此之外，2015 年，有超過 190 位國家領導人在「聯合國氣候變化綱要公約第 21 屆締約國大會」（COP21）簽訂《巴黎氣候協定》，目標不只要把地球平均升溫控制在攝氏 1.5 度內，也協議每隔 5 年評估減排進展，而這次，是第一個檢討《巴黎協定》的全球氣候峰會。「如果 COP21 是決定目的地，那 COP26 則是審查行程、調整路線。」前聯合國永續能源顧問凱特（Rachel Kyte）說。

《法國 24 台》（France 24）報導，在 COP26 前舉行、為期 2 天的 20 國集團（G20）峰會成果令人失望，與會國雖重申《巴黎協定》目標，卻沒有提出具體行動方案，因此，全球對 COP26 寄予更大的期望與責任，身為會議東道主的英國首相強生（Boris Johnson）也坦言，G20 的承諾遠遠不夠。

《紐約時報》指出，COP26 也是美國前總統川普（Donald Trump）退出《巴黎協定》後，美國重回參加的首個締約方會議。《金融時報》數據顯示，美國是全球第二大碳排國，僅次於中國，本次回歸影響重大，美國的貢獻並將受到全球放大檢視。

廣告



誰會參加 COP26？

2.5 萬名多國政要與氣候家，但排碳大國中、俄皆缺席

出席會議的有國家談判代表或領導人，包含美國總統拜登（Joe Biden）、法國總統馬克宏（Emmanuel Macron），連先前參加意願不大的澳洲總理莫里森（Scott Morrison）最終也點頭答應。

另外，瑞典環保少女童貝里（Greta Thunberg）、英國國寶級自然學家大衛艾登堡爵士（David Attenborough）等活動家也在出席名單之中，預計參加人數多達 2.5 萬人。為了敦促全球關注氣候議題，聯合國還請來韓國知名女團 BLACKPINK，擔任 COP26 的宣傳大使。

然而，永續能源顧問凱特指出，由先進國家組成的 20 國集團（G20），碳排占全球高達 80%！但，巴西、墨西哥、澳洲和俄羅斯等碳排大國繳交的減排計畫都不符合《巴黎協定》。更糟糕的是，中國國家主席習近平、俄國總統普丁（Vladimir Putin）、巴西總統波索納洛（Jair Bolsonaro）卻都不出席 COP26，讓外界十分擔心會議成效。

預計要達成什麼目標？

2050 全球達成淨零排放，訂定全球碳市場體系執行機制

COP26 官網列出會議 4 大目標，包含：

- 本世紀中葉達成全球淨零排放，全球氣溫升幅控制在攝氏 1.5 度
- 調整計畫以保護社區和自然棲息地，尤其透過保護和恢復自然生態，以及建造防禦、預警系統與彈性基礎建設和農業，避免失去家園、牲畜和生命
- 每年為貧窮國家籌集 1000 億美元的氣候資金
- 確定巴黎協定規則手冊（Paris Rulebook，指巴黎協定上路後的執行指導細則），加速氣候行動

《時代》雜誌指出，要達成淨零排放，勢必要終結煤炭，並大幅增加投資再生能源、擴大使用電動車。煤炭貢獻全球二氧化碳排放 30%，全球電力卻還有高達 38%來自這個號稱「最骯髒的能源」。國際能源署（IEA）另補充，再生能源投資在下一個 10 年必須增加 2 倍，更脆弱的開發中國家更需要其中 70%資金援助。

由此可見，為貧窮國家籌資之重要性。不過，在 2009 年與 2015 年，富國原本計畫要在 2020 年前，每年提供貧窮國家 1000 億美元的氣候資金，但非政府組織樂施會（Oxfam）發現，這項目標到 2025 年都不太可能實現，因此不管是公眾或私人資金來源，COP26 必須制定明確計畫，同時推動速度不能太慢。

針對第 4 大目標，若要確定巴黎協定規則手冊，就要先對《巴黎協定》第六條（Article 6）達成共識：確定全球碳市場體系的執行機制與方式，包含透明度、衡量準則、政府擬訂後續計畫等。永續能源顧問凱特警告：「做得好，能讓全球加速邁向淨零目標；但做得不好，氣候行動與信心反而會被『漂綠』（Greenwash，組織打著環保旗號，卻沒付出實際行動）情況嚴重打擊。」

氣候變遷下，沒有一個人能倖免。聯合國環境署（UNEP）示警，全球減排不力，若按照現狀，本世紀末（2100）的平均溫度將上升攝氏 2.7 度，引發災難性後果。而 COP26 是我們決定成敗的機會，世界氣象組織喊話：「人類能否重回正軌，就看這次。」

參考來源：Time、Yahoo News、The Indian Express、The New York Times、COP26、France 24、The Guardian、FT

核稿編輯：林易萱

回目錄

*吃素減碳救地球 芬蘭赫爾辛基市府不再提供肉品

資料來源：yahoo 新聞 2021 年 11 月 5 日 週五 下午 2:27·2 分鐘 (閱讀時間)

美聯社報導，芬蘭首都赫爾辛基市宣布，自明年 1 月起，市府在研討會、員工會議、招待會和其他活動將不再提供肉品，改以素食菜餚和當地永續性的魚類來取代，以減少碳足跡。



美聯社報導，芬蘭首都赫爾辛基市宣布，自明年 1 月起，市府在研討會、員工會議、招待會和其他活動將不再提供肉品，改以素食菜餚和當地永續性的魚類來取代，以減少碳足跡。（擷取自 visitfinland.com）

赫爾辛基市聯絡室主任奇維拉（Liisa Kivela）表示，這項變革將於明年 1 月生效，但不包括市立學校和市府相關場所自助餐廳。赫爾辛基市人口約 65 萬人。

新政策還規定，市府相關活動中提供的咖啡、茶葉和香蕉等品項都必須來自公平貿易生產商；此外，燕麥奶將取代一般牛奶，零食和點心不能再裝在用完就丟的一次性容器中。

市府在一份聲明中表示，相關措施「目的在減少食物對氣候變遷的影響，同時降低這座城市使用的自然資源量」。

今年 8 月擔任市長的瓦提艾能（Juhana Vartiainen）表示，他很高興赫爾辛基市在某些情況下保留了提供肉類的選項。

他告訴芬蘭媒體「晚報」（Iltalehti），舉例來說，如果瑞典國王來訪，則可以提供國內野味，或是向某些團體供應肉品是相當自然的事，一定要因時制宜。

赫爾辛基市議會本周宣布這項決定後，在社群媒體引發公民和政界人士正反兩方的激烈辯論。

芬蘭鄉村地區的立法者尤其感到不安，因為當地狩獵盛行且野味菜餚普遍；國內飼養的馴鹿肉則時常供應給來訪的外國政要。

芬蘭自然資源研究所（Natural Resources Institute）今年稍早表示，擁有 550 萬人口的芬蘭，肉類消費量已連續兩年下降，因為愈來愈多民眾使用植物性產品而不是肉類來製作漢堡、香腸和絞肉。

＊ 美國醫學研究：塑化劑與每年 10 萬人過早死亡有關

2021 年 10 月 19 日

環境資訊中心綜合外電；姜唯 編譯；林大利 審校

紐約大學格羅斯曼醫學院（Grossman School of Medicine）主持的一項新研究發現，塑化劑鄰苯二甲酸鹽（phthalates）可能與美國每年 9 萬 1000～10 萬 7000 例、55 歲～64 歲成年人過早死亡有關。每年因此產生的成本在 400 億～470 億美元之間，是過去估計值的四倍多。



科學家表示，鄰苯二甲酸鹽暴露增加與過早死亡有關，特別是心臟病。照片來源：Anna Shvets／Pexels

這項發表在《環境污染（Environmental Pollution）》期刊上的研究發現，尿液中鄰苯二甲酸鹽含量較高的人更有可能因任何原因過早死亡，尤其是心臟病。

鄰苯二甲酸鹽是一系列塑化劑的總稱，用以增加塑膠的彈性和韌性，化妝品、洗滌劑、食品包裝、肥皂、洗髮精等數百種塑膠製品中都含有這種物質。

然而，格羅斯曼醫學院指出，評估鄰苯二甲酸鹽相關的健康問題一直都很困難，因為人們接觸的內分泌干擾物種類繁多，這些化學物質會干擾內分泌（或荷爾蒙）系統，並可能導致癌性腫瘤、出生缺陷和影響生育能力。

研究小組分析了 2001 年～2010 年參加美國國家健康和營養調查的成年人尿液樣本中的鄰苯二甲酸鹽含量資料，分析範圍限制在死因追溯至 2015 年者。 此外，他們也特別關注 55～64 歲的美國人族群，因為過去的研究是以這個年齡層因鄰苯二甲酸酯而死

亡的估計。 如此一來，研究團隊可以準確地將他們的研究結果與過去的估計進行比較。

「我們的研究結果顯示，鄰苯二甲酸鹽暴露增加與過早死亡有關，特別是由於心臟病，」研究主要作者特拉桑德（Leonardo Trasande）醫學博士和亨德利克（Jim G. Hendrick）醫學教授表示：「到目前為止，我們知道這種化學物質與心臟病有關，而心臟病又是導致死亡的主要原因，但我們尚未建立起鄰苯二甲酸鹽本身與死亡間的因果關係。」特拉桑德博士說，未確立直接因果關係的部分原因是其中明確的生物機制尚不清楚。研究人員表示，他們計畫進一步研究鄰苯二甲酸鹽在體內激素調節和發炎反應中可能發揮的作用。

過去的研究發現，每年 1 萬多人的死亡與成年男性因鄰苯二甲酸鹽暴露導致睪固酮降低有關。這些死亡使美國每年損失了近 90 億美元的經濟生產力。新研究也呼應了長期大量接觸這些化學品與社會成本的增加有關的看法。

草根菩提

【草根菩提】20211021 - 心指引的方向 - 蕭秋英



全患有視覺障礙的蕭秋英，三十幾年來僅能感受到微弱的光，但她仍然發輝生命良能貢獻己力。過去，曾一度在老伴過逝頓失了依靠而陷入黑暗的漩渦裡，「自己怎麼活下去？」內心幾番掙扎，直到有一天，她鼓起勇氣決定要走出去，但如何走出家門？又如何走到環保站？處處充滿挑戰的歷程，正考驗她的決心。

雖然眼睛不方便，仍克服一切困難自己搭公車到環保站。她會在公車站旁手拿自製的牌子，上面寫著「14」，一旁等車的民眾看到了，會熱心協助她搭上14 號公車；坐到三重園區下車後，她再站在站牌處，等待路過的慈濟志工，幫忙她走到環保站。

在紙類回收區，視力模糊只能看到強光的蕭秋英，坐在她熟悉撕紙張的位置，

動作十分熟練地將雜誌一張一張的撕開，再平整地放在她手邊的籃子內擺放妥善。

環保對她而言，做環保能動動手腳又能動動腦，感覺很好，也感恩上人設立了環保站，讓她感受到大家庭的溫馨。記得 2016 年 11 月，剛到環保站一個月時，當時有遇到精舍師父前來關懷，那種溫暖快樂的感覺一直留在心裡。如今，她謹記常住師父們的鼓勵，要恆常大發心，堅定自己的信念，因而保握付出的因緣，環保路上不缺席。

現在兒女看到母親的改變，欣慰她勇敢走出去，找到自己的人生方向，並在慈濟大家庭裡找到心靈的依慰之處。

蕭秋英如何點亮心光做環保，知足感恩向前行呢？請收看草根菩提

20211021—心指引的的方向 - 蕭秋英

https://www.youtube.com/watch?v=25YIf9lxEX4

回目錄