

第 19 课 佛教的环保思想



问一问

环保是一个世界范围的话题，也是一个现实而沉重的社会难题。为什么环境问题始终得不到根治？环境恶化的根源到底在哪里？佛法又能为我们带来什么样的启迪和帮助呢？



学一学

阅读：《佛教的环保思想》，三遍以上。



记一记

1. **摘抄金句：**在各章节摘抄金句。
2. **完成思维导图：**根据本课内容，完成思维导图。

（以上两种方式任选）



想一想

1. 佛法认为环境恶化的根源是人类的贪欲，为什么？贪欲有哪些特点，对个人生活及社会环境造成了哪些影响？如果我的行为已经非常环保了，我还需要克服贪欲吗？如何对治贪欲呢？
2. 解决环保问题，为什么要纠正我们对幸福的观念？一般人对待幸福是怎样看待的？佛法认为幸福是众缘和合的，财富不是幸福的唯一保障，这对环保有什么意义？对我追求真正的幸福有什么启发？
3. 观察自己和周围人所追求的生活方式，对环境造成了哪些影响？将自己定位为“自然人”有哪些好处？
4. “依正不二”思想的内涵是什么？观察这些年世界各地发生的各种自然灾害，我们怎么做才不会在背弃自然的任性行为中走向毁灭？
5. 为什么说“生态环保能否见效，关键在于我们以什么样的心

态对待自然”？身处大自然中，我能生起感恩心、尊重心和爱心吗？为什么？



辨一辨

1. 面对当今沉重的环境问题，各行各业都提出了相应的对策，社会上也涌现了很多环保人士，世界上有些地区的环保工作也做得很到位，我们还需向佛法学习什么？佛法解决环保问题的方案有何特殊之处？我对佛法提出的解决方案有信心吗？为什么？
2. 有人觉得“经济利益高于一切，我们可以先发展后环保。”佛法认为“现实利益和长远利益是一体的，自身利益和社会利益也是一体的。”对于利益和环保的关系，我的看法是什么？
3. 佛法认为人与自然是依正不二的关系，保护自然是获得幸福的必要前提，对此我能认同并接受吗？为什么？
4. 对于本课的学习，我还有哪些疑惑想要和大家一起讨论？



用一用

1. 通过本课学习，我解决了哪些环保方面的困惑？在观念、心态、具体行为上做了哪些改变和调整，对于实际问题的解决有哪些帮助？
2. 认识到人与自然是依正不二的，我要从自然的使用者、破坏者改变为自然的保护者，说说自己是如何在生活中具体落实的？



赞一赞

在交流中，用心聆听。结束前，每人用一两句话随喜赞叹同学们带给自己的启发和触动，培养感恩心、随喜心。



【观念的禅修】

观察修

思维：环境恶化的根源在于人类的贪婪，解决贪欲，要从改变对幸福的观念开始。幸福是众缘而合的，我们的幸福来自于自然的馈赠和哺育，保护自然，少欲知足，遵循简单自然的生活方式，才能无偿地享有自然的给予。人与自然是依正不二的关系，保护环境就是保护我们的幸福。我要树立正确的环保观，遵循简单自然的生活方式，感恩自然、尊重自然、爱护自然。

安住修

数数思维上述观念，安住于“我要树立正确的环保观，遵循简单自然的生活方式，感恩自然、尊重自然、爱护自然”，越久越好。

【心态的禅修】

观察修

思维：面对日益恶化的自然环境，我要重温正确的环保观和幸福观，摆脱盲目的物欲、内心的贪婪以及对环境恶化的漠视和逃避。建立并培养对自然的感恩心、尊重心、爱心。

安住修

数数思维上述观念，安住于“对自然的感恩心、尊重心、爱心”，越久越好。



1. 认识到环境问题的根源在于人类的贪欲，解决环保问题关键要从改变观念入手，决定将自己定位为自然人，回归简单自然的生活方式。
2. 认识到人与自然是依正不二的关系，建立起对自然的感恩心、尊重心、爱心，克服内心的贪欲，实现最究竟的环保。