



Consciência ambiental no dia-a-dia em Macau

嘿嘿

無論我們生活在都市抑或農村，貧窮抑或富裕，學富五車抑或目不識丁，每天的生活都離不開衣、食、住、行四個層面。正因為我們每天都生活在衣、食、住、行當中，為了貪圖舒適、便利，我們都會想方設法去“改善”自己的生活。

當然，凡事都不會兩全其美，我們在“改善”生活的過程中，往往會因應不同的生活層面，創造出不同類別的科技產物，而這些科技產物無論在生產過程抑或使用過程中，往往會對我們周遭的環境造成或多或少的破壞；而這些破壞更甚者會

Independentemente de vivermos no campo ou na cidade, sermos ricos ou pobres, analfabetos ou cultos, todos temos de nos vestir, comer, habitar um espaço e usar um transporte. Todos nos esforçamos por “melhorar” as nossas vidas, para que a roupa que usamos, o que comemos, os espaços que habitamos e os transportes que usamos sejam cada vez mais confortáveis e convenientes. Todas as moedas têm, no entanto, duas faces. Com a ajuda da ciência e da tecnologia, criámos vários produtos que facilitam inúmeros aspectos da nossa vivência, melhorando-a, mas os processos de produção e uso desses produtos causam, frequentemente, danos ao meio-ambiente. Esses danos serão herdados pelos nossos filhos e netos, que terão de Sofrer as consequências das

禍延子孫後代，讓他們來承擔我們今天種下的“惡果”。

所以，保護環境已成了我們今天的熱門話題。很多國家、地區的有識之士都不斷思考，希望能找到一種既能改善我們的生活，又能減低我們對大自然傷害的方法。

如何保護我們的環境才是最有效呢？真的是見仁見智，每個人的看法都會不同！但最後總要回歸到減少對大自然傷害這一前提下。因此，讓我們回到問題的起點，當初為何會破壞我們身處的大自然？主要是為了在衣、食、住、行這四個生活層面裡圖個舒適、便利。

因此，學會如何尊重大自然，與大自然取得平衡，相信是非常重要的。因為，如果我們能夠尊重大自然，便會遵守大自然的法則；在“改善”我們生活層面的同時，亦會嘗試尋求與大自然取得平衡，便利自己之餘，更不會讓大自然受到破壞。

nossas acções diárias. É por isso que a protecção do meio-ambiente se tornou um assunto recorrente.

Muitos especialistas, de diferentes áreas e oriundos de muitos países, estão a trabalhar, afincadamente, na expectativa de encontrarem uma maneira de melhorar as nossas vidas e de, ao mesmo tempo, reduzir o impacto ambiental. Como é que podemos proteger o meio-ambiente? Parece que cada pessoa tem uma opinião diferente! Independentemente do que cada um de nós acha, uma coisa é certa: precisamos de reduzir o nosso impacto no ambiente.

Regressemos à origem do problema: Porque é que poluímos o meio-ambiente em que vivemos? Poluímos o nosso meio-ambiente, porque queremos que os alimentos que ingerimos, as roupas que vestimos, os espaços que habitamos e os transportes que usamos sejam o mais convenientes e confortáveis possível. Penso que é extremamente importante aprender a respeitar as leis da Natureza por forma a estabelecer com ela um equilíbrio que nos permita viver em harmonia com o meio-ambiente. É possível melhorar as nossas vidas e aumentar o nosso conforto sem sacrificar a Natureza.



從工業革命步向工商業社會，隨著都市化的出現，人口不斷集中到都市，再加上資訊科技的發達，地球村已拉近了農村與城市的距離，生活在今天的我們，無論衣、食、住、行各個層面，都會受到“廣告打造消費，消費促進生產”的影響。

今天，大家不妨打開自己的衣櫃，看看自己的衣服，究竟哪些是我們常穿的，哪些是我們因“一時之快”買了下來繼而束之高閣，從來都未穿過的？將它們“揪出來”，拿到明愛的“衣服回收箱”，好讓有需要的人可以做它們的“新主人”。當然，買賣是商業社會的一種消費行為，如果大家想為環保出一分力，不妨在消費前多考慮一秒，想清楚是否有需要才買，不要受廣告的影響，更不要受自己心魔的影響，做個簡約的都市人。



A Revolução Industrial abriu as portas às sociedades industriais e comerciais. A urbanização fez-se acompanhar das migrações para os centros urbanos. Os avanços na área da tecnologia da informação conduziram à criação de uma aldeia global e estreitaram o fosso entre as cidades e o campo. A forma como pensamos na nossa alimentação, no vestuário, na habitação e nos transportes é influenciada pela maneira como a “publicidade molda o consumo, e o consumo promove a produção”.

Reduzir o nosso impacto ambiental pode começar com pequenos gestos como abrir o nosso armário e decidir que roupas usamos. Com mais regularidade e aquelas que comprámos num impulso e que, raramente, vestimos e depois, pegar em todas as roupas que nunca usamos e colocá-las num dos muitos depósitos de roupa da Caritas-Macau, para que pessoas mais necessitadas possam usufruir delas. É verdade que o consumo é um comportamento natural da sociedade de consumo, mas se desejamos contribuir para a protecção do meio-ambiente, devemos pensar duas vezes, antes de comprarmos o que quer que seja. Devemos comprar apenas com base nas nossas verdadeiras necessidades e não porque fomos influenciados pela publicidade ou pelos nossos “diabinhos consumistas”. Devemos esforçar-nos por ser mais minimalistas.

同樣，一日三餐都是我們生活必需的，但如何才可以食得自然、食得簡約，為環保出一分力？相信只要大家在用餐前先弄清楚自己的食量，不要為一時嘴饞而弄到滿桌都是；特別是出外用餐，或者宴客時，不要為了面子而亂點“菜餚”，結果弄到“風風光光”卻食不完要“打包”走。



“住得舒適”是我們夢寐以求的生活。不過，隨著近年樓價的不斷高漲，家居的面積與價值已不成比例。因此，近年已有不少公司商號推出簡約的居所，全屋家具都配合居室的面積設計，務求用盡家居的每一寸地方，將多功能與簡約配合得恰到好處，環保之餘亦大大提高我們的生活品味。

Também podemos fazer três refeições por dia, recorrendo a alimentos naturais e sazonais, para protegermos o meio-ambiente. Parece-me que esta é mais uma tarefa simples. Devemos, também, antes de cada refeição, avaliar a fome que temos e certificarmo-nos de que não iremos pedir demasiados pratos por gula, especialmente quando comemos fora ou quando convidamos alguém para comer connosco. Não devemos “ter mais olhos que barriga”, para evitarmos o desperdício de comida.

Habitar um espaço confortável é uma aspiração legítima de todos nós. No entanto, com o aumento dos preços do imobiliário nos últimos anos, o valor das habitações tornou-se desproporcional. Muitas empresas optaram por desenhar habitações minimalistas nas quais a decoração é pensada de forma a valorizar o espaço habitável. Apesar de minimalista, esta decoração é altamente multifuncional e está em perfeita harmonia com o espaço. Devemos optar por este tipo de habitação pois esta escolha, mais do que revelar que somos amigos do ambiente, demonstra um gosto refinado da nossa parte.





不過，由於澳門的地理位置，能源的使用仍未能以風力、水力以及太陽能作為動力。我們日常起居生活，好像水、電的使用，都應該以不浪費為原則；特別是電器的購置，應儘量以符合節能標籤為優先考慮，有需要才買，不要貪新鮮、貪新科技、貪好奇便購買一些“用不著”的電器，圖添家居的“擁擠”，這也算是為環保出一分力。

除了衣、食、住之外，“行”也是我們每天生活必會碰到的層面，而在澳門來說，這也是一個頗受大家關注的問題。由於澳門地少人多，人口密度可說是居世界之冠，道路的使用已到了“超飽和”狀況。每天上、下班時間，塞車已成了小城每日例必上演的“戲碼”，而我們亦有意無意地成了戲中的主角。偶爾若碰上交通意外，那情況更慘！無論你坐在馬力十足的“林保堅尼”，抑或是三間公共汽車公司旗下的巴士裡，命運都是一樣，夾在車群之中，停停開開，動彈不得，浪費時間、耗費燃油之餘，亦為小城的環境帶來嚴重污染！

Devido à localização geográfica de Macau, as energias eólica, hidroeléctrica e solar raramente são usadas. O consumo dos recursos energéticos, no nosso dia-a-dia, como água e electricidade, deverá fazer-se com o mínimo de desperdício possível. Devemos pensar nisto, no momento em que compramos os nossos electrodomésticos, e consultar as etiquetas, que descrevem a eficiência energética dos aparelhos. A decisão de comprar também deve ser tomada não porque há um produto novo no mercado, mais sofisticado ou interessante, mas porque, realmente, estamos a precisar. Saber o que comprar e quando comprar evita atafulharmos a casa de aparelhos e promove a protecção ambiental.

Falta falar dos transportes. Para além de serem uma necessidade do nosso quotidiano, os transportes são, em Macau, uma dor de cabeça para os serviços públicos. Devido à densidade populacional, que é uma das mais elevadas do mundo, as nossas estradas estão super-saturadas. Os engarrafamentos, que acontecem nas horas de ponta, são uma “tragédia” e, sem querer, tornámo-nos protagonistas dessa tragédia. Sempre que ocorre um acidente de viação, a situação agrava-se. Não importa se estamos sentados ao volante de um maravilhoso *Lamborghini* ou num banco de autocarro, a situação aplica-se a todos da mesma maneira: estamos todos presos no trânsito, no “para-arranca” interminável, avançando a passo de caracol. Esta situação não resulta apenas num desperdício de tempo e de dinheiro em gasolina é, também, altamente poluente, sobretudo num espaço reduzido como o de Macau.





曾幾何時，當澳門還是昔日小漁村的時候，人口不多，汽車更少，道路的使用率偏低。那時生活雖然不太舒適、便利，但勝在空氣清新、環境優美。每天出行不是走路，便是用自行車代步，既健康又環保。

今天在小城出行，幾乎已看不到自行車代步了。我們已退而求其次，將騎自行車作為一項運動，在節假日相約三五知己，騎著各自的“戰車”，轉戰珠海各條“自行車徑”，融入內地“綠色出行”的行列。

其實，今天內地已有不少城市強調“綠色出行”，提供點對點的自行車使用計劃，只要申請一張磁卡，便可在城市的自行車擺設點取車、還車，而且每次在一個小時內還車，便不用收費，藉此鼓勵市民用自行車代步，減少道路擁擠之餘，更有助環保，亦可強身健體，讓空氣更清新，深受內地市民歡迎，未知生活在小城裡的我們，是否可以借鑒呢？



Há muito, muito tempo, Macau era uma aldeia piscatória com poucos habitantes, com ainda menos carros e quase sem circulação rodoviária. Naquela altura, talvez os transportes não fossem tão confortáveis ou convenientes, mas os residentes podiam usufruir de ar fresco. As pessoas andavam a pé ou de bicicleta — dois meios de transporte saudáveis e amigos do meio ambiente. Hoje em dia, há cada vez menos pessoas que andam de bicicleta, nesta pequena cidade. Passámos a considerar as bicicletas como um equipamento desportivo. Durante as férias, juntamos um grupo de amigos para, nas nossas “bicicletas desportivas”, irmos andar nos circuitos de manutenção em Zhuhai. Nessas alturas, fazemos parte do grupo de pessoas que no interior da China continua a usar a bicicleta como meio de transporte ecológico.

Existem inúmeras cidades, no interior da China, que encorajam os transportes ecológicos, colocando à disposição dos seus residentes bicicletas, que podem ser alugadas onde e quando forem precisas. Em alguns casos, se a devolução for feita dentro de uma hora, o serviço até é grátis. Estas medidas são extremamente populares entre os residentes das cidades do interior da China, pois as bicicletas reduzem consideravelmente o tráfego, contribuem para a redução do consumo de combustíveis fósseis, não são poluentes e ajudam a manter os seus utilizadores saudáveis. Pergunto-me se os residentes de Macau não poderiam seguir este exemplo.

面對經濟高速發展的澳門，環境污染的程度與日俱增。雖然，相關部門已不斷努力，從立法到推廣，再到教育，都朝著環保意識層層推進。不過，其實推行環保最重要的還是提醒大家尊重大自然，每個人都從自己的衣食住行做起，過節約、環保的生活，才可減少污染。

只要能夠尊重大自然，我們便會在努力“改善”生活素質的同時，隨時隨地與大自然共融，達到平衡雙贏的局面。

A poluição ambiental, em Macau, está a aumentar, a par do crescimento económico. As autoridades responsáveis estão a actuar em diferentes áreas, produzindo legislação e promovendo acções de formação para melhorar a consciência ambiental da população. No entanto, a protecção ambiental depende, sobretudo, do respeito que as pessoas têm pela Natureza. Se todos optarmos por viver e comer, por nos vestir e transportar de forma frugal e ecológica, reduziremos significativamente a poluição. Se respeitarmos a Natureza, poderemos viver, harmoniosamente, com ela e estaremos a “melhorar” a nossa qualidade de vida e a repôr o equilíbrio natural, que já existiu entre os seres humanos e o seu meio-ambiente.

