

環保月報

2019 年 3 月號

環保月報

–2019 年 3 月



上人開示

二十多年前呼籲環保時，大家疑惑為什麼師父這麼看重垃圾呢？但不是把垃圾收回來，而是要把資源回收。以前的口號是「垃圾變黃金，黃金變愛心.....

(詳閱請點)



環保新知

- 全球暖化 / 格陵蘭冰川大規模崩解中
- 近半世紀全球糧食危機升 研究：跟極端氣候有關
- 少肉多菜就對了 科學家推出拯救世界的《地球健康飲食指南》



草根菩提

把做環保當成一種精神寄託的徐玉雲，天天忙得不可開交，仁武住家附近及旗津等店家與工廠，等同是她的管區一樣，甚至.....(詳閱請點)

上人開示

二十多年前呼籲環保時，大家疑惑為什麼師父這麼看重垃圾呢？但不是把垃圾收回來，而是要把資源回收。以前的口號是「垃圾變黃金，黃金變愛心.....節錄自慈濟月刊 627 期

錯誤的作為該止即止，

不要迷失在其中，一迷就會背道而馳；

利益人群的好事該行即行，

不要浪費任何一秒鐘。

新曆年已過，舊曆年將來，年年這段期間行腳全臺，主持歲末祝福與授證，送福與慧來為大家祝福，也虔誠祈求新的一年是平安福慧年。

過去一年，國際間災難頻繁。去年底在波蘭舉辦的聯合國氣候變遷大會，各國代表承認因為工業高度發展，污染空氣，氣候變遷已經到達極端，自然災害愈來愈嚴重；現在最怕的就是地球溫度若再升高，冰山融化，海水漲高，將不堪設想。

如何才能解除危機？就是要降低污染源，減少工業排碳，也要重視環保。氣候變遷大會中，一百多個國家對此有共知、共識，卻無法共行，

因為國家利益需要發展工業；雖然「應該」要推動環保，但還是很難做到。

慈濟不只是認知、認識環保的重要，還身體力行；志工與會分享實際經驗，也指出降低地球溫度和減災的好方法就是環保與茹素。

二十多年前呼籲環保時，大家疑惑為什麼師父這麼看重垃圾呢？但不是把垃圾收回來，而是要把資源回收。以前的口號是「垃圾變黃金，黃金變愛心，愛心化清流，清流繞全球」，現在回收價格很低，但環保志工說即使便宜甚至賣不到錢也要收，因為不收就會變成垃圾，焚燒污染空氣、掩埋破壞大地，又會造成多大片的污染源。

但如果收回來好好整理，還可以再製為生活用品，甚至寶特瓶能製成保暖的毛毯，救濟海內外。這些物資從環保菩薩手中產生出來，從無做到有，從骯髒的做到最高級的品質，真的很令人感恩。

環保菩薩智慧高，身體健康顧地球，守在崗位，沒有停歇與休息。他們投入環保的身影，是人間清流，透過影片在國際會議播放，清流也繞了全球，讓海外人士能夠看到。

全球七十五億人口，有八億多人處於飢餓中。為了人們葷食的需求，

大量飼養動物，製造許多污染，餵養糧食水草，又和人類爭食物；牠們被拘束在狹小的籠舍，難以活動，最後為了供應人類口欲而被殺，實在太殘酷。

面對地球暖化，不是無法可走。當年慈濟不斷帶動環保，如今環保已是全球重要的議題；現在既然知道如何保護地球，就要推動茹素。

不一定吃肉才會有營養，克服欲念也是修行。四大不調來自於人類共業，大家生活隨心所欲，沒有考慮後果。現代購物很便利，人們習慣消費，看到別人買了新的物品，自己即使沒有需要也想跟進，只為滿足欲念，汰舊換新，囤積愈來愈多。

社會物資過剩，有時候環保站會收到整套的瓷器餐具，甚至還沒開封，連同漂亮的包裝就丟棄；還有尚未撕去吊牌的全新衣物，不拿來回收就沒辦法再買新衣服；若是搬家或者是重新裝修，就把還能用的家具全部捨出。

氣候變遷極端，過去我常說「來不及」，現在是「不能等」了。從臺東、屏東、高雄、臺南行腳一路走來，每一站都更懇切，聲聲呼籲，「如是我聞，如是我知，如是我識，如是我行」，錯誤的事情該止即止，利益人群的事情該行即行，不要迷失在其中，一迷就會背道而馳，

自作自受；也不要浪費任何一秒鐘，改往修來，及時把握當下，做就對了。

我每年每天都有三個心願：淨化人心、社會祥和、天下無災。淨化人心，要做好人間的環保、人心的環保，將煩惱清出去，讓心靈永遠是一片清淨，最有價值的寶藏收藏進來。什麼是最有價值的？生命中最珍貴的就是做好事。

當人間有需要、社區有需要，我們有這分心、也有力量去投入，讓人人安穩，自己也會感覺放心。世間每個人都有應盡的責任，付出無所求，對自己負責；真正做到了自己發的願，這就是法喜。

感恩每天的平安，要珍惜時間，愛護空間，把握因緣積善造福，讓家家有餘慶；祝福大家新年諸事如意，日日吉祥，菩薩道上共精進！

回目錄

環保新知

*全球暖化／格陵蘭冰川大規模崩解中

資料來源：**民視新聞網（民視新聞／林昀嫻 綜合報導） 2019 年 2 月 9 日 下午 6:09**

全球氣候和環境變遷愈來愈劇烈，最新資料顯示，北極地區格陵蘭島的冰川出現大規模融解，流入海洋中，規模高達數百億公噸，這將造成海平面大幅上升。最嚴重的狀況是，在本世紀之前，可能有數十個島嶼與河川遭到淹沒。雖然學者團隊也設法解決這項問題，但學者也呼籲，全球必須正視，這項大自然帶來的警訊。

這可能是你從未看過的罕見景象，最新的縮時攝影顯示，在格陵蘭島的冰川，高達數百億公噸、規模有如紐約曼哈頓島的融冰，正一塊塊碎裂，流入海洋中。這種稱為冰山崩解的現象，通常是因為海水溫度上升。而從高聳的冰川碎裂，如今格陵蘭島正大規模上演冰崩危機。

研究冰川長達 12 年的海洋學家霍蘭，表示這是他所見過最大的冰崩事件，一大塊一大塊積冰從冰層分裂，過程短短不到 30 分鐘。學者擔憂，這種龐大的冰崩現象，可能引發災難。

海洋學家解釋，「冰崩是過去許多事件積累造成的，可能在未來幾個世紀內，造成全球海平面大幅上升好幾公尺。」



實在南北極，都有大規模的冰崩現象，因此解決冰崩危機也刻不容緩。目前已有研究團隊，開始設法在南極打造大規模的水下結構，以支撐規模有如英國大小的冰川，也打算打造高達 100 公尺的水下高牆，架設在冰棚下，避免水底下溫暖海水，逐漸侵蝕冰川。但不管是哪種方式，都是艱鉅的工程。學者呼籲，全球若不一同解決全球暖化危機，只怕會更加速全球災難的發生。

回目錄

*近半世紀全球糧食危機升 研究：跟極端氣候有關

資料來源：2019 年 01 月 31 日上稿編輯： 鄒敏惠 環境資訊中心綜合外電；姜唯 編譯；林大利 審校

英國獨立報報導，一項新研究指出，極端天氣事件的增加造成大規模糧食危機（food shocks）的頻率增加。

農業是最容易受到乾旱和洪水等災害影響的產業。當作物停止生長，有一半的情況要歸咎於極端天氣；當牲畜受到大規模影響，也有大約四分之一的情況和極端天氣有關，通常極端天氣影響牲畜食物來源。



農業是最容易受到乾旱和洪水等災害影響的產業。圖片來源：WorldFish（CC BY-NC-ND 2.0）

塔斯馬尼亞大學博士生科特雷爾 (Richard Cottrell) 領導的研究團隊爬梳了過去半個世紀的聯合國資料，整理出這些結果。他們搜尋了 134 個國家糧食產量大幅下降的時間，並找出這些事件的觸發因素。

除了氣候變遷加劇極端天氣外，他們發現地緣政治危機也是近年來糧食危機上升的主要因素。他們注意到非洲和中東地區與衝突有關的糧食危機，導致 2010 年來全球飢餓人數激增。

「近幾十年來，我們越來越熟悉世界各地乾旱和飢荒等災難在媒體中的圖像，」科特雷爾說，「我們的研究證實，糧食大規模欠收頻繁地發生，對全球糧食生產構成越來越大的危機。」

已有越來越多證據顯示，氣候變遷可能影響全球糧食安全。過去的一項研究發現，世界主要商品化作物產量下降高達 7%的糧食危機，發生機率將在 25 年內增加三倍。

近年來，科學家越來越相信熱浪、颶風等極端天氣事件的增加與氣候變遷有關。漁業也不能倖免於糧食危機，當海產供應達到嚴重枯竭的水準時，有一半的情況是過度捕撈所造成。

科特雷爾說，在一個透過貿易相連的世界中，糧食危機已經成為全球性問題。他說，國際社會需要把注意力放在建立能夠適應氣候變遷的糧食系統上，並確保脆弱的國家有足夠的存糧來因應短缺。

回目錄

*少肉多菜就對了 科學家推出拯救世界的《地球健康飲食指南》

資料來源： 2019 年 01 月 22 日上稿編輯： 鄒敏惠環境資訊中心綜合外電；姜唯 編譯；林大利 審校

英國衛報報導，科學家首次設計出一套《地球健康飲食指南》，以科學為根據，改善數 10 億人不良飲食習慣之餘，也尋求避免全球環境災難。根據這份指南，西方國家必須大量削減紅肉，全世界的飲食習慣也要徹底改變。



科學家相信，新的飲食指南能創造雙贏，讓數千萬人免於營養不良，同時避免大自然崩壞。(圖片來源：Brooke Lark / Unsplash)

設計這套《地球健康飲食指南》(EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health) 的是醫學期刊《刺胳針》和非政府組織「Eat Forum」合作發起的平台，目的是滿足全球快速增長人口的營養需求，同時解決農業——尤其是畜牧業——導致氣候變遷、危害野生動植物以及河流和海洋污染的問題。

根據這份指南，全球整體而言紅肉和糖的攝取量要減少一半，而

蔬菜、水果、豆類和堅果必須加倍。不同地區有不同的飲食習慣變化。北美人必須減少 84%的紅肉，多 6 倍的豆類和扁豆。歐洲人必須減少 77%的紅肉，吃 15 倍多的堅果和種子。

科學家表示，這套飲食指南能創造雙贏，每年至少可以避免 1100 萬人死於營養不良，同時防止人類賴以維生的大自然崩壞。

2050 年預計將有 100 億人生活在地球上，今日的非永續飲食若繼續下去，勢必帶來更嚴重的健康問題和全球暖化。不健康的飲食是全球健康狀況不佳的主要原因。目前全球有 8 億人挨餓、20 億人營養不良，另有 20 億人超重或肥胖。全球科學界最新得出的結論是，糧食系統已經出現問題。工業化農業破壞環境，森林被夷為平地，數十億頭牛隻釋放出使氣候暖化的甲烷。

「全球飲食習慣必須劇烈改變，」哈佛大學學者、平台召集人之一威列特(Walter Willett)教授說。這份飲食指南已發表在《刺胳針》醫學期刊，並準備在全球 40 個城市啟動。該報告還指出，食物浪費必須大減 85%。

地球健康飲食指南以植物為主，每天平均攝入 2500 卡路里，允許一個牛肉漢堡和兩份魚肉，但大多數蛋白質來自豆類和堅果。每天一杯牛奶，或一些起司或奶油，一週一到兩顆雞蛋。每盤食物有一半是蔬菜和水果，三分之一是全麥穀物。

「對於許多英國人或美國人來說，這樣的紅肉量非常少。但是全世界絕大多數人口都沒有吃得比這樣多。這套指南非常符合傳統飲食

習慣。」

研究人員表示，地球健康飲食指南和許多已知的健康飲食習慣類似，如地中海或沖繩飲食。

「地球健康飲食指南有非常嚴謹的流行病學基礎，是研究人員數十年來追蹤大量研究對象的結果，」作者之一、牛津大學學者史賓曼（Marco Springmann）說：「巧的是，所有證據集合在一起得到的結論，就是類似於現實世界中最健康的飲食習慣。」

報告中承認它所提倡的飲食習慣改變有相當的難度：「人類從沒想過要用這樣的規模改變全球糧食系統。要實現這個目標，需要迅速從多方下手，實現前所未有的全球合作和承諾，可說是一波大糧食轉型。」

但報告指出，之前不是沒有發生過重大的全球性變革，例如 1960 年代大幅增加糧食供應的綠色革命。報告也認為，必須考慮採取紅肉稅、防止農田擴張、保護海洋等措施。

回目錄

草根菩提

20190102-雲的願望

每天清晨，把做環保當成一種精神寄託的徐玉雲，天天忙得不可開交，仁武住家附近及旗津等店家與工廠，等同是她的管區一樣，甚至只要電話一來，馬上辦，馬上去收，讓她像陀螺似地轉個不停，每天的回收量總是滿滿一台小貨車，讓來載的師兄姊驚訝與讚嘆。



一台嬰兒車改裝的環保車，街頭巷尾走透透，時時只見回收物堆疊高高走動而不見人的景象，總是令路人瞠目結舌。也引來不少異樣眼光，認為她生活一定有欠缺才會如此辛苦。然而她坦然面對不以為意，認為只要對的事，做就對了!

除了住家社區做回收外，也每個禮拜兩天到旗津觀光勝地做回收，為何如此忙碌？她說:「這是我們的福報，才能這樣做?」「可以認識很多人，和人結好緣。」

曾跌倒導致骨盤裂傷，需家人抬才能動的她，一度擔心不能走路，今慶幸自己能走，讓她有機會做一些好事，她說:「師父要用我，佛祖要用我。」因而更珍惜能做的機會，只要哪裡有回收可做，她就把握機會做。

常常錯過吃飯時間也常常做到晚上九、十點，她不在意也不覺辛苦，因為做環保讓她成長最多，做慈濟是她最快樂的事。早婚的她，覺得自己前半生是父母決定，如今後半生她選擇忙碌生活，做志工，讓自己不空過人生，歡喜結眾生緣。

做得滿心歡喜，不後悔加入的她，認為要做上人的好弟子，就要跟師父的腳步走，因而比別人更勤快更認真。她如何做呢？請收看【草根菩提】20190102---雲的願望
https://www.youtube.com/watch?v=IJymP8_XwCY

回目錄