



氣候變遷手冊

吃素
環保
來救地球！

詳見更多資訊：www.SupremeMasterTV.com/tw

中華電信MOD第85台免費頻道

目錄

青海無上師 「有機純素化解氣候危機」 記者會	1
-------------------------------	---

青海無上師與媒體記者談話	2
---------------------	---

◎ 2010年12月18日

氣候變遷的事實	4
----------------	---

- ◎ 對大氣的衝擊
- ◎ 對生物多樣性的衝擊
- ◎ 對土地與冰帽的衝擊
- ◎ 對人類的衝擊
- ◎ 對海洋的衝擊
- ◎ 其他

畜牧業對環境的衝擊	12
------------------	----

- ◎ 喪失生物多樣性
- ◎ 濫墾濫伐
- ◎ 土地沙漠化
- ◎ 傳播疾病
- ◎ 溫室氣體排放
- ◎ 佔用土地
- ◎ 海洋衰竭
- ◎ 製造污染
- ◎ 耗費大量資源
- ◎ 水資源匱乏

解決之道	15
-------------	----

- ◎ 有機純素飲食
- ◎ 有機純素農耕
- ◎ 其他方面的影響



清海無上師「有機純素化解氣候危機」記者會

2010年12月18日星期六，在與墨西哥媒體的記者招待會上，靈性導師、人道主義者、詩人也是藝術家的清海無上師，談到畜牧業是危害地球的根本原因，以及為什麼全世界必須快速轉換為有機純素農業。出席記者會的媒體包括：《金塔納羅奧新聞日報》(Novedades de Quintana Roo)、《真理社論》(La Verdad Editorial)、《權威新聞報》(De Peso)、《金塔納羅奧動態報》(Por Esto Quintana Roo)、《新金塔納羅奧報》(Un Nuevo Quintana Roo)、方程式廣播電台(Radio Formula)、圖奎沙廣播電台(Radio Turquesa)、《瑪雅之聲雜誌》(La Voz de los Mayas Revista)、坎昆廣播電台(Cancun Radio)、《金塔納羅奧報》(El Periodico Quintana Roo)和第十頻道電視台(Canal 10)。

清海無上師向記者簡要說明，目前的跡象顯示，氣候變遷的現況極為緊迫，而且我們正走向「最壞的局面」，因此必須有更快速的解決方法。

她說：根據美國科學家的研究，畜牧業大量排放甲烷和黑碳，嚴重破壞大氣層，產生的溫室氣體至少佔全球總量的51%。在溫室氣體中，最常談到的是二氧化碳，然而甲烷和黑碳的暖化效應分別是二氧化碳的100倍和4,470倍，但存留期比二氧化碳短很多；停止肉類生產以減少這些溫室氣體的來源，就可以為地球帶來最快速的降溫效果。

清海無上師還指出：根據調查，全球都轉換為有機純素農耕的話，就可進一步將大氣中二氧化碳的含量降低40%。這就是「有機純素解決方案」的力量，這在她最近出版的新書《[和平曙光：有機純素化解全球危機](#)》中有詳細的介紹。[這本書匯集了許多科學數據以及清海無上師對於氣候變遷解決方案的精闢分析與見解，目前提供英文、西班牙文、中文和印尼文等多種語言版本。您可以上網免費閱讀：www.Crisis2Peace.org。](#)

清海無上師也列舉其他重要的環保理由，說明為什麼我們必須採取純素飲食。她說：「畜牧業與糧食生產背道而馳，它所產出的其實是『饑荒』和許多副產品，包括水資源匱乏、糧食危機、水、空氣和土壤的污染、森林砍伐、土地沙漠化、死亡海域，以及生物多樣性的喪失。」

會中接著進行清海無上師與記者們的問答，氣氛和諧坦誠。清海無上師充分而認真地回答問題，並引用許多驚人的統計數字，說明氣候變遷對墨西哥的衝擊，以及墨西哥人因肉食所導致的疾病與代價。

清海無上師表達對媒體的謝意，感激他們扮演高雅的角色，與社會大眾分享解決氣候變遷的優先方案。記者們並受邀享用免於殘酷又美味誘人的午餐，親身體驗有機純素的解決方案。氣候變遷不只攸關我們的生存，正如同清海無上師所指出的，也是透過非暴力方式拯救無數動物生命，從而維護我們人類良善的課題。她說：「世界不僅需要糧食和金錢，更需要靈性的滋養。我們必須以道德和慈悲來塑造我們的未來。」

#

清海無上師是世界知名的慈善家、環保主義者、作家、藝術家、設計師、音樂家、詩人和靈性導師。她對人類的愛和關懷，跨越所有種族和國界。數十年來，她也是全球最致力生態保育的先鋒之一，不斷推動環保、維護生物多樣性、植樹造林、永續生活方式等等，最重要的是推動有機純素飲食，也就是最快捷、最有效解決氣候危機的方式。若想深入了解清海無上師和她對拯救地球的看法，以及觀音法門，請上網查詢：www.SupremeMasterTV.com 或 www.GodsDirectContact.org。

SMCHIA@Godsdirectcontact.org; P.O. Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.
電話：1-408-218-2635；傳真：1-928-222-3333 www.SupremeMasterTV.com

青海無上師與媒體記者談話

2010年12月18日

高雅的墨西哥媒體成員們，特別是金塔納羅奧州（Quintana Roo）這裡的媒體，大家好！首先，我想表達衷心的感激與敬意，感謝各位的勇敢努力與貢獻，為大眾報導所有真相和重要新聞，提供正確的資訊。

我們今天在這裡，是為討論我們地球正面臨的險境。首先，讓我們一起感謝上蒼至今對我們的保護，讓我們能夠活到今日，在此舉行這場討論會。這要歸功於上天的恩典，當然也是因為地球眾生及所有在世與天堂的聖人在物質和靈性上的努力，使我們地球依舊存在。我們感謝他們每一位。

同時也由於媒體對這個議題的愛心關切，我們才能一起討論相關解決之道。針對你們偉大的努力，我來提供卑微的支持，希望透過你們高雅又有影響力的工作，來拯救我們的世界免於遭受進一步的毀滅威脅。所有這一切都是為了使我們能活著看到我們的後代、我們的子孫，能在比我們目前更好的環境中成長茁壯。

目前的情況，很抱歉我必須說，已經越來越糟糕且非常危急。例如，我們正逐漸失去地球內陸的冰河，它們供應超過 15 億人的水源。在過去 30 年裡，乾旱受災區增加了 1 倍以上。火災、水災和 5 級颶風比以往更加頻繁且嚴重。目前大約有 2,500 萬至 4,000 萬的氣候難民，未來的幾十年裡，這個數字很容易就變成 10 億，到時候這些難民將何去何從？

同時，由於北極氣溫不斷上升，以往凍結在地底下威力強大的甲烷已成為一顆定時炸彈，氣候變遷失控將一觸即發。我們正生活在最糟糕的情勢當中，科學家們也疾呼大家現在要踩緊急煞車了，而且要用力踩才行。

然而，人們提出的解決方法，例如著重於減少石化燃料的作法，卻無法讓我們得到很快速的成效，因為二氧化碳一旦釋放到大氣中，就會停留數百年，甚或更久。科學家現在說，我們必須優先處理留存期較短的排放物，例如甲烷，它對大氣的暖化作用是二氧化碳的 100 倍，但會在 9 年或 12 年內快速消失；而黑碳（或煤煙）的暖化威力是二氧化碳的 4,470 倍，但幾週內就會消失。這些都是極度危險的溫室氣體，但它們很快就消失。如果消除它們，幾年內我們就能使地球降溫。這就是我們所需要的緊急剎車，而下手之處就在畜牧業。因為畜牧業畜養動物導致了最大宗的人為甲烷來源，也是非常龐大的黑碳或煤煙來源，排放的溫室氣體至少佔總量的 51%，使地球不斷升溫。

因此，如果停止畜牧業，就可以遏止全球暖化，既快速又簡單。此外，若將地球上的可耕地都用來種植有機蔬菜，就可以吸收大氣中 40% 的二氧化碳。因此停止畜牧業，就可以停止約 91% 的暖化。

對於停止畜牧業和肉品產業，還有更多令人信服的理由。我相信大家都會欣然這樣做，因為這是一個耗資極少，又能解決目前全世界諸多嚴重問題的主要方法。畜牧業與糧食生產背道而馳，它真正的「產品」是饑荒、戰爭、死亡和毀滅，甚或摧毀整個地球以及地球上的所有生

www.SupremeMasterTV.com

命。看來我們正在往那種結果邁進。畜牧業的諸多副產品是：水資源匱乏、糧食危機、水、空氣和土壤的污染、森林砍伐、土地沙漠化、死亡海域，以及生物多樣性的喪失。我們將世界上近一半的穀物消耗在肉品和乳品產業上；我們將大部分水資源，以及全球幾近一半的魚獲和全球 30% 的無冰土地，用來飼養雞和豬隻。餵養一個肉食者要使用 2 公頃的土地，而同樣土地可以養 80 個健康的純素者。

好消息是，如果我們大家都停止食用肉類和乳品，就能恢復所有具保護功能的生態系統，停止 60% 以上生物多樣性的喪失，省下未來 50 年內用於減少碳排所需的經濟成本的五分之四，還有更多、更多好處。當然，經由停止所有因吃肉造成的疾病，我們能拯救人類的生命，並遏止全球暖化，拯救我們的地球。

另外，我們也應該停止吃魚，因為漁業已經造成海洋 90% 的大型魚類消失，實在令人震驚。我們必須停止捕魚業，才能使目前瀕臨瓦解的海洋生命復甦。我們還能增進大眾健康，停止與肉食相關的所有致命性疾病、慢性病、絕症，從心臟病、癌症到病毒流感等各種疾病。

任何少了純素解決方案的辦法，都無法對我們目前的情況產生效用。例如，即使用最好的辦法改進養殖漁業，仍然無法停止大規模的海洋污染。另外，即使我們以「有機」方法畜養動物，或從糞肥中回收甲烷來減少溫室氣體排放，其效用都遠低於我們的預期。即使就動物糞肥的甲烷回收法而言，仍有 3 倍於回收量的甲烷會在牲畜的消化過程中釋出。而且這項回收技術根本不能被視為清潔能源，因為同一個養殖場仍以許多其他方式破壞環境。

所有我向你們報告的這些事項，我想你們已經都知道，或知道其中一些。我們感謝世界上所有好心的科學家和勤奮的研究人員。而現在是緊急時刻，必須把我們知道的這些緊急事實，化成建設性、維持生命的行動。我們必須幫助停止這些 1 年剝奪數百億動物生命的大規模屠殺，這不僅是爲了阻止氣候變遷引發的災難，也爲了維護我們人類心中原有的良善。

我們必須透過和平共存，透過保護弱小無助的眾生，來維護我們的慈愛本質，因為我們是人，是上帝的子女。我們行爲應該像上帝一樣：慈悲、有同情心、保護眾生、有愛心和仁慈親切。而且所有宗教都這樣教導我們，如非暴力、與大自然和諧共處。這個世界不僅需要糧食和金錢，更需要靈性的滋養。事實上，支撐我們世界至今的就是正面的靈性能量，它幫助我們在許多方面進步和發展。

因此，敬重的記者們、女士先生們，你們高雅的使命不只是拯救這個地球，也包括回復人類心中的慈善。畢竟，有什麼會比我們內邊最好的品質更值得維護的呢？我們必須以道德和慈悲來塑造我們的未來。然後，未來的世世代代都將繁榮興盛。

獻上我的衷心祝福和全力支持。願上天加持你們、守護你們，尤其是在你們執行任務時。謝謝你們的光臨，感謝。

氣候變遷的事實

一、對大氣的衝擊

1. 溫室氣體的水平

- 目前，聯合國跨政府氣候變遷小組（IPCC）針對最壞情況的一些預測正逐漸成為事實，或甚至更糟，到了本世紀末，二氧化碳的濃度將會達到 1,000ppm，引發災難性的後果。為了讓地球維持在與目前差不多的狀況，人類必須努力將目前 385ppm 的二氧化碳濃度降低，控制在 350ppm 的目標水平才行。
- 目前的「碳匯」（Carbon sinks）逐漸呈現飽和狀態，變成會增加溫室氣體的碳源，而不是吸收溫室氣體。
 - 由於氣候變遷引發乾旱的壓力，全球植物的生長已呈現 10 年的衰退（2000 年至 2009 年）。（《科學》〔Science〕雜誌，2010 年 8 月）
 - 海洋已吸收了太多二氧化碳，導致酸化的速度令人擔憂。（《自然地球科學》〔Nature Geoscience〕期刊，布里斯托大學的研究人員，2010 年）
- 只要全球平均升溫攝氏 2 度，數十億噸甲烷就可能從北極釋出，導致生命大量滅絕。

2. 溫度的上升

- 現在若沒有採取任何重大的行動，氣溫升高攝氏 4 度的最壞情況將提前至 2060 年發生，這表示沙漠規模擴大，亞馬遜雨林瓦解，永凍層融化而釋放出巨量的甲烷和二氧化碳；到 21 世紀末，就可能升溫攝氏 5 度至 7 度，引發災難性的後果。（英國氣象局，2009 年）
- 科學家指出，2010 年前 8 個月已創下全球史上最高氣溫紀錄。（美國太空總署〔NASA〕，2010 年）
- 2010 年，16 個國家經歷了前所未有的酷熱和創紀錄高溫，這也是酷熱國家數量最多的一年，包括科威特、伊拉克、沙烏地阿拉伯、查德、尼日、俄羅斯、緬甸和巴基斯坦在內。
- 由於人為因素，全球平均氣溫僅僅在過去一個世紀就上升了攝氏 0.7 度，上升速度比歷史標準快上 10 倍。
- 過去 10 年來的年平均氣溫，也創下地球有史以來的最高溫紀錄。（美國太空總署，2010 年）
- 情況若沒有舒緩，舉例來說，美國大部分地區在本世紀末恐將達到華氏 122 度（攝氏 50 度）的極端高溫。（《地球物理研究通訊》〔Geophysical Research Letters〕期刊的報告，2008 年）
- 各國政府在哥本哈根會議對減少溫室氣體排放所做的承諾，不足以避免氣候變遷的失控，仍然會導致危險的升溫達攝氏 3 度以上。（美國麻省理工學院，2010 年）

二、對生物多樣性的衝擊

- 生物多樣性的消失率很驚人，比因自然因素滅絕的速度要高上 **1,000 到 10,000 倍**。
「目前物種滅絕的速度遠遠超過任何化石紀錄。」（《皇家學會哲學會刊 B 輯：生物學》
〔*Philosophical Transactions of the Royal Society B (Biological Science)*〕）
由於各國無法達成保護動植物生命的目標，生態系統可能朝向永久性的損害。（聯合國環境規劃署〔*UNEP*〕，2010 年）
- 目前每天高達 **270 種**獨特的物種在消失。
- 由於氣候變遷以及其他大部分的人為因素，有些專家說，地球將經歷「**第 6 次大滅絕**」。
- 當全球平均氣溫上升超過攝氏 **3.5 度**，全球各地高達 **70%**的物種可能會滅絕。（聯合國跨政府氣候變遷小組）

2010 年各物種受影響的最新報導：

- 由於海冰減少，自 1975 年以來，南極企鵝數量銳減 **80%**以上。
- 由於氣候變遷造成過早解凍或結冰，植物性食物無法取得，北極馴鹿因此紛紛餓死，其數量正急遽下降當中。
- 2010 年 9 月，數萬隻海象由於缺乏平常休憩的海冰，不尋常地都跑上岸來，這種情況在 2007 年和 2009 年也發生過。
- 候鳥們紛紛死亡，因為不合時宜的旅行，使他們到達目的地時沒有足夠的食物可吃，例如濕地已經乾涸，不再能提供他們棲息地。

三、對土地與冰帽的衝擊

1. 乾旱與沙漠化

- 美國西南部、東南亞、東南美洲、澳洲西部、南歐，以及非洲南部和北部等地，**50 年內**可能會發生無法逆轉的乾旱（即永久沙漠化）。（美國國家海洋和大氣管理局〔*NOAA*〕，2009 年）
- 自 1970 年代到 2000 年代初，全球土地遭受嚴重乾旱侵襲的比例增加了 **1 倍**以上。（戴愛國博士〔*Aiguo Dai*〕，2004）
- 近年來乾旱地區的實例：
 - 中國北方地區，**10 米**深的裂縫開始在各地田間出現。水的使用若沒有重大改變的話，未來 **10 年內**，中國可能會出現數千萬的環境難民。（2010 年 9 月）
 - 巴西亞馬遜州的幾個地區，由於亞馬遜河創紀錄的水位高漲，才剛剛在 2009 年面臨歷史性洪水，如今卻已經因為乾旱而被孤立，坐船再也到達不了，只能靠徒步穿越森林。（2010 年 9 月）
 - 包括伊拉克、中國、查德、澳洲、蒙古、非洲的薩赫勒地區（**Sahel**）在內的地方，在 2010 年都遭受乾旱之苦。

2. 極端天氣事件

- 極端天氣事件變得越來越嚴重，次數越來越頻繁。（聯合國跨政府氣候變遷小組，2007 年）

2010 年重大災難事件：

- **俄羅斯熱浪和大火**：2010 年夏天的熱浪以及森林大火造成的空氣污染，使得莫斯科的每天死亡人數倍增到 700 人。（俄羅斯科學院〔*Russian Academy of Sciences*〕）莫斯科市政府官員宣稱在過去的這個夏季，死亡率增加了 60%，將近 11,000 個居民由於煙霧過量和創紀錄的高溫影響而喪生。
- **巴基斯坦洪災**：該國歷史上最嚴重的大洪水，導致兩千多人死亡，兩千多萬人受傷或無家可歸，五分之一的國土泡在水中。
- **中國土石流**：全國各地發生水災和土石流，單單在 2010 這一年，即造成超過 3,100 人死亡，一千多人失蹤。自 1950 年以來，洪水在中國增加了 7 倍。
- **巴西**在 2010 年 4 月和 6 月，也發生了極端嚴重的水災，每次皆有數百人死亡。
- **波蘭**在 2010 年 5 月，遭受了幾十年來最嚴重的水災。
- 2010 年夏天，森林大火肆虐**葡萄牙**，這是受到低濕度、強風和攝氏 40 度的創紀錄高溫所引發。
- 2010 年在**查德和奈及利亞**，乾旱和洪水接連發生，洗劫了旱災過後已所剩無幾的糧食作物。
- 2010 年，印度、北歐、北美和南美遭受**極端酷寒和暴風雪**。
- 2010 年，印尼、冰島、土耳其、智利、海地等國因**許多地震和火山爆發**而陷入混亂。
- **全球暖化可能會導致像冰島的埃亞菲亞德拉火山（Eyjafjallajökull）這類有冰層覆蓋的火山更容易爆發，因為冰層融化會造成地表下的熱岩石壓力釋放出來。**（皇家學會哲學會刊 A 輯，2010 年）
- **在過去 10 年來，由於全球暖化，高山地區發生土石流和山崩的頻率增加了。火山越來越可能崩解，所造成的大型土石流可能會將城市掩埋掉。**（牛津大學火山學家大衛·派爾〔*David Pyle*〕、倫敦大學學院比爾·麥克基爾〔*Bill McGuire*〕、英國艾希特大學瑞丘·洛韋〔*Rachel Lowe*〕）
- **由於冰川湖泊融化的數量和規模增長，導致潰堤造成洪水的情形不斷增加。**（加德滿都的國際山區整合發展中心〔*ICIMOD*〕，2010 年）

3. 森林銳減

- **非洲森林在 2000 年至 2010 年間遭受了史上第 2 高的年淨損失，每年驚人地消失 340 萬公頃森林。**
- **森林砍伐導致的溫室氣體排放約佔總量的 20%。**
- 隨著氣候暖化，樹木吸收二氧化碳就越少；森林的樹木和土壤甚至開始釋放大量的二氧化碳。（《美國國家科學院院刊》〔*Proceedings of the National Academy of Sciences*〕，2003 年。芬蘭環境協會〔*Finnish Environment Institute*〕，2010 年）森林在每次大火中確實已釋放出巨量的二氧化碳。
- 隨著全球暖化，使得森林轉變成碳排者，大批樹皮甲蟲在北美森林出沒，並正在蔓延當中。（《自然》〔*Nature*〕雜誌，2008 年）

4. 冰：北極和南極暖化

- 在北極大氣中的甲烷急遽上升，在 5 年內增加了 33%。（愛丁堡大學科學家保羅·帕瑪〔Paul Palmer〕，2010 年）西伯利亞永凍層融化釋出的甲烷，是先前認為的 5 倍。（凱蒂·沃爾特博士〔Katie Walter〕，2006 年）東西伯利亞北極大陸架的海底淺層永凍土也呈現出不穩定情況，並釋放出大量的甲烷。（國際西伯利亞陸棚研究〔ISSS〕主任暨美國費爾班阿拉斯加大學教授艾格·塞米爾托夫〔Igor Semiletov〕，2010 年）北極凍原正在釋出的甲烷和氧化亞氮，比之前所估計的高出很多。（加拿大卑詩大學葛雷格·亨利教授〔Greg Henry〕）一些科學家將融冰中的北極稱為「定時炸彈」。
- 今年夏天，北極海冰面積縮小到史上第 3 低紀錄，面積萎縮最嚴重的 3 次都發生在過去 4 年內。（美國國家冰雪資料中心〔NSIDC〕2010 年度報告）



- 在目前的暖化情況下，北極不太可能回復以往的狀態。（美國國家海洋和大氣管理局 2010 年更新的北極報告）
- 2009 至 2010 年冬季，北極暖化為北美東部和歐亞大陸東部帶來了酷寒的冷風和暴風雪。（美國國家海洋和大氣管理局太平洋海洋環境實驗室〔Pacific Marine Environmental Laboratory〕詹姆士·奧弗蘭博士〔James Overland〕，2010 年）
- 整體暖化造成現在北極每年融冰期比 30 年前延長了 20 天，這表示更多的熱氣會被北極海吸收，對海洋生態系統和北美氣候造成很大的衝擊。（美國太空總署，2010 年）
- 由於冰層逐漸消失，極地探險者首次能夠以玻璃纖維小船進行環繞北極之旅；在 10 年前，因為水道被冰封住，若沒有破冰船根本辦不到。（挪威極地探險家布爾格·奧斯蘭〔Borge Ousland〕，其航程從 2010 年 6 月開始。）
- 北極暖化的速度是地球上任何其他地方的 2 倍。
- 2007 年，北極海冰覆蓋面積創下最低紀錄，使得西北航道得以首次通航。目前只有 10% 是形成較久的厚冰層，而 90% 以上都是新近形成的薄冰。科學家們預估最快在 2012 年或 2013 年的夏天，北極將會呈現無冰狀態。
- 沒有具保護性的冰層來反射陽光，90% 的太陽熱能會進入開放的海洋，而加速全球暖化。
- 世界上 2 個主要的冰原——格陵蘭島和南極洲，正加速融解當中，然而在 2000 年以前，大家都認為它們是很穩定的。
- 事實上，格陵蘭島正遭受至少 50 年來最嚴重的冰層融化和冰河的消失。（美國國家海洋和大氣管理局 2010 年更新的北極報告）冰河最近以 2 倍或 3 倍速度向海洋移動。（美國華盛頓大學伊昂·

喬金〔Ian Joughin〕，2010年）因冰山崩塌造成的「冰震」，自1993年以來增加了2倍多。（美國哥倫比亞大學喬蘭·艾克斯瓊〔Göran Ekström〕和馬里蒂斯·尼托爾斯〔Meredith Nettles〕，2010年）格陵蘭冰原可能完全融化，而導致海平面上升7米。

- 格陵蘭冰原因融化的冰水而更加速融化，可能在幾十年內即瓦解，而不是如以前預測的需時幾百年。（美國科羅拉多州環境科學合作研究所〔CIRES〕）
- 2010年8月5日，格陵蘭彼得曼冰川（Petermann Glacier）的四分之一崩離了，其面積是紐約曼哈頓島的4倍，成為近半世紀以來最大的冰嶼。德拉瓦大學安德烈亞斯·穆恩喬教授（Andreas Muenchow）表示：「這個冰嶼所貯存的淡水量，足以讓德拉瓦河（Delaware River）或哈德遜河（Hudson River）奔流不絕，為時2年以上。」
- 在南極半島，99%濃度的甲烷氣體持續在某些地區的水面上冒出氣泡來。（阿根廷地質學家魯道夫·德爾·巴列博士〔Rodolfo del Valle〕）
- 在2009年發表的一份主要評論報告發現，特別是南極半島西部的冰架，由於下方的溫暖水流所致，正以空前的速度加速退縮當中。
- 南極半島西部的威爾金斯冰架（Wilkins Ice Shelf）在2008年解體了。2002年，已有12,000年歷史的拉爾森B（Larsen B）巨大冰架在短短3星期內就完全瓦解。

5. 冰：冰河融化

- 位於青藏高原和喜馬拉雅山地區的「第3極」是繼北極和南極之後的全球第3大儲冰區，已有超過46,000條冰河和大片的永凍層正在迅速融化中。該地區素有「亞洲水塔」之稱，其冰河退縮可能會影響到10個國家超過15億的人口。（由中國科學院主導的第3極環境計畫，2010年）
- 隨著玻利維亞有18,000年歷史的恰卡塔雅冰河（Chacaltaya Glacier）的消失，其他南美安地斯山脈的冰河也可能在幾十年內消失。
- 吉爾吉斯的冰河正以3倍於1950年代的速度消退當中，每年消退幅度高達50米。到了本世紀末，95%的冰河都可能消失。（吉爾吉斯比斯凱克市，國家科學院水能量協會）
- 非洲的吉力馬札羅山自1920年以來，已失去85%的冰河覆蓋面，並可能在20年內完全失去。（《美國國家科學院院刊》，2009年）美國的冰河國家公園到了2020年就會完全沒有冰河，比先前預估的早了10年。（美國地質調查局〔U.S. Geological Survey〕，2009年）

四、對人類的衝擊

1. 氣候難民

- 目前估計已有2,500萬至3,000萬氣候難民。到2050年，人數可能會增加到2億或高達10億。
- 尼泊爾第1個「氣候難民村」，有150人因氣候暖化引起水源短缺而被迫進行重新安置。（2010年7月）

2. 衝突

- 美國情報體系（Intelligence Community）認為，地球暖化是一項嚴重的安全威脅。美國首席情報分析員托馬斯·芬加（Thomas Fingar）表示，世界上的很多地區，不久將因為洪水和乾旱而導致大規模移民潮和動盪不安。（2010年）

- 證據指出，全球暖化是達佛（Darfur）發生暴力事件的主要原因。（《大西洋月刊》〔Atlantic Monthly〕，2007 年）

3. 疾病

- 氣溫升高，導致瘧疾、藍舌病病毒、西尼羅病毒、登革熱和其他疾病額外傳播給數以百萬的人，這些人住在緯度較高地區或其他大陸地區，本來不會暴露在這些傳染病之中。
- 由於氣候變遷，到 2080 年，會增加 4 億人遭受感染瘧疾之威脅。（聯合國）
- 隨著全球暖化，預計將有更多的呼吸系統疾病（如氣喘）和精神疾病（由於災難所引起）。

4. 死亡

- 氣候變遷引起的災難，在 1 年裡已造成 315,000 人死亡，另有 3.25 億人受到嚴重影響。（全球人道論壇〔Global Humanitarian Forum〕，2009 年）

5. 糧食短缺

- 在本世紀內，世界一半人口將面臨嚴重的糧食短缺。（《科學》雜誌，華盛頓大學的研究人員，2009 年）
- 俄羅斯、德國、加拿大、阿根廷、澳洲、烏克蘭、巴基斯坦等國，農穫量已因乾旱或洪水而減少。（2010 年 9 月）
- 2010 年 8 月，全球糧食價格上漲了 5%。在莫三比克，因麵包漲價所引起的糧食暴動導致 10 人死亡、300 人受傷。（2010 年 9 月）
- 由於氣候變遷加上印度與中國人民對動物飼料的需求增加，導致食物價格高漲，引發了 2008 年致命的全球糧食暴動。（聯合國世界糧食計畫署〔World Food Programme〕）
- 在 2009 年，世界飢餓人口首次突破 10 億人。
- 全世界每年超過 900 萬人死於飢餓和營養不良，其中 500 萬人是兒童。

6. 缺水

- 世界上的河流正處於全球性的「危機狀態」。供應近 80% 世界人口的水資源正遭到嚴重威脅。根據研究，近三分之一的水源也因生物多樣性的喪失而面臨高度危險。（美國威斯康辛大學麥迪遜分校的研究學者彼得·麥金太爾教授〔Peter McIntyre〕暨紐約市立學院的建模專家查爾斯·佛洛斯馬提〔Charles Vörösmarty〕）
- 最近的缺水區域報告：
 - 中東地區的供水已經縮減為 1960 年的四分之一。（阿拉伯環境與發展論壇〔AFED〕，2010 年）由於乾旱，底格里斯河和幼發拉底河水位已降至平常的三分之一以下。（聯合國機構間情報和分析單位〔IAU〕）
 - 英國氣候越來越熱，夏季越來越乾燥，河流量已減少 80%，可能導致極端的缺水情況。（2010 年英國政府科學辦公室〔Government Office for Science〕）
- 供應我們世界一半人口的井水之地下水源正逐漸枯竭。（澳洲蒙那許大學蘭斯·安得斯碧教授〔Lance Endersbee〕）
- 11 億人無法獲得安全的飲用水。（世界衛生組織〔World Health Organization〕，2005 年）

五、對海洋的衝擊

1. 海洋酸化

- 現在海洋酸化的速度比 5,500 萬年前快 10 倍，那時發生了海洋物種大滅絕。（《自然地球科學》期刊，布里斯托大學的研究人員，2010 年）
- 如果沒有遏止溫室氣體的排放，隨著沿海水域惡化以及毒藻和水母的暴發，本世紀末可能發生海洋生物大規模滅絕。（倫敦地質學會〔Geological Society of London〕，2010 年）

2. 死亡海域

- 因全球暖化所造成的氧氣耗盡的死亡海域，可能維持數千年之久。（《自然地球科學》期刊，謝弗爾〔Shaffer〕等人，2009 年）氣候變遷及農業產生的溢流，正逐漸造成新的、更大的低氧死亡海域。目前這種海域已多達 400 處以上，通常是在沿海地區。自 1960 年代以來，死亡海域數量每 10 年就增加 1 倍。（《科學》雜誌，2008 年）
- 有毒藻類的生長可能成為一個臨界點。在波羅的海，2010 年夏季創紀錄的高溫，導致藻類大量繁殖，蔓延的地區相當於德國那麼大，而且還在擴大當中。有毒藻類正前所未有地頻頻出現在全世界內陸和海洋水域。

3. 珊瑚白化

- 專家們報告說，2010 年在東南亞和印度洋發生的珊瑚白化現象，是 1998 年以來最嚴重的一次，當時一個類似的事件造成世界 16% 的珊瑚礁死亡。（澳洲研究議會〔ARC〕珊瑚礁研究領導中心）

4. 海洋環流

- 由於大量融化的淡水改變了海洋的鹽分濃度，在下一世紀，大西洋環流可能減慢至完全停止或逆轉，屆時將導致歐洲和北美回到冰河時代。（伍茲霍爾海洋研究所〔Woods Hole Oceanographic Institution〕，2003 年）

5. 海洋警訊

- 據估計，過去 50 年來，90% 來自溫室氣體的熱能一直為海洋所吸收，並沈入深海底層。這些大量進入深海的熱度若是滯留在大氣層的話，我們周遭的溫度將每 10 年增加攝氏 3 度。南冰洋的深海暖化最為強烈，由於海水膨脹加上陸冰融化流入海洋，加快了海平面的上升。（美國華盛頓大學海洋學家莎拉·波基〔Sarah Purkey〕）
- 當海洋暖化到一定程度，海底的冰凍甲烷可能會大量釋出，從而導致進一步的災難性暖化。突然爆發的甲烷還可能引發 15 米高的海嘯。按照目前的速度，到 2100 年海水溫度可能會增加攝氏 5.8 度之多。（皇家地理學會〔Royal Geographical Society〕，倫敦大學學院地理高級講師和倫敦環境變化研究中心的高級研究員馬克·馬斯林博士〔Mark Maslin〕，2005 年）
- 海洋溫度上升的速度，比先前在 2007 年估計的快 50%。

6. 浮游植物的消失

- 自 1950 年以來，海洋暖化造成浮游植物數量下降了 40%，這將帶來嚴重的後果。浮游植物不僅對海洋生態系統提供關鍵性的支撐作用，還產生世界上一半的氧氣，並消除二氧化碳。（《自然》雜誌，博伊斯 [Boyce] 等人，2010 年 7 月）

7. 海平面上升

- 美國科學促進會（American Association for the Advancement of Science）會長約翰·霍爾德倫博士（John Holdren），預言本世紀末海平面可能會上升 4 米，而美國太空總署戈達德太空研究所（Goddard Institute for Space Studies）負責人詹姆士·韓森博士（James Hansen），先前則指出本世紀末海平面可能上升 5 米。（分別於 2006 年、2007 年發表）
- 海平面僅僅上升 1 米，就會導致超過 1 億的氣候難民，並危及如倫敦、開羅、曼谷、威尼斯、紐約和上海等大城市。
- 列舉遭受海平面上升影響的國家：
 - 悠樂（越南）：該國的湄公河三角洲米倉區，其上游流域在 2010 年遭到鹹海水倒灌的區域高達前所未有的 60 公里，威脅了 10 萬公頃的稻米生長。
 - 泰國：海水在 25 年內就會到達曼谷的陸地平面。（泰國大地測量地球觀測技術：環境變遷觀測和調查，2010 年）
 - 埃及：自 1989 年以來，羅塞塔（Rasheed）每年有超過 58 米的海岸線消失。（海岸研究所 [Coastal Research Institute] 歐姆南·富萊喜 [Omran Frihy]，2010 年）
- 海平面上升造成至少 18 個島國已完全消失，而更多的沿海地區仍繼續受到威脅。另外還有四十多個其他島國也因為海平面上升而岌岌可危。
- 海平面上升威脅著一半以上居住在離海岸線 200 公里內的世界人口。目前，沿海低窪地區和三角洲已經看到的影響：孟加拉有 1,700 萬人逃離家園，主要是因為海岸侵蝕。在以色列和泰國，以及太平洋、印度洋和加勒比海的小島嶼國家，還有世界的一些主要三角洲，如長江三角洲和湄公河三角洲地區，地下水源都已受到鹹水的污染。

六、其他

- 目前全球的消費模式將需要第 2 個地球。目前自然資源的消耗量是地球所能提供的 1.5 倍。（世界自然基金會 [World Wildlife Fund] 「2010 年地球生命力報告」）
- 臨界點會突然來到。地球的各種大自然系統可能出乎意料地、無預警地突然發生轉變。（美國加州大學戴維斯分校教授暨世界最頂尖的數學模型專家之一，艾倫·黑斯廷斯博士 [Alan Hastings]）

經濟上的代價

- 北極海冰消失所引起的海平面上升、洪水和熱浪所導致的損害，到 2050 年將使農業、房地產和保險界等付出高達 24 兆美元的代價。熱浪、洪水和其他因素已經導致每年數千億美元的損失。（美國皮尤環境組織 [Pew Environmental Group] 的報告）
- 到了 2100 年，全球因自然災害所造成的損失，將增加 2 倍至每年 1,850 億美元。與氣候變遷有關的強大氣旋還會添上每年 580 億美元的損失。（聯合國與世界銀行的聯合報告，2010 年）
- 在 2009 年哥本哈根氣候變遷高峰會上，各國通過了 300 億美元基金以幫助脆弱國家因應氣候變遷的衝擊，此外並同意自 2020 年起，每年提撥 1,000 億美元。

畜牧業對環境的衝擊

1. 喪失生物多樣性

- 畜牧業所造成的破壞，威脅全球動植物的生存。如果全世界都改採蔬食的生活方式，可防止 60% 生物多樣性的喪失。（《慎思全球生物多樣性策略》〔Rethinking Global Biodiversity Strategies〕，荷蘭環境評估委員會〔Netherlands Environmental Assessment Agency〕，2010 年）
- 舉例來說，蒙古 82% 的國土面積被規劃為永久放牧地，這是造成蒙古和整個中亞喪失生物多樣性的最大威脅。（聯合國糧食及農業組織〔FAO〕）

2. 濫墾濫伐

- 畜養動物是伐林的主因之一。（聯合國糧食及農業組織，2006 年）
- 自 1990 年代至今，亞馬遜地區的伐林，約 90% 是為了解開墾土地用來牧牛或種植飼料。
- 這 20 年來，澳洲的樹林砍伐，91% 是為了解開墾牧場。（近日昆士蘭州政府委託環境暨資源管理局前首席科學家傑瑞德·畢夏普先生〔Gerard Bisshop〕所做的 20 年研究報告）

3. 土地沙漠化

- 過度放牧和不斷擴大飼料種植面積，造成土地沙漠化。（《聯合國防治沙漠化公約》〔UNCCD〕主題專案 3：乾燥地區的牧地管理及沙丘固定，2003 年）畜牧業造成全球逾 50% 的土壤遭受侵蝕，導致土地沙漠化。
- 農業管理不善、氣候變遷和放牧活動，造成每年約 750 億噸表土受侵蝕。單單在美國，就有 54% 的牧地被過度放牧，每公頃土地每年損失 100 噸以上的表土。（最近在澳洲新南威爾斯州舉行的碳耕會議上，約翰·克勞馥教授〔John Crawford〕提出的研究報告）
- 2010 年，伊拉克、中國、查德、澳洲、蒙古和其他國家發生嚴重乾旱，而放牧動物讓旱情更加嚴重。

4. 傳播疾病

- 所有的人類傳染病中，65% 以上是由動物傳染的。工廠化養殖場骯髒且不人道的環境滋生致命細菌和病毒，例如禽流感和豬流感。
- 肉食引起的疾病還包括結核病、李斯特菌症、克隆氏症、狂牛症、曲狀桿菌、金黃色葡萄球菌、口蹄疫、愛滋病，和中國在 2009 年爆發的肺鼠疫等等。
- 工廠化養殖場定期對動物施用抗生素，造成細菌突變，導致病原產生抗藥性。

5. 溫室氣體排放

- 畜牧業和其副產品的溫室氣體排放量佔全球總排放量的 51% 以上。（古德蘭 [Goodland] 和安亨 [Anhang]，2009 年）
- 燃燒石化燃料時與二氧化碳同時釋出的氣溶膠或微粒，雖然有害健康，卻能抵銷二氧化碳產生的暖化效應，有降溫的效果。因此在短期內，畜牧業的排放對全球暖化佔有舉足輕重的影響。（莫爾 [Mohr]，2009 年）
- 以 20 年為期，甲烷的暖化效應約比二氧化碳強 100 倍，但在大氣中消散的速度，比起滯留期長達數百年至千年的二氧化碳要快得多。人為排放甲烷的最大來源就是畜牧業。
- 畜牧養殖動物的甲烷排放量被低估了。美國密蘇里大學的研究員重新計算的結果指出，酪農場和養豬場的排泄物所產生的甲烷，比原先估計的多了 65%。
- 除了二氧化碳和甲烷，地面（對流層）臭氧是第 3 普遍的溫室氣體。以地區性來看，發酵的動物飼料比車輛排放更多有害的臭氧。
- 黑碳的暖化效應是二氧化碳的 4,470 倍，主要源自焚燒樹林和草原畜養動物。北極地區氣溫上升和各地冰川融解，有一半是黑碳造成的。黑碳只會滯留在大氣中數天至數星期，因此減少黑碳排放可以在近期內快速緩解暖化情況。（《自然地球科學》 [Nature Geoscience] 期刊）
- 溫室氣體氧化亞氮的暖化效應約是二氧化碳的 300 倍。全球的氧化亞氮排放量，有 65% 是來自畜牧業。

6. 佔用土地

- 全球 70% 的農地、30% 無冰的地表面積用於畜牧業。（《牲畜的巨大陰影》 [Livestock's Long Shadow]，聯合國糧食及農業組織，2006 年）

7. 海洋衰竭

- 畜牧業是最大宗的營養物污染源，造成毒藻叢生、耗盡氧氣，形成無法支持海洋生物生長的死亡海域。（《牲畜的巨大陰影》，聯合國糧食及農業組織，2006 年）
- 過度捕撈是海洋裡 90% 的大型魚類消失的主因。（《自然》 [Nature] 雜誌，達浩斯大學邁爾斯 [Myers] 和沃姆 [Worm] 的研究報告，2003 年 5 月 13 日）
- 全球消耗的魚類和貝類，有一半是用在養殖漁業，致使野生魚類瀕臨絕種。（《美國國家科學院院刊》 [Proceedings of the National Academy of Sciences]，2009 年）
- 舉例來說，要用掉 5 磅野生的魚才能養殖出 1 磅的鮭魚。（史丹福大學伍茲環境研究所與國際問題研究所納萊 [Naylor] 的研究報告）

- 全球捕撈的漁獲量，有三分之一至一半是用於餵養牲畜（豬和雞）。（*海洋守護協會 [Sea Shepherd]* 的年度環境與資源評估報告）

8. 製造污染

- 肉品業是最大宗的水污染源。大量未經處理過的動物排泄物、化肥、殺蟲劑、抗生素和其他與畜牧業有關的污染物堵塞水道。
- 畜牧業排放的氨氣佔全球總量的 64%，不僅造成酸雨，還會產生硫化氫這種致命氣體。
- 1 座工廠化動物養殖場製造的排泄物和污染，多於美國德州休士頓整個城市。
- 1996 年，美國的牛、豬和家禽養殖業製造 14 億噸動物排泄物，是全球人類排泄物的 130 倍。
- 糞肥是地下水污染和大氣暖化的主因。單單在美國沿海一帶，糞肥和其他作物肥料的逕流約形成 230 處缺乏氧氣的死亡海域。
- 舉例來說，動物養殖場逕流在墨西哥灣造成世上最大的死亡海域之一，目前面積已達 8,000 平方英里。2010 年 2 月，巴西羅德里戈湖（Rodrigo de Freitas Lagoon）爆發 80 噸魚類窒息死亡的事件。
- 養殖漁業所產生的毒藻，以及使用殺蟲劑和抗生素等化學物質，都會污染環境。（*世界自然基金會 [WWF]*）

9. 耗費大量資源

- **燃料**。1 個 6 盎司的牛排所需要的石化燃料能源，是 1 份含 3 種蔬菜和米飯的純素餐點的 16 倍。（《*紐約時報*》）
- 生產 1 公斤牛肉，相當於駕駛 250 公里及 1 個 100 瓦的燈泡連續照明 20 天。（*日本國立家畜與草原科學研究所*）
- **排放**。肉類飲食的碳排放量相當於 1 部汽車行駛 4,758 公里，而有機純素飲食僅相當於 281 公里，前者是後者的 17 倍。換句話說，有機純素飲食的碳排放量比肉類飲食少了 94%。（*德國生態經濟研究協會 [Institute for Ecological Economy Research]*）
- **土地**。1 個肉食者需要 2 公頃（4 英畝）的土地來供給食物。但同樣大小的土地，卻可供給 80 個採行健康生活方式的純素食者。
- **食物**。目前有 80% 飢餓的孩童所處的國家將糧食出口去餵養牲畜。
- 美國三分之二出口的穀物是用來餵養牲畜而不是人類。
- 印度的一項研究發現，生產 1 公斤的牛肉，需要 7 公斤可直接供人類食用的穀物作飼料，而產出的蛋白質卻不到三分之一。
- 全球穀物大約有 40% 是給牲畜食用，全球富含蛋白質的大豆有 85% 是用來餵養牛隻和其他動物。

- 水。1 個肉食者每天耗費的水高達 15,000 公升，是純素食者的 15 倍。

10. 水資源匱乏

- 根據斯德哥爾摩國際水資源研究所（Stockholm International Water Institute）的調查，農業用水佔總用水量的 70%，其中大部分用在生產肉類。
- 生產 1 公斤牛肉需要 20 萬公升的水，但生產 1 公斤大豆、小麥、玉米，分別只需 2,000 公升、900 公升、650 公升的水。（《水資源、農業與環境》〔Water Resources, Agriculture, and the Environment〕，皮門特爾、伯格、菲利伯托等人〔Pimentel D, Berger B, Filiberto D〕，2004 年）

解決之道

有機純素飲食

- 能源和飲食這兩個關鍵因素必須大幅轉變，才能避免氣候變遷對環境造成嚴重的影響。隨著人口不斷增加，以動物製品為主的飲食習慣必須改變。（聯合國環境規劃署〔UNEP〕，《消費和生產對環境影響的評估》〔Assessing the Environmental Impacts of Consumption and Production〕，2010 年）
- 從 2050 年的預估數字來看，肉類和乳品的消費量將成倍增長，這使得畜牧業產生的溫室氣體、全球的生物質消耗量（用來餵養牲畜的植物數量）和活性氮（糞肥和化肥對環境造成多重危害）大幅增加，進而危及地球。到 2050 年，完全從大豆攝取蛋白質的飲食，比起完全從肉類攝取蛋白質，對環境的影響只有後者的 1%。（加拿大達爾豪西大學佩爾第埃博士〔Pelletier〕，2010 年）
- 1 個人吃素 1 年所減少的溫室氣體排放量，比換開豐田混合動力車「普銳斯」（Prius）還多。（芝加哥大學在美國的報告，2006 年）
- 以完全食用當地食材與完全食用蔬食比較，純素飲食所減少的碳排是前者的 7 倍。（卡內基美隆大學，2008 年）
- 2008 年，德國食物觀察組織（Foodwatch Institute）的報告指出，從包括肉類和乳品的傳統飲食改為有機飲食，只減少碳排 8%，但如果改採純素飲食，即使不是有機生產，仍可減少碳排 87%。相比之下，採行 100% 有機純素飲食，將可減少碳排 94%。
- 以大豆蛋白質取代所有肉類的飲食，到 2050 年將減少碳排 96%。（加拿大達爾豪西大學佩爾第埃博士，2010 年）
- 生產 1 公斤牛肉，會產生 19 公斤的二氧化碳排放，而生產 1 公斤馬鈴薯，只會產生 280 克的二氧化碳。（瑞典食品與生物技術研究所〔Swedish Institute for Food and Biotechnology〕烏爾夫·索尼森〔Ulf Sonesson〕，2009 年）
- 多吃雞肉等動物產品來代替牛肉，並無助於減輕對環境的影響。研究人員發現雞肉蛋白質的能源效率等級只有 5%，而植物性食物，例如：番茄為 60%，柑橘和馬鈴薯為

170%，燕麥 500%。（芝加哥大學埃胥爾〔Eshel〕和瑪汀〔Martin〕的報告第 7 頁，2005 年）

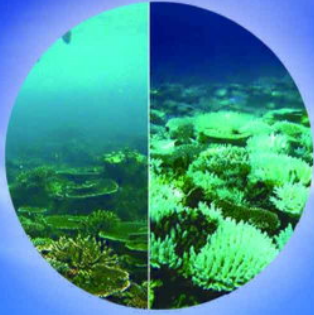
- 吃魚也無助於減輕對環境的影響。由於捕撈鮭魚等大型魚類，需要長途航行，耗費能源，而即使所謂「最佳管理」的養魚場也會對環境產生廣泛的破壞，所以吃魚一樣效能低。（加拿大卑詩省維多利亞大學約翰沃爾普博士〔John Volpe〕）

有機純素農耕

- 有機農耕有助於重建和取代土壤中的碳。（最近在澳洲新南威爾斯州舉行的碳耕會議上，約翰·克勞馥教授提出的研究報告）
- 如果所有可耕地都轉變成種植有機蔬菜的農田，不僅能餵飽所有人，還能免除畜牧業所產生的 50% 以上的廢氣，並吸收大氣中高達 40% 的溫室氣體。（羅代爾研究所〔Rodale Institute〕，2008 年）
- 用於肉類生產的土地得以恢復到自然狀態，從而有助於從大氣中快速吸收大量的二氧化碳。（荷蘭環境評估委員會）
- 動物養殖場經營方式的改變，例如：提高牲畜飼養方法的效率、改善糞肥處理等，都不足以達成英國 2030 年溫室氣體排放的目標。減少肉類和乳品的生產和消費，才能更有效地減緩全球暖化，同時增進大眾健康和挽救生命。（「因應氣候變遷的保健之道」，《刺絡針》〔The Lancet〕醫學雜誌，2009 年）
- 畜牧業減排計畫，例如：提供動物不同的食物來源、使用動物糞肥作為燃料等，只減少幾個百分點的碳排放量，而實際上卻可能造成更多的食品質量和道德問題。（紐西蘭農業研究所〔AgResearch〕一項為期 10 年的研究）必須減少肉類和乳品消費量，才能有效地將畜牧業的溫室氣體排放量減至最少。（英國食品道德委員會〔Food Ethics Council〕執行長湯姆麥克米倫〔Tom MacMillan〕）
- **回收甲烷作為能源是不適當的計畫。**
從工廠化養殖場的牲畜糞肥中回收甲烷，是完全不適當的作法，因為：
 - (1) 大部分的甲烷是由動物腸道發酵產生的，其數量是糞肥的 3 倍多。
 - (2) 這個回收系統在技術上或成本上並非完全可行。
 - (3) 沼氣池系統通常是設在養殖場裡，每天都要收集大量的液體糞肥。
 - (4) 工廠化養殖場所造成的許多嚴重的環境問題仍未解決，更別提能由回收甲烷得到任何利益。
 - a. 全球暖化/溫室氣體排放
 - b. 生物多樣性喪失
 - c. 大量耗費水、食物、抗生素和石化燃料
 - d. 空氣、水、土壤等污染
 - e. 不衛生的細菌和病毒滋生的溫床

其他方面的影響

- **健康**。一項由哈佛大學對數萬名男女進行的研究發現，經常吃肉會增加罹患結腸癌的風險達 300%。事實上，肉食與心臟病、糖尿病、中風、癌症和肥胖等主要疾病有關。純素飲食明顯有利於防止和逆轉這些情況。（*責任醫療醫師委員會 [Physicians Committee for Responsible Medicine]*）
- **世界饑荒問題**。如果大家都吃蔬食，將有足夠的糧食來餵飽 100 億人口。
- **經濟**。若人們改採純素飲食，世界各國政府就可節省 2050 年前抗暖化所需費用的 80%，也就是省下 32 兆美元。（*荷蘭環境評估委員會*）
- 如果美國中西部的農民從畜牧業轉換為種植水果和蔬菜，將會產生 8.82 億美元的區域銷售額，創造 9,300 個就業機會，並增加 3.95 億美元的勞動收入。
- 生產蔬菜替代肉類產品，被視為是食品業一個聰明而有吸引力的機會。（*古德蘭*）
- **聯合國建議徵收肉品稅**。聯合國糧農組織發佈的一份報告建議徵收肉品稅，以減少這個產業的溫室氣體排放，目前估計畜牧業每年排放 7 萬億噸的二氧化碳。
- **聯合國環境規劃署和歐盟執委會呼籲少吃肉**。聯合國環境規劃署和歐盟執委會聯合發表一份重要的報告，要求徹底改變資源使用的方式，並強調全球必須大幅減少肉品消費，以避免對環境造成毀滅性的影響。



The Supreme Master Ching Hai International Association Taipei

B1., No. 5, Alley 30, Lane 78, Sec. 2, Fushing S. Rd., Taipei City, 106, Taiwan, R.O.C.

台北市大安區復興南路二段78巷30弄5號5F (愛海藝文廣場)

Tel: (02) 2706 2628 Fax: (02) 2705 6288 Email: tpe.light@gmail.com Web: www.loveocean.org



本手冊採用再生紙及環保大豆油墨印刷 歡迎複印並分發給更多人 謝謝您

