

手帕運動「慈濟和諧日」倡環保

今年「慈濟和諧日」，將於5月3日（周六）上午10時起在列治文喬治國王公園（King George Park）舉行，今年主題為「節約用水，手帕環保」，慈濟加拿大分會將在現場送出2萬條純棉手帕，約2000名慈濟志工帶領學生及市民，共同揮舞手帕的畫面，將作為「手帕運動」的開始。

圖/文：張伶鈺

為了「手帕運動」，慈濟加拿大分會執行長何國慶趁活動之前，到省政府、各市政府，甚至準備到國會去發手帕，何國慶說，當然不只是派發手帕如此簡單而已，而是藉派發手帕的機會，向本地加拿大朋友推廣華人手帕文化，手帕取代紙巾擦手，可拯救樹木，延緩地球暖化。何國慶逢人便發手帕，連上週應邀出席歡迎李安的場合，他亦拿出手帕要給李安，但沒想到李安已經自備有手帕。

「慈濟和諧日」當天，慈濟亦將布置一只地球，請前來參加的來賓或市民，將用完的塑膠瓶通通丟到這只「地球」上，屆時假「地球」將埋沒在成千上萬只不用的塑膠瓶中，象徵大地之母的地球，對人們每天製造大量垃圾，已到難以負荷的地步。

「慈濟和諧日」另一項重要的活動內容是，正式宣布慈濟加拿大分會新架設完成的英文網站，「環保自律議定書」（www.youprotocol.com），慈濟加拿大分會執行長何國慶鼓勵公眾響應網上「環保自律議定書」

（YouProtocol）的簽署活動，從隨手關燈、減少開車、減用塑膠袋等小處着眼，改變自己的生活習慣，做出環保承諾，實踐綠色生活。

今年是慈濟和諧日第3年在大溫地區舉行。過去兩年，慈濟加拿大分會分別以史丹利公園的「微笑和諧日」、本那比中央公園的「佛誕日、母親節、慈濟日」，用「微笑化解衝突」與「感恩、尊重、愛」的慈濟人精神，表達和諧概念。

何國慶說，這次「慈濟和諧日」的主題構想，來自證嚴上人曾引用孔子在論語中所說的「克己復禮」，即克勤、克儉，一切由自己做起的生活哲學，將「克己復禮」與環保結合在一起，即是這次想表達的理念。

何國慶說，不要以為一個人的力量很小，事實上，只要全加拿大每個人少用4張紙，一個月就可以救下一座史丹利公園的樹木。只要每個禮拜能夠吃素一天、少吃半磅牛肉，個人節省下來的畜牧相關資源（水、草、穀物等），就足以挽救這世界上40名正處於饑餓中的兒童。「慈濟和諧日」活動於5月3日上午10時，在列治文喬治國王公園（12360 Cambie Road）舉行，內容包括手帕發放、小學生環保體驗營、多元族裔文化團體的表演，以及素食園遊會等。有關活動詳情可上網查詢：www.tzuchi.ca，或致電604-266-7699。



▲慈濟列治文組認領市府土地耕耘而成的「慈濟感恩農場」，每天都有志工澆水、除草。（慈濟提供）

何國慶四處送手帕 名導李安早有準備

慈濟加拿大分會執行長何國慶最近遇到人即不厭其煩的講述，帶手帕的好處，他最近四處去分送手帕，那天參加歡迎李安的晚宴，他也帶了手帕準備送給李安，沒想到李安身上早已帶有一條手帕，李安也是手帕的愛用者。根據統計，只要每名加拿大人每天用掉4張紙，32天內就可以用掉史丹利公園內約50萬棵樹木，也就是如果使用手帕，減用紙巾，無數樹木因此可以被拯救。沒想過小小一條手帕，可以有如此妙用吧？

何國慶說，老一輩的華人應該還記得，過去隨身攜帶一塊手帕擦手，以及學校要求學生帶手帕上學的習慣。但隨著時代改變，公共場所紛紛提供免費紙巾，人們也漸漸以紙巾取代手帕。

根據統計，只要每名加拿大居民用掉一盒250張的面紙，就要砍伐11萬多棵樹木，幾乎等於溫哥華全市90%的行道樹（13萬棵）。

紙巾的使用不只會造成樹木被大量砍伐，紙巾製造的過程中需要大量的煤、水、電力，也會排出廢氣與廢水，造成污染，並加速地球暖化腳步。

何國慶表示，他很希望在「慈濟和諧日」結束後，能掀起本地買手帕的風潮，讓帶手帕不是老土，或是過時，而是一種環保人的象徵，何國慶說，不久前，他參加溫哥華警察局的活動，在洗手時拿出隨身攜帶的手帕，在場其他人士都轉頭看他，也都注意到他的手帕，那時他真是以有這條手帕為榮。



▲慈濟志工恬妮手上這條為「慈濟和諧日」準備的綠色小手帕，一共有2萬條，希望參加當天活動的市民，都能人手一條。



▲慈青加入種樹行列，百年樹人，種樹才是第一步。

慈濟感恩農場蔬菜贈食物調濟庫

談到慈濟加拿大分會對本地的環保貢獻，不得不提慈濟於2007年5月在列治文Terra Nova區認領列治文市府土地，所耕耘的「慈濟感恩農場」（Tzu Chi Giving Farm）。

「慈濟感恩農場」是由慈濟志工認領市府土地，以有機方式種植蔬菜，種好的蔬菜當然不是給慈濟志工自己吃，而是全數捐贈給列治文的食物調濟庫（Food Bank），由他們再分送給前來領取食物的有需要家庭。

慈濟列治文組的志工負責人郭保泰指出，「慈濟感恩農場」面積有8000呎，現種植蔬菜有南瓜、意大利瓜、白花椰菜、四季豆、蘿蔔及台灣高麗菜等10多種，他說，每天由列治文慈濟志工輪流澆水、除草，來照顧蔬菜長大，一年下來總共收成了2300磅的蔬菜。

郭保泰說，食物調濟庫通常只發放一些不會腐壞的食物如乾糧、糖和米等等，但少有蔬菜和水果的供應，農場種成的蔬菜剛好對食物調濟庫，提供更健康的食物供應。

郭保泰說，慈濟在去年2月看到列治文市府開放土地讓大家認真耕種，再將收成轉贈慈濟機構的消息，又由志工當中不乏園藝達人，因此決定認養農場，讓志

工能夠親手耕耘，這比去市場買來蔬菜，更有意義。

「慈濟感恩農場」種植蔬菜，其實與一貫以來，慈濟在全球各地推廣吃素食好處的理念相結合，慈濟加拿大分會更是長期向老人院、學校、東端無家可歸者派發精美的素食餐點，推廣素食。

慈濟加拿大分會與救世軍（Salvation Army）合作，每月最後一個星期五到救世軍廚房服務，提供當地街友與低收入戶熱騰騰的餐點。在志工默默的耕耘下，12年來單是在溫市東端，已有近2.2萬名志工參與，派發素食餐點超過13.2萬分，超越所有慈善團體紀錄。

儘管是素食，菜式上可一點也不馬虎，例如其中一天的菜單包括：豆腐味噌湯、素香腸、素肉炒時蔬、酸甜咕嚕肉、白飯、麵包、甜點與香蕉。

除了為無家可歸的遊民準備熱餐，在素里社區也有一批熱心的慈濟義工，定期到當地的食物調濟庫（Food Bank）擔任義工，既捐錢、又買材料為食物銀行裝潢，讓鄰里稱讚這個來自台灣的慈善團體。

慈濟志工並在網上分享素食食譜，中西料理、甜點主食均有，有興趣民眾可瀏覽 <http://www2.tzuchi.org.tw/tc-subject/html/cookbook.htm>。

慈青暑假清潔海灘 自律書許諾環保

由高中生、大學生組成的慈青以自己的方式，實踐慈濟環保理念，對地球作出貢獻。當多數青少年假日在打遊戲機、看電視、與朋友逛街時，慈濟的慈青卻三五成群，組成志工小組，每年夏天一起趁假日，到列治文Gilbert Beach的海灘撿拾垃圾，成了慈青傲人傳統。

有慈青表示，看到美麗的沙灘被垃圾污染，真的很痛心，而透過這個活動，令他更珍惜物資，不會亂丟垃圾。另外，慈青們也加入種樹行列，透過種樹減碳，減緩地球暖化危機。

另外，由慈濟加拿大分會設立的「環保自律議定書」網站（www.YouProtocol.com），希望透過一些環保小作為，讓市民從個人做起，對環境許下承諾，進而影響身邊的朋友，讓環保3R（Reduce、Reuse、Recycle）觀念，融入民眾日常生活中。出門自帶環保碗筷，騎單車上學，這些看起來簡單的事，集合起來，卻是一股不容忽視保護地球的綠色力量。

在「你的環保議定書」網站上，提供了慈濟在地球環保上所作出努力的影片鏈接，可看到保特瓶如何壓碎分解製成衣服、毛毯。



▲毛毯和襯衫均是塑膠瓶回收再製品，可說化腐朽為神奇。

回收膠瓶可製毛毯賑災

回收的保特瓶（塑膠瓶）可以做什麼用途？答案是慈濟志工身上穿的襯衫，以及慈濟用來救助落後國家的毛毯。自從慈濟國際人道救援會衣物研發組於2006年，提出利用保特瓶製成環保毛毯的構想後，至今已經有上萬條毛毯送往世界各地賑災。

更可貴的是，這批環保毛毯不僅柔軟、耐用、保暖、吸濕排汗力強，利用回收保特瓶生產毛毯，還可以比直接從石化原料生產，節省50%的能源、減少60%廢氣與20%廢水的排放，並可降低90%的固體廢棄物，可以說是將「垃圾變黃金，黃金變愛心」。

保特瓶回收後要變成柔軟的衣物，要經過脫標、破碎

、浮選、脫水、粉碎、抽絲、紡織、再製等十多道流程。其中，又以慈濟志工進行的分類、洗淨過程最為繁雜。志工們必須把回收的保特瓶集中在環保站，區分不同顏色、拆下瓶蓋與標籤紙，沖洗乾淨，踩扁裝袋，才能送工廠切片、加工成透明粒子，再送到紡織廠紡成比頭髮還要細的紗，最後才能織成布、製成毯子。

平均50到60個保特瓶可做成一條毛毯；一件衣服則需要約20個保特瓶。慈濟曾在一年內回收60萬支保特瓶，製成1.2萬條毛毯送到南亞、非洲和中國大陸。在幾乎沒花到任何成本費用、沒有破壞奪取額外地球資源的情況下，「變」出毛毯助人。

慈濟小檔案



- 1962年在台灣成立
- 1992年成立慈濟加拿大分會
- 在45國家成立分會
- 65個國家接受慈濟援助
- 70所由慈濟開辦的學校(全球)
- 134所由慈濟援建的學校(全球)
- 27個全球城市宣布「慈濟日」
- 26個國家1542例病人曾經接受慈濟骨髓庫捐贈的骨髓
- 309254人登記自願捐贈
- 1000萬會員(全球)
- 在加拿大有1.5萬會員