

【回歸清淨簡樸心生活 臺南慈濟中學環境教育研習】

紀錄:黃逸寧於 2018/07/04 PM 05:20

「日益枯竭的生態 不再純淨微笑的海…」這首歌開啟了7月3日臺南慈濟中學環保研習的序幕，楊贊弘師兄、邱淑姿老師與王月治老師接力演講環保新知與如何愛護地球。

第一場的「寸步鋪路護大地」講師楊贊弘師兄，利用大數據分析環境破壞的速度以及他是如何改變自己的飲食習慣。從改變觀念到身體力行，看見震撼全世界的災難後，發願投入推動環保的行列，投入後更知道地球被破壞的速度遠遠超乎想像。儘管地球環境不斷惡化，楊贊弘師兄體會到其實愛地球很簡單，只要「135」便能做到，從一「筷」省水開始，接著蔬食三好到隨身五寶，讓我們回歸清淨平淡，從簡樸生活開始，那麼就能減緩地球暖化。

「活著就好！」講師邱淑姿老師以這句話的精神，發願分享環保講座一千場，如今用了四年的時間完成，將邁進下一個一千場。曾經得過一場大病的邱淑姿老師回想過去自己所做過的事，向在座老師們分享透過「覺察、覺醒、覺悟」，讓她在分享環保的路上，有了更多的信心與堅定，也將自己所使用的環保教材分享給在場的老師們，讓老師們擁有更多的資源教導學生，更勉勵大家留給孩子一個健康平安的地球。

環保愛接力，緊接著是將環保踏實地運用在生活中的王月治老師，她說：「飲食的合心價值是感恩、尊重、愛。」，所以用自身經驗分享，將素食的飲食習慣融入於家庭生活與教育當中，不僅能愛護地球還可以增進家庭凝聚力。

王月治老師更分享了「慢食文化」，慢食文化指的是仔仔細細的品嚐料理，結合到慈濟人文，吃不再只是將食物吃進肚子裡，而是藉此教導孩子餐桌上背後的價值，讓我們在吃的文化裡了解「明因果，知道理」，讓我們不再是追求口慾和食物的美麗。



楊贊弘師兄分享站在世紀災難中，我們如何與大地
地球共生息。



「活著就好!」講師邱淑姿老師以這句話的精神，發
願分享環保演講一千場，用了四年的時間完成。



王月治老師用活潑的方式分享如何落實環保，令老
師們聽得目不轉睛。

撰文者：陳怡臻

圖：林育吟、陳達生

報 導：臺南慈中人文室