



二〇一八年國際慈濟人醫會年會演講

宇宙一家

搶救地球 減碳行動

講者／波切利博士 (Dr. Rajendra Kumar Pachauri) 2007年諾貝爾和平獎得主

一來到了花蓮慈濟，我就感受到家的氣氛，這是一個讓人感到心靈富足又優美的環境，很高興慈濟人醫會邀我前來演講。上一次來臺灣，是在三十年前的一九八八年，我來參加一場國際會議，或許在場很多人都還沒出生。

整個宇宙都是一個大家庭

今天首先我要引用印度聖雄甘地的一句話：「可以從一個人對待敵人的方式，看出一個社會的態度和價值觀。」我們都是萬能造物者的創造物，我們每個人都是整個宇宙的一分子，我們懂得要愛自己、愛人類社會，愛寰宇所有生命。

在我擔任聯合國氣候委員會 (IPCC) 主席獲諾貝爾和平獎，準備獲獎致詞時，審視過去這一切，想到了印度諺語「Vasudev Kutumbakam」意為「宇宙是一家 (The universe is one family)」，我們不能閉起眼睛對世界上發生的這些事視而不見，無論如何，事情到頭來都會

影響到我們自己，而氣候變遷已嚴重到危害我們所生存的唯一地球。

簡單過生活 其他人才能存活

人類活動在地球造成巨大的碳足跡，從世界自然基金會 (WWF) 「二〇一六年居住地球報告 (Living Planet Report 2016)」圖表顯示，人類耗用的地球資源已超過地球所能承受的程度，如同甘地曾說的，「我們必須過簡單的生活，其他人才得以存活。」如果每個人都過度使用自然資源，或是少數人耗用了大部分的資源，未來的世代怎麼活下去？

二〇一七年一月，旨在消滅貧窮的樂施會 (Oxfam International) 發表了一份令人震驚的報告，「世界上有八個人，擁有的財富占了全世界的一半。」財富分配不均，表示這世界一定有什麼地方不對。如果讓地球耗竭、破壞到無法復原，地球將無法永續，會危害我們自己和未來的下一代。我們留給下一代的，

將是很艱難的生活環境。

從工業化開始的一九五〇年到現在，全球陸地及海平面的溫度在波動中不斷上升，而最主要原因，就是「人類」的活動。至今，大氣層溫度提高了攝氏一度，或許你覺得一度不算什麼，但氣候變遷不只氣溫增加，整個氣候結構都全面被破壞。從上個世紀到現在，海平面平均上升了九十公分，等於現在大家坐著，水快淹到天花板的高度。如果你是住在沿海城市，就會很有感覺，覺得自己的生命受到威脅。

二〇五〇年北極熊滅絕的預言

二氧化碳從何處來？看看排放量統計，最大的部分來自石油、水泥生產、燃燒天然氣。氣候變遷嚴重的後果是，近幾年，同樣的時間點，有些國家出現熱浪，有些地方極冷，有些地方有颱風、颶風、洪澇，財物損失慘重，生命也死傷嚴重。而且，海洋的溫度持續上

升，不只傷害生態系統，也危及海洋生物的生存。

上次我去一個以出口鮭魚製品為傳統的海岸城市，當地人告訴我他們已經捕不到鮭魚了，因為海洋溫度升高，鮭魚「搬家」到其他區域，所以他們無法再依循傳統以鮭魚維生了。

未來，很可能海洋會持續升溫，地球表面溫度上升，導致北極圈的冰層覆蓋面積縮小、厚度變薄，冰河的體積也會變小；預測在二〇五〇年九月，北極將不再有冰山！所以住在冰山上的北極熊也將滅絕。時間距離現在也才二十多





年，並不遠，未來的人將看不到北極熊了。此外，地球上的食物與水也將短缺，流離失所的人口增加，貧窮的人口也會增加。

不超過 2°C 的宣言

不過，聽了這麼多壞消息，有任何的好消息嗎？有的，現在還來得及！只要我們開始改變，想盡各種方法控制地球平均溫度上升「不超過攝氏兩度 (2°C)」，未來十到十五年積極控制全球的碳排放量，到了二〇五〇年，溫室氣體的排放量希望能較二〇一〇

年降低百分之四十到七十。

緩和氣候變遷衝擊，一定要減少碳足跡，包含：更有效的使用能源、利用低碳或無碳的能源；增加碳吸收的能力，例如：種植森林、強化森林區管理、減少砍伐；將排出的二氧化碳轉化為生物能源；最重要的，是要從我們每個人改變生活型態與習慣行為做起。

減少碳足跡 從植物性飲食做起

來到人醫會年會，很開心看到這裡只提供素食。我成為素食者的原因，是發現肉食的飲食型態無法讓地球永續。



我也不斷告訴每個人：「如果你少吃點肉，你的身體更健康，地球也會健康。」

當我素食之後，感受自己更有能量，身體比以前更好。人們常問我，吃素怎麼攝取蛋白質？我都會說：「我介紹第一個顧問「大象」給你，如果還不滿意，那我介紹第二個顧問「馬」，草食動物都沒有蛋白質缺乏的問題。如果你還是有疑問，不相信我，那我介紹跟人類有著類似消化道系統的大猩猩，但請留意不要太靠近牠們。」大猩猩們從何處攝取蛋白質？牠們有時會吃昆蟲，大概占百分之二的比例，原則上還是以植物為食。所以，請大家調整「是吃肉才會健康」這種觀念。

歡迎年輕世代 行動保衛地球

希望，在年輕人的手上，所以我們組織推動「保護地球運動(Protect Our Planet Movement)」，就是針對年輕世代強調以下的知識與行動，希望達到地球永續發展的目標、減緩氣候變遷、適應氣候變遷的衝擊。我也到各學校去分享，鼓勵全世界所有的年輕人站出來，分享知識，帶領行動，用行動減少碳足跡、鼓勵不用石油與天然氣、省水、省電、省能源、多植樹……。

人醫會現場就有非常多年輕人，如果各位願意一起加入我來保護地球，請舉起手。（現場聽者都舉起了手。）太好了！歡迎慈濟與我們一起，為保護地球而努力。

[Q&A 時間]

Q 據我了解，肉類供應產業是全球暖化的一個主要原因，請問波切利博士對於肉品產業有什麼建議嗎？

A 各種產業的工業化進程是無法割捨的，但需要改變，有兩種方式：一是能源的運用，可改為再生能源；二是產業降低能源和資源的使用量。如果還有第三點，應該是我們每一個人都努力讓肉品產業了解，如果整個製程對地球傷害太大、對環境有害，那是不能接受的。

Q 林俊龍執行長提問：波切利博士，您是素食者，地球上的畜牧產業是溫室氣體排放的主要製造者（研究顯示超過一半），您在推動植物性飲食時有面臨到什麼樣的阻礙嗎？

A 我有不少「敵人」過去十年來很努力的要傷害我的名譽，甚至美國還是有教授仍然堅持吃肉才能維持健康。二〇一六年八月國家地理雜誌有一篇很有趣的報導，關於美國愛荷華有一個農場生產的牛肉，到製成漢堡肉，你吃四分之一磅的漢堡肉，等於流失了地球上七百六十加侖（二千八百七十公升）的水，你要負責。用這樣吃肉的方法來餵飽你自己的胃，把植物送到牛的肚子裡，再屠宰牛隻、冷凍、運送……



曾任聯合國氣候委員會主席的波切利博士於二〇一八年國際慈濟人醫會演講，大林慈院林名男副院長提及素食營養觀念的宣導及實證，波切利博士鼓勵用研究數據讓社會大眾了解素食飲食的優點。攝影／杜勝雄



過程中白白浪費的水、能源等等，可看出吃肉對地球的永續是多麼不利的事。

我很高興看到植物性飲食型態在世界上快速發展，尤其是醫生們若能協助推廣更好。我們要告訴人們，「不吃肉，你會更健康」，因為現在有非常多的科學證據顯示，吃肉衍生許多疾病、影響健康。而且，如果每個人都成素食者，地球上就有足夠的食物可以餵飽每一個人。

Q 大林慈院林名男副院長提問：身為醫療工作者，我們應該負責教育民眾素食的營養觀念，我到不同國家時，都會問當地的醫師是否有素食營養的課程，得到的回覆都是沒有，他們說很少有人教素食營養的知識。我認為這是我們可以施力的地方。

A. 的確，要扭轉觀念是不容易，但現在已到了不得不改變的時刻。我相信科學實證的數字可以說話，透過素食者的生理指數，讓民眾了解並相信，也可建立自己的素食飲食指南、植物性飲食金字塔，如果慈濟醫院和人醫會可以朝這方向努力，我非常敬佩。

Q. 美國人醫會牙醫師廖敬興博士提問：波切利博士，您的演講資訊非常豐富，而且非常及時。我目前參與慈濟在聯合國十七項永續發展指標 (SDGs) 的評估與努力方向，您知道，慈濟幾乎在每個指標領域都有所成就，最強項在減緩氣候變遷、素食方面，您建議慈濟怎麼在各領域更進步更加強？第二個問題，我本身是美國公民，美國是製造溫室氣體、碳足跡的主要國，你覺得我們可以怎麼做？

A. 我先回答第二個問題。我覺得非常重要的一是創造成功經驗。美國有不少城市、州、公司都在進行「減肉」行動，他們相信這是氣候變遷的原因，願意帶頭做出改變。

接著回答第一個問題，我來到這裡，親眼看到你們的行動和成果，尤其慈濟的精神和實踐的力量，你們可說是先驅者、領導者，我要向你們致敬。我們很樂於與慈濟成為合作夥伴，您們有能力接受挑戰，如果我們一起行動，再加上其他非營利組織，

在保護地球和人類這個領域上，一定可以帶來更多好的改變。

Q. 當我提醒年輕人要減碳省能源、素食，他們的回應是，「你自己享受過了，消耗了許多資源，才來要求我們。我們正年輕，所以我們要想辦法賺錢、然後去逛街吃美食、享受生活啊。」我們該如何教育年輕人去保護地球？怎麼教他們取得享受與環保之間的平衡？

A. 整體而言，我覺得美國是在一個錯誤的方向。說實在的，你覺得人生該是什麼？人生應該是「愛、友誼、家庭」，如果人生只是一味不斷的消費、不斷賺更多的錢、買東西和服務，其中許多根本用過就丟了。所以我覺得，我們應該要了解「快樂」的定義。在印度，開了很多大型百貨公司、購物中心，我一家都沒進去過，因為我覺得那是不對的。那些是仿造美國的購物中心，消耗許多能源、製造許多垃圾；我覺得我們要建立對於快樂的定義，一直不斷的消費，會帶來快樂嗎？

我的好朋友湯姆士 (Thomas Friedman) 為《紐約時報》寫文章，他說這個問題是，存在太多美國人了。因為每個人都想要活得像美國人，但如果這樣，會需要五個地球，只有一個地球是不夠的。所以我認為是到改變的時候



了，必須要告訴人們，人生快樂的真正定義，而不是困在不斷消費的循環。

Q. 依佛法來講，目前算是壞劫的時代，地球是否面臨結束的狀態，博士是否認同這觀念？此外，博士是用什麼樣的心態與力量支持自己持續在延緩氣候變遷的努力？

A. 我希望地球不會毀滅，我不知道地球是不是已到結束的時候，

但科學家們說地球已面臨嚴重的威脅與危機，甚至可能有大型傳染病會讓人類全部滅絕。當你抬頭看看這顆星球，如此美麗，會讚歎一定有超能力的造物者和無邊的想像力才能創造出我們所生存的地球。

我舉個黑色幽默的例子——有兩顆星球偶遇，星球 A 問：「這個宇宙還好嗎？」星球 B 說：「還好，除了有一個叫『地球』的星球。」A 問：「怎麼了？」B 答：「因為上面有一個物種叫『人類』正在搞破壞。」星球 A 接著答：「不用



來自海地的人醫年會學員
請問該如何解決大量砍伐
森林導致全球氣候上升的
問題。攝影／杜勝雄



關於講者

波切利博士

Dr. Rajendra Kumar Pachauri

從事清淨能源的研究工作，於二〇〇二至二〇一五年擔任聯合國氣候委員會 (IPCC, Intergovernmental Panel on Climate Change) 主席，與美國前副總統高爾先生共同榮獲二〇〇七年諾貝爾和平獎。現任職印度及全球多家公司總裁，素食者，畢生投入保護地球相關活動不遺餘力。

擔心，人類撐不了太久！」

過去三十年，我投入在氣候變遷的領域中，我深切體會它的嚴重性，尤其是對年輕世代的影響和地球的未來，所以我決定有生之年，雖然不知道還有多久，會致力於保護地球活動，但是我需要大家，手牽手一起付出。

Q. 我是從海地來的學員，從波切利博士的演講獲得非常多知識與資訊，我也很關心地球暖化的問題，我希望能做些什麼對世界有幫助。但世界上有富有的社會，也有貧窮的社會，貧窮國家的人為了活下去，即使破壞地球也不得不做，例如海地進行林木砍伐。我能做些什麼？

A. 你講的是一個非常嚴重的問題，因為從歷史上來看，富有國家都會利用貧窮國家，因此，我們在每一個國際會議平臺上，決定要求已發展國家

做到零碳排放。我們也要讓開發中國家有共感，整個宇宙是一個大家庭；當一個地方大量伐木，會對地球其他地方造成溫度的上升、空氣汙染等結果；我沒有到過海地，我到過多明尼加，曾目睹大片森林被砍伐，因為人民為了存活。或許可以提供他們燃料，讓他們不用再砍樹當燃料。已開發國家應提供開發中國家一些其他的選擇，這是非常大的挑戰，但已開發國家應該要了解應承擔的責任，因為在地球上的你我，都是如兄弟姊妹的一家人。（翻譯整理／黃秋惠）

參考資料：

<http://www.worldsdf.org/>

https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=BCAYqqbdEfl

<https://www.oxfam.org/en/pressroom/pressreleases/2017-01-16/just-8-men-own-same-wealth-half-world>