

國立政治大學宗教研究所

博士學位論文

佛教生命倫理觀的實踐理路：以自然農法為例

The Praxis of Buddhist Bioethics:

Natural Farming as an Example

指導教授：蔡源林、越建東 博士

研究生：黃慧英（釋法融）

中華民國 107 年 7 月

July, 2018

摘要

自然農法最早是由岡田茂吉與福岡正信於 1930 年代後期分別提出，其思想根據並非佛教義理。然而，自然農法的觀念與作法卻很契合佛法。本文主旨在於從世間國土、眾生、植物與食物這四面向的佛教生命倫理觀探索與自然農法的觀念相應或對其有所啟發者。佛法可作為其實踐的理論依據，自然農法同時也可以作為佛教修行的實踐，由此揭示佛教式的自然農法。

全文的架構如下：第一章說明本文的研究動機與目的、文獻回顧、研究方法、論文架構以及關鍵概念。第二章探討佛教的世間國土觀對自然農法的啟發，說明世間的意義、對世間的態度以及對自然界的評價，並闡述轉穢為淨的國土觀。採行自然農法即是在淨化大地，將飽受農藥、化肥污染的穢土轉變為淨土。第三章從眾生觀來討論自然農法，先解說眾生的意涵及不同的生命形態，再論述佛教對人類與動物的觀點。六道眾生中擁有優等地位的人類應對一切有情負有關愛與保護的責任。佛教對動物慈悲、不殺生的倫理與自然農法很契合。第四章探究自然農法中的重要主角植物，先敘述佛典中對植物的觀點與態度，再探討植物是否為眾生的議題，並論及植樹的功德以及現代佛教對植物的保護。第五章探討佛教的食物觀與自然農法的關聯。首先說明佛教的四食觀；其次從早期佛教的《起世經》討論食物與人類的身心之間相互影響的變化；最後說明在佛教修行上必須有中道的飲食觀、少欲知足。

關鍵字：生命倫理、自然農法、世間、國土、眾生、植物、食物

Abstract

Natural Farming was first proposed by Mokichi Okada and Masanobu Fukuoka respectively in the late 1930s, and neither of their ideas is based on Buddhist thought. However, the concepts and practices of natural farming are very compatible with the teachings of the Buddha. The main purpose of this study is to explore the concept of natural farming corresponding to or inspired by the Buddhist bioethics from four aspects -- environment, sentient beings, plants and food. In this way, the Dharma can be used as a theoretical basis for the practice of natural farming, and natural farming can also be used as a Buddhist praxis, thus revealing Buddhist-style natural farming.

This thesis is organized as follows. The first chapter explains the motive, purpose, literature review, methods, thesis structure and key concept of this study. The second chapter illuminates the inspiration of the view of Buddhist world and land on natural farming, explaining the significance of the world, the attitude towards the world and the evaluation of nature, and elaborating on the concept of turning the impure land to pure land. Actually, the adoption of natural farming is to purify the earth and transform the polluted land contaminated with pesticides and chemical fertilizers into pure land. The third chapter discusses the natural farming from the concept of sentient beings. I will clarify the meaning of sentient beings and different life forms, and then delineate Buddhist views of human beings and animals. Human beings with a superior status among the six realms of existence should be responsible for caring and protecting all sentient beings. The Buddhist ethics of compassion for and nonviolence to animals is very compatible with natural farming. The fourth chapter explores plants as the important protagonist in the natural farming. I will describe the viewpoints and attitudes of plants in the Buddhist scriptures, then investigate whether plants are sentient beings. I will further delineate the merits of planting trees and the protection of plants by modern Buddhism. The fifth chapter elaborates the connection between the Buddhist food concepts with natural farming. I will first expound the concepts of four nutriments in Buddhism and then argue the changes of the interaction between food and human body and mind, drawing on *Aggañña Sutta* in early Buddhism. Last but not least, I will elucidate a moderate diet and contentment with less desire in Buddhist practice.

Key words: Bioethics, Natural Farming, World, Land, Sentient Beings, Plant, Food

目次

略語表	vi
第一章、緒論	1
第一節、研究動機與目的	1
第二節、文獻回顧	6
一、生命倫理與環境倫理	6
二、農法與佛教	6
第三節、研究方法	19
第四節、論文架構	24
第五節、自然農法與其生命倫理觀	25
一、岡田茂吉與秀明自然農法	25
二、福岡正信的自然農法	27
二、木村秋則的自然農法	30
第二章、佛教的世間國土觀與自然農法	33
第一節、佛教的世間觀	33
一、世間 (loka) 釋義	34
二、廣義的世間觀	37
(一) 世間的範疇——器世間、有情世間、五蘊世間	37
(二) 三界——輪迴的空間	39
(三) 對世間的態度	40

三、對器世間（自然界）的具體描述與評價.....	43
（一）正面評價——理想的禪修處.....	43
（二）負面評價——有惱人的蚊蚋、猛獸等.....	46
第二節、佛教轉穢為淨的國土觀.....	47
一、佛典中的穢土.....	48
（一）娑婆世界、穢土、五濁惡世.....	49
（二）穢土的環境.....	51
（三）穢土的住眾.....	56
二、佛典中的淨土.....	59
（一）淨土釋義.....	60
（二）淨土的環境.....	61
（三）淨土的成員.....	65
（四）嚴淨佛土.....	67
本章小結.....	69
第三章、佛教的眾生觀與自然農法.....	71
第一節、眾生的概念.....	71
一、眾生（ <i>satta/sattva</i> ）的意涵.....	71
二、眾生的生命形態——四生、六道.....	77
第二節、佛教的人類觀.....	81
一、人在六道中的地位.....	81

二、以人為本與人類中心主義.....	83
(一) 不同層面的人類中心主義.....	85
(二) 弱的人類中心主義與佛教的自利利他.....	85
第三節、佛典中的動物觀.....	87
一、對動物形象的描述.....	87
(一) 負面形象.....	88
(二) 正面形象.....	89
二、對待動物的態度.....	91
(一) 慈悲.....	91
(二) 不殺生.....	95
本章小結.....	100
第四章、佛教的植物觀與自然農法.....	102
第一節、佛典中對植物的觀點與態度.....	102
一、一般的植物.....	102
二、神聖的植物.....	107
(一) 不同的菩提樹.....	108
(二) 對菩提樹的供奉.....	110
第二節、植物是否為眾生？.....	111
一、古印度的植物觀.....	113
(一) 婆羅門教.....	113

(二) 耆那教	115
二、佛教典籍的觀點	116
(一) 依契經的記載	116
(二) 依律典的記載	127
(三) 依論典的記載	132
(四) 依本生經的記載	136
(五) 大乘佛教的草木有佛性說	144
第三節、植樹的功德與對植物的保護	153
一、植樹的功德	153
二、佛陀教導種樹	154
三、現代佛教對保護植物的實踐	156
本章小結	157
第五章、佛教的食物觀與自然農法	159
第一節、佛教的四食觀	159
一、「食」義解析	160
二、四食的意涵	162
(一) 段食	163
(二) 觸食	164
(三) 思食	164
(四) 識食	165

第二節、從《起世經》論食物與人類的關係.....	166
一、最初的食物之出現與影響.....	166
(一) 最初的食物——地味——之出現.....	167
(二) 最初的食物——地味——之影響.....	169
二、食物與人類行為相互影響的變化.....	172
第三節、食物與修行的關聯.....	179
一、佛陀早期的斷食修行.....	180
(一) 佛陀的斷食經歷.....	180
(二) 佛陀非難無益的斷食苦行.....	182
二、日中一食.....	182
三、飲食知量.....	185
四、少欲知足.....	190
本章小結.....	193
第六章、結論.....	195
參考書目.....	199

略語表

AN = Aṅguttara Nikāya (增支部)

AP = Apadāna (譬喻經)

DN = Dīgha Nikāya (長部)

DN.A = Dīgha Nikāya Aṭṭhakathā (長部注釋書)

Dhp = Dhammapada (法句經) Dhp. 12表第12偈

J. = Jātaka (本生經) J. 22表第22則本生

MN = Majjhima Nikāya (中部)

MN.A = Majjhima Nikāya Aṭṭhakathā (中部注釋書)

SN = Saṃyutta Nikāya (相應部)

Sn = Suttanipāta (經集)。Sn .32, 表第32偈

Sn.A = Suttanipāta Aṭṭhakathā (經集注釋書)

Th. = Theragāthā (長老偈) Th.42, 表第42偈

Thī. = Therīgāthā (長老尼偈)

Vin = Vinaya (律典)

Vism = Visuddhimagga (清淨道論)

Vism.mht = Visuddhimagga-mahāṭīkā (清淨道論大疏鈔)

SED = Monier Williams' Sanskrit-English Dictionary

PED = Pali-English Dictionary

第一章 緒論

第一節 研究動機與目的

現代環境破壞產生種種問題，如溫室效應、極端氣候、空氣污染、水污染乃至濫用農藥、食安等等問題層出不窮。面對嚴重之生態危機，世界各國從政府到學界莫不投注心力研究，從政策、法令、哲學、宗教等各層面，努力探究如何解決環境岌岌可危的問題。甚至好萊塢明星也紛紛運用其知名度和對群眾的影響力，拍攝有關環境危機的紀錄片，例如 2016 年李奧納多·狄卡皮歐(Leonardo DiCaprio) 拍攝《洪水來臨前》(Before the Flood) 的紀錄片，警告人們現在環境的問題有多嚴重，鼓勵人們要以實際的行動保護我們所居住的環境。片中訪問許多科學家，談到全球暖化、氣候變遷、環境破壞的原因，與現代所使用的化石燃料、高污染的工業以及食物有密切的關聯。其中食物的部分，大量的森林、雨林被砍伐、焚燒，是為了種植飼料作物來養牛，或著是改種棕櫚樹，以生產便宜的棕櫚油，作為食品加工的食用油，或用於製作清潔劑、化妝品。片中還提及改變飲食是最簡單直接的保護環境的做法，呼籲人們少吃牛肉，因為牛所產生的甲烷其實是種強大的溫室氣體，對氣候會造成很嚴重的衝擊，而大氣層中的甲烷幾乎都來自於家畜。可見人們的飲食習慣竟會對生態環境造成如此嚴重的影響。

瑞秋·卡森(Rachel Carson) 在 1962 年所寫的《寂靜的春天》揭露農藥所造成的生態浩劫，從空氣、水、土壤、食物等各層面嚴重威脅整個生態環境和人類的生存。此書引發世人警覺環境遭受嚴重破壞，而開始關注環境的議題，於是接著有一連串環境保護的運動產生。她描述的環境狀況是由於當時農藥濫用，導致眾多生物死亡，包括人類也深受其害，因農藥而生病、罹癌者不在少數。因為此書，不只有實際的環保運動，在學術界更促成環境倫理的研究。從五十幾年前卡森揭露的殘酷事實到現在，人類似乎沒有學到多大的教訓。就農業來講，情況似

乎更糟糕。為了大量生產玉米、大豆等經濟作物，珍貴的雨林被大肆砍伐，以便大面積種植飼料作物，這對生態環境的危害是可想而知的，而且我們現在也都遭受這樣的苦果。況且這些糧食不是供人類食用，也不是用於解決貧窮國家糧食缺乏的問題，而是用作飼料給牛吃。而養牛對環境造成極其嚴重的影響。卡森當初對 DDT 殺蟲劑、農藥引發的環境危機提出警告，提倡以生物防治的新科技取代農藥。然而時至今日，農藥、化肥濫用的情形是日趨嚴重。或許二次大戰後嬰兒潮，人口速增，急需糧食餵飽人們，將原來的化學武器轉作殺蟲劑、除草劑之用，當時糧食確實增加，但階段性非常任務完成，應該謹慎地捨棄這些不該用的物質，但人們卻因為已習慣這樣的慣行農法，而忽略其對整體環境與人類會造成多嚴重的影響。在卡森的警告下，已超過半世紀，農業愈來愈科技化、以快速多產量為目標，依然走向不歸路。

難道沒有逆轉的可能性？雖然當初對環境問題的關注是從農業的問題所引發，不過後來對環境倫理的研究卻沒有針對農業部分加以探討。研究有關環境倫理的學說有不同的發展——從人類中心主義、生命中心主義到生態中心主義，其中人類中心主義是受到斥責，被指為是破壞環境的主因，人類以征服與對抗的心態對待自然環境，進而有剝削、掠奪的行為產生。以前學界討論環境，不會特別去談農業，對其有比較批判的態度，因為農業在環境倫理一定是屬於人類中心主義。沒有以人類為中心，怎麼會有農業？若就慣行農法而言，為了讓農作物能有豐碩的產量，所以會大量施用化學肥料；為了除去可能與作物爭食肥料的雜草，就噴灑除草劑；為了消滅危害作物的蟲子，就使用殺蟲劑來對付，完全不會考慮到大量使用化肥、農藥對動物、植物乃至整個生態環境造成多嚴重的傷害。因此不能否認慣行農法是人類中心主義。然而，人類中心主義未必就如此狹隘，意味著只以人類利益為中心。就自然農法而言，其不用農藥、不施肥、不除草、不翻土等等的作法，可看出人與自然界可以和諧相處、共榮共存，並非僅以人類為中心，人類從自然界取用物資而存活，也能照顧到整個自然環境的平衡。

農業與環境的問題有密切的關係，慣行農法的化肥、農藥不僅讓食物不健康，也讓土地、水資源、動物等自然環境的成員受到危害。更由於現代化、全球化、工業化的影響，農業對環境的危害更是擴大了。像是工業化單一作物栽培、不斷研發、改進農藥、化肥、基改種子、機械等，糧食與食物加工的程度愈來愈高，工業化的農食企業如嘉吉、雀巢、孟山都形成食物系統全球化的情形，造成人們所吃的食物大都不是在地生產，人們也不關切農業與環境的問題，也不在乎食物的來源與環境有何關聯。當人們不重視食物及其生產方式與環境的關聯時，就容易發生健康、環境污染等等的問題。由於濫用化肥、農藥對人類健康與自然環境造成極大的威脅，因而產生不用農藥與化肥的有機農法，然而有機農業後來也淪為工業化，對農藥、肥料也漸趨開放，對環境及食物產生不良的影響。自然農法其實屬於有機農法，而且是比較高階、愛護環境的農法。可見對於現今的環境問題，自然農法可以是極佳的解決之道，既能保護環境，又能生產健康的食物，對整個環境和眾生都有很大的利益。

而對於自然環境惡化的問題，佛教界也注意到可從農業的角度來解決。台灣佛教界早期關切農耕與環境問題且推展有成的，是福智團體的日常法師於 1997 年成立「財團法人慈心有機農業發展基金會」，以「慈心不殺」的理念致力於推動有機農法。¹當初日常法師因為看到慣行農法大量使用化肥和農藥，造成眾多動物死亡的慘狀，交待慈心農場就算賠錢，也絕不可施用化肥和農藥。這樣的耕種方式讓農夫殺死太多眾生，造了很重的殺業。他進而指出：

推動有機事業，不只是希望大家吃到健康的東西，也不只是希望人不要造殺業而已。而是希望所有蟲蟻、所有這個世間的生物，乃至於看不見的鬼

¹ 福智全球資訊網，<https://www.blisswisdom.org/about/foundations/2015-05-04-11-47-15>（2018.06.01 瀏覽）

神、山神、地神、河神、風神、龍王，都能得到安寧的居處，不要再受到這種相煎相害之苦。²

日常法師希望人們能有健康的食物可吃，所有的眾生能有安全、不受威脅的環境可住。福智團體成立慈心有機農業發展基金會、慈心有機農場及里仁商店，從推廣、生產、驗證、銷售消費形成一套完整的體系。由於慈心、里仁已規格化、建制化，而後也就衍生出問題了。或許，為了能有穩定的產量來銷售，「慈心不殺」的理念也有所妥協，例如允許以生物防治方式（誘蛾燈、蘇力菌、性費洛蒙等）殺蟲。³可見慈心的農法是有機農法，而非自然農法。

除了福智團體是實際進行有機農耕，法鼓山的果祥法師近年來也身體力行自然農法，並且以法鼓山「心靈環保」的理念，將自然農法命名為「心靈環保農法」來積極推廣。法師說：

這是一種非有機農法、也非傳統慣行耕種農法，而是以心靈環保為核心，使萬物共生共存的農作法，提供一個眾生均能和諧共處的環境。⁴

果祥法師相信這是農業的一條出路，若能有更多的農夫投入這樣的耕作法，食安問題可解決一半。法師目前是法鼓山心靈環保農法專案的負責人，除了在社大開設心靈環保農法的課程，更經常舉辦座談會，邀請一些有佛教信仰的自然農

² 轉引自曾若甄（2015），《從佛法理念探討自然生態農耕的理論與實踐——以台灣有機農業為例》，頁 92。

³ 張銘芳（2011），《慈心倫理與有機精神——台灣有機農業運動中的佛教文化內涵》，頁 90-91。楊東錦（2011），《慈心基金會有機農業之理念與實踐》，頁 135-136。慈心人員說：老和尚明示「兩害相權，取其輕」。用農藥，受害的眾生非常多。種有機，噴蘇力菌，受害的眾生一點點。犧牲一點點眾生，能救很多眾生。這與大乘佛法不相違，不然會做不下去。

⁴ 【齋明別苑】心靈環保農法經驗分享-法鼓山全球資訊網，
http://www.ddm.org.tw/mobile/news_in.aspx?mnuuid=1151&modid=6&nid=3889&noframe=。
(2017.04.11 瀏覽)。

夫與民眾分享其經驗。對這些農夫而言，必須要有佛教信念作為後盾，才能堅持以自然農法務農，否則很難撐過轉型初期種種艱困的情況，但只要堅持下去，自然農法的收成並不會遠不及慣行農法。例如八田綠色農莊的陳佩雲從剛開始的收成欠佳，生活也嚴重面臨挑戰，到現在則是完全改觀，她說：

現在已否極泰來，農業收入今年已可以維持家庭生活，技術方面也累積到一個程度，現在也開始做技術傳承的工作，規劃中的區域性的小農也即將成型，將來希望能完成區域性小農形成一個農耕與生活多層次的綠色型態，達到初初發心設定的目標，就如當初八田綠色農莊形成的涵意，在八識心田裡的清淨無染心創造清淨無染的綠色農莊。⁵

自然農法確實能與完全相應於佛法，從事自然農法實際上也是在修持佛法。在台灣有若干寺院正努力推廣自然農法，如嘉義寂光寺在其網站及《妙音》雜誌介紹，由實作者所撰寫的從事自然農法心路歷程的系列文章，寺院住持也鼓勵信徒採行自然農耕。

慈濟在環境方面，給人印象通常以做環保回收為主，雖然沒有實際施行自然農耕，但慈濟的大愛電視台也推出「農夫與他的田」的節目，報導農夫採行有機或自然農法的奮鬥故事。而佛光山的人間衛視則有「全新食代」記錄推動蔬食的人物、餐廳與有機小農的故事。可見慈濟與佛光山也明白有機或自然農法對今天環境的重要性。

誠如 Lewis Lancaster 所指出的，「能否在佛教中找到一種處理生態問題的特殊方法？我們可以採取什麼進路，讓佛教的解答在所有人看來都是淺顯易懂的？」⁶對

⁵ 陳佩雲-八田綠色農(秀明自然農法)-blogger (2016年8月3日) ，

<http://greenc810.blogspot.tw/2016/08/blog-post.html>。(2017.04.11 瀏覽)

⁶ 路易斯·藍卡斯特 (Lewis Lancaster) 著，林朝成等譯 (2010)，〈佛教與生態：集體文化的知覺〉，頁 44-45。

於大面向的環境問題，如空氣污染、氣候異常等大污染的問題，需藉由政策等方式解決，一般百姓對這樣的環境問題總是使不上力。然而，或許可以從小的面向，也就是區域性、個人的層面著手，與民眾日常生活、民生問題息息相關的食物與農法，可提供個人在自主範圍內一個好的途徑。以佛教結合自然農法來改善環境、生命與人的生活品質，可以提供環境倫理新的啟發與出路。

當初對環境危機的關懷是從農業的角度產生，今日也同樣從農業的角度切入探討。相對於慣行農法是充斥化肥、農藥的化學世界；自然農法是一個生命的世界，透過生命之間整個的相互關聯，呈現的是生命循環的世界。自然農法雖然還在醞釀階段，尚未達到完全成熟的發展，而且在宗教關懷的理論方面也是欠缺的，但是自然農法的觀念非常契合佛法，又涵蓋很多面向，包含環境、眾生、植物以及食物等。這四部分雖可歸於環境倫理，但又是與生命息息相關，所以將之歸入涵蓋面更廣的生命倫理的討論範疇。本文擬從佛典中爬梳，找出佛法中哪些教義是與自然農法的觀念相應或對其有所啟發，且可以作為其實踐的理論依據。期望能從自然農法的角度對佛教在世間國土、眾生、植物與食物四面向的生命倫理有較完整的論述，以顯示自然農法可以作為佛教生命倫理觀的實踐理路。

第二節 文獻回顧

一、生命倫理與環境倫理方面

蔡甫昌與李明濱在〈當代生命倫理學〉一文中說明當代生命倫理學之歷史發展、方法論、原則主義的方法與原則（包括尊重自主、行善、不傷害、正義）及其批判、醫學倫理的核心主題及生物基因科技相關主要倫理課題，同時指出生命倫理學的範疇不僅涵蓋傳統的醫學倫理、健康照護倫理，也包括動物權利、環境倫理等。⁷林遠澤的〈儒家的實踐擴充論與生命倫理學的包含問題〉也提及生命倫

⁷ 蔡甫昌、李明濱（2002），〈當代生命倫理學〉，《醫學教育》第6卷第4期，頁381-395。

理學在廣義上包含生命醫學倫理、動物倫理與環境倫理等範圍。生命倫理學中的「生命」一詞可以指涉人類的生命、動物的生命以及其他生物（或整個自然生態）的生命等對象。⁸而昭慧法師在〈佛教「生命倫理學」研究：以動物保護議題為核心〉一文中則提出動物倫理研究是屬於生命倫理學或環境倫理學範疇的質疑。她認為生命即是有情，是知情意的綜合體，而植物「雖有生機」，但不像動物那樣具有意識與感情，沒有感知苦樂的能力，並非生命，不是佛法所關切的有情。生命倫理學所探討的「生命」課題，主要是在於「人類生命」，頂多會討論到實驗動物的倫理地位；而野生動物、經濟動物、寵物等則歸於環境倫理學的領域。她表示動物既然是生命，就不能將這些動物等同於植物和無生物，當作環境的一部分，依據佛法，而應納入生命倫理學的範疇。⁹本文所談論的自然農法雖然與環境倫理有密切的關係，但環境觀裡很大部分是和生命觀有關聯，況且文中也探討植物是否為眾生的議題，而且生命倫理又涵蓋環境倫理的討論，因此本文是從自然農法來討論佛教在世間國土、眾生、植物、食物四部分的生命倫理觀。

環境倫理是由西方興起的一門學問，佛教環境倫理的研究也因此以西方學者有較為豐碩的成果。其中有一些涵蓋範圍很廣的論文集，如 *Dharma Gaia*¹⁰, *Dharma Rain*¹¹與 *Buddhism and Ecology: The Interconnection of Dharma and Deeds*。前兩本著作包含若干非學術性的文章，尤其 *Dharma Gaia* 更是如此。比較有學術性的是最後一本書¹²，呈現西方學界從多元的視角探討佛教中的生態觀點，並揭示佛教如何回應現實世界中的環境危機。書中論述泰國與日本佛教的生態觀實例、佛教與動物、禪宗生態觀、美國佛教的環境思潮與實踐，佛教生態視野的當代回應，以及

⁸ 林遠澤（2006），〈儒家的實踐擴充論與生命倫理學的包含問題〉，頁 22。

⁹ 釋昭慧（2007），〈佛教「生命倫理學」研究：以動物保護議題為核心〉，頁 28-31、42。

¹⁰ Allan Hunt Badiner ed. (1990), *Dharma Gaia: A Harvest of Essays in Buddhism and Ecology*.

¹¹ Kaza, Stephanie and Kenneth Kraft eds. (2000), *Dharma Rain: Sources of Buddhist Environmentalism*.

¹² Mary Evelyn Tucker and Duncan Ryūken Williams eds. (1997), *Buddhism and Ecology: the Interconnection of Dharma and Deeds*. 中譯本為瑪莉·塔克、鄧肯·威廉斯編；林朝成、黃國清、謝美霜譯（2010），《佛教與生態學——佛教的環境倫理與環保實踐》。

探討「佛教與生態學」在理論與方法學上的問題。

在佛教環境倫理的領域中，學者們眾說紛紜，缺乏共識。這領域的重要研究有 Lambert Schmithausen，他關注佛教與自然界的議題，進行詳盡的探討，以豐富的經證支持其論點。他在 1997 年發表的“The Early Buddhist Tradition and Ecological Ethics”（早期佛教傳統和生態倫理）的文章中¹³，提出以保持生態系統的完整和生態多樣性作為生態倫理學的理論基礎。他從早期佛典探討自然界的價值、緣起和生態倫理的關聯、早期佛教中與生態倫理相關的德行、動物的地位等議題，闡述佛教生態倫理的可能性。萬金川指出 Schmithausen 對佛教的「自然觀」有其深刻的見解與精闢的研究，並提到他著名的著作有 1991 年發表的講座文章〈佛教與自然〉（“Buddhism and Nature”）與專書《初期佛教裡草木有情的問題》（*The Problem of the Sentience of Plants in Earliest Buddhism*）以及另一篇講座文章〈初期佛教裡草木作為有情眾生〉（“Plants as Sentient Beings in Earliest Buddhism”）。但萬金川也表示很令人遺憾的，「舒密特豪森教授在這一方面的研究，卻甚少為此間以佛教觀點而論生態哲學的學者，乃至佛教學專業的研究者加以措意。」¹⁴儘管萬金川注意到的只是 Schmithausen 早期的著作，但已可見他在佛教生態倫理，尤其是植物觀這方面研究的重要地位。Schmithausen 在 2009 年所出版的《初期佛教的草木與遠東佛教的草木有佛性觀》（*Plants in Early Buddhism and the Far Eastern Idea of the Buddha-Nature of Grasses and Trees*）可說是他集大成的專書，除了論述早期佛教的植物觀，並由此延伸探討中國與日本佛教的草木有佛性論，對於本文研究極具參考價值。

¹³ 中譯本見理查·培恩（Richard K. Payne）主編，梁永安譯（2012），《多少才算夠？：佛教經濟學救地球》，頁 259-311。

¹⁴ Robert H. Sharf 著、萬金川譯（2017），〈佛教的現代主義與禪定體驗的修辭〉，頁 64-65，譯者注 15。

Peter Harvey 在《佛教倫理學導論》¹⁵中也探討如何對待自然界的相關問題，特別是討論對自然界與動物的態度，幾乎涵蓋整個生態佛教史以及佛教所面臨的環境問題。Lily de Silva 在〈早期佛教對自然的態度〉一文中，¹⁶分析《長部·轉輪聖王師子吼經》所談論的世界的演化，認為此經的重點在於人類的道德敗壞造成對自然界的傷害。她把變化看作是自然界的重要性質，但人類缺乏道德則加速這些變化，也因此導致人類受害的結果。她強調人類的道德與環境有密切的關係。她在文中也探討對自然資源的使用原則、對動物與植物的態度，並論及大自然之美。兩位學者對環境議題的論述也很值得參考。

Pragati Sahni 在她的《佛教環境倫理：德行論的研究進路》一書中，對佛教環境倫理這領域的眾多研究進行文獻回顧，¹⁷並將這些研究成果分為四類，並說明現有的研究途徑不足以作為切實可行的佛教環境倫理，德行論才是最適切的研究進路。Sahni 並非第一個注意到可從德行論的角度來探討的學者，她在書中也指出 David Cooper 與 Simon James¹⁸認為此研究途徑大有可為，而有較詳盡的分析。¹⁹然而，Sahni 在進行文獻回顧時，完全沒有提及這兩位學者的專書《佛教、德行與環境》，極有可能是，為了幫德行論是研究佛教環境倫理的最佳進路這樣的觀點鋪路。也就是在回顧眾多研究成果之後，直指現有研究不足之處，藉以帶出德行論才是最適合的研究途徑。而且她又將諸多前人的研究加以分類，而提出四類型，若前面回顧了 Cooper 和 James 的書，則會出現一個困難——要把這本書歸在哪一類？如此就無法突顯前人研究進路之不適切，而將德行論作為最佳的研究途徑。因此，她的文獻回顧必須迴避提到此書，而只在後面章節〈早期佛教的環境德行倫理〉中簡短提到此書對環境德行有詳細的論述，至於有哪些論述，她也完全沒有說明。

¹⁵ Peter Harvey (2000), *An Introduction to Buddhist Ethics*. 中譯本為彼得·哈維著，李建欣、周廣榮譯（2012），《佛教倫理學導論：基礎、價值與問題》。

¹⁶ Lily de Silva (2000), "Early Buddhist Attitudes toward Nature", pp. 91-103.

¹⁷ Pragati Sahni (2008), *Environmental Ethics in Buddhism: A Virtues Approach*, pp. 8-30.

¹⁸ David E. Cooper and Simon P. James (2005), *Buddhism, Virtue and the Environment*, U.K.: Ashgate.

¹⁹ Pragati Sahni (2008), p.93.

儘管如此，本書探討佛教具有環境保護價值的德行，主要論述的是不殺生、少欲知足、布施、責任（以業論為基礎），並略述其他的德行，也探討《本生經》的環境德行倫理，很有參考價值。

西方學界在佛教的環境倫理有豐富的研究成果，學者們採取不同的研究方法或從不同的進路探討佛教與環境的問題。目前有 Ian Harris、Sahni、Donald Swearer 這三位學者將佛教方面環境倫理的論述加以分類，提出四或五種類型。在此先陳述三位學者的分類，之後再論述和本研究有何相關性。最早將佛教環境倫理的論述加以分類者是 Ian Harris，他提出四種類型，分別簡述如下：²⁰

(1)「生態靈性論」(eco-spirituality)，此類學者有 Joanna Macy、Brian Brown 等人，他們認為萬物同樣都具有價值。佛教和基督宗教都提出整體論來強調萬物的內在價值。Brian Brown 以「阿賴耶識/佛性」作為佛教環境倫理的教理依據，也有學者以華嚴的「法界緣起」作依據，因為萬物都是相互關聯，所以要予以尊重。此類型受深層生態學運動影響很大。(2)「生態正義論」(eco-justice)，屬於社會運動關懷的一部分，代表人物有佛使比丘和蕭素樂(Sulak Sivaraksa)。由於工業化，自然資源被過度開發，為減緩對生態的傷害、保護森林，有些泰國僧侶舉出樹木出家儀式，但這在律典找不到根據，此受戒應是無效的。生態正義論的環保運動也出現在斯里蘭卡與南韓。(3)「生態傳統論」(eco-traditionalist)，試圖藉由重新評估經典資料來確定真正的佛教環境倫理。Schmithausen 解析早期經典的經文，而後運用在當代的脈絡，如探究草木是否有情識的問題。(4)「生態護教論」(eco-apologetics)，完全支持佛教有環境倫理，如達賴喇嘛。此類敘述通常是鼓舞性的，而無經典、歷史與文化的證據。Harris 承認這四類型實際上有很多重疊的部分，但仍希望此分類能有助於建立真正的佛教環境倫理。

²⁰ Ian Harris (1995), "Getting to Grips with Buddhist Environmentalism: a Provisional Typology", pp.173-190.

接著 Sahni 也依據 Ian Harris 的分類，並對其解釋有所修改以符合她的觀點，而提出四個類型。(1)「擁護型」(partisan)：毫無疑問地相信佛教有環境倫理，但其所用的經典證據並不適當。這類的文獻數量很大，包含期刊、書籍、雜誌與報紙，不只針對學術讀者也包含一般讀者。上述三本論文集也被她視為擁護型的著述。Lily de Silva、Rita Gross、Padmasiri de Silva、Susan Darlington 等學者也都屬此類型。許多這類的著作都論述不清楚，因為他們忽略細節，而不能完整地探討佛教議題。(2)「實證型」(positivists)，此類學者的分析雖然是較深刻的想法與理解，但卻是激進且有爭議，如 Joanna Macy 對佛教教理及其環保價值的論述。她認為緣起是相互動態 (reciprocal dynamic) 的意義，但早期佛教中沒有此意義。她對佛教「認知」的理解有問題，她誤把佛教的認知理論與開放系統理論的因果循行加以聯結，而且對自我的解釋也有缺失。(3)「樂觀型」(sanguine)，採取客觀的方法——質疑與分析各種典籍及其脈絡——以判定佛教在什麼程度上可視為生態主義。Lambert Schmithausen 與 Alan Sponberg 是此派的重要代表。如 Schmithausen 在其所寫的關於佛教與自然的著作，有詳盡的探討，並全部採用經證以支持其論點。他認為佛教作為一個宗教，為了存續，則必須透過重新詮釋與組織來討論環境危機的問題。(4)「懷疑論型」(sceptics)，懷疑佛教是否有環境倫理，認為環保主義的佛教在概念上是不可能的，質疑其理論基礎，代表人物為 Ian Harris 與 Malcolm David Eckel。例如 Harris 將自然理解為「法」，把人排除在自然界之外，而質疑佛教有和「自然」相應的語詞。不殺生並非為了改善環境，而是為了個人的淨化。不殺生很難建立動物的內在價值，佛教對動物是工具性的態度，很難看到對於「地球暖化及生物多樣性」該如何因應的佛教立場。²¹

後來哈佛大學世界宗教研中心主任 Donald Swearer 也對佛教與生態學領域的著作進行評估，提出五種關於佛教與環境的立場（有時會重疊）²²。(1)「生態護教

²¹ Pragati Sahni (2008), pp.12-30.

²² Donald K. Swear (2006), "An Assessment of Buddhist Eco-Philosophy", pp. 123-137.

論」(eco-apologists)：主張佛教的世界觀原本即是對環境友善者。如 *Dharma Gaia*, *Buddhism and Ecology*, *Dharma Rain* 三本著作運用佛典從《大寶積經》、《華嚴經》因陀羅網的譬喻到一行禪師與達賴喇嘛的觀點，來闡釋與證明此立場。此派的學者有 Lily de Silva、Francis Cook、Stewart McFarlane、Stephanie Kaza、Joanna Macy。

(2) 「生態批判論」(eco-critics)：主張佛教的基本教義並沒有明確探討現今所謂的環境倫理。他們認為早期佛教的救度學重點，是放在對感官經驗的領域包含自然界的負面評價，將之視為苦與無常，並沒有作為環境倫理的基礎。而且他們指責佛教基本上是以人類為中心，並非以生物為中心，只關注心靈的解脫。在此 Lambert Schmithausen 是歸為生態建構論者，但 Harris 把他歸為和袴谷憲昭一樣都歸為是批判論者。袴谷憲昭反對佛教環境倫理的可能性，因為佛教的經典立場乃否定自然界。Harris 作為生態批判者的代表，他認為佛教宇宙觀與因果論之無目的論的本質與環境倫理並不相容。他認為佛教環境倫理的支持者忽視佛教傳統的歷史與複雜性，且毫不批判地挪用現代全球的論述。他支持生態護教者的目的，雖然認為該立場背離傳統佛教的世界觀，但他承認所有的傳統必須改變以適應與流傳。

(3) 生態建構論(eco-constructivists)：主張儘管佛教的世界觀未能銜接環境倫理，但仍可透過佛教典籍與教義來建構佛教環境倫理，例如 Schmithausen 主張可行的佛教環境倫理是依據對自然與自然的多元性有正面的價值，而沒有失去佛教傳統的本質。他分析早期印度佛教的救度學的重點，充其量有「消極的」生態學意義。儘管佛教倫理強調調伏貪心和欲望，這是就修行與出家德行而說的，對自然界並沒有正面的價值，但此佛教倫理對環境很重要，且幫助很大。另外，泰國比丘 P. A. Payutto 回應生態建構論者，從經典與歷史傳統找尋對環境的主要教示，他從《小部》找到感恩(kataññū)、慈(mettā)、樂(sukha)三種對環境正面、有助益的態度。他所發掘的環境倫理的教義符合 Schmithausen 稱為真正的佛教環境倫理。

(4) 「生態德行論」(eco-ethicists)：認為應從佛教的德行倫理來探討環境倫理，而非從世界觀推論。近年來有研究上座部佛教的著作提出，佛教倫理和西方的德行倫理很類似，二者皆著重培養理想的人格。代表人物有關大眠、David

E. Cooper、Simon P. James。(5)「生態脈絡論」(eco-contextualists)：主張最有效的佛教環境倫理要根據特定的脈絡與情況來加以界定，如致力於保護環境的泰國僧侶。Susan M. Darlington 提供數個泰國「環保僧侶」的例子，特別值得注意的是，進行「樹木出家」儀式以保護受商業發展威脅的社區的森林。

從以上三位學者所分的類型來看，他們對學者的歸類標準並不一致。然而三位學者一致同意有一類「生態護教論」——強力認為佛教本身就具有環境倫理之理念。

Sahni 表示她的分類是依據 Harris 的並加以修改而來，但她把 Harris 的「生態正義論」併入「擁護型」——相當於 Harris 的「生態護教論」，而另立「懷疑論型」，將 Harris 與 Malcolm David Eckel 視為此類的學者。又將 Harris 認為回歸傳統經典找尋經典依據、以 Schmithausen 為代表人物的「生態傳統論」改為「樂觀型」。她提出一類「實證論型」，應是改自 Harris 的「生態靈性論」，因二者的代表人物皆為 Joanna Macy。Sahni 並未指出自己屬於哪一類，不過根據她強調佛教德行非常適合作為切實可行的環境倫理，以及她援引很多早期佛典，並加以分析、闡述，所以可將她視為其所謂的「樂觀型」。

Donald Swearer 雖然表明要對佛教環境哲學的研究成果進行評估，而在他所提出的五種分類中，他並沒有提出何者為優，何者為劣的評價。連飽受 Harris 與 Sahni 批判的「生態護教論」——他們認為此派所援用的經典依據有問題，而且論述不充分——，也未見他有任何的批評。他提出的「生態建構論」相當於 Harris 的「生態傳統論」；他另外也提出「生態批判論」。其實這二類皆是回歸經典來反思佛教與環境的關係，只是二者對經典的解讀不同而產生不同的立場，因此對於佛教的環境倫理，一個是樂觀其成，一個是有所批判、質疑。Swearer 曾研究過二位泰國比丘——佛使比丘與 Payutto 對環境的論述，他又特別將 Payutto 的詮譯，所提出的觀點，視為生態建構論，依此而言，所有提出對環境關懷的見解者，都可視為

是建構論者。他的「生態脈絡論」應等同 Harris 的「生態正義論」，二者都是在討論佛教生態環保的實際行動者。此外，他發現有一股研究新趨勢——德行論，所以另立一個「生態德行論」。

其實這三大類型只是大致的分類，三位作者皆承認有重疊的部分。例如西方學界三本著名的論文集被 Sahni 和 Swearer 歸為「擁護型」或「護教論」，但其中也收有被視為「懷疑論」或「批判型」的 Harris 和 Malcolm David Eckel 的文章。另外三位學者對 Joanna Macy 各有不同的歸類，Harris 將之歸為「生態靈性論」，Sahni 視其為「實證論型」，而 Swearer 則把她歸為「生態護教論」。又如泰國的學問僧 P. A. Payutto 從巴利聖典找出感恩、慈、樂作為環境倫理的經典依據，被 Swearer 歸為「生態建構論」，但卻被 Sahni 視為「擁護型」。

上述這些所有的分類，從擁護論到懷疑論都一樣是要回到經典找根據而提出自己的觀點。即便是佛使比丘、達賴喇嘛對於環境問題的回應，也都是有佛典依據，只是他們不是進行學術研究，因而被 Harris 等人視為沒有經典、歷史、文化的依據。又如 Susan Darlington 從人類學的角度研究泰國僧侶的「樹木出家」儀式，被 Sahni 質疑經典論據不足，無法證明這是真正屬於佛教的儀式。可見要探討佛教與環境的問題，深入佛典而有充分、詳盡的論述是必要的。而且已有學者如德行論者已注意到，談論緣起、佛性、無我等教義對於現實的環境問題並沒有幫助，只是淪為概念上的空談，應發展出實際可行的環境倫理學說。

確實停留在理論上的空談，對於現實迫切的生態危機不能發揮什麼作用。因此本文從自然農法的角度探討環境問題，除了探求佛典的依據，更證明它的環境倫理是切實可行。上述的各種研究成果在研究對象上各有所偏重——動物、植物、自然或環境、德行、或緣起等義理。然而，自然農法除了施作之外，在論述上也涵蓋很多面向，包含環境、眾生、植物、動物、食物乃至修行，因此，自然農法是透過環境與食物的關懷，密切關聯到眾生的生活，可以作為佛法在環境保護實

踐上的一個選項。

在論述環境倫理的中文專書方面，有陳紅兵的《佛教生態哲學研究》²³從佛教解脫論、心性論、緣起論的主題，分別探討佛教的生態價值觀、生態德性論、生態存在論，並論述佛教生態環保的實踐，如戒殺護生、節儉惜福的生活方式以及農禪與山林佛教在生態環境上的維護與建設。作者側重從大乘佛教，尤其是中國佛教的角度談論佛教的生態哲學，也似乎表示早期佛教只重個人出離世間的解脫目標，因而不關注此世間的環境問題，唯有中國佛教，特別是人間佛教才會關切現實世間的事。本文將延展深入論述大乘佛典裡的相關紀載，也會納入聲聞佛法裡的關鍵要點，以補足其不足之處。

台灣學界林朝成與楊惠南有系列文章²⁴探討人間佛教脈絡下的環境保護議題，依據「心淨則國土淨」對於人間淨土的理論有精闢的討論，二位學者都一致同意心淨與土淨同等重要，不能只偏重在心淨的部分。越建東在〈人間淨土的反思〉²⁵一文中也對人間淨土提出諸多具批判性思考的問題。蔡耀明在〈《大般若經》的嚴淨佛土所透顯環境倫理觀〉²⁶，則強調《大般若經》的嚴淨佛土在環境倫理觀具有樞紐地位，探討以修持來轉變自然界的環境倫理觀，並提出非佔有性、非宰制性、非強制性與非憐愍性作為《大般若經》環境倫理的特色。這些學者在此議題的探

²³ 陳紅兵（2011），《佛教生態哲學研究》，北京：宗教文化出版社。

²⁴ 林朝成（1996），〈心淨則國土淨——關於佛教生態觀的思考與挑戰〉，《佛教與社會關懷學術研討會論文集》，台南：中華佛教百科文獻基金會，頁 179-193。林朝成（2005），〈佛教走向土地倫理：「人間淨土」的省思〉，《成大宗教與文化學報》第 5 期，頁 59-90；楊惠南（1994），〈當代台灣佛教環保理念的省思：以「預約人間淨土」和「心靈環保」為例〉，《當代》104 期。楊惠南（1996），〈從「境解脫」到「心解脫」建立心境平等的佛教生態學〉，《佛教與社會關懷學術研討論文集》，頁 195-206。楊氏二文皆已收入其《愛與信仰：台灣同志佛教徒之平權運動與深層生態學》一書中。

²⁵ 越建東（2013），〈人間淨土的反思〉，《聖嚴研究第四輯》，頁 141-158。

²⁶ 蔡耀明（2001），〈《大般若經》的嚴淨佛土所透顯環境倫理觀〉，《般若波羅密多教學與嚴淨佛土：內在建構之道的佛教進路論文集》，頁 313-343。

討對本文很有啟發性。

二、農法與佛教方面

林朝成的〈公民參與時代佛教式有機農業的省思〉注意到有機農業與佛教慈心倫理的「親和性」，「佛教觀念和有機農業在轉譯上的相通」，並指出透過公民參與以支持佛教式有機農業，由此較能完整地說明台灣的有機農業運動。²⁷

碩士論文則有數篇。曾若甄的《從佛法理念探討自然生態農耕的理論與實踐——以台灣有機農業為例》提及台灣佛教團體對自然生態農耕的貢獻，其中慈濟與佛光山都有其電視台製作報導有機農業、自然農法的系列節目。法鼓山則是有聖嚴法師提倡四種環保，心靈環保尤為重要。作者以《不一樣的環保》一書中聖嚴法師與自然農夫賴青松的對談，指出聖嚴法師認同自然農法是少殺生、慈悲的農法。作者尚未注意到法鼓山目前有果祥法師結合心靈環保的理念，親身務農並積極推廣自然農法。福智團體則是實際推廣有機農業，而且從生產到驗證、銷售已有完整的運作體系。在佛法理念的部分，作者從八正道中的正見、正命、正志、正念以及緣起、護生的角度來論述，並提及僧眾不壞鬼神村的戒律。作者以福智的慈心有機發展基金會與非宗教團體的「迴鄉有機生活農場」作為實例探討其佛法理念的實踐。²⁸僅以八正道的四支及緣起、護生觀作為自然生態農法的理論依據尚有所不足。

福智團體是台灣佛教界主要推行有機農法的佛教團體，關於探討其推廣有機的佛法理念的論文有以下數篇。黃尉原的《佛教團體在環境倫理方面之實踐——以慈心有機農業發展基金會為例》主要是訪談慈心的有機農夫，敘述《廣論》對農

²⁷ 收於《弘誓》146期，2017年4月，頁29-33。

²⁸ 曾若甄（2015），《從佛法理念探討自然生態農耕的理論與實踐——以台灣有機農業為例》，玄奘大學宗教研究所碩士論文。

友的影響，轉作有機農業的因緣與心路歷程，提及所訪談的農夫連合法的防治資材，如蘇力菌也不使用，進而發展出與眾生共享農作物的農法，與萬物共存共榮。²⁹楊東錦在《慈心基金會有機農業之理念與實踐》，依其對慈心成員、農民、消費者的訪談，指出慈心基金會希望藉由推廣有機農業，而能在日常生活中實踐佛法，以慈心、護生、持五戒十善來創造健康和樂的世界。透過整個福智團體的力量，結合生產者、銷售者、消費者形成綿密的有機產業網。³⁰張銘芳的《慈心倫理與有機精神——台灣有機農業運動中的佛教文化內涵》指出慈心倫理與有機農業精神的親和性，福智團體將慈心倫理融入有機農業的生產、消費、銷售與驗證中，使台灣有機農業形成獨特的「佛教式有機農業」。以佛教理念為基礎推動有機農業，同時也促使佛教信仰的推廣。然而，福智團體與市場活動之間仍存在著某種無法避免的緊張關係。³¹以上討論福智團體與有機農業的學位論文，皆提及慈心作為有機農業的佛法依據，然而在佛理上並沒有進一步討論福智所重視的《廣論》與慈心的關係，亦即屬於大乘佛法的《廣論》是講述什麼樣的慈心觀。

上述的文獻並沒有針對自然農法的探討，而相關研究有以下探討秀明自然農法的碩士論文。陳信煜的《小眾農耕的生存之道：以台東縣實施秀明自然農法農夫為例》研究台東縣從事秀明自然農法的農夫，敘述秀明農法的農耕方式、銷售管道和農夫的生活型態，並指出施行秀明農法的農地經過數年的淨化之後，農作物已適應其土質與環境，產量也能媲美慣行農法。³²蔡淑芬的《秀明自然農法之核心資源指標研究》指出秀明自然農法在發展現況上多為小農經營，經營者大多非

²⁹ 黃尉原（2009），《佛教團體在環境倫理方面之實踐——以慈心有機農業發展基金會為例》，玄奘大學研究所碩士論文。

³⁰ 楊東錦（2011），《慈心基金會有機農業之理念與實踐》，台北教育大學環境育與資源研究所碩士論文。

³¹ 張銘芳（2011），《慈心倫理與有機精神——台灣有機農業運動中的佛教文化內涵》，清華大學社會學研究所碩士論文。

³² 陳信煜（2012）《小眾農耕的生存之道：以台東縣實施秀明自然農法農夫為例》，南華大學建築與景觀學系碩士論文。

本科系背景的青壯年，經營作物是以較無病蟲害的果樹、特用作物以及稻米為主；耕作技術仍在草創與學習階段。從核心資源觀點研究農場經營者主要掌握的資產與能力的條件，發現自然景觀、生態資源是農場重要的有形資產；生產的作物充份獲得消費者認同以及農場的生態保育能力都佔有極高的核心資源優勢。經營者創新且擁有資訊管理能力、活動主辦能力以及鼓勵成員分享學習的領導風格是農場經營的核心資源。³³另外，也有採行秀明自然農法的農夫所寫的著作，如林義隆的《種下200%的樂活幸福》描述作者捨棄竹科高階主管的職位，帶著全家移居台東，實施秀明自然農法的心路歷程、所面臨的困境與因應之道。³⁴詹武龍的《超級阿伯——和大自然對話的現代農夫》敘述秀明農法採取無農藥、無肥料栽培，善待土地上的蟲、草，將植物當作寵物般照顧，認為植物有其想法，用心照顧的菜會比較健康、好吃。³⁵這些著作都有助於了解秀明農法的施行理念與實作上的情況。

自然農法先驅者福岡正信的重要著作中譯本則有《一根稻草的革命》與《無 III 實踐篇 自然農法》，書中敘述自然農法的自然無為的理念；不耕耘、不施肥、不除草、無農藥的四大原則以及實踐方法；後者對於實踐方面有更多的敘述。³⁶福岡正信的書對著名的蘋果爺爺木村秋則有深刻的影響，使其採行不用農藥、肥料的自然農法來栽培蘋果。石川拓治的《這一生至少當一次傻瓜——木村阿公的奇蹟蘋果》與木村秋則的《蘋果教我的事：木村阿公給未來的禮物》皆敘述木村阿公以自然農法栽培蘋果歷經多年的艱辛過程，木村透過細心的觀察，發現健康的土壤是關鍵所在，對蟲、草、農作物也產生不同的看法與對待方式；後者更敘述

³³ 蔡淑芬（2013），《秀明自然農法之核心資源指標研究》屏東科技大學熱帶農業暨國際合作系碩士論文。

³⁴ 林義隆（2009），《種下 200%的樂活幸福》，台北：寶瓶文化。

³⁵ 詹武龍著（2010），《超級阿伯：和大自然對話的現代農夫》，台北縣五股鄉：台灣東方。

³⁶ 岡正信著、王俊秀譯（2013），《一根稻草的革命》，台北：綠色陣線協會；福岡正信著、溫榮弘譯（2013），《無 III 實踐篇 自然農法》，新北市：台灣綠活。

對其他作物的栽種實務。

除了上述的文獻，採行自然農法的實作者如果祥法師、李靜瑤、林世豐、陳佩雲等人在臉書、部落格乃至佛教刊物上的短文，記錄其實際栽種的經驗、觀察與心得，都是值得參考的重要資料。

第三節 研究方法

本文採用的研究方法有文獻學與經典詮釋。就文獻學而言，先從佛典中爬梳與自然農法觀念契合的相關經文，並對一些關鍵詞如世間、眾生、食等詞語，從其梵、巴原語的解析，以探究其原意。有時也會對不同的傳本進行比對，以便對經文有更明確且詳盡的理解。例如在第五章第二節「從《起世經》論食物與人類的關係」，就針對《起世經》的巴利本與相對應、有關聯的若干漢譯本進行經文的比對，若巴利本經文有疑義之處則進一步查詢注釋書的說明。

因此，本文運用的文獻範圍，在早期佛教文獻方面會運用到漢譯的《阿含經》以及巴利三藏，以經藏中的四部尼柯耶（長部、中部、相應部、增支部）為主，《小部》只取《經集》、《法句經》、《長老偈》、《長老尼偈》、《譬喻經》與《本生經》，也會用到律藏與論藏的記載。有時也要考量注釋書的解釋。西方學者有的注重早期佛典，有的側重大乘經典，而本文除了聲聞典籍也兼及大乘佛教相關典籍的論述。

至於經典詮釋，則是透過所爬梳出的相關經文進行解釋、分析，嘗試找出與自然農法有關聯或有所啟發的經文，而進行詮釋。誠如 Sahni 所指出的，探討有關自然界的問題和早期佛教環境倫理的論述是項複雜的工作，因為早期佛教並沒有界定環境倫理，幾乎沒有對自然界與環境破壞有直接的關注。況且，環境倫理是

因為現代意識到環境資源快速衰竭的問題而興起的新研究領域。³⁷因此，從佛教的文獻中找出能夠經過詮釋而運用到現代脈絡者，不論是用於環境倫理或自然農法，這樣的經典詮釋可以說是發明傳統。

「被發明的傳統」(the invention of tradition) 是英國著名歷史學家霍布斯邦 (Eric Hobsbawm) 所提出的觀點，他指出很多人們以為自古以來就有的傳統，其實都是在近代才出現，而且是有人刻意創造、建構出來的。因此這些傳統通常都有當代發明者，而且這些被創造的傳統全都被當作是歷史傳承，因為被宣稱與過去久遠的歷史有密切的關聯。此外，這些被發明的傳統通常成為廣泛的社會實踐，發明者試圖透過對這些「傳統」的反覆運作，向人們灌輸特定的意識形態或價值觀，進而達到某種社會化的目的。被發明的傳統必須與過往的歷史產生聯結，而為了創發傳統，舊史料必須為了新目的而有新的形態。傳統之所以被創建，通常不是因為老方法沒有用或無法存在，而是因為新事物無法放入舊框架中運作。³⁸因此，由於環境惡化、生態危機的問題而有關懷環境的研究論述，但古老的宗教在過去皆未遭遇現今所面臨的嚴重環境問題，儘管佛陀生存的時代沒有像現代這般的环境問題，佛典中不會有具體探討環境危機的記載，但面對時代的挑戰，佛教不僅無法逃避，更要積極回應。我們可以創造傳統，將佛教義理重新研讀、深入理解並賦予新的詮釋，給予佛教精神新活力，以應今日之需，可以保護環境的自然農法的理念，即為是。

另外，近年來有一派學者如關大眠 (Damien Keown) 和 Pragti Sahni 等人認為從德行論探討佛教的環境倫理是很適合的研究進路。Sahni 主張，佛教的教理能夠藉由其以德行為本的道德理論回應環境的問題。佛教對自然環境的立場可理解為環境德行倫理，因為佛教倫理與德行倫理有許多共同點，且二者密切相關。早期

³⁷ Pragti Sahni (2008), p.1.

³⁸ 霍斯布邦等著、陳思文等譯 (2002)，《被發明的傳統》，頁 11-25。

佛教一直強調德行的修習，如五戒等，德行扮演極重要的角色。³⁹

德行倫理顧名思義就是關注德行與個人的品性。德行倫理必須包含意向、動機與智慧等，其中智慧尤其重要。最早提出德行倫理的亞里斯多德也承認智慧的重要，他說有「實踐智」(practical wisdom, *phronesis*)，才能權衡輕重，作出適切的決定。道德倫理要起正確的作用，必須與實踐智或智慧的德行結合。佛教倫理即是一種德行倫理，因為二者主要都關懷人的品性。⁴⁰一般以為德行是類似佛教的戒律方面，而西方說的德行涵蓋範圍頗廣，智慧、動機也都是德行。佛教的德行還包含八正道，尤其是戒的部分，以及憐憫(*anukampā*)、悲(*karunā*)、慈(*mettā*)、不殺生(*ahimsā*)、慚(*hirī*)、無貪(*anabhijjhā*)、柔軟(*maddava*)、柔和(*soracca*)、正念(*sati*)、布施(*dāna*)。

佛典並未說明為了環境的好，需要培養何種人格。環境德行倫理提出某些要培養尊重自然的德行或素養。最早從德行倫理探討環境倫理的學者是 Thomas E. Hill Jr.，他把對自然的關懷、重視與謙卑(*humility*)、自我認同(*self-acceptance*)等德行結合。他認為人若短視近利、不關懷他人、不夠愛自然，就不會為了環境而有所作為。人類因為無知、不謙卑而破壞環境。因為自大的態度而會以為自身的利益最重要，因此而犧牲自然資源以達成其自私的目的。唯有謙卑，才會認識與尊重自然界的價值，而不會有自私的心態。Sahni 則指出佛典中用「慚」(*hirī*)一詞來表示謙卑。她引用《相應部》(SN II.206)的「不知慚，不知愧，無精進，無慧於善法，對彼夜或晝來，於善法退沒，不能增大。」⁴¹以及 SN I.7 的「有慚制止惡，常行正念少，達苦之邊際，以平行不平。」⁴²等經文，也提及《起世經》中

³⁹ Pragati Sahni (2008), pp. 92-93.

⁴⁰ Pragati Sahni (2008), pp. 94-99.

⁴¹ N14, no. 6, p. 257, a11-12 // PTS. S. 2. 206.

⁴² Hirīnisedhā tanuyā, ye caranti sadā satā; Antaṃ dukkhassa pappuyya, caranti visame sama”nti. N13, no. 6, p. 10, a14-p. 11, a1 // PTS. S. 1. 7.

人類因為充滿我慢而不知「慚」，因為我慢而造成自然環境極大的變化。⁴³然而，「謙卑」如何會是指「慚」？作者所引用的經文似乎也看不出其對應的理由何在。

Geoffrey Frasz 認為 Hill Jr.無法界定出適當的謙卑（proper humility）的範圍，因此再提出「開放」（openness）的德行來補充。早期佛典中並沒有「開放」的同義詞，但 Sahni 認為 Frasz 所理解的「開放」——「培養愛與欣賞的感情」（fosters feelings of love and appreciation）——相當於四梵住（brahma-vihāras）。修四梵住者無我慢，並以慈悲關懷世間的一切眾生。⁴⁴

關大眠則從西方傳統的四主德——「智慧」（prudence）、「公正」（justice）、「節制」（fortitude）、「堅忍」（temperance）——探討佛教的環境德行倫理。他認為德行倫理的架構有助於了解佛教的道德教說。他考察佛教中「般若」、「識」與「智慧」的關係。四主德中的「智慧」是一種「實踐智」，是處理人類實際事務的智慧。佛教中的「般若」則是透過禪定的修持體解苦、無我、緣起等教理的智慧，並非西方所謂的「實踐智」。「實踐智」或許是指與「般若」相對的「識」。實踐智對環境決策而言很重要。實踐智的主要任務是規劃以及預備可預見的未來問題、對突發的生態災難作出緊急的決定。⁴⁵

至於「公正」，佛教似乎沒有與之相對應的德行。公正在資源的分配，衡量相關的不同方面的利益，而做出最終的決策上具有重要作用。如果佛教沒有清楚明確的公平觀念以為支撐，則如何解決環境的問題？佛教通常強調對各方「慈悲」，但這並不能解決實際問題。第三個「節制」，佛教中相應的德行是與戒律相關的自制。佛教一再強調控制感官欲望的重要性。佛教強調戒律能讓人抗拒誘惑、保持道德的清淨。如果能自律、節制，則會減少消耗自然資源。第四個「堅忍」相當於戒律和六度中的精進。「堅忍」意指堅定面對逆境，而持戒能讓人做到堅忍。「精

⁴³ Pragti Sahni (2008), pp. 115-116.

⁴⁴ Pragati Sahni (2008), pp.118-119.

⁴⁵ Keown Damien (2007), "Buddhism and Ecology: A Virtue Ethics Approach", pp.99-102.

進」基本上表示面對危險時能勇敢而不畏懼，通常是指面對理想目標有決心和堅定，這似乎比較接近堅忍的意思。生態學家的大計畫，例如減少地球溫室氣體排放的計畫，在各階段都有可能遭遇挫敗，所以非常需要堅忍來面對艱巨的任務。

46

關大眠說明這是簡略而非有系統地描述佛教德行如何相應於西方四個傳統的德行。四個當中似乎只有三個是有對應到佛教所談的德行。另外，佛教還有其他珍貴德行，如大乘佛教六度中的布施、忍辱。其他重要的德行還包括慈悲(sympathy; *anukampā*)、慈(love; *mettā*)、謙卑(modesty; *hirī*)、無貪(non-covetousness; *anabhijjhā*)、正念(sati)以及善巧方便(*upāya-kauśalya*)。

從上述學者的研究可看到，將西方的倫理思想套用在佛教進而詮釋，是有一些概念上無法對應或是必須再深入解析的問題。而且德行倫理的涵蓋範圍甚廣，必須將動機、意向、戒律、智慧、禪定等通通包含在內。西方強調的是實踐智，實迥異於佛教的般若。他們認為般若是屬於出離生死的內在智慧，不能解決現實的環境問題與作出抉擇，只有實踐層面的智慧，才能對現實的問題提出解決之道。這實在是對佛教義理理解不夠透徹。般若能解決生死的問題，難道會沒辦法解決世間的問題？佛教的智慧其實也分世間智與出世間智，但唯有出世間智才是究竟的，這才是真正的智慧，也才能看到問題的真正根源，而能有徹底的解決。

如果沒有透過德行倫理，佛教就不能妥善地回應環境的問題？佛教重視解行並重，佛教本身有完整的「明行理論」⁴⁷，明行其實也涵蓋戒定慧三學，明即是指智慧，戒、定則屬行。佛陀教導人要努力修學戒定慧，相當於明與行都要兼顧，不能偏於某一方面。佛法修學的終極目標是要成就圓滿的明行，佛陀就是圓滿具足

⁴⁶ Keown Damien (2007), pp.102-104.

⁴⁷ 關於「明行理論」的進一步說明，可見越建東(2018)，〈聖嚴法師結合漸禪法門與頓禪法門之教法和宗風意義〉，頁 22-26。

明行者。從明行的角度，也就是智慧與行動二方面來探討佛教的環境倫理或許比涵蓋甚廣的德行論更適合周全，也不用考慮在東西方概念比附對應上出現的問題。總之，上述學者的經典詮釋只是用到德行論，而本文的經典詮釋較為廣泛地從佛教的環境觀、眾生觀、植物觀、食物觀這幾個面向進行經典詮釋，以便更適切地應用到現代的自然農法。

第四節 論文架構

本論文在架構上，共分六章。第一章緒論說明本文的研究動機與目的、文獻回顧、研究方法以及論文架構。

第二章佛教的世間國土觀與自然農法，首先從 loka（世間）探討佛教的環境觀，由解析 loka 的字源以說明世間的意涵，論述廣義的世間觀，包括世間的範疇、三界，以及對世間的態度，並說明佛教對森林、曠野等自然界的具體描述與評價。其次，討論轉穢為淨的國土觀，分別論述穢土與淨土的環境與住眾，以及重要的嚴淨佛土的概念。

第三章佛教的眾生觀與自然農法，先解析眾生的梵文 sattva、巴利語 satta 的意義，並討論聲聞經典中常見的眾生的若干同義詞以及在大乘佛教中的同義詞。之後再從四生、六道論述眾生的生命形態。其次則探討人類在六道中的地位、以人為本與人類中心論的議題。最後論述佛典中對動物形象的描述，並探討佛教對待動物的態度。

第四章佛教的植物觀與自然農法，先探討佛教對植物的觀點與態度，分別論述一般的植物與神聖的菩提樹。其次探究植物是否為眾生的問題，先從古印度的婆羅門教與耆那教的植物觀談起，以呈現佛教與之不同或受其影響；再分別探討佛教經、律、論三藏中的記載；另外，特別討論《本生經》中豐富而生動的樹神故事，接著談論大乘佛教特有的草木有佛性的議題。最後論述佛典中有關種樹的

記載以及現代佛教對於保護植物的實踐。

第五章佛教的食物觀與自然農法，先論述佛經中的「四食」觀，解析食的詞義，並說明四食的意涵；其次，從《起世經》討論人類與食物的關係，最後探討食物與修行的關聯，包含佛陀早期的斷食修行、日中一食、飲食知量、少欲知足等議題。

第六章結論，將整體研究成果作扼要的敘述，並提出未來可繼續研究的相關問題。

第五節 自然農法與其生命倫理觀

自然農法一詞是由岡田茂吉與福岡正信幾乎同時期所創立，二人的農法略有不同。在台灣，不少從事自然農耕者是採用源自岡田茂吉救世教分支的秀明自然農法，而福岡正信的《一根稻草的革命》所敘述的農法亦是他們十分熟悉的。福岡正信的書更是啟發著名的蘋果爺爺木村秋則走向自然農法之路，歷經千辛萬苦而成功，但他奮鬥、堅持的精神更是鼓舞許多人採行自然農法。這三人當中有的是宗教的創立者，有的是從事植物病理研究者，有的是本身是農夫，各有其背景。而這三人在施行自然農法方面，皆有自然觀與生命觀。因此，雖然自然農法有不同的流派，在台灣尚可見 MOA 自然農法、KKF、樸門等。MOA 自然農法也是源自岡田茂吉的教派，但近年走允許使用有機肥料、動物糞肥乃至農藥，已非自然農法。KKF 與樸門比較偏技術層面，較不關注生命觀。因此，本節只論述岡田茂吉、福岡正信與木村秋則三人的自然農法與其生命倫理觀。

一、岡田茂吉與秀明自然農法

岡田茂吉（1882-1955）為世界救世教的創始人，他在戰後不久就指出肥料的危害。他從小就體弱病，青少年時期曾患肺結核，為了治病，開始在家裡種菜，

而指出人工肥料的危害。自從他在 1938 年開始在家以「無肥料栽培」種菜以來，他確信自然農法的可能性，因而在教內雜誌《地上天國》的創刊號發表「無肥料栽培」的論文。1950 年為了強調對自然力量的尊重，因而改稱為「自然農法」。1953 年，除了宗教活動之外，建立「自然農法普及會」，全國性地展開「打破肥料迷信運動」。⁴⁸

他主張世界由火水土三元素所構成，就自然農法而言，只要有太陽、水和土，作物自然生長良好。他重視這些元素的精神部分是生命力的根源。這些都是大自然的運作。他的自然農法特別重視土壤，認為要尊重、愛護土壤、不污染土地，鼓勵激發出土壤本身的力量。要讓土壤適合種植，就必須避免施加肥料。過多的肥料會導致病蟲害，並減損作物的風味。可以適切地使用堆肥，特別是草葉堆肥。草葉堆肥會讓土壤鬆軟，且有保濕、保暖的作用，有助於植物根的生長。岡田氏農法的另一個特徵是鼓勵連作。⁴⁹

他創立的救世教的核心目標是要建立「無病貧爭的世界」，也就是「地上天國」，主張要透過淨靈、花道與自然農法和自然飲食的實踐，才能讓生活順應自然，進而提升靈性，得到健康、幸福，也就是獲得拯救。⁵⁰這是個重視食與農的宗教，而其「自然農法普及會」也在 1985 年重組，並擴大為「財團法人國際美育自然生態基金會（簡稱為 MOA）」。至今，MOA 已成為國際性的有機農業推廣及認證機構之一。MOA 允許使用動物性堆肥，另外還設有「MOA 特別栽培」，對於不易栽種

⁴⁸外園信吾、大原興太郎（2006），〈現代農業における「秀明自然農法」の意義——実践農家の技術と経営を通して〉，頁 55。

⁴⁹奈良吉主，〈VII-3 賢者が語る土壤の心髄 岡田茂吉：自然農法の理論と実践〉，頁 221。

⁵⁰李文馨（2016），《世界救世教的自然療癒實踐：以台日 MOA 自然農法網絡為例》，頁 53-54。它對於資材，動物性堆肥的使用上比較有討論的空間，關於動物性堆肥，原則上不建議使用，除非其來源是可信任的，關於草，若影響到作物生長還是會除去。除了自然農法的部分，另外還設有「MOA 特別栽培」，鼓勵不用藥就難以栽培的品項如蘋果，草莓等，減農藥至法定的 1/4 以下。

的作物如蘋果、草莓等，鼓勵減少農業至四分之一以下來栽培。⁵¹如此對動物糞肥、農藥的妥協使用，似乎已背離教祖岡田茂吉的教導，而和慣行農法一樣偏向技術主義。而確實承襲岡田氏教法的是救世教分支的「神慈秀明會」的秀明自然農法。

秀明自然農法強調尊重自然、順應自然的原則，特徵是無肥料，無農藥，自家採種與連作。禁止使用化肥、有機肥、動物糞肥乃至油粕、米糠、草木灰；只允許使用落葉、枯草的自然堆肥。植物性堆肥不是用來補充氮素，而是要提高土壤保濕、保溫的效果，也能讓根系有良好的發展。⁵²重視乾淨的土壤，要讓土壤發揮本來的力量，除了不使農藥、肥料之外，還利用自家採種與連作以去除土壤和種子裡的「肥毒」。透過持續的自家留種，農作物會逐漸適應當地的氣候和土壤，同時也會和土壤中的微生物共同創造出適合彼此的環境。⁵³

二、福岡正信的自然農法

(一) 自然農法的界定與原則

福岡正信(1913-2008)在年輕時曾因肺炎住院，養病期間頓悟「無」的道理，隔天就辭去工作，到處宣傳「一切無用論」。隔年 1938 年回故鄉務農，想透過種植柑橘、稻米來證明自己的「一切無用論」，因此開始實踐「自然農法」。他認為作物是自然生長，而不是由人栽種的結果。然而，完全放任的結果卻是失敗。

⁵¹ 簡小嘉，「關於各式各樣的自然農法」(2014.07.06)，環境資訊中心，
<https://e-info.org.tw/node/100446> (2017.08.12 瀏覽)

⁵² 〈秀明自然農法實施要綱〉(平成 28 年版 2016 年 12 月 1 日改訂)
<http://www.snn.or.jp/snn/uploads/2016.1201.pdf> ；簡小嘉，「【公民寫手】關於各式各樣的自然農法」
(2014.05.08)，<https://www.newsmarket.com.tw/blog/50342/> (2017.08.12 瀏覽)

⁵³ 簡小嘉，「【公民寫手】關於各式各樣的自然農法」(2014.05.08)，
<https://www.newsmarket.com.tw/blog/50342/> (2017.08.12 瀏覽)

他表示他在 1938 年創立自然農法是「立基於『無』哲學觀的農法，其終極目標在於實現『空觀』的絕對真理，在於對諸神的侍奉。……人類的生命與自然生命是一體的，自然施加的破壞，就等同於人類的自我毀滅，更意味著類對諸神的褻瀆。」⁵⁴由此可見其整體的生命觀，人與自然是生命共同體，破壞自然即是在毀滅人類自身，對自然界中的一切生命，在他看來就是諸神。所以自然農法目標在於侍奉諸神。大自然中的所有生物都是相互依存，而無法單獨存活，而且生命結束後並非完全消失，而是進入自然的生命循環之中。動物吃植物維生，動物的排泄物與死後的屍體也成為土壤中小動物和微生物的糧食，土裡的微生物死亡後又成為植物的養分。這三者是「共食且共榮共存」，這是自然的循環。⁵⁵

福岡氏認為自然農法是「順應自然、不加干涉的農作法。」⁵⁶，由此提出自然農法的四大原則，即不耕作、不施肥、不除草、不用農藥。不耕地是因為土地會自己耕作，其實是靠植物的根、微生物、地下小動物的作用，讓土質鬆軟，效果勝過人為的耕地。人為的翻土反而會破壞土中的生態，造成土壤硬化、惡化。至於不施肥，在自然的土地上，動植物愈多樣化，土壤就愈肥沃。只有人類破壞自然或採取違反自然的農耕，才會讓土地變貧瘠，因而需要施肥。但肥料有無限的害處。不除草是由於雜草有其作用，雜草會讓土地肥沃。土地上有各種草木共存共榮，這是自然的樣貌。他也指出大量種植單一作物，必定招致病蟲害，若混植雜草就能共榮共存，受害情況較輕微，也不用噴灑農藥。⁵⁷不用農藥，這是因為大自然有其平衡，不會出現非用農藥不可的病蟲害。只有違反自然的耕作和施肥，

⁵⁴ 福岡正信著；王俊秀譯（2013），《一根稻草的革命》，頁 24-25。

⁵⁵ 福岡正信著；溫榮弘譯（2013），《無 III 實踐篇 自然農法》，頁 300。

⁵⁶ 福岡正信著；王俊秀譯（2013），頁 46-47。

⁵⁷ 福岡正信著；王俊秀譯（2013），頁 79-80；福岡正信著；溫榮弘譯（2013），頁 118-134、304。

造成農作物生病時，才會發生為恢復自然平衡的病蟲害。於是農夫就會想要噴農藥以撲殺害蟲。因此，根本的作法是培育健康的作物，也就不需要防治。⁵⁸

（二）自然食物

福岡氏認為以自然農法種植的農作物是具有「原味」，有益身體健康的自然食物。由於不除草、不施肥，蔬菜與野草、雜草共同生長，而形成「草和菜混生的現象」。這樣的蔬菜其香氣與味道勝過施肥栽種的菜。因為一般的蔬菜只用氮、磷、鉀三種化肥，而與雜草共生的蔬菜，若生長之處的野草種類愈多，土壤就含有愈豐富的養分，除了有氮肥、磷肥、鉀肥，還有各種微量元素，所以在此生長的植物吸收多種養分，具有豐富多元的味道，這就是「純粹的自然味道」，也就是大自然創造出來的味道。這種「原味」自然的食物本身即是養生的藥品，其價值優於人工改良的現代蔬菜。⁵⁹

他也主張在地生產的食物才是好的、對人有益處，來自外地、遠處的食物並不可取，甚至可能有損健康。他引用「身土不二」的佛教用語，表示吃當地所產的作物有助於身體的健康。只要吃本土食物，正如他在山上過著簡單生活，食用粗糧與當季蔬菜或野菜，不用為了飲食而奔波，就能健康地生活。簡單的在地食物雖不精緻，卻是真正美味、營養豐富而健康的食品。簡單素樸的飲食是人類生存的最佳方式。⁶⁰這也就是佛教所倡言的少欲知足的生活方式。人類為了滿足口腹之欲，而追求精緻、美味的食物。然而現代人因智慧與感官本能失常，對飲食有明顯的好惡，因而有嚴重的偏食傾向，如此愈加遠離真正的自然原味，味覺愈遲

⁵⁸ 福岡正信著；王俊秀譯（2013），頁 80

⁵⁹ 福岡正信著、王俊秀譯（2013），頁 151-152。

⁶⁰ 福岡正信著、王俊秀譯（2013），頁 156-160。

鈍，也就無法分辨真正的美味。但自然人（真人）由於本能沒有失常，所以順應自然而食，因此所吃的一切食物都是美味，而且都能滋養身體。⁶¹

自然飲食就是要回歸自然，只要利用火、鹽簡單的調理，「萬事制欲、飲食八分飽、地產地銷、隨四季而食」。人們必須明白自然是「一物即整體」，不論整體或一物都是完整而且和諧自然，應做到身土不二與小域粗食，因為「廣域過食正是造成地球與人類生病的根源。」⁶²自然農法能生產有益環境與眾生的自然食物。福岡氏認為唯有將自然農法做為人類生活的起點，人類才能擁有真正的幸福。他提出「正食、正行、正覺」的行動準則，這三者缺一不可，而自然農法與自然食物即是實現這三項準則的出發點。⁶³由此可見自然農法與環境、眾生、植物、食物密切相關。

三、木村秋則的自然農法

木村當初決定採行自然農法主要是由於健康因素，因為他家種植蘋果，必須時常向蘋果噴灑農藥，但他與家人的健康深受農藥的危害，特別是他太太的情況更為嚴重，每次噴完藥，就要躺一個星期而無法起床。⁶⁴在尋求解決之道時，剛好接觸到福岡正信的書，深受他所說的不用農藥和肥料的農耕方式所吸引，不過他也明白福岡氏與他在地理、氣候與栽作的農作物不同，所以福岡氏不耕田和插秧、不使用農藥和肥料而有和慣行農法相同的收成，這是因為他處在氣候溫暖的地區的緣故，而青森縣冬天嚴寒，氣候條件差異太大，實在不可能直接實施福岡氏的農法，但他仍很嚮往這種農法。⁶⁵木村阿公並沒有一開始就以完全無農藥為目標，

⁶¹ 福岡正信著、王俊秀譯（2013），頁 271-272。

⁶² 福岡正信著、王俊秀譯（2013），頁 286。

⁶³ 福岡正信著、王俊秀譯（2013），頁 193-194。

⁶⁴ 石川拓治著，王蘊潔譯（2009），《這一生，至少當一次傻瓜：木村阿公的奇蹟蘋果》，頁 62；木村秋則著，王蘊潔譯（2010），《蘋果教我的事：木村阿公給未來的禮物》，頁 48-50。

⁶⁵ 石川拓治著，王蘊潔譯（2009），頁 70-71。

只打算盡可能減少噴農藥，但他試圖完全不用化肥而只用自己做的堆肥。最後漸漸朝向完全無農藥栽培。⁶⁶沒想到後來遭遇長期嚴重的挫敗。

面對滿果園的蟲害，起初和家人一起拼命抓蟲，後來才發現在大自然中，透過生物間的弱肉強食，可以維持生態的平衡，所以根本沒有害蟲和益蟲之分，大自然的力量會讓牠們保持神奇的平衡。又藉由對蟲的近短距離觀察，原本敵視蟲的心態也已經轉變。⁶⁷

木村阿公又發現山上的樹即使沒有用農藥、化肥，卻也長得很好，原來關鍵在於土壤。山上雜草叢生、土質鬆軟，而這樣的土壤並不是人為的，而是棲息在這片土地上的所有生物共同合作而有的結果。昆蟲和微生物將枯枝、落葉等分解後，形成了土壤。樹和雜草在此生長，其根深入土中。雜草和樹的表面也無數的黴菌和細菌，包括好菌和壞菌。他因此領悟到「在大自然中，沒有任何生命是孤立的。所有的生命都和其他生命有著密切的關係，相互支援。」同樣地，蘋果也不是獨立生存，而是與所有生命生活在大自然中。使用農藥就是將蘋果樹與周遭環境隔絕開切斷，破壞原來共榮共存的生態。山上的泥土比較溫暖，是因為其中有許多微生物活躍的緣故。為了產生山上那樣的土壤，於是決定仿效山上的生態，不除草，讓雜草恣意生長，以便。草相豐富之後，昆蟲、青蛙、蛇、野鼠、野兔等動物也出現在園中，整個生態變得很多元，而且蘋果樹也逐漸恢復健康。⁶⁸可見自然界中所有的生物皆有其作用，即便通常被農夫視為敵人的雜草也有其功用存在。

大自然呈現的是無數生命相互關聯，生生不息的循環。人類也是自然界的一分子，木村阿公認為「樹木、動物、花卉和昆蟲都是人類的兄弟姐妹，都是在大

⁶⁶ 石川拓治著，王蘊潔譯（2009），頁 72-76。

⁶⁷ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 63。

⁶⁸ 石川拓治著，王蘊潔譯（2009），頁 147-149。

自然共生的生物。」⁶⁹值得注意的是，在他的生命觀中，他將植物視為和人類、動物一樣，具有同等的地位，同為有情，甚至是親屬。在這樣的觀點下，自然不會隨意傷害自然界中的所有動物與植物。將植物也視為是生命，這就會影響其對待植物的態度與栽種方法。所以，他會和蘋果樹講話，因為他認為：「蘋果樹不是生產蘋果這種果實的機器，而是活在這世界上的生命。」⁷⁰身為農夫，他將農作物視為主角，自己只是協助作物生長的配角，他認為要向大自然學習，設身處地站在農作物的立場思考。⁷¹他對於藉由大自然的力量來務農感到驕傲，對這樣的農耕方式感到無比的幸福，⁷²因為不用受農藥、化肥之毒害，而且和大自然中的親友共同生存的緣故。他表示每天接觸自己栽種的農作物，心情會變得溫柔。吃自己親自種的食物，可充分體會飲食的感受。這是因為農夫是真的用心來對待、照顧所種的作物。而且從作物的角度來思考、關懷他們，會讓人變溫柔、心情平靜。土壤不只可以生長作物，更可以療癒人心。所以他鼓勵人們在家以自然農法種菜，⁷³讓身心都能因為食物以及跟自然的接觸而獲得療癒。

從以上的敘述可知，這三位自然農法的大師級人物當時都因身體健康的因素而決定投入自然農法，有的並非開始就成功。不論有無宗教背景，他們都理解沒有生命是可以單獨存活，大自然中的所有的生命都是相互關聯而共存共榮，自然界是個生命循環的世界。也因此他們不會把雜草、昆蟲視為敵人，甚至會將他們看作是人類的手足或同樣具有神性或靈性者。將植物也視為生命，會影響農夫的耕種方式，他們會與植物溝通、從植物的立場思考，或取悅他們。三位都強調要順應自然、愛護自然；傷害自然，其實是毀滅自我。他們也都關注自然農法的食物對於身心健康的助益。

⁶⁹ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 21。

⁷⁰ 石川拓治著，王蘊潔譯（2009），頁 128。

⁷¹ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 92-93。

⁷² 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 21。

⁷³ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 143。

第二章 佛教的世間國土觀與自然農法

在早期佛典中常見佛陀對弟子開示苦集滅道四聖諦，教導弟子一切皆苦，唯有證得涅槃，方能解脫生死輪迴之苦。由此看來，佛陀關懷的是眾生如何解脫，眾生所生存的環境似乎不是其關切的重點，更遑論對於自然界或環境破壞會有直接的關注。佛陀是否不重視眾生所依存的環境？雖然今日人們所面對的環境汙染是現代的問題，在佛陀時代是不曾聽聞也想像不到的，佛典中很難找到關於此議題的論述。然而就佛陀十大名號之一的「世間解」(lokavidū)來看，佛陀對於(loka)世間有徹底的瞭解，所以從佛典中應能找到佛陀對環境的觀點或態度為何？另外，佛教對於世間或國土的概念，到了大乘佛教更進一步有淨、穢之分，本章也將探索淨土與穢土的思想能否對環境的關懷、自然農法有所啟發。

第一節 佛教的世間觀

西方學者探討環境倫理時，對於環境的界定不一，所以也有所不同偏重，如有人類中心、生命中心或生態中心等立論。Sahni 檢視西方哲學家對自然(界)的概念：1. 德國哲學家 Angelica Krebs 屬於保育主義的自然觀，她將自然與人工產物形成對比，也將宇宙和人體排除在環境關懷的對象之外。因此環境關懷不包括超自然、人類與人造物。2. 笛卡爾支持心物二元論，強調心的重要性，自然界無心智，是次要的，且需受心所管。他貶低自然的價值，將自然邊緣化，可視為邊緣主義的自然觀。3. 柏拉圖屬於宇宙論的自然觀。他認為宇宙具有宇宙靈魂(cosmic soul)(有神聖價值)，是完整、永恆、無瑕的，他的哲學著重宇宙而不是人。哲學史對自然(界)有三種解釋：只重視自然界；邊緣化與貶低自然的觀點，認為人類有心智，優於自然，很可能導致傷害、剝削自然。柏拉圖重視宇宙，認為人類與非人類都是自然界的一份子，只是人有理性，具有特殊地位。宇宙論者只是在尋找更深層的存在意義。Sahni 認為這三者各有所偏(重環境、重人、重宇宙)，

可將此三者整合在一起。⁷⁴這樣或許直接從佛教經典探索環境的意涵是更好的方式。因此本文從世間 (loka) 討論佛教的環境觀，探討世間的意義、範疇，佛教對世間有怎樣的態度與評價。

一、世間 (loka) 釋義

眾生所生存的空間，不管稱作環境 (environment)、自然界 (nature) 或生態 (ecology)⁷⁵，其對應的梵文及巴利語詞都是 loka，⁷⁶譯作「世間」或「世界」。loka 是從有「粉碎、破壞」之意的動詞語根√luj (=√ruj) 衍生而成的名詞。巴利《相應部》將「世間」界定為：“Lujjati’ti kho, bhikkhu, tasmā lokoti vuccati.” (SN IV.25，比丘！毀壞，因此稱為「世間」)。漢譯《雜阿含經》中也有相應的釋義：「危脆敗壞，是名世間。」⁷⁷在梵文《阿毘達磨俱舍論》(Abhidharmakośabhāṣya)中也將「世間」定義為：“lujyata iti lokah”，真諦譯作「破壞故名世間」⁷⁸，而玄奘譯為「亦名世間，可毀壞故」⁷⁹。因此由「世間」的梵文、巴利語源以及佛教經論的定義可知，世間即是有破壞、變易的特質，這令人聯想到佛教徒耳熟能詳的《八大人覺經》中的「世間無常，國土危脆」。⁸⁰從佛教的無常觀來說，一切現象是因緣和合而成，並非恆常不變易。眾生所在的世間也是一直處在不斷變動的過程，所以是

⁷⁴ Sahni (2008), pp. 35-44.

⁷⁵ 自然(界)(nature)在語源上是源自拉丁文 natura，原本是指物質世界的變化特質，後來意味著所有的物質實體，可說是世界(world)或地球上存在的所有實體。自然界常被當作與「生態」(ecology)很接近的概念。環境(environment)通常是指自然界，尤其是指生物存在、生長與死亡的環境。這三個語詞皆可表示物質世界或自然界。見 Sahni (2008), pp.33-34.

⁷⁶ 世間尚有 jagat、kṣetra (巴：khetta) 等詞，但因 loka 在佛典中出現最頻繁且涵義較廣，所以本文取 loka 作為(自然)環境的對應詞而進行探討。Lily de Silva 也認為自然界的對應巴利語詞是 loka。見 Lily de Silva (2000), “Early Buddhist Attitudes toward Nature”, p. 91.

⁷⁷ T02,no. 99,p. 56,b14-15.

⁷⁸ 《阿毘達磨俱舍釋論》，T29, no. 1559, p. 162, c29。

⁷⁹ 《阿毘達磨俱舍論》，T29, no. 1558, p. 2, b2。

⁸⁰ T17, no. 779, p. 715, b7.

會毀壞的。

漢譯詞「世間」或「世界」⁸¹似乎無法凸顯 *loka* 原本所指的毀壞義，而僅表達空間之意。「世」常做「一代三十年為一世」解釋⁸²，它也有遷流變化之意，著重時間的流轉變遷特質來定義。廣受中國佛教喜愛的《楞嚴經》⁸³則解釋：

世為遷流，界為方位。汝今當知：東、西、南、北、東南、西南、東北、西北、上、下為界。過去、未來、現在為世。位方有十，流數有三。⁸⁴

可見此經依據漢語詞的字義，將世界解釋為除了表空間義，尚且表達時間意，也就是世界或世間⁸⁵是表示集合時間與空間的意思。⁸⁶印順法師也認為「世是遷流轉變的意思，凡有時間的存在者，即落於世間。世間即一切的一切，有情也即是世間的。」因此，若依漢譯「世」一詞的時間義，世間的意涵很廣，可涵蓋時間、空間以及有情。⁸⁷

以上是從 *loka* 的字源來看世間的意涵，而經論中尚有種種世間之意以及佛陀對世間的態度。接著再來探討佛典中對世間的觀點。在《雜阿含經·1307 經》中對世間的解釋是：「何等為世間？謂五受陰。何等為五？色受陰、受受陰、想受陰、

⁸¹ 「世界」的梵文除了 *loka*，尚有 *loka-dhātu* 一詞，是在 *loka* 之後再加上 *dhātu* 而形成的複合詞，*dhātu* 是由有「放置」之意的動詞語根 $\sqrt{dhā}$ 而形成的字，漢譯為「界」。

⁸² 《說文解字·十部》：「世，三十年為一世。」

⁸³ 《楞嚴經》普遍被學界視為是在中國傳出的偽經。

⁸⁴ T19, no. 945, p. 122, c13-15.

⁸⁵ 《翻譯名義集》對界與間二詞的解釋為「間之與界，名異義同。間是隔別間差，界是界畔分齊。」，T54, no. 2131, p. 1095, b29-c1。

⁸⁶ 橋本哲夫則依巴利《經集》指出 *loka* 除了表示所有的方位之外（如 Sn.150 的上、下及橫方），也可表示過去、現在及未來所有的時間（如 Sn.645, 861, 922）。參橋本哲夫（1980），〈原始仏教における *loka* の概念〉，《印仏研》29:1, 1980 年，頁 394-395。

⁸⁷ 釋印順（1991），《佛法概論》，頁 121。

行受陰、識受陰，是名世間。」⁸⁸《雜阿含經·233 經》則說：「云何為世間？謂六內入處。云何六？眼內入處，耳、鼻、舌、身、意內入處。」⁸⁹將五蘊和內六處解作世間，確實與一般所理解的世間有很大的差距。《雜阿含經·230 經》又說：

眼、色、眼識、眼觸、眼觸因緣生受，內覺若苦、若樂、不苦不樂。耳、鼻、舌、身、意、法、意識、意觸、意觸因緣生受，內覺若苦、若樂、不苦不樂，是名世間。⁹⁰

此處的世間是指內六處以及與外六處接觸所產生的苦、樂、不苦不樂等諸受。《雜阿含經·231 經》則有不同的敘述：

眼是危脆敗壞法，若色、眼識、眼觸、眼觸因緣生受，內覺若苦、若樂、不苦不樂，彼一切亦是危脆敗壞。耳、鼻、舌、身、意亦復如是。是說危脆敗壞法，名為世間。⁹¹

內外六處和根境接觸而產生的種種感受，依 loka 原本的毀壞義，都是「危脆敗壞法」，也就稱作世間。不論是色法或心法，都是無常而生滅變異，皆可理解為世間。

《雜阿含經·232 經》敘述有比丘問佛陀說：「所謂世間空，云何名為世間空？」佛陀回答：

眼空，常、恒、不變易法空，我所空。所以者何？此性自爾，若色、眼識、眼觸、眼觸因緣生受，若苦、若樂、不苦不樂，彼亦空，常、恒、不變易法空，我所空。所以者何？此性自爾。耳、鼻、舌、身、意亦復如是，是名空世間。⁹²

⁸⁸ T02, no. 99, p. 359, a29-b2.

⁸⁹ T02, no. 99, p. 56, c5-6.

⁹⁰ T02, no. 99, p. 56, a27-b1.

⁹¹ T02, no. 99, p. 56, b15-19.

⁹² T02, no. 99, p. 56, b22-29.

佛教認為一切現象都是因緣和合而產生，因緣不具足而消滅？，所以一切都是無常的。既然諸行無常，那就表示現象界的背後根本沒有一個獨立自存、恆常不變的主體，因此說諸法無我。此處的「世間空」或「空世間」，表示由內外六處相互接觸而共同形成的世間是無常、變易、無我、無我所，因此是虛幻無實的。

以上幾則經文並未將世間解釋為眾生所居住的空間，反而是將身心和合的眾生視為世間。可見世間的涵義很廣，包含眾生及其所依住的環境，也就是指有情世間與器世界。以下將探討世間的範疇。

二、廣義的世間觀

(一) 世間的範疇——器世間、有情世間、五蘊世間

如上所述，佛經中可看到世間除了是指物質環境，也有表示眾生的意思。在《俱舍論》列出二種世間——「有情世間及器世間」⁹³，分別是指一切有情以及有情所居住之山河大地、國土等。《大智度論》則把世間分為三種⁹⁴：1.「眾生世間」，即一切有情。2.「五眾世間」，五眾即是五蘊，這是指由色、受、想、行、識五蘊所形成的世間。3.國土世間，也就是器世間。南傳的《清淨道論》中也有三種世間⁹⁵——行世間 (saṅkhāra-loka) 表現象的世間，相當於北傳的五蘊世間；有情世間 (satta-loka) 亦即眾生世間；空間世間 (okāsa-loka)，指眾生所在的空間，亦即器世間或國土世間。《清淨道論大疏鈔》對此三世間的解說如下：

此處有情世間是被諸根束縛的蘊的集合與延續，在此世間看到的是於色等執著的眾生，善與非善及其業果。空間世間是被非根縛的色等的集合與延

⁹³ 《阿毘達磨俱舍論》，T29, no. 1558, p. 67, b7。

⁹⁴ 「世間有三種：一者、五眾世間，二者、眾生世間，三者、國土世間。」，T25, no. 1509, p. 546, b29-c2。

⁹⁵ Vism.204: “Apica tayo lokā saṅkhāraloko sattaloko okāsalokoti.”(「又有三世間：行世間、有情世間、空間世間。」)，見覺音造，葉均譯（2002），《清淨道論》，頁 203。

續，在此世間看到的是動與不動的諸物和空間世間居住者。該世間就像是個容器，又稱「器世間」。在此二者〔指有情世間和空間世間〕之上諸蘊以諸因緣集合、破壞、瓦解，此為行世間。⁹⁶

根據以上的注解，有情世間是指由五蘊和合而成的有情，有情會對色等五蘊產生執著；空間世間則是包含動與不動的一切事物以及居住在此空間的眾生，此世間有如容器，承載著山河大地等物質性的存在和生活於此的眾生；行世間則是指一切現象由因緣的集合而生，因其離散而毀滅。此一概念包含了有情世間和空間世間二者的涵義。

簡言之，佛教對於世間有不同於一般的看法，一般以為世間就是人所生存的包含山川大地的場域，而佛教認為的世間，除了表物質性的生活空間的器世間，也包括五蘊組合的眾生，以及表一切因緣條件而生滅變異的現象的五蘊世間。有情與器世間生滅變化的因緣是什麼？《起世經·閻浮洲品》也有此疑問：「今此世間，眾生所居國土天地，云何成立？云何散壞？云何壞已而復成立？云何立已而得安住？」⁹⁷經中也解說「一切世間，各隨業力，現起成立。」⁹⁸由此可知，一切眾生所居住的世間是因為業力而成住壞滅。而世間不會自行造業，所以是眾生所造作的業讓其所居住的生存空間產生變化，也可以說眾生與其生存的環境有非常密切的關係。《大毘婆沙論》也說：「有情類於此處所，共業增長，世界便成；共業若盡，世界便壞。」⁹⁹器世間是由眾多的有情所共同居住，不可能由一位有情的業而造成世間的成壞，必定是由眾多有情的共業而產生的結果。《大乘阿毘達磨

⁹⁶ Vism.mht I.237 : “Tattha indriyabaddhānaṃ khandhānaṃ samūho, santāno ca sattaloko. Rūpādīsu sattavisattatāya satto, lokīyanti ettha kusalākusalāṃ, tabbipāko cāti lokoti. Anindriyabaddhānaṃ rūpādīnaṃ samūho, santāno ca okāsaloko lokiyanti ettha tasā, thāvarā ca, tesaṇca okāsabhūtoti. Tadādhāratāya hesa “bhājanaloko”tipi vuccati. Ubhayepi khandhā saṅkhāraloko paccayehi saṅkharīyanti, lujjanti palujjanti cāti.”

⁹⁷ T01, no. 24, p. 310, a9-11.

⁹⁸ T01, no. 24, p. 310, b24.

⁹⁹ 《阿毘達磨大毘婆沙論》，T27, no. 1545, p. 692, c17-18。

集論》也說明：「云何共業？若業能令諸器世間種種差別。」¹⁰⁰因為眾生的共業而有種種差別的器世間，也就是若是眾生的共業善，所產生的必定是清淨、美好的世間，反之，惡的共業就招致不善、令人不愉悅的世間。這也是依報（環境世間）隨正報（眾生）轉的意思。歸結以上諸段經文對於世間的記載略論，可以察覺出佛教不是分別眾生、生活空間或自然界等個別來談，而是直接提升到這些世間元素彼此之間的相關性來論述世間，這樣的關切角度與方式，反而不會出現西方學者理論之有所偏重的情形，不僅能全面地觀察出環境整體的核心問題所在，也較有可能搜尋出解決之道。

（二）三界——輪迴的空間

依據《大智度論》的記載：「世間，所謂三界。」¹⁰¹，可知一個世間的範圍涵蓋三界——欲界、色界與無色界，這三界各有相應的眾生存在。《長阿含經·世紀經》詳細列出三界所住的眾生：

欲界眾生有十二種。何等為十二？一者地獄，二者畜生，三者餓鬼，四者人，五者阿須倫，六者四天王，七者忉利天，八者焰摩天，九者兜率天，十者化自在天，十一者他化自在天，十二者魔天；色界眾生有二十二種：一者梵身天，二者梵輔天，三者梵眾天，四者大梵天，五者光天，六者少光天，七者無量光天，八者光音天，九者淨天，十者少淨天，十一者無量淨天，十二者遍淨天，十三者嚴飾天，十四者小嚴飾天，十五者無量嚴飾天，十六者嚴飾果實天，十七者無想天，十八者無造天，十九者無熱天，二十者善見天，二十一者大善見天，二十二者阿迦尼吒天；無色界眾生有四種。何等為四？一者空智天，二者識智天，三者無所有智天，四者有想

¹⁰⁰ T31, no. 1605, p. 679, b25-26. (sādhāraṇaṃ katamat | yad bhājanalokavibhājakam |)

¹⁰¹ T25, no. 1509, p. 507, b24.

無想智天。¹⁰²

從以上的引文可見，三界共有三十八種類的眾生居住其中。¹⁰³欲界有人、阿修羅、欲界諸天、地獄、餓鬼與畜生。色界天有二十二天，無色界有四天。由此三界構成一個世間。三界又可依六道而分，欲界包含善趣的人、天以及三惡道；色界與無色界是屬於善趣，而且是依其前生所修的禪定而生的天界。眾生根據其所造作的業力而投生於不同的三界之中，依善業而生善趣，依惡業而生惡趣，這是必然的原則。Rupert Gethin 將佛教的宇宙論和心理學對應起來，他認為佛教傳統的宇宙論其實有其意義在，跟眾生的心識有密切的關聯。眾生依其心識而造作種種業，由此決定其轉生哪一道。¹⁰⁴這種看法或許可說著重在將眾生生活的環境與心緊密結合，有怎樣的心，就會造怎樣的業，為其日後的去處決定方向。佛教是重視心的，也可以說若要環境好，則必須注意心及業。

（三）對世間的態度

對於有情生存、輪迴所在的世間，佛陀以什麼樣的態度來面對？在《佛說給孤長者女得度因緣經》中說：

由彼煩惱業，為因而起作，是故於世間，隨轉無窮盡。若煩惱業因，是二不轉者，即出離世間，人中尊所說。若彼生與老，二法而不行，是故於世間，決定無有苦。彼當得解脫，此最上正語，大沙門牛王，了已故宣說。¹⁰⁵

可知眾生因為煩惱而造不善業，在世間這生死苦海輪迴不已。如果沒有煩惱與業，則能出離世間，解脫生死之苦。對眾生而言，輪迴所在的世間是苦，是要出離的

¹⁰² T01, no. 1, p. 135, c27-p. 136, a13.

¹⁰³ 根據阿毘達摩則有三十一地，即三十一種眾生所形成的輪迴場域。參魯柏·葛汀 (Rupert Gethin) 著，賴隆彥譯 (2009)，《佛教基本通：佛教的修行路徑導覽》，頁 155-156。

¹⁰⁴ 魯柏·葛汀 (Rupert Gethin) 著，賴隆彥譯 (2009)，頁 158-161。

¹⁰⁵ T02, no. 130, p. 848, c24-p. 849, a2.

對象。而無論環境與情況是好或壞，終究都是會變化且不可依賴，因而有苦。即使生在欲界天，過著極為享樂的生活，但福報享盡時，也有可能墮入惡道。因此佛陀教人要明白世間的無常、苦，不可耽溺於追求世間的享樂。《大智度論》對眾生與世間的無常有如下的敘述：

二種世間無常故說無常：一者、眾生無常，二者、世界無常。如說：「大地草木皆磨滅，須彌巨海亦崩竭，諸天住處皆燒盡，爾時世界何物常？十力世尊身光具，智慧明照亦無量，度脫一切諸眾生，名聞普遍滿十方，今日廓然悉安在？何有智者不感傷！」如是舍利弗、目犍連、須菩提等諸聖人，轉輪聖王、諸國王，常樂天王及諸天，聖德尊貴皆亦盡，大火焰明忽然滅。世間轉壞，如風中燈，如險岸樹，如漏器盛水，不久空竭。如是一切眾生及眾生住處皆無常故，名為無常。¹⁰⁶

不論是眾生還是世間都是生滅變化而無常。大地草木、大海乃至天人所住的天界都會消失殆盡，聲聞聖眾、轉輪聖王、諸天也都不在此世間。一切眾生及其所住的世間終究是無常。對世間的一切，即使是會令人喜樂的，也不可愛著。《增壹阿含經》也說修持「一切世間不可樂想」將可獲致涅槃的境地。¹⁰⁷《大智度論》對此有所解釋：

「一切世間不可樂想」者，若念世間色欲滋味，車乘、服飾，廬觀、園宅，種種樂事，則生樂想；若念世間眾惡罪事，則心生厭想。何等惡事？惡事

¹⁰⁶ T25, no. 1509, p. 229, a16-27.

¹⁰⁷ 《增壹阿含經》：「世尊告諸比丘：「其有修行十想者，便盡有漏，獲通作證，漸至涅槃。云何為十？所謂白骨想、青瘀想、臃脹想、食不消想、血想、噉想、有常無常想、貪食想、死想、一切世間不可樂想。是謂，比丘！修此十想者，得盡有漏，得至涅槃界。又是，比丘！十想之中，一切世間不可樂想最為第一。所以然者，其有修行不可樂想，持信奉法，此二人必越次取證。」，T02, no. 125, p. 780, a17-25。

有二種：一者、眾生，二者、土地。¹⁰⁸

如果執著世間種種的物欲享受，如豪宅、美食、華服等等食衣住行各方面的享樂，就會產生「樂想」。這種樂想是讓人無法脫離輪迴的重要因素。相反地，要念世間的諸多惡事，如此則會產生厭惡想，惡事即包含眾生與其所住的土地。眾生有諸多的煩惱、惡行等弊惡，並不可樂；而關於環境方面的惡，《大智度論》說明如下

土地惡者，一切土地多衰無吉，寒熱飢渴、疾病惡疫、毒氣侵害、老病死畏，無處不有。身所去處，眾苦隨之，無處得免！雖有好國豐樂安隱，多為諸煩惱所惱，則不名樂土。一切皆有二種苦：身苦，心苦，無國不有。如說：「有國土多寒，或有國多熱，有國無救護，或有國多惡，有國常飢餓，或有國多病，有國不修福，如是無樂處。」眾生、土地有如是惡，思惟世間無一可樂。¹⁰⁹

所有的國土總是多衰損，讓眾生有寒熱、飢渴、疾病等痛苦的狀況產生。而且不管到哪裏，這些苦痛都緊緊跟隨。因為眾生有諸多的煩惱，所以即使是在豐樂安穩的好國土，還是會有苦惱，主要是身苦和心苦。只要身處輪迴的世間，且眾生煩惱未滅，就一切世間即是苦。因此佛陀教導我們若要脫離這世間的苦，則必須觀察眾生與國土的諸多惡事，思惟一切世間皆不可樂，要厭離世間，不起染著、貪愛的心。以上佛陀教眾生對世間的態度應該要生起不可樂想，且當生厭離想，如此否定、厭離世間的想法如何能有益於環境的保護？這樣的佛教思想是否與今日要求人們投入對環境關懷保護有所矛盾？其實不然，對世間心生厭離並不是教人要厭憎眾生所住的物質的世間，而是要厭離對世間的貪愛、執著，因為對世間的愛著正是造成有情生死輪迴的原因，所以要有厭離世間、出離來生苦的心。又

¹⁰⁸ T25, no. 1509, p. 232, a9-12.

¹⁰⁹ T25, no. 1509, p. 232, b9-19.

根據佛陀教導的要慈悲護念眾生，看到眾生處在遭受嚴重破壞的惡劣環境時，反而應生起要關懷、改善世間、利益眾生的心。

以上是較廣泛的角度談環境更進一步具體來看，佛陀談到森林、曠野等自然界的態度又是如何？以下將說明之。

三、對器世間（自然界）的具體描述與評價

（一）正面——理想的禪修處

《中阿含經·優曇婆羅經》提及「世尊若在無事處山林樹下，或住高巖，寂無音聲，遠離，無惡，無有人民，隨順宴坐。是佛世尊如斯之比，在無事處山林樹下，或住高巖，寂無音聲，遠離，無惡，無有人民，隨順宴坐。彼在遠離處常樂宴坐，安隱快樂。」¹¹⁰佛陀會選擇在山林樹下、高山，沒有人聲嘈雜之處禪坐，他樂於在遠離人群的僻靜處禪修，內心安穩快樂。《尼拘陀梵志經》也說：「佛世尊者，於曠野中，隨自所樂，坐臥居止，遠離憤鬧，絕於人跡，寂守是相。身住一處，心不散亂，專注一境，隨應所行。」¹¹¹佛陀在無人的曠野中，遠離世俗干擾，在此而能心不散亂地專注禪修。

《長部·沙門果經》(DN I.71) 中也敘述具足戒、守護諸根、正念正智的出家眾選擇在空閑處、樹下、山岳、峽谷、巖窟、藪林、露地、塚間等地作為禪修的場所。他們托鉢回來後，即在這些無人干擾的地方生起正念，專心禪修。出家眾選擇到森林、樹下、山洞、曠野等孤獨之處專心修行，減少受到干擾的機會。遠離人群的野外是修行的好處所。《長部·優曇婆羅師子吼經》(DN III. 54) 也提及諸佛皆是在林野、樹林，喜好孤獨、僻靜的場所修行，因其遠離人群的潰鬧，所以是適合禪修的地點。

¹¹⁰ T01, no. 26, p. 591, c20-25.

¹¹¹ T01, no. 11, p. 222, b18-21.

早期經典對自然的描述饒富詩意。如《中阿含經·牛角娑羅林經》敘述舍利弗問阿難：

「此牛角娑羅林甚可愛樂，夜有明月，諸娑羅樹皆敷妙香，猶若天花。賢者阿難！何等比丘起發牛角娑羅林？」尊者阿難答曰：「尊者舍梨子！若有比丘廣學多聞，守持不忘，積聚博聞，所謂法者，初妙、中妙、竟亦妙，有義有文，具足清淨，顯現梵行。如是諸法廣學多聞，翫習至千，意所惟觀，明見深達，彼所說法簡要捷疾，與正相應，欲斷諸結。尊者舍梨子！如是比丘起發牛角娑羅林。……尊者離越哆答曰：「尊者舍梨子！若有比丘樂於燕坐，內行止，不廢坐禪，成就於觀，常好閑居，慧安靖處，尊者舍梨子！如是比丘起發牛角娑羅林。……」¹¹²

經中詩意盎然地描述牛角娑羅林甚為可愛，森林的美令人愉快，夜有月之明亮、娑羅花盛開、散發濃郁的香氣瀰漫整個樹林，彷彿天界的花。而此環境之可愛，更是由廣學多聞，具足清淨梵行或好樂禪修、喜於安靜處專心靜坐的出家眾而輝耀之，也可以說二者相互輝映。景觀秀麗的森林有助於比丘在此精進修行，而比丘能以自身的修持力光耀森林，使此處因僧眾的修行而成為神聖的空間。《中部·聖求經》(MN 1.167) 也提及過去佛陀找尋寂靜處以便禪修時，他看見令人愉快的土地，一處清淨的叢林，有清澈的河流、美麗的河岸令人愉悅，附近有村落可托鉢，而認為這是適合禪修的精進之處。¹¹³這表示早期經典也欣賞、接受自然界的美，否則不需要去談這種美。

而對自然界有進一步而充分的描述，特別是在《長老偈》(如 Th.13, 211-212,

¹¹² T01, no. 26, p. 727, a18-b6

¹¹³ 參《中阿含經·羅摩經》：「於彼中地至可愛樂，山林鬱茂，尼連禪河清流盈岸。我見彼已，便作是念：『此地至可愛樂，山林鬱茂，尼連禪河清流盈岸，若族姓子欲有學者，可於中學，我亦當學，我今寧可於此中學。』即便持草往詣覺樹，到已布下敷尼師檀，結跏趺坐，要不解坐，至得漏盡，我便不解坐，至得漏盡。」，T01, no. 26, p. 777, a7-13。

523-525 等)。在此經不見尼柯耶的嚴格。不僅表達求道的熱切，更承認自然界的美，表達其不同層面的美——樹有樹枝、蔚藍的雲、如水晶透澈且清涼的水、雨水使大地清新、猿、鹿等鳴叫、孔雀跳舞、滿覆昆蟲的峭壁、遠離人群等。這些景象讓僧侶賞心悅目，也有助於禪修。這是追求修行、證悟的完美地點。《長老偈》(Th. 1061-1069) 描述迦葉尊者托完鉢，回到山間禪修。這裏的山極為美好，有眾多的樹木、蔓草、清涼的泉水，種種的鳥類、野獸，鳥聲、象鳴聽起都很悅耳。這是可以專心禪修的僻靜處，在此環境下修行而感到喜悅、滿足。《長老偈》(Th. 1135-1144) 也說：在森林美景中，有眾多的鳥獸，樹木茂密、草地彷彿是柔軟的床可供躺臥，下雨時則以岩洞為住所，就像調伏象、馬那樣調伏自己的心，精進修道，人煙罕至的山林實在是讓人樂於禪修的環境。這些對森林美景的描述會讓人質疑：專注修行的僧人怎麼還會對環境有愛著的心。《長老偈》(Th. 992) 說明對修行者而言，森林是可樂的，但凡夫卻不樂此，對一般人而言，森林是單調、無趣，甚至是有毒蛇、猛獸出沒的恐怖之處。捨離貪欲的僧眾因無諸欲，所以樂於在此寂靜的無人煙處，可以不受世俗干擾地精進修行。遠離人群的森林、山野等處作為比丘能專心修行之理想環境。修行者以不執著的心欣賞大自然的美景，山明水秀、風景秀麗的森林有助於比丘的修行。Mrs. Rhys Davids 在翻譯《長老偈》的緒言指出，經中接受欣賞自然之美，也相信這無損於道德與離執的生活。此經保證愉悅的森林生活與離欲的生活是協調而沒有問題。在經中二者並存地很適宜。

114

誠如泰國 Payutto 所指出的，自然環境能為人帶來「安樂」(sukha)，一是單純地生活在自然環境中，另一以自然作為心靈的導師。自然界可以陶冶人的德行，也有助於心的專注。佛教起源於森林，僧眾在森林中完成修行。森林是修行的理想場所，可以鍛鍊身心，調伏煩惱而達到解脫。他根據巴利聖典說明自然界對於修行的價值。儘管佛陀建議比丘住在森林中，但為了度化眾生與托鉢的需要，佛

¹¹⁴ 轉引自 Sahni (2008), p.57.

陀也規定寺院應設在離城鎮不會太遠或太近的地方。¹¹⁵

(二) 負面——有惱人的蚊蚋、猛獸等

《譬喻經》、《長老偈》多敘述證道的聖者，描述其修行所在的山林曠野的美景，裨益其修行。但其實此二部經也有提及在森林修行的負面情況。如《譬喻經》(Ap. 15-20) 敘述有長老住在離雪山不遠處的一座山，他形容這裏是仙境，這殊勝的環境讓人不受世俗的干擾而內心寬廣、清淨。所住的自然環境景色怡人，有種種花、果、樹木、鳥類與動物，包括兇猛的野獸，但因為修行者修習慈心的緣故，這些虎、豹等猛獸對修行者沒有敵意，反而會親近他。經中對修行環境豐富的諸多植物與動物一一列舉並有詳細的描述，顯示出自然界生物多樣性的樣貌。長老在這自然環境中與天地萬物和諧共處，怡然自得。雖然處在如此物資豐富的环境中，修行者並不貪著，他少欲知足，不貪食，守護諸根、樂於禪修，內心堅定且寂靜。而《譬喻經》(Ap. 345-348) 也說僧人住在雪山附近，有山、有水、有許多樹木、棗樹、胡桃等種種果樹以及花樹，奇花異草也不在少數。附近大湖湖水清涼透澈，令人神清氣和，湖中除了有蓮花、魚、龜等水中生物，還有大蛇、鱷魚等猛獸。有些動物也會跑到他的草庵，和他共住。而且森林中還有食肉鬼、羅剎等非人。但修行者因為內心寂靜、安穩，所以面對環境中恐怖的非人與猛獸，也不會害怕這些動物，甚至與野獸同住庵中。

《長老偈》(Thg 31, 524, 1167) 也敘述在大自然修行所遭遇的困境，例如森林中，會有蚊蟲叮咬、蛇類的咬噬，在此修行有如大象臨戰場，但僧眾仍以正念住在此處。而且在無人的森林中深夜打雷下雨時，猛獸嘶吼，比丘依然在深山岩窟正念禪修，而不畏懼野獸可能會進來躲雨。可見，森林、山野等處白天可能比較看得到風光明媚，但夜晚時分特別會出現其險惡的一面，有毒蛇、猛獸、虻蚊

¹¹⁵ 唐納德·史威若 (Donald K. Swearer) 著，林朝成、黃國清、謝美霜譯 (2000)，〈當代泰國佛教生態詮釋：佛使與法藏〉，頁 73-75。

的威脅，以及雷雨時無安全、舒適的遮蔽處的艱苦，但這些威脅與困難並不會阻斷比丘熱切修行的心志，比丘會以正念克服之。從這些聖者的敘述可知，其求道之心極為堅定，這些困境根本不成問題，不會困擾他們。

而《增支部》(AN III. 101-103)則詳細說明獨自住在森林修行的比丘將會面臨的五種怖畏，但比丘為了證得涅槃，仍需不放逸地修行，要有不惜身命的態度而住在森林中精進修行。這五種怖畏分別是 1.因蛇、蠍、蜈蚣咬噬而死；2. 因失足墜落山崖、食物害身、生病而死；3.因獅子、老虎等猛獸攻擊而死；4.因惡賊殺害而死；5.因殘暴的非人奪命而死。由經中的說明可知，當時森林除了有毒蛇、猛獸在此棲息，盜賊也把森林作為藏身之處，而且兇惡的非人也在此處生存，這些會讓人喪命的種種恐怖之處都是修行者要勇敢面對、努力克服的，無論如何為了能解脫，必須在此處勇猛精進地修行。

第二節 佛教轉穢為淨的國土觀

前面已從早期佛典敘述佛教的世間觀，而從「世間」、「世界」引申出來的相關語詞尚有「國土」或「刹土」，如《長阿含經·世紀經》中，有比丘們在討論「今是天地何由而敗？何由而成？眾生所居國土云何？」¹¹⁶對於諸比丘的疑問，佛陀回答他們，三千大千世界是「眾生所居，名一佛刹。」¹¹⁷而同本異譯的《起世經·閻浮洲品》則作「是為無畏一佛刹土，眾生所居。」¹¹⁸在《增壹阿含經》則同時使用「三千大千刹土」與「三千大千國土」。由這些經文的記載可知三千大千世界即是一佛的刹土，也就是一佛教化眾生的場域。如《摩訶般若波羅蜜經》所說：「世尊以常身示此三千大千國土一切眾生」¹¹⁹。而「國土」或刹土(kṣetra)在佛典中也常譯作「佛土」。「佛土」的梵文應是 buddha-kṣetra，根據《梵英辭典》，kṣetra

¹¹⁶ T01, no. 1, p. 114, b11-12.

¹¹⁷ T01, no. 1, p. 114, c7-8.

¹¹⁸ T01, no. 24, p. 310, c4.

¹¹⁹ T08, no. 223, p. 218, a3-4.

有土地、田地、地方、住所等意思，其字源是來自表活動、或居住的動詞語根√kṣi 而來；¹²⁰在漢譯佛典上則譯作「土」、「地」、「國」、「國土」、「田」、「世界」、「(佛)土」、「刹土」等詞。¹²¹「世界」、「國土」、「刹土」或「佛土」等語詞都是用來表達佛教化眾生的地方。

早期佛典對於世間並無染淨之分，而到了大乘佛教，國土則有淨穢之別——淨土與穢土。如《大智度論》說：「菩薩思惟：國土有二種：有淨，有不淨。」¹²²不淨的國土即是穢土。而相對於充滿種種苦難的穢土，則是理想、安樂的淨土。在環境問題嚴重的今日，佛教的淨土與穢土觀點被學者們提點出來，嘗試從中尋求環境問題出路之可能性。有學者認為淨土是佛教所追求的理想生態，可以是對環境關懷的努力目標；¹²³但也有學者以為理想化的生態環境是人工而非自然的，這種理想化的態度可能會對自然界有過度的干預，而造成生態的破壞。¹²⁴有學者則認為淨土是「神聖的空間」，主要是為了讓眾生有良好的環境來修行，並不涉及改善自然環境的課題，重點在於眾生的教化與修行，而穢土成佛的精神方可作為發願為改善日益惡化的環境問題的理論依據。¹²⁵以上學者們的種種論述，無非是對大乘佛教的淨土與穢土觀做各式同現今環境相關的詮釋，本節亦將探討自然農法的施行及其對環境關懷理念與大乘佛教的淨土、穢土觀可能有的內在關連，佛教的國土觀可能帶來怎樣的啟發。

一、佛典中的穢土

穢土是相對於淨土而言的穢惡國土，在經典中可看到其他的同義詞，如不淨

¹²⁰ SED, p. 332.

¹²¹ 《梵和大辭典》，頁 339b.

¹²² T25, no. 1509, p. 168, c8-9.

¹²³ 魏德東（1999），〈佛教的生態觀〉，頁 165-166。

¹²⁴ 參史密豪生（Lambert Schmithausen）（2012）著，梁永安譯，〈早期佛教與生態倫理〉，頁 282。

¹²⁵ 林朝成（2005），〈佛教走向土地倫理：「人間淨土」的省思〉，頁 67-81。

土、不淨世界、不淨國土/佛土/佛刹、穢濁佛土/佛刹、五濁刹/佛土以及耳熟能詳的五濁惡世等等。從這些語詞不難發現不淨、穢與濁也同時用來形容染污、不圓滿的國土，尤其又以「五濁」來表達此種國土的特點。在此先探討佛典中如何描述穢土，穢土又能提供我們對於現世的自然環境尤其在農耕方面有怎樣的啟發？

(一) 娑婆世界、穢土、五濁惡世

我們所處的娑婆世界，是釋尊教化的國土¹²⁶，其實就屬於穢土。娑婆世界是佛教徒非常熟悉的名相，其具有什麼含義而與穢土相關聯？從其梵語 *sahālokadhātu* 來看，*sahā* 有忍耐、大地、人所住的世界以及共同等義，¹²⁷經典中可見的漢譯有能忍、堪忍、雜會世界等詞。¹²⁸可見，娑婆世界是人類所居住，而且要有所忍的世界。既是要忍耐的世界，就絕對不會是讓人愉悅、安樂的環境。至於要忍耐什麼？《悲華經》對此的解釋為：居住於此的眾生要忍受貪瞋癡以及諸多的煩惱，所以娑婆世界又叫做忍土。¹²⁹另外，娑婆又稱雜會，古德解釋這是「雜惡眾生共會一處」¹³⁰，同樣是在說明住在娑婆世界的眾生並不是諸上善人，而是包含煩惱熾盛、愚劣頑強的人類以及惡趣眾生，此世界即由這些惡不善的眾生所共同居住。眾生必須忍受自己的煩惱所造成的困境，同時也必須忍耐他人的煩惱，過著充滿苦難的生活；而從佛的角度，釋尊因悲願而決定在穢土教化眾生，祂也需要容忍煩惱深重、難以調伏的眾生。

娑婆世界又常與「五濁惡世」同時出現，如《阿彌陀經》所說的「釋迦牟尼

¹²⁶ 《方廣大莊嚴經》：「釋迦如來於無量劫，勤苦累德，勇猛精進行菩薩道，超過無量菩薩之行，於娑婆世界得阿耨多羅三藐三菩提，利益一切，起大慈悲，轉于法輪。」，T03, no. 187, p. 608, b10-13。

¹²⁷ SED, p. 1193.

¹²⁸ 《一切經音義》：「此云能忍，或言堪忍，一言雜會世界也。」，T54, no. 2128, p. 356, c10。

¹²⁹ 《悲華經》：「此佛世界當名「娑婆」。何因緣故名曰「娑婆」？是諸眾生忍受三毒及諸煩惱，是故彼界名曰「忍土。」，T03, no. 157, p. 199, c21-23。

¹³⁰ 《淨名經集解關中疏》，T85, no. 2777, p. 488, a15。

佛能為甚難希有之事，能於娑婆國土、五濁惡世——劫濁、見濁、煩惱濁、眾生濁、命濁中，得阿耨多羅三藐三菩提，為諸眾生說是一切世間難信之法。」¹³¹五濁是用來敘述穢土的特點，也就是從五個面向來說明穢土的不圓滿處。依據古德的注釋，¹³²解說如下：「命濁」，即是壽命短促，現今世人長壽者也頂多百歲上下；「眾生濁」則是眾生造作諸惡，不行善業；「煩惱濁」是指眾生的煩惱眾多、增上，會障礙修行聖道，因而易墮惡趣；「見濁」意味著邪見熾盛，缺乏正見，不信因果業報等；「劫濁」則是指會有飢饉、疫病、刀兵三劫發生。根據的窺基的解釋，¹³³這是由於眾生內有貪嗔癡等煩惱，因而感招外在環境種種困厄的情況。這三劫所歷經的時間長短不等，分別為七年、七月、七日。饑荒歷時最久，戰爭最短，經七日。而且三劫的順序是先有饑荒、其次是疾病、最後是戰爭。這三劫未必是相繼而有，但次序是如此。¹³⁴確實發生饑荒時，很多人會餓死，因為都沒得吃了，也無力去處理屍體的問題，任其橫卧街道，餓殍遍野。接著死屍腐敗，就會造成瘟疫流行。而倖存的人為了搶奪食物、資源以活命，便會以武器攻擊他人來取得。然而，也有可能是先發生戰爭，因為民不聊生，大家忙著逃難、躲避戰火，從而導致糧食短缺，無論最後是戰死或餓死，人們也會因此產生疾病的問題。雖然佛

¹³¹ 《佛說阿彌陀經》，T12, no. 366, p. 348, a20-23。

¹³² 如《無量壽經義疏》：「言五濁者：一者、命濁，報命短促；二、眾生濁，人無善行；三、煩惱濁，諸結增上；四者、見濁，邪見熾盛；五者、劫濁，飢饉疫病刀兵競起。穢土有此，名五濁剎。」，T37, no. 1745, p. 95, c20-24；《維摩經略疏垂裕記》：「五濁者，羅什云：大劫中有小劫，多諸惡事，總名劫濁；善人既盡，純惡眾生，眾生濁也；除邪見已，諸煩惱如三毒等增上重者，不以道理，能障聖道，必入惡趣，如是結使，煩惱濁也；除四見已，唯取邪見，謗無因果罪福及聖道涅槃，是名見濁；凡減劫減至百二十歲已，下至于三歲，悉名命濁。」，T38, no. 1779, p. 797, a21-27。

¹³³ 《阿彌陀經疏》：「劫濁者，劫謂時也。《菩薩善戒經》云：由眾生內有惡故，外有三惡時，謂飢饉、疾疫、刀兵，此三劫起時名之為劫濁。飢經七年，病經七月，刀經七日，時雖長短不等，但眾生死者一種，逢一一劫死者過半。若今眾生施僧一搏食者不逢飢饉劫，施僧一丸藥及與貧病者不逢疾病劫，行不殺戒起慈悲心不逢刀兵劫。而此三劫，先飢後刀中間有病，然非相繼而有，但次第有，謂一穢土劫下時有飢饉劫，次穢土劫下時有疾病，後穢土劫下時有刀兵也。此三災劫起時，必其人壽十歲之時，故言劫濁。」，T37, no. 1757, p. 328, a7-18。

¹³⁴ 參《太平廣記》：「中原亂離，饑饉既臻，疫癘乃作。」

經中說出現這三劫時，必定是在人的壽命已退墮至十歲時。然而，在現今的世間，因醫療、科技發達的緣故，人的壽命遠超過十歲，尚可達八、九十歲，但這三種災難或大或小都早已屢見不鮮。從五濁的類別與含義可以看到，主要是因為有「煩惱濁」和「見濁」，導致造作五逆十惡、諸不善業的「眾生濁」，再因惡業果報而有「劫濁」和「命濁」。也就是表顯眾生因其煩惱、邪見、惡業而感得穢惡的依、正二報。由此或可推知，眾生與其所依住的環境的確是息息相關，眾生之善或惡、清或濁，可能因此讓所依住的環境發生變異。住眾之於環境的良窳最是關鍵，以下將探討穢土或五濁惡世的環境與其住眾的情況。

（二）穢土的環境

穢土的環境必定是穢濁不淨，但不淨到什麼程度，呈現何種樣貌？在《悲華經》中即對穢土的環境有具體而詳細的描述：

娑婆世界其地多有鹹苦、鹽鹵、土沙、礫石、山陵、培阜、谿谷、溝壑、蚊虻、毒蛇、諸惡鳥獸充滿其中，羸澁惡風非時而起，當於非時惡雹、雨水，其雨水味毒酢鹹苦，以是雨故生諸藥草、樹木、莖節、枝葉、華果、百穀諸味皆悉雜毒。¹³⁵

根據上述經文，可知娑婆世界風不調雨不順，甚且惡風毒雨瀰漫，致使地上多毒惡之生物，草木長出雜毒果實，這樣的環境人們想要存活下來極為困苦。如此惡劣的景況是如何造成的？汙穢到何等程度？下面就從土地、動物、氣候、農糧四方面來分析穢土的環境，再對照今日環境的實際情況來探討。

1. 土地

土地可細分土壤與地形二部分來談。在土壤的部分，土地大多都有鹹苦、鹽

¹³⁵ T03, no. 157, p. 207, a9-14.

鹵，這樣的土質絕對是連雜草也長不出來的寸草不生，¹³⁶更別說能種植其他農作物。這種土壤也絕非鬆軟、肥沃，而是乾硬的土質，有沙漠化的傾向，所以大地充滿土沙、礫石。

如此貧瘠的土壤，不利於農民的耕作，不僅可能種不出農作物，即便能產出，也應當是質量低劣的農產品。就現代的農耕而言，慣行農法為了追求產量多且外觀佳的農產品，就要增加土壤的肥沃度，所以要大量使用化學肥料，以及噴灑除草劑等農藥以鏟除雜草，以利作物生長。要避免蟲、鳥等眾生前來啃食，就要使用殺蟲劑消滅其眼中的害蟲、害鳥。土壤中的微生物、蚯蚓等眾生也因為農藥而死亡，土壤缺少這些生物的活動而硬化，土壤就變成貧瘠的土沙。碰到這種田地，作物很難生長，農夫只好再加碼，使用更多的化肥、農藥，結果是短暫的收成換來更加衰竭的地力，如此惡性循環不已。大量化學藥劑的使用，使得土地酸化、鹽化以及硬化，完全符合經文所說的土地「多有鹹苦、鹽鹵、土沙、礫石」的現象。慣行農法為求快速且量大的收成，錯用方式導致沃土變毒土，這個情況在今日各國已是普遍現象，而且仍在繼續摧殘大地。

地形方面，因為有山陵、谿谷、溝壑，所以土地並不平坦。一般來說，我們會覺得有高山、谿谷，地貌才顯得豐富多樣，才有壯麗的景色可欣賞；但就農耕種植而言，地形不平整，不僅不利耕種，也造成行走、搬運等交通方面的不便。古時候的人只能使用簡單的耕種工具，不像現代人有高科技的機械、工具可用，所以有平坦的土地，才方便種植農作物；對他們而言，山陵、谿谷都是不能耕種、開墾的「不食之地」。¹³⁷到了現代利用科技、機械，來克服耕作環境的種種障礙，甚至發生過度開發、剝削自然資源的情形。例如過去尚未重視環保問題時，台灣山區濫墾的問題很嚴重，不論是蓋民宿、遊樂區或是種植高山蔬菜等，開發者只想到自己眼前的利益、想著發財，根本不注意水土保持，只要颱風或是連續下大

¹³⁶ 參《俱舍論記》：「如鹹鹵田不生穢草。」，T41, no. 1821, p. 56, c8-9。

¹³⁷ 參《史記·卷七八·春申君傳》：「山林谿谷，不食之地也。」

雨，就容易造成土石崩流的嚴重災害。若是在高山種植蔬果，尤其不能用慣行農法那套方便做法，用除草劑將雜草與沒有經濟利益的樹木全面鏟除滅絕。山上土地失去草木植被的保護，在雨水的沖刷下，發生土石崩流是必然的結果。

2. 動物

穢土充滿毒蟲¹³⁸、蚊虻、毒蛇、諸惡鳥獸等動物。就生活在這土地上的人類而言，這些動物都是令人不悅、厭惡甚至恐懼的對象。有些常見的小生物如蚊子、蒼蠅等會叮咬人或影響環境衛生，造成生活上的困擾。毒蛇、猛獸可能會危及人畜的生命安全。但人們若與毒蛇、猛獸保持距離，不侵入他們的棲息地，他們也不會來攻擊人類。至於經中所說「惡鳥」，雖不清楚指的是什麼鳥，可能是指會來啄食農作物，影響農夫收成的鳥群。農夫以為鳥是來吃他辛苦栽種的作物，但有可能鳥也在吃莊稼上的蟲子？例如過去毛澤東曾發起大規模的全國消滅麻雀運動，結果反而讓小蟲子失去天敵而大吃農作物，造成極其嚴重的大饑荒。農夫最厭惡的蟲與鳥，其實是從農夫自身利益的觀點，而將他們視為害蟲與害鳥。由現代中國的三面紅旗農業大躍進之歷史可知，執政者的短見禍害環境生態更為巨大可怖。人類不能因為自己的貪心、瞋心與無知，對所認定的害蟲、害鳥，無所不用其極地趕盡殺絕，造成生態失衡，其實人類也會跟著受苦。

3. 氣候

在穢土會有氣候異常的現象出現，風雨非時、天災頻傳。風不調、雨不順，正如今日的颱風愈來愈規模大、破壞力強，甚至在意外的季節出現；此外，氣候不是乾旱就是暴雨，全年的雨量集中在幾天之內下完。這種極端氣候危及人類的

¹³⁸ 參《大乘悲分陀利經》：「多諸毒蟲、蚊虻、惡蛇、鳥獸」，T03, no. 158, p. 266, c28-29。《長阿含經·小緣經》：「蚊、虻、蠅、虱、蛇、蜃、蜂、蛆，毒蟲眾多」，T01, no. 1, p. 41, a16-17。（校勘注：蛆=蠹。）

生存環境，造成生命、財產的損害。經中還敘述這種非時風雨「雜毒鹹苦」，¹³⁹雨水有毒，怎能滋潤大地萬物？有毒且味道鹹苦的雨水，不僅人類無法飲用，植物也無法消受。這很像現今工業汙染所造成的酸雨現象，雖是自然天候的降雨、颶風現象，卻因人為工業發展，致使雨不成雨、風亦非風，產生雨露既滋潤萬物、卻也毒化群生的弔詭情形。而在農業方面，慣行耕種的農田採單一作物的栽培，以便利用器械甚至飛機進行農藥或化肥的噴灑。在大規模的噴灑下，農藥就彷彿下雨般地落在農作物上，而且也飄散在空氣中，這種霧茫茫的「農藥雨」確實是「雜毒鹹苦」。農藥對於植物、空氣以及環境都有很大的危害。

4. 農糧

由於雨水有毒的緣故，種種的藥草、樹木，從根、莖、枝葉到花、果都含有毒素，穀物糧食也一樣無法倖免。工業酸雨浸入地裡，使土壤含毒、地下水被汙染，另在農藥雨的潤澤下，毒素更滲透到所有的植物。而且目前在台灣為求快速且高產量，加上農藥方便取得，濫用的情況很嚴重，農藥超標的事件更時有所聞。有毒的農作物被眾生食用後，會產生什麼後果？昆蟲、鳥類食後不免喪命。至於人類的情形，經中有如下的敘述：

如是非時羸澁惡濁雜毒之物，眾生食已增益瞋恚，顏色憔悴，無有潤澤。於諸眾生，心無慈愍。誹謗聖人，各各無有恭敬之心。常懷恐怖，共相殘害，生惱亂心。噉肉、飲血、剝皮而衣，執持刀杖，勤作殺害。自恃豪族，色相端正，讀誦外典，便習鞍馬，善用刀稍、弓箭、射御，於自眷屬生嫉妬心。若諸眾生修習邪法，受種種苦。¹⁴⁰

由上述引文可知，這些有毒的農作物並不美味、細緻，而是粗澁且汙濁，口感不佳，而且也沒有營養。原本是有益人類身體健康的食物，反而成了毒物，傷害人

¹³⁹ 《大乘悲分陀利經》，T03, no. 158, p. 267, a1。

¹⁴⁰ T03, no. 157, p. 207, a14-21.

類的身心。因食用雜毒之物，人類的身、心出現諸多奇怪的問題，不僅自身形容憔悴，面無光澤，對於他人更失去慈悲心，胡亂毀謗，不知恭敬聖賢，心智紊亂而生恐怖，易發嫉妒心且互相殘害，對於親人也變得無情驕慢，可以說整個人裡裡外外都變異走樣了。

若就現代情況來講，根據醫學研究，農藥與受其污染的食物會對人體造成嚴重的影響——癌症、過敏、帕金森氏症、阿滋海默症、胎兒異常、學習障礙等等。

¹⁴¹現代很多疾病與農藥、環境污染很可能有密切的關聯。《悲華經》也提及穢土眾生「諸根缺漏，身體羸劣」¹⁴²應當與食物很有關係，食物不僅無法提供身體成長強壯的養分，甚至將毒害帶入，反而殘害身體。一個羸弱的身軀，全無元氣，精神不振，如何可能根器利銳以修行？此更難上加難。上面經文則說明人類因食用有毒的農作物而增長瞋恚，情緒不穩、易暴怒。如現代常見許多人焦慮、躁動、憂鬱等而必須就醫，由於情緒障礙因而面容憔悴、身體枯瘦。由此可見，吃有毒、不淨的食物會增長人的煩惱；相對地，食用無毒、乾淨的食物則能強健身心、減少煩惱，這可說明使用適當的方式從事農作，生產清淨的食物是最根本之大事。那麼，什麼樣的農作法才是最好的農法？目前不少人努力實踐的自然農法，既能去除慣行農法破壞環境的弊病，也能裨益生態環境復原，應也有助於造就人類身體健康。

經文更提及人們有瞋心，而心無慈愍，即使對聖人也毫無恭敬心，而且常互相殘害，心生惱亂，有頻繁的殺生的行為。殺害動物，食其血肉，剝其皮毛以作衣物。也會有傲慢、嫉妒的心出現，自豪自己出身高貴、外貌出眾。其所學也多為暴力、武術之技能，目的是為了殺害眾生而學。依此說，有毒的食物竟能助長眾生的瞋心、害心、慢心，使其造作惡行，故為減少世間暴力邪惡，實有必要重

¹⁴¹ 瑞秋·卡森著，李文昭譯（1996），《寂靜的春天》，頁 248-264；水野玲子（2016），〈農藥開發——以新菸鹼類農藥為例〉，頁 142-155。

¹⁴² T03, no. 157, p. 206, c1.

視乾淨食物的來源。

綜上所述，穢土的環境在各方面確實相當惡劣，對眾生的身心都有不利的影響，在這樣的惡劣環境，不僅修行不易，而且更增生煩惱。在《佛為首迦長者說業報差別經》提及眾生因為多行十不善業而感得穢惡、不圓滿的環境，經中分別以十不善業一一說明上述穢土環境的成因，除了解說大地鹹鹵、地勢不平、氣候不調，對植物的著墨最多，如說明貪業導致莊稼種子微細、因瞋業而感得樹木與果實苦澁，因邪見而使作物收成甚少。¹⁴³這也表示經典很重視植物與農作物的問題，人的貪、瞋、癡會對環境，尤其是農產有極大的影響。而居住在此惡劣的穢土環境上的眾生又是如何，以下將從經文分析此土眾生的思想與行為。

（二）穢土的住眾

1. 煩惱深重的有情

穢土的眾生愚癡無明、煩惱厚重，在《悲華經》以很大的篇幅描述此土眾生所具有的種種惡行：

爾時眾生愚癡自在，……有諸放逸、慳悋、嫉妬，墮在黑闇五濁惡世，厚重貪欲、瞋恚、愚癡、憍慢、慳悋、嫉妬、……不孝父母，於諸沙門婆羅門所不生恭敬，應作不作，作不應作，不行福事不畏後世……不修十善，勤行十惡，其心常為四倒所覆，安止住於四破戒中，令四魔王常得自在，

¹⁴³ 「復有十業得外惡報：若有眾生於十不善業多修習故，感諸外物悉不具足。一者，以殺業故，令諸外報，大地鹹鹵，藥草無力；二者，以盜業故，感外霜雹、蝨蝗蟲等，令世飢饉；三者，邪婬業故，感惡風雨及諸塵埃；四者，妄語業故，感生外物，皆悉臭穢；五者，兩舌業故，感外大地高下不平、峻崖嶮谷株杌槎菜；六者，惡口業故，感生外報，瓦石、沙礫、龜澁惡物不可觸近；七者，綺語業故，感生外報，令草木稠林、枝條棘刺；八者，以貪業故，感生外報，令諸苗稼、子實微細；九者，以瞋業故，感生外報，令諸樹木、果實苦澁；十者，以邪見業故，感生外報，苗稼不實，收穫尠少。以是十業得外惡報。」，T01, no. 80, p. 894, b14-27。

漂在四流五蓋蓋心。……離諸善根，貧窮下賤，無所畏忌，不識恩義，失於正念，輕蔑善法，無有智慧，不能學問，破戒諛諂，以嫉妬心於所得物不與他分，互相輕慢，無有恭敬。懶惰懈怠。諸根缺漏，身體羸劣，乏於衣服，親近惡友，處胎失念。以受種種苦惱故，惡色憔悴，其眼互視無慚無愧，互相怖畏於一食頃，身口意業所作諸惡無量無邊……。¹⁴⁴

從以上的引文可知，穢土眾生具足貪嗔癡及諸多煩惱、邪見，不信因果業報，常行十惡業、不修善行，輕視善法，愚癡而無智慧，因高慢、慳悋、嫉妒的心，輕慢他人，不會孝順父母，更別說恭敬修行人，所造作的惡業是無量無邊，不可勝數。另外，經中也提到這些造作諸惡的穢土眾生身體方面所受的苦，他們不僅身體有殘缺，虛弱無力，生活條件極差，連衣服都短缺。因種種苦惱或眾病纏身，而面容憔悴、醜惡。¹⁴⁵此外，穢土眾生，在生活中時時聽到無窮無盡的令人苦惱的聲音，如三惡道的聲音、疾病的痛苦呻吟或哀嚎聲、老死的悲嘆或哭泣聲、惱害聲等等。¹⁴⁶會聽到這些令人不悅的苦難聲，或許是因為這些有情心中沒有任何善願，也就是心惡行也惡的眾生才會時常聽到與其惡業相應的聲音。

所以，穢土的眾生由於斷諸善根，遠離善知識，只親近惡友，沒有善知識的引導以離惡修善，常有瞋恚、害心，充滿煩惱而造作諸惡業。因為惡業深重的緣故，從而生在穢土，這是他方諸佛世界所擯棄的眾生。¹⁴⁷然而，身在穢土的眾生

¹⁴⁴ T03, no. 157, p. 206, b13-c22.

¹⁴⁵ 參《大乘悲分陀利經》：「諸根不具，羸瘦少力。衣服乏短。親惡知識，胎中妄念。眾病所困，顏色醜惡。」，T03, no. 158, p. 266, b26-27。

¹⁴⁶ 《悲華經》：「是時眾生，一切心中無有善願，是故常聞地獄聲、畜生聲、餓鬼聲、疾病聲、老死聲、惱害聲、八難聲、閉繫聲、杻械枷鎖縛束聲、奪他財物侵惱聲、瞋恚輕毀呵責聲、破壞眾人和合聲、他方國賊兵甲聲、飢餓聲、穀貴偷盜聲、邪婬妄語狂癡聲、兩舌惡言綺語聲、慳貪嫉妬攝取聲、若我我所鬪諍聲、憎愛適意不適意聲、恩愛別離憂悲聲、怨憎集聚苦惱聲、各各相畏僮僕聲、處胎臭穢不淨聲、寒熱飢渴疲極聲、耕犁殖殖忽務聲、種種工巧疲厭聲、疾病患苦羸損聲，是時眾生各各常聞如是等聲。」，T03, no. 157, p. 206, c22-p. 207, a4。

¹⁴⁷ 《悲華經》：「如是眾生斷諸善根，離善知識，常懷瞋恚，皆悉充滿娑婆世界，悉是他方諸佛世

並非完全沒有淨化提昇的希望，有菩薩不捨愚劣眾生，發願在此穢土成佛、教化有情。

2. 發願穢土成佛的菩薩

對於穢土惡劣的環境和難以教化的眾生，有菩薩因其悲願與精進而願意面對這樣的挑戰，選擇在穢土度化眾生而成佛。《悲華經》中敘述這些發願取穢土修行的菩薩及其本願：

我今所願，要當於是不淨世界修菩薩道，復當修治莊嚴十千不淨世界，令其嚴淨如青香光明無垢世界，亦當教化無量菩薩，令心清淨、無有垢穢，皆趣大乘，悉使充滿我之世界，然後我當成阿耨多羅三藐三菩提。¹⁴⁸

從這些菩薩所發的願可以看到，他們並非只想在一個穢土修菩薩道，而是要在諸多的不淨世界修行，莊嚴不淨國土，使其轉為清淨佛土，並教化無量眾生修菩薩行，使他們的心清淨無染，一同在清淨世界中修行。

釋迦牟尼佛是發願在穢土修行成佛的典範，《大寶積經》記載他往昔以來總是時時發願：「願我速得成就大悲，常於弊惡眾生之中成等正覺，轉妙法輪。」¹⁴⁹ 《悲華經》中也敘述他過去世生為寶海梵志時，曾發願說：

我今最後發大誓願，成就菩薩所有大悲……。若於後時，有諸菩薩成就大悲者，亦當願取如是世界。是世界中所有眾生飢虛於法，盲無慧眼，具足四流，是諸菩薩當作救護而為說法。我乃至般涅槃已，十方無量無邊百千億諸世界中，在在處處現在諸佛，於諸菩薩大眾之中稱讚我名，亦復宣說我之善願，令彼菩薩以大悲勤心，皆專心聽聞是事已，心大驚怪，歎未曾

界之所擯棄，以重業故。」，T03, no. 157, p. 207, a4-6。

¹⁴⁸ T03, no. 157, p. 191, c5-10.

¹⁴⁹ T11, no. 310, p. 339, b29-c1.

有。先所得悲，皆更增廣，如我所願，取不淨土。是諸菩薩皆如我，於不淨世界成阿耨多羅三藐三菩提，拔出四流眾生，安止令住於三乘中乃至涅槃。¹⁵⁰

由此菩薩的大誓願可知，菩薩之所以願取穢土成佛主要是因為大悲心的緣故。當菩薩成就大悲時，也應當發願在穢土成佛度眾，因為這裡的有情愚癡，缺乏善法，有欲樂的執著、邪見、無明、仍流轉於生死，¹⁵¹ 所以大悲菩薩應當為他們說法以救度他們斷除煩惱、脫離輪迴之苦。面對惡劣的環境與無量無數的眾生，的確需要有深切的大悲心，否則如何教化、救度那些穢土眾生，以及淨化、莊嚴不淨國土？過去生的釋尊不僅自己有如此的悲願，更期望眾多的菩薩能不捨穢土眾生，具足大悲心，發願在穢土修行，將穢土轉為淨土。

在現今的世界中，人們確實很需要效法發願在穢土成佛的大悲菩薩的精神。人們因貪瞋癡而造成環境被破壞到極嚴重的程度，難道我們能視而不見，不關懷現世的環境，只顧自己修行以獲致解脫嗎？有此種心態者，絕非是依循佛陀的教法。既然已生活在穢惡不淨的國土，此土眾生又多冥頑不靈之輩，但仍應發大悲心，積極地轉不淨穢土為清淨國土。

二、佛典中的淨土

¹⁵⁰ T03, no. 157, p. 203, c16-p. 204, a1.

¹⁵¹ 《增壹阿含經》：「如來亦說有四流法。若一切眾生沒在此流者，終不得道。云何為四？所謂欲流、有流、見流、無明流。云何名為欲流？所謂五欲是也。云何為五？所謂若眼見色，起眼色想；若耳聞聲，起識想；若鼻嗅香，起識想；若舌知味，起識想；若身知細滑，起識想，是謂名為欲流。云何名為有流？所謂有者，三有是也。云何為三？所謂欲有、色有、無色有，是謂名為有流也。云何名為見流？所謂見流者：世有常、無常；世有邊見、無邊見；彼身彼命、非身非命；有如來死、無如來死、若有如來死無如來死、亦非有如來死亦非無如來死；是謂名為見流。彼云何無明流？所謂無明者，無知、無信、無見，心意貪欲恒有希望，及其五蓋：貪欲蓋、瞋恚蓋、睡眠蓋、調戲蓋、疑蓋。若復不知苦、不知習、不知盡、不知道，是謂名為無明流。」，T02, no. 125, p. 672, b17-c4。

淨土是相對於濁惡穢土而呈現清淨美妙的殊勝國土。大乘經典屢屢出現無數的十方諸佛的淨土，這些是屬於他方佛國淨土，但其實人間也有兩類淨土，即北俱盧洲以及未來在人間實現的彌勒淨土。¹⁵²在人間出現的這兩種淨土雖然也是極為理想的環境，但終究不如大乘佛教的淨土，經中對他方佛國土環境之殊勝的描述實在超乎凡人的想像。以下擬先解釋淨土的字義，接著探討佛典中所敘述的淨土環境與住眾，以及淨土所能提供自然農法的思想依據，並論述重要的「嚴淨國土」的淨土思想。

（一）淨土釋義

淨土一詞有兩個涵義，一是指淨化國土，「淨」作為動詞，梵文原語有“*buddhakṣetra-pariśuddhi, buddhaṣetra-pariśodhana, (buddha-)kṣetraṃ pariśudhayati, (buddha-)kṣetraṃ viśodhayati*”等，即淨佛國土的意思，在漢譯佛典中又被翻成淨國土、淨佛刹、淨佛土、嚴淨佛土/刹/國、佛國土清淨或莊嚴佛土/國等詞；另一是指清淨的國土，「淨」當作形容詞，梵文的原語有 *kṣetraṃ viśuddham, pariśuddha-kṣetra, pariśuddham buddhakṣetraṃ* 等詞。在初期大乘佛經，如《般若經》、《法華經》、《華嚴經》等，常可見到淨佛國土的思想。¹⁵³

而在中國佛教，淨土通常被認為是專指西方極樂世界。其梵語 *sukhāvātī*，意為有樂，羅什在《佛說阿彌陀經》譯作「極樂」，¹⁵⁴而玄奘在同本異譯的《稱讚淨土佛攝受經》則譯為「極樂世界淨佛土」，而且也有「彼佛淨土」的譯詞。藤田宏達指出玄奘所根據的梵本並無相當於「淨土」的原語，很可能是玄奘自己添加的語詞。¹⁵⁵平川彰認為這是因為世親的《淨土論》傳來中國後，曇鸞以下的淨土教

¹⁵² 釋聖嚴（1983），〈淨土思想考察〉，頁 13-14。

¹⁵³ 藤田宏達（1970），《原始淨土の思想》，頁 508-509。

¹⁵⁴ 康僧鎧在《佛說無量壽經》則譯為「安養國」與「安樂國」，T12, no. 360, p. 273, a27, p. 275, b6。

¹⁵⁵ 藤田宏達（1970），頁 508。

祖師確立極樂即為淨土的觀念，於是玄奘有此翻譯，後來極樂淨土也成為定說。¹⁵⁶

（二）淨土的環境

淨土是大乘佛教理想的國土，在中國又特別盛行淨土信仰，淨土教徒常有厭離穢土，欣求淨土的想法，以為往生淨土即是解脫，能脫離這苦難的世間。然而，淨土那種極為殊勝的理想環境並不是讓淨土眾生享樂用的，而是要讓他們在這樣完善的環境中不會生起煩惱、沒有造作惡業的可能，而能好好地修學佛法，淨土環境中的鳥叫聲與風吹動寶樹和羅網的聲音都是在說法教化淨土眾生。由淨土這樣清淨無染的環境可知，良好的環境有助於煩惱的斷除，對於修學極為重要。以下將從土地、氣候、動物、植物四方面探討淨土的環境，以及對自然農法的啟發。

1. 土地

不管是北俱盧洲還是佛國淨土，都會談到淨土的地形平坦，沒有高低不平的現象。¹⁵⁷有的經文會描述其地質是「黃金為地」¹⁵⁸，或是「地純眾寶，無有石沙」¹⁵⁹，這顯示出其土地之貴重，並非一般的「土」地。在現今環境汙染嚴重的時代，沒有受到農藥或工廠廢水汙染的乾淨土地確實彌足珍貴。

此外，有的經文提及淨土既是純金為地，而且土質柔軟，腳踩下會陷入四寸，而腳離地後即恢復原狀。¹⁶⁰似乎表示淨土的土質柔軟是因為黃金為地的緣故。然而，在北俱盧洲，則有別的說法，經中敘述此地長出軟草，既茂盛而呈右旋，顏

¹⁵⁶ 平川彰（1989），〈淨土教の用語について〉，頁 2-4。

¹⁵⁷ 如《勝天王般若波羅蜜經》：「無諸山陵，地平如掌。」，T08, no. 231, p. 687, b29；《長阿含經》：「地平如掌，無有高下」，T01, no. 1, p. 118, a10。但北俱盧洲仍可見高山的存在，如經中云：「鬱單曰天下多有諸山」，T01, no. 1, p. 117, c15。

¹⁵⁸ 《佛說阿彌陀經》，T12, no. 366, p. 347, a7。

¹⁵⁹ T01, no. 1, p. 118, a4-5。

¹⁶⁰ 《悲華經》：「純金為地，地平如掌，多有種種諸天妙寶遍滿其國，無有山陵、埤阜、土沙、礫石、荊棘之屬。其地柔軟，譬如天衣，行時足下蹈入四寸，舉足還復。」，T03, no. 157, p. 194, b15-18。

色翠綠，而還會散發香味，草柔軟的程度像是天衣，而且接著說其地柔軟的情形。這樣的描述似乎在說明因為地上有非常柔軟茂盛的草，而地的柔軟是和這些軟草有關聯，踩上長有軟草的大地，腳會陷下去，不過又會還復如初。¹⁶¹不管是草還是地，人踏上後會下陷而後還原，都表示這裏的土質非常鬆軟，不是乾硬、毫無生機的土，而且很肥沃，才能長出茂盛的草，生機盎然。經中同時也說「其地潤澤，塵穢不起，如油塗地，無有遊塵，百草常生」¹⁶²，表明這土地因為潤澤才能常生百草，也可以說因為有百草保護土地，所以不論下雨或刮風，土壤都不會因此揚起或流失，而且同時也讓大地保持潤澤。更重要的是這裏的草不是只有單一種類，而是「百草」，也就是說北俱盧洲的土地具有豐富的草相，這正是自然農法所重視的。透過豐富多樣的草相來保護土壤，也有助於農作物的生長，讓大地充滿生機。不過令人產生疑問的是，雖然前面提及北俱盧洲的大地完全是由眾多珍寶所成，¹⁶³如果是珍寶所形成的大地，則又如何能長出軟草乃至百草？這種看似矛盾的敘述，在別的佛國淨土也可看到。¹⁶⁴或許可以說，這是表示草的重要性有如珍寶，而不只有草，花和樹在此世間也很重要，在他方淨土也同樣重要，二者所呈現的樣態有所不同。

2. 氣候

關於淨土的氣候，有的經典，如《佛說阿彌陀經》就沒有這方面的敘述。但經中明示此國是「但受諸樂」的「極樂國土」，所以絕對是氣候怡人。同為西方淨

¹⁶¹ 《長阿含經》：「地生濡草，繫繫右旋，色如孔翠，香猶婆師，濡若天衣，其地柔濡，以足蹈地，地凹四寸，舉足還復，地平如掌，無有高下。」，T01, no. 1, p. 117, c29-p. 118, a2。

¹⁶¹ T01, no. 1, p. 118, a6-7.

¹⁶² T01, no. 1, p. 118, a6-7.

¹⁶³ 西方淨土也有類似敘述，參《佛說無量壽經》：「其佛國土自然七寶——金、銀、琉璃、珊瑚、琥珀、車渠、瑪瑙——合成為地，恢廓曠蕩，不可限極。」，T12, no. 360, p. 270, a7-9。

¹⁶⁴ 如《勝天王般若波羅蜜經》：「地平如掌，琉璃所成，無諸山陵、堆阜、荊棘，處處寶聚，香華、軟草。」，T08, no. 231, p. 705, c30-p. 706, a2。

土經典的《佛說無量壽經》則說：「亦無四時——春、秋、冬、夏——不寒、不熱，常和調適。」¹⁶⁵可見在西方淨土已無四季，氣溫不冷也不熱，是令人舒適的氣候。而北俱盧洲有「四氣和順，不寒不熱，無眾惱患」的記述，¹⁶⁶說明雖有四季，但氣候溫和，淨土不會有颱風、暴風雪、乾旱等天災，不會讓人因氣候的問題而生苦惱。

3. 動物

淨土中出現最多的動物是鳥，即便是最接近現實人間環境的北俱盧洲也僅提及「無數眾鳥相和而鳴」。¹⁶⁷在《佛說阿彌陀經》則敘述「彼國常有種種奇妙雜色之鳥——白鵠、孔雀、鸚鵡、舍利、迦陵頻伽、共命之鳥。」¹⁶⁸玄奘譯本又多出鵝鴈、鷺鷥兩種鳥，¹⁶⁹總之，這些鳥類奇妙可愛，色彩繽紛，而最重要的特色是他們日夜都發出和雅悅耳的聲音，他們的鳴叫聲其實是在宣揚「五根、五力、七菩提分、八聖道」等妙法。淨土眾生聽到這些音聲，都會隨之念佛、念法、念僧。所以這些淨土中的鳥不是觀賞用的，而是具有弘揚佛法的教化功能。他們雖然現畜生相，但絕非惡趣眾生，因為淨土無三惡道有情，他們是阿彌陀佛為了讓淨土眾生時時聽聞佛法而變化所作。¹⁷⁰也就是他們並不是真實的鳥類，而是佛變現所作的教化工具。

在現實的世間中，鳥類是自然環境的重要指標。如果一片土地上沒有任何鳥類棲息，聽不到任何蟲鳴鳥叫聲，表示這是一塊被汙染得很嚴重土地，呈現一片死寂。沒有鳥類乃至蟲類，顯示不健康的生態環境。在現實環境中的鳥類雖不像

¹⁶⁵ T12, no. 360, p. 270, a14-15.

¹⁶⁶ T01, no. 1, p. 118, a5.

¹⁶⁷ T01, no. 1, p. 118, b11-12.

¹⁶⁸ T12, no. 366, p. 347, a12-13.

¹⁶⁹ 《稱讚淨土佛攝受經》：「極樂世界淨佛土中，常有種種奇妙可愛雜色眾鳥，所謂：鵝鴈、鷺鷥、鴻鶴、孔雀、鸚鵡、羯羅頻伽、命命鳥等。」，T12, no. 367, p. 349, b2-4。

¹⁷⁰ 《佛說阿彌陀經》，T12, no. 366, p. 347, a14-20。

淨土中化現的鳥會宣說佛法，但依然有可教化人的功用。而在自然農法方面，農夫如何對待這些蟲、鳥等動物，再再考驗與增益他們的修行功力，也就是看到動物啃食辛苦種植的農作物時，是否能保持慈心、不生瞋恨，有布施、持戒等德行？對於能生存在自然農田的蟲、鳥等動物而言，其生存空間沒有汙染，也不會被農夫撲殺，可說是生活在安樂國中。

3. 植物

在淨土中，樹木與花皆為重要元素。在北俱盧洲，山的旁邊有園觀浴池，生長種種花，樹木茂密而有涼蔭，且有豐茂的花朵與果實。河的兩邊也都有許多樹木，枝條柔弱，花果繁盛。此土有種長得特別的茂盛的樹，葉片相間而無縫隙，既使下雨也不會漏水，所以人們就住在樹下。尚有種種不同的樹木，其果實會生出不同器具、衣服、香、果、音樂等。¹⁷¹可見樹木實在很重要，除了作為可欣賞的風景，還可提供涼蔭、住處以及種種生活所需的物品。

在他方佛國淨土中，種種寶樹與寶羅網是常見的景象，重要的是它們也有教化的功能，當它們被微風吹動時，就會發出種種微妙音以說法，讓聽聞此法音的人自然生起憶念三寶的心。¹⁷²至於花的部分，《佛說阿彌陀經》提及淨土中「晝夜六時，天雨曼陀羅華。」¹⁷³時時從空中降下曼陀羅花雨，不僅能讓人身心舒暢，而且還能用來修行，淨土的眾生常在清晨盛取眾多妙花，去供養他方諸佛。¹⁷⁴在《大寶積經·無量壽會》中有詳細的描述：極樂世界的早晨時，和風吹拂諸多雜花，種種花的香氣遍滿國土。一切有情接觸到花香微風，即安和調適，猶如比丘得滅盡定。花紛紛飄落而布滿大地，彷彿花朵形成的地毯非常柔軟，被踩踏時，

¹⁷¹ 《長阿含經》，T01, no. 1, p. 117, c15-20、p. 118, a14-b8。

¹⁷² 《佛說阿彌陀經》：「彼佛國土，微風吹動，諸寶行樹及寶羅網出微妙音，譬如百千種樂同時俱作，聞是音者皆自然生念佛、念法、念僧之心。」，T12, no. 366, p. 347, a21-23。

¹⁷³ T12, no. 366, p. 347, a8.

¹⁷⁴ T12, no. 366, p. 347, a8-10.

會沒入四指深，然後又自動回復原貌，而且落下的舊花會自然沒入地下，大地保持清淨，而後再飄下新的花，如此六回。¹⁷⁵淨土寶樹所生的花飄落，遍滿國土時，地面卻不雜亂，這些花極為柔軟、具有光澤、散發濃郁的香氣，¹⁷⁶其沒入地底就如同自然作為肥料，被大地所吸收。就自然農法而言，土地上的落花、枯枝葉並非無用之物，反而是大自然不假外求、最好的肥料。另外，以淨土中的行樹為例，樹木可以作為隔離帶，除了隔絕旁邊慣行農田帶來的汙染，也界定出自然農夫可在此工作兼修行的一方淨土。根據淨土經典的記載，淨土充滿殊勝的樹木、花、草的環境是有助於人修行，這些植物有其深義，有待自然農夫去觀察、體悟而藉此修行。

（三）淨土的成員

淨土的成員沒有三惡道眾生，而是「諸上善人俱會一處」。¹⁷⁷此土眾生為具足無量無邊功德者，也因此能往生淨土者「無有一切身心憂苦，唯有無量清淨喜樂」。¹⁷⁸淨土眾生並非來此佛土享樂，但其生活環境殊勝，物質充裕，隨意自在。如飲食方面，《佛說無量壽經》敘述當淨土眾生想吃飯時，由七寶作成的餐具自然會出現在他們面前，鉢中自然裝滿百味飲食。雖然有這些食物，但他們只見色、聞香，以意為食，自然飽足，而無任何貪著。¹⁷⁹又如澡浴方面，經中說淨土中的菩薩及聲聞眾進入寶池，可以隨其意願調節水位至膝或至腰等等，水溫也同樣是

¹⁷⁵ T11, no. 310, p. 97, b19-c1.

¹⁷⁶ 參《佛說無量壽經》：「風吹散華遍滿佛土，隨色次第而不雜亂，柔軟、光澤、馨香芬烈。足履其上，陷下四寸，隨舉足已，還復如故。華用已訖，地輒開裂，以次化沒，清淨無遺，隨其時節風吹散華，如是六反。」，T12, no. 360, p. 272, a18-22。

¹⁷⁷ T12, no. 366, p. 347, b8-9.

¹⁷⁸ T12, no. 367, p. 348, c15-16.

¹⁷⁹ 「若欲食時，七寶應器自然在前，金、銀、琉璃、車渠、瑪瑙、珊瑚、虎珀、明月真珠如是眾鉢隨意而至，百味飲食自然盈滿。雖有此食，實無食者，但見色、聞香，意以為食，自然飽足，身心柔軟，無所味著。事已化去，時至復現。」，T12, no. 360, p. 271, b28-c4。

可隨意調整，由沐浴而蕩除心垢。¹⁸⁰又如《大寶積經·無量壽會》所言，極樂世界的所有眾生，因為具足福德，所以有勝妙色身，形貌莊嚴，擁有自在神通力，而且受用種種宮殿園林、飲食、衣服、香華瓔珞，隨其所需，自在受用。¹⁸¹淨土殊勝的環境是為了讓往生此國土的眾生，能在物質生活上不起煩惱而精進修行。

極樂淨土的阿彌陀佛有無量無邊的聲聞弟子，皆為阿羅漢，而且也有無數的諸菩薩眾。¹⁸²這些聖眾具足不可計量的微妙功德而且都不會退轉，必定不再墮入三惡道、邊地中。其中很多都是一生補處的菩薩。他們不只在西方淨土中修行，也時常遊至其他諸佛的清淨國土修行，念念增進其殊勝行願。¹⁸³如前所述，極樂國土的眾生從清晨就先取花到無數的他方佛國土，供養諸佛，修布施行。

《大寶積經·無量壽會》詳明說明極樂淨土眾生所修的菩薩行及其功德。這些菩薩眾修習六度四攝，對一切眾生有大慈悲的利他心，因而在戒定慧三學精勤修學，自利利他，不僅調伏自己，也要調伏教化其他眾生，勇猛精進、覆護眾生。所有行持皆與一切智相應，而且勤修深法，求法不倦，進而時常勤加演說以利益眾生。這些淨土菩薩圓滿智慧、辯才善根，於諸佛所植眾善本，具足福慧。¹⁸⁴這些菩薩為了利益眾生，在殊勝的西方淨土勇猛精進地修行。這提示我們也要在個

¹⁸⁰ 「彼諸菩薩及聲聞眾若入寶池，意欲令水沒足，水即沒足；欲令至膝，即至于膝；欲令至腰，水即至腰；欲令至頸，水即至頸；欲令灌身，自然灌身；欲令還復，水輒還復。調和冷煖，自然隨意，開神悅體，蕩除心垢，清明澄潔，淨若無形。」，T12, no. 360, p. 271, b9-14。

¹⁸¹ 「彼極樂世界所有眾生，或已生、或現生、或當生，皆得如是諸妙色身，形貌端正，神通自在，福力具足，受用種種宮殿園林、衣服飲食、香華瓔珞，隨意所須，悉皆如念，譬如他化自在諸天。」，T11, no. 310, p. 97, a25-29。

¹⁸² 《佛說阿彌陀經》，T12, no. 366, p. 347, b1-2。

¹⁸³ 《稱讚淨土佛攝受經》：「極樂世界淨佛土中，無量壽佛常有無量聲聞弟子，一切皆是大阿羅漢，具足種種微妙功德，其量無邊不可稱數。……無量壽佛常有無量菩薩弟子，一切皆是一生所繫，具足種種微妙功德，其量無邊不可稱數，假使經於無數量劫讚其功德終不能盡。……若諸有情生彼土者皆不退轉，必不復墮諸險惡趣、邊地下賤蔑戾車中，常遊諸佛清淨國土，殊勝行願念念增進，決定當證阿耨多羅三藐三菩提。」，T12, no. 367, p. 349, c10-24)。

¹⁸⁴ T11, no. 310, p. 98, c22-p. 99, c4.

人的生活範圍成就一方淨土，以大慈悲心對待一切眾生，為了利益諸有情而精進修行。就自然農法而言，農夫就要思考如何在自己的農田裡做到自利利他，普利一切有情，而不是僅止於不傷害蟲、鳥等眾生。

（四）嚴淨佛土

菩薩因不忍眾生苦的大悲心，為了救度他們，使其脫離輪迴的生死苦海乃至成佛，於是發願嚴淨佛國土，以攝受眾生來此淨土修行。如《大般若波羅蜜多經·願行品》云：「有菩薩摩訶薩具修六種波羅蜜多，見諸有情墮三惡趣，受諸劇苦。見此事已，作是思惟：『我當云何方便濟拔，令其永離三惡趣苦？』既思惟已，作是願言：『我當精勤無所顧戀，修行六種波羅蜜多，成熟有情、嚴淨佛土，令速圓滿疾證無上正等菩提，我佛土中得無如是三惡趣名，一切有情皆善趣攝。』」¹⁸⁵也就是修六波羅蜜的菩薩行者見到眾生在三惡道受諸苦，而思惟要用什麼善巧方便來救濟這些苦難的有情永離惡趣，而後發願精進勤修六度以莊嚴佛土、令眾生成就。莊嚴佛土是菩薩行者的重要修持。菩薩不只是一要幫助眾生修行，也讓自己因此能達到究竟的佛果位。《摩訶般若波羅蜜經·遍學品》也說：「若不淨佛國土、成就眾生，不能得一切種智」。¹⁸⁶可見嚴淨佛土是菩薩的自利利他行，在利他中完成自利。

菩薩的莊嚴淨土是為了成就眾生而修，眾生對菩薩的淨土而言是重要的基本要素，眾生是菩薩修淨土的依據，如《維摩詰所說經·佛國品》說：

眾生之類是菩薩佛土。所以者何？菩薩隨所化眾生而取佛土，隨所調伏眾生而取佛土，隨諸眾生應以何國入佛智慧而取佛土，隨諸眾生應以何國起菩薩根而取佛土。所以者何？菩薩取於淨國，皆為饒益諸眾生故。譬如有人，欲於空地，造立宮室，隨意無礙；若於虛空，終不能成！菩薩如是，

¹⁸⁵ T07, no. 220, p. 275, c25-p. 276, a3.

¹⁸⁶ T08, no. 223, p. 382, c17-18.

為成就眾生故，願取佛國，願取佛國者，非於空也。¹⁸⁷

由上述引文可知，不同類別的眾生是菩薩設立其佛國淨土的依據。菩薩從四方面來觀察眾生之類，亦即一、取何種國土才能使有情生起功德；二、以怎樣的國土方能調伏眾生，使煩惱不起；三、要取何種國土才能讓眾生契入佛的智慧；四、要以什麼樣的環境才能使有情生起菩薩善根。¹⁸⁸為了饒益有情、救度眾生，因而必須觀察眾生不同的根性，而決定所要建立的佛國淨土。設立適應眾生根器的淨土，以便讓眾生能在此殊勝美妙的環境修行而有所成就。這才是大乘菩薩行者所要修的淨土行。

菩薩要如何進行莊嚴國土的修持？在《華嚴經·世界成就品》中即有詳細的說明如下：

一切剎海諸莊嚴，無數方便願力生，一切剎海常光耀，無量清淨業力起。
久遠親近善知識，同修善業皆清淨，慈悲廣大遍眾生，以此莊嚴諸剎海。
一切法門三昧等，禪定解脫方便地，於諸佛所悉淨治，以此出生諸剎海。
發生無量決定解，能解如來等無異，忍海方便已修治，故能嚴淨無邊剎。
為利眾生修勝行，福德廣大常增長，譬如雲布等虛空，一切剎海皆成就。
諸度無量等剎塵，悉已修行令具足，願波羅蜜無有盡，清淨剎海從此生。
淨修無等一切法，生起無邊出要行，種種方便化群生，如是莊嚴國土海。
修習莊嚴方便地，入佛功德法門海，普使眾生竭苦源，廣大淨剎皆成就。
力海廣大無與等，普使眾生種善根，供養一切諸如來，國土無邊悉清淨。¹⁸⁹

可見菩薩在因地時就要發願，造作無量的清淨業，長久以來必須親近善知識，使所修善業皆為清淨，以慈悲心平等遍滿一切眾生。一切法門菩薩都要修習，六度

¹⁸⁷ T14, no. 475, p. 538, a21-29.

¹⁸⁸ 印順（1992），《淨土與禪》，頁 39-40。

¹⁸⁹ T10, no. 279, p. 37, b7-24.

萬行是必要的實修，為了利益眾生修諸勝行，累積無量功德，所有修行功德迴向嚴淨國土的完成。菩薩莊嚴國土的目的是要教化有情，使其究竟斷除苦的根源，具有大乘根性，普修菩薩行以積功累德，令無邊國土皆清淨。

「莊嚴佛土，成熟眾生」是菩薩邁向成佛之道的重要修持。為了利益眾生，而莊嚴佛土，以提供眾生理想的修行環境。這提示我們在面對現世嚴重破壞的環境與受苦的眾生，也應該效法菩薩嚴淨佛土的大願大行，關注、淨化所處的環境以利益眾生。因為良好的環境有助於眾生減少煩惱、獲得安樂，乃至能好好修行。雖然無法如菩薩能創造出理想殊勝的淨土環境，但至少能讓此土環境達成部分的淨化，修習菩薩道本該有這樣的悲心弘願。

本章小結

眾生所居住、生存的環境，亦即世間，其梵文、巴利語源 *loka* 有破壞之意涵。也就是說世間具有毀壞、變易的特質，因無常而變化不已，並非恆常不變者。世間會經歷成住壞空的過程，但眾生的惡行會加快其毀壞的速度。這從我們現今所處的環境遭受嚴重破壞的狀況，即可看出這樣的現象與趨勢。眾生與其生存的器世間有非常密切的關聯。眾生所造作的業力會導致世間的生滅變異。因眾生造作的共業而有種種差別的世間產生，亦即眾生的共業善則招致良好、殊勝的環境；而惡的共業則招致不善、苦難的生存空間。環境的變化與眾生的業行是息息相關。對於眾生生存、輪迴所在的世間，佛陀指示世間一切皆不可樂，要我們明白世間的無常、苦、無我，不可耽溺於對世間的享樂，要有出離心，厭離對世間的貪愛與執著。

面對不圓滿的世間，我們尚須藉此環境修行，以出離生死輪迴苦。佛經中明白指示森林、荒野是理想的禪修之處。在如此寂靜、無世俗干擾的環境，令人心舒暢的景色對於專注禪修極有助益。然而，經中也指出森林中有蚊蚋、毒蛇、猛獸的威脅，但僧人因修習慈心的緣故，而能與眾多動物和諧共處，並不會被猛

獸所傷害。對於自然界的險惡，修行者不畏恐懼、艱難，以堅定的意志與正念來面對。採行自然農法的土地因不施用農藥、化學肥料與有機肥料、不除草，而保有生物多樣性，在如此豐富多元的生態環境中工作，對農夫而言，這裡可以說是他們歡喜修行的場域，不過面對啃食作物的蟲、鳥等小動物、天災以及收成不穩定的狀況時，也正是其修心的時刻。

我們所處的娑婆世界正是《悲華經》所描述的穢土。經中對穢土的描述正好是自然農法所要面對、努力改善的問題。經中談到土地劣化、氣候異常、風雨非時、雨水含毒，農作物更因毒雨水而有毒。這些情況相當於現今的環境危機、食安問題，尤其是大量使用農藥、化肥的慣行農法所造成的結果。人們吃了這些有毒的食物，對身心造成極大的影響，特別是增長瞋恨、嫉妒、傲慢等煩惱，因而有暴怒、相互殘害、頻繁的殺生行為等惡行出現。可見食用無毒、乾淨的食物，不僅能讓身體健康，更重要的是能減少煩惱，這也顯示自然農法對於環境、食物、以及眾生身心健康的價值所在。另外，在理想的淨土環境中，地形平坦、土質柔軟、氣候溫和、有種種可愛的鳥類會宣說佛法，更有各種珍奇的花、草、樹木。淨土是沒有污染的殊勝環境，淨土眾生在此不生煩惱的環境中修行。自然農田對動物而言，是不受傷害的安樂國土；對農夫而言，也是其修行的場所，在此植物、動物皆能對其啟示佛法。不論在穢土或淨土，菩薩行者都必須以大悲願嚴淨佛土、教化眾生，將國土轉穢為淨。採行自然農法也同樣需要有大悲願，淨化受汙染的土地、以慈悲護生的心種植無毒、健康的農作物，利益眾生。農夫在自然農田修淨土，在穢土環境中致力於創造個人的淨土，努力將穢土轉為淨土，做到部分的淨化，由此而朝向全面的淨化世間的理想。

第三章 佛教的眾生觀與自然農法

如前所述，眾生與世間具有緊密的關聯。世間的狀況是眾生的共業所感招。現代的環境破壞、氣候異常、空氣污染、生態危機等種種問題，也都是眾生尤其是人類所造成，然而眾生也必須共同生活在這樣遭受破壞的生存空間，一起承受惡業果報。本章將先討論眾生的概念，其次探討佛教對人類的觀點，最後論述佛經中的動物觀，進而試探與自然農法之關係連結。

第一節 眾生的概念

眾生有不同的其他漢譯，最常見的是「有情」。本節將先解析眾生的梵文、巴利語詞的意義，並討論聲聞經典中常見的眾生的若干同義詞，以及在大乘佛教中的同義詞。之後再從四生、六道論述眾生的生命形態。

一、眾生、有情 (satta/sattva) 的意涵

眾生的梵文、巴利原語分別是 *sattva* 與 *satta*，是由表存在之意的動詞語根 \sqrt{as} 或 \sqrt{sant} 所形成的詞語。在漢譯上，除了譯作眾生，尚有譯為有情、含識、含生、含靈、群生、群萌等詞，不過，最常見的還是眾生與有情這兩個譯詞。眾生是羅什所譯，而有情則是玄奘的翻譯。《成唯識論述記》對此的解釋為：「梵云薩埵，此言有情。有情識故。今談眾生有此情識，故名有情。無別能有。或假者能有此情識，故亦名有情。又情者，性也，有此性故。又情者，愛也，能有愛生故。」¹⁹⁰ 也就是有情一詞強調眾生有情識或情愛的意思。印順法師也說明：有情愛或情識，即是有精神活動，因有情以情愛或情識為本，對於自我以及生存的環境有所執愛，所以不易解脫繫縛，而在世間輪迴不已。¹⁹¹

¹⁹⁰ T43, no. 1830, p. 233, c29-p. 234, a4.

¹⁹¹ 參印順（1991），《佛法概論》，頁 41-42。

其實眾生也可能源自另一個動詞語根√sañj，為執著之意。在《相應部》(SN III.190)對眾生有如下的解釋：

「大德！眾生，說眾生者，如何而稱為眾生？」「羅陀！於色有欲、貪、喜、愛，於此染著、纏綿，故名為眾生。於……受……想……行……識有欲、貪、喜、愛，於此染著、纏綿，故說為眾生。」¹⁹²

可見眾生對於五蘊產生欲求、貪愛、歡喜、渴愛而有所執著，極為執著。也可以說因為有強烈的情執、愛著而難以脫離生死苦海。《雜阿含經·1016經》也說：「愛欲生眾生，意在前驅馳，眾生起生死，苦法不解脫。」¹⁹³眾生因愛欲而生，因意念而造作諸業，於是在六道中生死輪迴，因而無法解脫。換言之，若能滅除貪欲、渴愛，則能脫離世間的輪迴。

渴愛跟眾生的執著有何關聯？從上述對眾生定義的解釋可以看出，眾生的意思——執著，更具體地來講，所呈顯的是對五蘊的渴愛。因此要談論眾生的時候，就是要把其重要的本質——渴愛——列為討論的重點。渴望與執著有非常密切的關聯，在《增支部》(AN II.212)中，說明對渴愛的執著，如有被網子、糾結的線團、亂草等所覆蓋、纏繞，讓人難以脫離困境。眾生被渴愛產生的執著所繫縛，不僅生生世世在輪迴中流轉不已，甚至是導向不幸的去處——惡趣、苦界。¹⁹⁴在

¹⁹² “satto, satto’ti, bhante, vuccati. Kittāvatā nu kho, bhante, sattoti vuccatī”ti? “Rūpe kho, rādhā, yo chando yo rāgo yā nandī yā taṇhā, tatra satto, tatra visatto, tasmā sattoti vuccati. Vedanāya... saññāya... saṅkhāresu... viññāṇe yo chando yo rāgo yā nandī yā taṇhā, tatra satto, tatra visatto, tasmā sattoti vuccati”. 參《雜阿含經·122經》：「世尊！所謂眾生者，云何名為眾生？」佛告羅陀：「於色染著纏綿，名曰眾生；於受、想、行、識染著纏綿，名曰眾生。」，T02, no. 99, p. 40, a5-8。

¹⁹³ T02, no. 99, p. 265, b25-26.

¹⁹⁴ “Bhagavā etadavoca – ‘taṇhaṃ vo, bhikkhave, desessāmi jāliniṃ saritaṃ visaṭaṃ visattikaṃ, yāya ayaṃ loko uddhasto pariyanaddho tantākulakajāto gulāguṇṭhikajāto muñjapabbajabhūto apāyaṃ duggatiṃ vinipātaṃ saṃsāraṃ nātivattati. Taṃ suṇātha, sādhukaṃ manasi karotha; bhāsissāmi’ti.”(「諸比丘！為汝等說如網之流轉、瀰漫、膠著、渴愛，此世之人，為其所攻、所纏，如絲之所縛，如亂絲纏繞，如鉤藤、刺籬，不越於無福處、惡趣、險難、輪迴，聞之者，宜善作意，我應當說。」，N20,

佛經裡，渴愛總是跟物欲密切相關。如《增支部》(AN IV.400-401) 剖析九種因渴愛為根本原因而產生的法：

緣渴愛而有尋求、緣尋求而有利得、緣利得而有決定、緣決定而有欲貪、緣欲貪而有耽著、緣耽著而有持有、緣持有而有慳吝、緣慳吝而有守護。因守護而有執杖、執刀、諍訟、爭論、論諍、指責、離間語、虛誑語之種種惡不善法生起。¹⁹⁵

從經文的敘述可知，渴愛作為根本原因而造成後續一連串在心理與行為上的影響，涵蓋身、口、意三方面的惡業。渴愛是想獲得自己所沒有的東西，因而會想辦法去尋求而有所得，得到後又會出現種種的分別、判斷，因而產生要貪著的欲望，於是接著生起執著，進而取得、持有。因為已擁有所想要的而心生慳吝，深怕失去，所以會小心守護。若有人要來奪取，為了保護自己的所有物，則會出現以武器來保護防禦，或是爭吵、斥責、說謊等種種不善的行為。當然因渴望而造作惡業，未來必定投生於惡趣。因此，《經集》(Sn. 706) 也告訴我們：「凡夫所執著的欲望和貪欲，明眼人應捨棄之，如此而能夠度過此地獄。」¹⁹⁶ 也就是有智慧的人應洞悉貪欲、執著的過患，進而捨棄凡夫所執著的渴愛，因而能脫離充滿苦的惡趣乃至輪迴的桎梏。

在聲聞經典中的渴愛並非只是單純的物欲，它其實是一切惡行、貪、瞋、疑

no. 7, p. 340, a11-13 // PTS. A. 2. 211 - PTS. A. 2. 212。參相對應的《雜阿含經·984 經》：「我今當說愛為網、為膠、為泉、為藕根。此等能為眾生障、為蓋、為膠、為守衛、為覆、為閉、為塞、為闇冥、為狗腸、為亂草、為絮，從此世至他世，從他世至此世，往來流轉，無不轉時。」，T02, no. 99, p. 256, a18-22。

¹⁹⁵ “Taṇhaṃ paṭicca pariyesanā, pariyesanaṃ paṭicca lābho, lābhaṃ paṭicca vinicchayo, vinicchayaṃ paṭicca chandarāgo, chandarāgaṃ paṭicca ajjhosānaṃ, ajjhosānaṃ paṭicca pariggaho, pariggahaṃ paṭicca macchariyaṃ, macchariyaṃ paṭicca ārakkho, ārakkhādhikaraṇaṃ daṇḍādānaṃ satthādānaṃ kalahaviggahavivādatuvaṃtuvaṃ- pesuñña-musāvādā aneke pāpakā akusalā dhammā sambhavanti.”

¹⁹⁶ “Hitvā icchañca lobhañca, yattha satto puthujjano; Cakkhumā paṭipajjeyya, tareyya narakam imam.”

諸煩惱的根本原因。如《中部·正見經》(MN I. 51)上說明通達渴愛之義的佛弟子即是走向解脫之道。所謂渴愛，是對色、聲、香、味、觸、法的六種渴愛。而由於受的集，而有渴愛的集，反之，由於受滅，渴愛也因此而滅。八正道即是通往渴愛滅盡之道。¹⁹⁷由此可知，要滅除渴愛，解脫生死輪迴，就是要修八正道，方能成就。

此外，在早期經典中，尚有若干眾生的同義詞，常可見“*sabbe sattā sabbe pāṇā sabbe bhūtā sabbe jīvā*”¹⁹⁸（一切有情、一切生類、一切有類、一切有命者）的套語。此一套語是出現在描述外道思想，即末伽梨瞿舍利（Makkhali Gosāla）的無因無緣論，一切眾生「無自在力、無力、無精進力」¹⁹⁹的經文中。“*sattā*”前面已有敘述，以下則說明其他三個詞的語意，“*pāṇa*”是源自梵語“*prāṇa*”，原本的意思是指「呼吸」，由呼吸而衍生為眾生之意；“*bhūta*”是源自表「存在」之意的動詞語根√*bhū*，意為已存在或已生者。“*jīva*”原來有「靈魂」或「壽命」的意思，因而意味著有生命者。有時也會看到“*pāṇabhūta*”的複合詞，同樣是表示眾生的意思，如《慈經》的“*ye keci pāṇabhūtatti*”（無論是任何存在的眾生）。

《長部注釋》(DN.A I.161)對末伽梨瞿舍利思想裡眾生的同義詞加以解釋，²⁰⁰“*sattā*”（眾生）即是將駱駝、牛、驢等包括無餘。“*pāṇa*”是指有一根或兩根的眾生，

¹⁹⁷ 「諸賢！若聖弟子知渴愛、知渴愛之集、知渴愛之滅、知達渴愛滅之道者，如是之聖弟子具正見……乃至……達此正法。諸賢！如何是渴愛？如何是渴愛之集？如何是渴愛之滅？如何是達渴愛滅之道？曰：此等有六渴愛聚：色渴愛、聲渴愛、香渴愛、味渴愛、觸渴愛、法渴愛。因受之集，而有渴愛之集；因受之滅，而有渴愛之滅。其八支聖道者，是達渴愛滅之道也，即正見……乃至……正定。諸賢！聖弟子如是知渴愛之集、如是知渴愛之滅、如是知達渴愛滅之道，彼普捨貪隨眠……乃至……於現法為苦滅。如是聖弟子具正見……乃至……則達此正法者也。」N09, no. 5, p. 66, a5-11 // PTS. M. 1. 51。

¹⁹⁸ 如《長部·沙門果經》(DN I.53)、《中部·無戲論經》(MN I.407)。

¹⁹⁹ “*Sabbe sattā sabbe pāṇā sabbe bhūtā sabbe jīvā avasā abalā avīriyā*”。

²⁰⁰ “**Sabbe sattāti** oṭṭhagoṇagadrabhādayo anavasese pariggaṇhāti. **Sabbe paṇāti** ekindriyo pāṇo, dvindriyo pāṇotiādivasena vadati. **Sabbe bhūtāti** aṇḍakosavatthikosesu bhūte sandhāya vadati. **Sabbe jīvāti** sāliyavagodhumādayo sandhāya vadati. Tesu hi so virūhanabhāvena jīvasaññī.”

但這似乎無法讓人清楚其所指為何。“bhūta”則是指由卵生與胎生的眾生。對“jīvā”的解釋很特殊，這是指稻米、大麥、小麥等植物。因為生命在這些植物中成長、存在，所以他（指末伽梨瞿舍利）認為植物有生命或靈魂。²⁰¹亦即因為有生長的現象而被認為有生命者。由於對上面注釋仍有疑義，因此再根據《長部疏鈔》(DN.T I.288)來說明²⁰²。“sattā”（眾生）是指對色等執著、極為執著，這和上述《相應部》的說法相同。“pāṇa”是因出入息而存在的意思，藉由一根等的分類而說一根。在此標示出“pāṇa”具有呼吸的重要性質。對“bhūta”的解釋是說在卵殼等存在，而說卵殼等，這應該是說明眾生以不同形式存在。至於“jīvā”，則是注解為猶如有呼吸而成長，所以是有命者，因此說如稻米等。由上述的二種注釋書可知，《長部》的注釋家認為植物是眾生，但植物真能呼吸嗎？草木會因為渴愛而對色等五蘊產生執著嗎？這個問題留待後面再討論。

接著再來看《清淨道論》是否也有對“satta”（有情）的若干異名有所說明。²⁰³首先，對於“pāṇa”的解釋是指有氣息者，亦即依出息與入息而得生存的意思，所以譯為「有息者」。其次是“bhūta”，自生而存在的即為「生物」，也就是由發生及出生而存在的意思。接著對「補伽羅」“puggala”的解說，這是指由於表地獄之義的「補」（pun）以及墮於地獄之義的「伽羅」（galanti）而成為「補伽羅」，意指人。

²⁰¹ 參菩提比丘英文編譯，德雄比丘中文主譯（2002），《沙門果經及其注疏》，頁 64。

²⁰² “Sattayogato rūpādīsu sattavisattatāya **sattā**. Pāṇanato assānapassānavasena pavattiyā **pāṇā**. Te pana so ekindriyādivasena vibhajitvā vadatī āha ‘**ekindriyo**’tiādi. Aṇḍakosādīsu bhavanato ‘**bhūta**’ti vuccantī āha ‘**aṇḍakosa...pe... vadatī**’ti. Jīvanato pāṇaṃ dhārentā viya vaḍḍhanato **jīvā**. Tenāha ‘**sāliyavā**’tiādi.”

²⁰³ Vism.310-311: “Pāṇanatāya pāṇā, assānapassāsāyattavuttitāyāti attho. Bhūtattā bhūta, saṃbhūtattā abhinibbattatāti attho. Pūnti vuccati nirayo. Tasmim galantīti puggalā, gacchantīti attho. Attabhāvo vuccati sarīraṃ. Khandhapaṇcakameva vā, tamupādāya paññattimattasambhavato. Tasmim attabhāve pariyāpannāti attabhāvapariyāpannā. Pariyāpannāti paricchinnā, antogadhāti attho. Yathā ca sattāti vacanaṃ, evaṃ sesānīpi ruḥhīvasena āropetvā sabbānetāni sabbasattavevacanānīti veditabbāni. Kāmaṇca aññānīpi sabbe jantū sabbe jīvātīādīni sabbasattavevacanāni atthi, pākāṭavasena pana imāneva paṇca gahetvā “paṇcahākārehi anodhisoparaṇā mettā cetovimuttī”ti vuttaṃ.” 參覺音造，葉均譯（2001），《清淨道論》，頁 312。

最後是解釋“attabhāva”，由於依五蘊所成的肉體而成為生物的概念，所以包含於身體中，而稱為「肉體所有者」。此一語詞依據巴利聖典協會新編的《巴利字典》，是解作身體、個人或眾生的意思。²⁰⁴雖然還有其他同義詞，但覺音論師只取「有情」(satta)、「有息者」(pāṇa)、「生物」(bhūta)、「人」(puggala)、「肉體所有者」或「個人」(attabhāva) 這六個比較顯著的詞，說明以這六種行相修慈心的遍滿。

到了大乘經典，眾生後來也成為「我」的異名之一。如《金剛經》中常見的「我相、人相、眾生相、壽者相」²⁰⁵ (sattvasamjñā pravarteta jīvasamjñā vā pudgalasamjñā vā)，羅什譯出這四個詞，但現存梵文本卻只有三個詞——“satva”(眾生)、“jīva”(壽者)、“pudgala”(人)，可能羅什所根據的是不同的傳本。這幾個語詞都是指「我」的意思，經中並沒有敘述其中有何差別。如印順法師所說的，這些都是從眾生的某一特性而命名。「我」，具有主宰義；「人」，是從生於人道中而言；「眾生」，是就五蘊和合而生，色法和心法的組合而言；「壽者」，是指因業報受生，而有一期的生命相續。²⁰⁶在《摩訶般若波羅蜜經·習應品》出現更多的「我」的同義詞，多達十二個。²⁰⁷雖然《大智度論·習相應品》對這些同義詞一一加以解釋，²⁰⁸但在此只敘述最常見的四個詞語，「我」就是對五蘊妄計有我、我

²⁰⁴ Margaret Cone (2001), *Dictionary of Pali* (Part I, a-k), p. 72.

²⁰⁵ 《金剛般若波羅蜜經》，T08, no. 235, p. 749, a11。

²⁰⁶ 印順 (1972)，《般若經講記》，頁 38。

²⁰⁷ 「如我但有字，一切我常不可得。眾生、壽者、命者、生者、養育眾數人者，作者、使作者，起者、使起者，受者、使受者，知者、見者，是一切皆不可得。」，T08, no. 223, p. 221, c15-18。

²⁰⁸ 「於五眾中，我、我所心起，故名為『我』。五眾和合中生故，名為『眾生』。命根成就故，名為『壽者』、『命者』。能起眾事，如父生子，名為『生者』。乳哺、衣、食因緣得長，是名『養育』。五眾、十二入、十八界等諸法因緣，是眾法有數，故名『眾數』。行人法故，名為『人』。手足能有所作，名為『作者』。力能役他故，名『使作者』。能造後世罪福業故，名『能起者』。令他起後世罪福業故，名『使起者』。後身受罪福果報故，名『受者』。令他受苦樂，是名『使受者』。目覩色，名為『見者』。五識知，名為『知者』。復次，用眼見色，以五邪見觀五眾，用世間、出世間正見觀諸法，是名『見者』，所謂眼根、五邪見、世間正見、無漏見，是名『見者』。餘四根所知及意識所知，通名為『知者』。如是諸法皆說是『神』。」，T25, no. 1509, p. 319, b29-c14。

所；「眾生」則是指由五蘊和合而生；「壽者」意指「命根成就」；「人」則表示能「行人法」。

二、眾生的生命形態——四生、六道

前面已敘述眾生的意義，由於渴愛而有執取，有情因而生生世世在世間輪迴不已。眾生每一期的生命皆會因其所造的業之差別，而有不同的受生，而為不同的生命型態。就有情的產生類別而言，佛典裏有清楚的分類，一般以四生做為分類的標準。如《增壹阿含經》的經文所示：

世尊告諸比丘：「有此四生。云何為四？所謂卵生、胎生、濕生、化生。彼云何名為卵生？所謂卵生者，鷄、雀、鳥、鵲、孔雀、蛇、魚、蟻子之屬，皆是卵生。是謂名為卵生。彼云何名為胎生？所謂人及畜生，至二足蟲，是謂名為胎生。彼云何名為因緣生？所謂腐肉中虫、廁中虫、如尸中虫。如是之屬，皆名為因緣生。」彼云何名為化生？所謂諸天、大地獄、餓鬼、若人、若畜生，是謂名為化生。是謂，比丘！有此四生。諸比丘捨離此四生，當求方便，成四諦法。如是，諸比丘！當作是學。」²⁰⁹

由上引經文可知，四生即卵生、胎生、濕生、化生。經典上只是單純的列舉，但論書對四生有更進一步的解釋。阿毘達磨文獻對四生的解釋加入很多詳細的資訊，包括每一生的出生過程和細節，描述不同類的眾生從何而來，其出生的整個過程。

根據《大毘婆沙論》的說明，卵生者，表示有情被包覆在蛋殼中，需自行破殼而出，如孔雀、鸚鵡等鳥類；胎生者，則是有情住於胎膜中，需破壞胎膜才能出生，如馬、牛、羊等動物；濕生者則是指有情因濕氣而生，在草叢、樹林、腐肉、廁所、池塘、河流、大海等濕潤的地方生存，如飛蛾、蚊、蚰蜒等；化生者

²⁰⁹ T02, no. 125, p. 632, a8-19

是指眾生諸根具足，不用借助任何條件或方式，自然而生，如地獄眾生、天人。

阿毘達磨文獻也提到五趣眾生的產生方式各有不同，其中諸天、地獄眾生皆是化生；餓鬼則有胎生與化生兩類，餓鬼應當也和地獄眾生一樣是化生，但卻也有胎生的餓鬼，《大毘婆沙論》與《俱舍論》都敘述餓鬼胎生者的例子——「如餓鬼女白目連曰：『我夜生五子，隨生皆自食，晝生五亦然，雖盡而無飽。』」²¹⁰一般講到餓鬼的形象通常是極為削瘦、飢餓，咽喉如針那般細，很難找到食物，即使能找到食物，也難以入口，所以總是受飢渴之苦。然而，此處的餓鬼女情況非常特殊，可以日夜生子，甚至把自己的孩子都吃掉，而即使把所生的孩子都吃下肚，還是照樣吃不飽。至於人道和動物，阿毘達磨文獻皆表示這兩道都具有四生。今世人都是胎生。而人由卵生則非常特殊，對此，《大毘婆沙論》解釋「人，卵生者。昔於此洲有商人，入海得一雌鶴，形色偉麗奇而悅之，遂生二卵。於後卵開出二童子，端正聰慧。年長出家，皆得阿羅漢果。小者，名鄔波世羅；大者，名世羅。又如毘舍佉母生三十二卵、般遮羅王妃生五百卵等。」²¹¹人有濕生者，則如「曼馱多遮盧、鄔波遮盧、鵠鬣菴羅衛等。」²¹²人為化生者，則「如劫初人」，即劫初剛從光音天下來人間的眾生。

關於這四生在世間哪一類是最多者，論師們各有不同看法。不過他們對於卵生與濕生的看法卻相當一致，都認為卵生與濕生是四生之中較低劣者——性多愚昧、多惡意與害意、多行惡戒等等，所以聖者不受此二生。²¹³值得注意的是其中

²¹⁰ 《阿毘達磨大毘婆沙論》，T27, no. 1545, p. 626, c22-23；《阿毘達磨俱舍論》，T29, no. 1558, p. 44, a12-13。

²¹¹ T27, no. 1545, p. 626, c24-p. 627, a1.

²¹² T27, no. 1545, p. 627, a1-2.

²¹³ 參《阿毘達磨大毘婆沙論》：「卵濕二生性多愚昧。聖者聰慧故不受彼生。有說：濕卵二生法爾與聖性相違故，聖者不受；有餘師說：彼二生類多惡意樂多害意樂，聖者不爾，意樂唯善；有說：彼二生類多行惡戒，沈溺苦海。聖者已得聖所愛戒，堅固浮囊能越度彼；有說：卵濕二生是傍生類，聖者已得彼非擇滅；有說：卵濕二生多相迫迮，聖者不爾，多寬太業。由如此義，聖者不受彼二生類；有餘師說：聖樂獨處，厭怖重生，而濕生者類多繁雜，諸卵生者類經再生，調出母胎及出卵殼，

提到聖者厭惡怖畏重生，而濕生者種類多且繁雜，這表示濕生者繁衍速度快且多群聚，也就是一再重生。就蚊子、蒼蠅而言，確實如此，壽命雖短，但繁殖效率極高。另外，卵生者反覆再生，尤其「鳥名再生」，表示鳥類的特色是不斷地產卵，因而以「再生」著名。若從卵生與濕生的重生與再生的特性來看，似乎可以說這二生的眾生是最多者。

眾生依其所造作的種種業而投生不同的去趣。如《雜阿含經·1227 經》說：「一切眾生類，有命終歸死，隨業所趣，善惡果自受。惡業墮地獄，為善上昇天，修習勝妙道，漏盡般涅槃。」²¹⁴經文指出造善業所感得的果報是生天，而造惡業的果報是墮地獄。唯有滅盡煩惱、證得涅槃，才能不再輪迴受生，脫離由業導向的去處。經中只提到天界與地獄作為善惡去處的代表，而其實總共有「六趣」，通常稱作「六道」，即三善道與三惡道——天、人、阿修羅與地獄、餓鬼、畜生。而未將阿修羅納入的，即稱為「五趣」。印順法師解釋：「趣」，表示「趣向」之意，就是隨業而往生的所在，共有五趣，若加上阿修羅（意譯為非天）即為「六道」，「道」即是「趣」的別譯。在大小乘經論中，有的說五趣，有的說六道。阿修羅大多住在大海中，數量不多，所以若歸在鬼趣或傍生趣，就合為五趣。²¹⁵可見阿修羅並沒有固定屬於哪一道，郭忠生指出關於阿修羅的歸類共有鬼道、鬼畜二道以及天鬼畜三道的不同說法，顯示阿修羅是相當特殊的一類有情及其歸類上的困難。²¹⁶

眾生因其業報在六道中受不同程度的苦，如《大智度論·摩訶衍品》中所說：

故世間說梵志沙門。鳥名再生，象名再飲。是以聖者不受彼生；有餘師說：卵濕二生多無依怙，聖者成就勝依怙法，故不受彼生。由此有如是說。」，T27, no. 1545, p. 627, a4-19。

²¹⁴ T02, no. 99, p. 335, c9-12.

²¹⁵ 印順（1993），《成佛之道》，頁 74。參《正法念處經》：「大海地下天之怨敵，名阿修羅，略說二種。何等為二？一者鬼道所攝；二者畜生所攝。鬼道攝者，魔身餓鬼有神通力；畜生所攝阿修羅者，住大海底須彌山側，在海地下八萬四千由旬。」，T17, no. 721, p. 107, a12-16。

²¹⁶ 郭忠生（1996），〈六道與五道〉，頁 151。

「六道眾生皆受身心苦惱，如地獄眾生拷掠苦，畜生中相殘害苦，餓鬼中飢餓苦，人中求欲苦，天上離所愛欲時苦，阿修羅道鬪諍苦。」²¹⁷經文表示六道輪迴中的眾生都有身、心上的苦惱。即使生在天界享樂，天福享盡，要離開所愛欲的天界時，則會有愛別離苦；人類則有種種欲求的苦；而阿修羅好與諸天爭戰，因此受鬪諍苦。善趣的人、天都如此受苦，更遑論三惡道眾生。地獄眾生必須受刑罰的劇苦，畜生受相互殘害的苦，餓鬼自然是受飢餓難耐的苦。

《佛為首迦長者說業報差別經》又更詳細地說明眾生各因造作何種業而生於六趣。²¹⁸就三惡道而言，若身口意行「重惡業」、有邪見——斷見、常見、無因見、無作見、無見、邊見，以及不知恩報者，即因此而得墮地獄的果報。而如果身口意行「中惡業」，因貪瞋癡造作諸惡業、對眾生惡口與惱害、布施不淨物、行邪淫，則會得畜生報。投生餓鬼者，是因為身口意行「輕惡業」、貪欲多、嫉妬、邪見，以及生前因愛著自己的財物、飢餓、口渴而死者。可見三惡道中地獄是業報最重者，因其惡心惡行最重，如《中阿含經》也說「有二十一穢污於心者，必至惡處，生地獄中」。²¹⁹其次惡業報較輕者是畜生，會惱害與毀罵其他眾生，而且淫欲較重；而餓鬼是三者之中業報最輕，其特性是貪欲較重。至於阿修羅是因為身口意行「微惡業」，慢心極重而受此業報。而人道則是由於行十善業而感得人身的果報。天界眾生還分因修行增上十善業而生欲界天；修十善及四禪而生色界天；修四無色定而生無色界天。

在人類求取資源圖生存的時，必然與這些不同趣的眾生有往來關係。即便採取自然農法種植食物，仍不得不整理田地，驅除某些妨礙作物成長的其他物類。這情形下以人生存為本的作為之下，如何才能食物有產量且不破壞生態循環又不造惡業？這確實是做為佛教徒首當關切的重要問題。以下先就佛教對人類的概念

²¹⁷ T25, no. 1509, p. 395, a7-10.

²¹⁸ T01, no. 80, p. 893, a13-b12.

²¹⁹ T01, no. 26, p. 575, a25-26。

說起。

第二節 佛教的人類觀

人類是萬物之靈、人定勝天都是常聽到的說法，彷彿人類具有極崇高的地位與權力、能力。若有此想法者，以為「天地之間萬物皆備於我」，則可能會對環境資源、物種造成剝削、操控的結果。佛教對人類的概念是如何？本節將先探討人類在六道中的地位，再來討論以人為本與人類中心論的議題。

一、人類在六道中的地位

眾生無始以來在六道中輪迴，能夠生為人的機會其實很難得。佛經中常以「盲龜浮木」的譬喻來說明人身的稀有難得。如《雜阿含經·406經》說愚癡凡夫在五趣中漂流，不行正法、不行善，輾轉互相殺害、強者欺凌弱者，造作無量惡業，因此想要暫得人身，比盲龜百年值遇浮木孔還難。²²⁰雖然修十善可得生天的果報，生於天界享樂，但福報享盡時，依然要再繼續輪迴。而且可能在天界時耽溺於五欲之樂，忘了要繼續行善、累積功德，所以天壽享盡時，就極有可能墮入惡趣。「人身難得，佛法難聞」一直是佛教強調的重要觀念。能夠獲得人身已屬不易，又能有機會聽聞佛法更是難得。如前所述，眾生因渴愛、執著而在生死苦海中流轉。若要脫離輪迴之苦，則必須藉由修持聖道，斷除渴愛、貪欲等諸煩惱。也因此必須有機會接觸佛法，聽聞佛法，進而思惟法義，而後依佛法所示精進修持，如此才得以滅盡煩惱，證得涅槃，而永脫生死輪迴。

六道之中，三惡道眾生難有機會聽聞佛法，更遑論修學佛法，尤其地獄眾生終日都在受無盡的刑罰之苦，餓鬼也在受強烈的飢餓之苦，根本不可能會想到要修行。畜生大多愚癡，因而無法了解佛法。阿修羅慢心重、瞋心強，好與諸天鬪

²²⁰ T02, no. 99, p. 108, c7-17.

爭，也不可能修學佛法。天界又太過享樂，不會想到要學佛。因此可以說人間是才最能修學佛法之處。如印順法師所說，人類位居五趣的中央，上有享樂天堂，下是極苦地獄；兩旁是畜生與餓鬼，雖然也在此人間，但遠不如人類。因此唯有人類才是五趣的中心，是有情上升下墮的樞紐。²²¹也就是惡趣太苦，無法修行；天界太樂，只顧享樂，無心修行，恐怕只能走向墮落；人間雖然也有苦，但苦樂摻雜，也因此才能察覺世間的苦難，進而想要修行以滅苦、得解脫。

印順法師認為，人有三種特質勝過其他界的眾生，亦即人類有「慚愧」、「智慧」、「堅忍」這三項特勝，這也是別趣眾生所欠缺的能力，以下分別說明之。²²²就「慚愧」而言，這是人與畜生的差異所在。根據《清淨道論》（Vism. 464-465）的解釋，「慚」是對身的惡行感到不安，與「恥」同義，有厭惡邪惡的特相與不作諸惡的作用；「愧」是畏懼身的惡行，與「怖惡」同義，有畏懼邪惡的特相以及不作諸惡和畏懼諸惡的作用。慚與愧以退避諸惡為現狀，以尊重自己為慚的近因，尊重他人為愧的遠因。論中又以譬喻來說明，尊重自己，以慚捨惡，如良家婦女；尊重他人，以愧捨惡，如諸淫女。²²³《成唯識論》的解說則是「云何為慚？依自法力崇重賢善為性，對治無慚，止息惡行為業，謂依自法尊貴增上，崇重賢善，羞恥過惡。對治無慚息諸惡行。云何為愧？依世間力輕拒暴惡為性，對治無愧，止息惡行為業。謂依世間訶厭增上。輕拒暴惡羞恥過罪。」²²⁴也就是說慚是依自力能崇敬賢善者，並對惡行感到羞恥，是對治無慚以止息諸惡行。慚是因自己的覺察力而止惡；而愧則是因他人訶責、譏嫌而拒絕暴惡、對治無愧，止息惡行。有慚愧者對於造作諸惡會感到羞恥與畏懼，會自我檢討而能防非止惡。至於「智慧」，三惡道眾生缺乏智慧，其所有行為都是依本能而做。相對地，人能夠

²²¹ 釋印順（1991），《佛法概論》，頁 50。

²²² 釋印順（1991），《佛法概論》，頁 52-54。

²²³ 覺音造，葉均譯（2001），頁 476-477。

²²⁴ T31, no. 1585, p. 29, c13-18.

從憶念中進一步理性思惟、抉擇，有解決問題的智慧。人有世俗智，用以解決俗世的諸多問題，包含環境、身心方面的改善；更有出世間智，能洞察世間真相，斷除煩惱，而達到究竟的解脫。在「堅忍」的特勝方面，由於人類生於娑婆世界，因此必須而且也能夠忍受諸多的苦難。人類有此忍耐的特性，而有堅強的毅力與決心，可以堅持到底，完成目標。特別是對於自利利他的善業，更能發揮難行能行、難忍能忍的精神，以達到究竟圓滿的境地。此外，《起世經》等說人類有「勇猛」、「憶念」、「梵行」三事勝於諸天，²²⁵這三者其實同於「堅忍」、「智慧」、「慚愧」。勇猛相當於堅忍，由憶念而有智慧，有梵行即有慚愧。

如此，佛教說人類特質殊為難能，於今環境被人類胡亂破壞，地球慘遭毀壞，是誰該對此「慚愧」？奮發「堅忍」心志以挽救？如何的「梵行」才能回復環境健康？不只是開發中國家或各國政府、大企業、工廠老闆等該省思，仰靠大地生產過活的農夫們也難辭其咎。人類自作聰明弄壞這世界，一定也有能耐有智慧寬解這難題危機。而不管工業多麼發達、科技已如何先進，環境的問題還是得回到最為根本的農業，也就是與運用自然直接關聯的農業開始，自然農法是可行之道，農夫更是其中最為關鍵的人類，怎可不論究人之居心與見解是否正當？

二、以人為本與人類中心主義

依前面所述，人類是五趣的中心，是有情升墮的樞紐。人類擁有其他諸趣所沒有的三種特勝，因而得以修學佛法。也就是說唯有生為人，才能學佛，藉由精進修行、斷煩惱，而達到解脫輪迴的終極目標。印順法師也明白表示釋尊的教法

²²⁵《阿毘達磨大毘婆沙論》：「契經說：人有三事勝於諸天。一勇猛。二憶念。三梵行勇猛者。謂不見當果而能修諸苦行。憶念者。謂能憶念久時所作。所說等事分明了了。梵行者。謂能初種順解脫分順決擇分等殊勝善根。及能受持別解脫戒。由此因緣故名人趣。」，T27, no. 1545, p. 867, c19-25。

《長阿含經·世記經》：「閻浮提有三事勝鬱單曰。何等為三？一者勇猛強記，能造業行。二者勇猛強記，能修梵行。三者勇猛強記，佛出其土。」，T01, no. 1, p. 135, c5-8。

是「志度一切有情而特以人類為本」²²⁶。如此看來，人類似乎在六道中擁有最高等的地位，如此會不會讓人以為佛教是人類中心主義？雖不免有此可能，但還是需要深入探討，不可蓋括來說。林建德也指出，印順法師確實賦予人類較高的身份地位，而有「人類中心主義」(anthropocentrism)的傾向，但他認為法師主要是在於肯定人類有道德能力與道德義務，而不在於提高人類的權利，認為人類對其它眾生擁有「特權」，而落於「人類沙文主義」(Human Chauvinism)。相反的，人類對其他眾生有更高、更多的道德義務。²²⁷因此可以說，人類雖然有較高階的地位，但這並非表示人可因此對其他有情享特權，反而是要對所有的眾生負有關愛、保護的責任。佛教說人類為本的思想是在對這世間的責任上定義，而不是強調人類對於世界萬物具有主宰控制權。

Sahni也表示在佛教的宇宙觀中，儘管生為人有機會證涅槃，但人界的地位並不是六道輪迴中最高的，而是處於中間。亦即人的地位是核心，但卻不是最高等的。人在世間所扮演的角色是最重要的。至於價值的問題，佛教似乎不區別內在價值與工具價值。工具價值有負面意義，許多環境主義的學者主張唯有證明事物有內在價值，才有可能尊重與保護自然。Yrjo Haila與Richard Levins認為將自然界純粹視為工具的看法是自我矛盾。他們質疑如何能將個人與作為工具的自然界加以區隔，因為人類是自然界的一部分，依賴大自然而存活，由此關聯，不可能將自然界視為工具。在早期佛教，人與自然界之間並不存在區隔，萬物皆有其獨特的地位與角色。²²⁸

從佛教的宇宙論探討自然界，可發現環境倫理學者會面對的難題：人類優等的價值。由於佛教重視人界，因其是能證得生命最高目標的一界，可以說人類的

²²⁶ 印順(1992)，《印度之佛教》，頁序2。

²²⁷ 林建德(2015)，〈「人類為本」與「眾生平等」——印順法師「人間佛教」觀點下的動物保護〉，頁204。

²²⁸ Pragti Sahni (2008), pp.78-79.

生命是最有價值的。而人類中心主義認為人很重要，唯有人類具有價值或最高的價值，因此將佛教視為人類中心主義，這個看法是粗糙不妥的。然而人類中心主義也並非只是一般認為的，環境倫理中有害的道德立場，會導致對自然剝削的簡單看法。²²⁹以下即說明不同的人類中心主義：

（一）不同層面的人類中心主義

人類中心主義意味著人類的利益為中心，所以其他的一切事物成為有工具價值。此立場會導致容許濫用自然資源與虐待動物。Sahni 指出有學者將人類中心主義與自我中心主義相提並論。此立場遭到環境論學者指責為歧視與偏執，然而這是單方面的了解，尚須考慮其他兩個人類中心說的主張：弱的人類中心主義（*weak anthropocentrism*）與人的觀點（*human perspective*）。環境論的學者說人類中心主義是從人的觀點以及人本的價值真正了解世界，所以不能忽視。也有學者提出可以對人類中心主義採取較溫和的表達方式，即弱的人類中心主義，此立場主張人類不需要忽視自己的利益，而同時人類在道德上可增進對他者的尊敬。²³⁰弱的人類中心主義明白，每個人的行為對世界都有影響。出於自私的行為會造成貶低自然資源，而出於關懷或更高的目標會有不一樣的結果。人類天生有能力可以透過修習慈悲喜捨增進世界的美與價值。若以此對待自然，則可能達成保護環境的目標。然而，弱的人類中心主義也面臨人類的生存利益與非人類的利益產生衝突時的問題。²³¹不同物種為求生存而有衝突、對立是自然生態的規律內容，不能避免的，但是，以人類的優勢如何於其中保持生態鏈的循環流暢，而不斷裂、攪亂生態秩序，是需要人類智慧來因應。

（二）弱的人類中心主義與佛教的自利利他

²²⁹ Pragti Sahni (2008), pp.79-80.

²³⁰ Pragti Sahni (2008), pp.80-81.

²³¹ Pragti Sahni (2008), pp.82-83.

佛教重視人類，唯有人能證涅槃，強調人類生活的重要性。佛經裡提到為了他人的利益，不管有多大，也不該忽略自己的利益。如《法句經》(Dhp.166)所說的「莫以利他事，忽於己利益。善知己利者，常專心利益。」²³²經中所說的自己的利益是指涅槃，因此這似乎會讓人以為佛教是很自我中心的。也就是說，早期佛教只追求個人解脫而不關懷其他受苦眾生的利益，因而被視為是人類中心主義。而 Sahni 指出佛教並非強烈的人類中心主義，因為解脫之道也需要利他的道德修持，因此佛教可說是弱的人類中心主義。²³³

從佛教強調的自利利他觀而言，確實可以說佛教不是一般人誤以為自私自利的人類中心主義。在《相應部》(SN V.169)中佛陀先講述竹竿特技師徒的故事，表示師徒兩人都必須專心地相互護持，才能順利完成特技表演。接著告訴弟子：「保護自己時則保護他人；保護他人時則保護自己。」教導弟子必須先修四念處以保護自己，如此也能保護他人。而且也必須修忍辱、不殺生、慈心、悲愍以保護他人，也保護自己。《中部》(MN I.45)也以自己陷於泥沼中是不可能幫助其他陷入者離開泥沼的譬喻，表示唯有自利而後才能利他。甚至在《增支部》講到四種人類(補特伽羅)時，還特別強調能夠自利而利他的人類才是最殊勝的。如經云：

世間存在此四類人，四者為何？既不自利亦不利他之行者、利他而不自利之行者、自利而不利他之行者、既自利又利他之行者。……此中，既自利又利他之行者在此四類人中，為第一、最勝、上首、最上、極勝者。²³⁴

也就是說，自利與利他並不相互牴觸，且能同時做到自利與利他者是最殊勝的。

²³² B07, no. 17, p. 57, a3 .(“Attadattham paratthena, bahunāpi na hāpaye; Attadatthamabhiññāya, sadatthapasuto siyā.”)

²³³ Pragti Sahni (2008), pp.85-86.

²³⁴ “Cattārome, bhikkhave, puggalā santo samvijjānā lokasmiṃ. Katame cattāro? Nevattahitāya paṭipanno no parahitāya, parahitāya paṭipanno no attahitāya, attahitāya paṭipanno no parahitāya, attahitāya ceva paṭipanno parahitāya ca.... evamevaṃ kho, bhikkhave, yvāyaṃ puggalo attahitāya ceva paṭipanno parahitāya ca, ayaṃ imesaṃ catunnaṃ puggalānaṃ aggo ca seṭṭho ca pāmokkho ca uttamo ca pavaro ca.”

此外，在阿蘭若修頭陀行的比丘往往讓人以為，他們只專注於追求個人的解脫，不關注世間與度化世人，然而在《相應部》(SN II.203-204)也提及住在阿蘭若的比丘也可能關懷他人，並能激勵未來的比丘及其修行。²³⁵

就農法而言，採行慣行農法者，為了自己的利益，能有好的收成、豐碩的產量，忽略對環境的破壞與對眾生的傷害。大量使用農藥、化肥，既毒害土地乃至整個環境，殺害田裡的小動物，也傷害食用消費者的健康。慣行農法可說屬於自利型，亦即強烈的人類中心主義。相反地，採用自然農法者，關心層面廣，除了能維持自己的生計，同時也關懷整個環境、小動物以及消費者。因此不願意施用農藥、化肥乃至有機肥料，避免殺生，而且樂於和眾生分享，自然農夫常會留百分之十的農作物給蟲、鳥等眾生吃。不用農藥，既保護自己的健康，也照顧到他人乃至大地的健康。布施、不殺生、慈悲則是自利又同時利他。因此，自然農法可說屬於弱的人類中心主義。這樣的農作符理念合所謂弱的人類主義所標榜之精神，更重要的是自然農法的考量與心意，不殺生、布施且慈悲行，是佛陀教法的真正實踐。

第三節 動物觀

佛典中有諸多形形色色的動物。佛陀說法時，也常使用動物譬喻作為教化之用。動物可說是六道之中和人類關係最密切的眾生。而除了鳥、蟲等寄居於植物的小生物之外，動物與自然農法有很重要的關連嗎？這是個容易被忽略卻是有趣的議題。本節先敘述佛教對動物形象的描述，之後再探討自然農法與佛典中對待動物的態度能否相應。

一、對動物形象的描述

²³⁵ Pragti Sahni (2008), pp.86-88.

在佛教典籍中，動物大部分的形象都是負面的，但也會看到對畜生有正面形象的描述。以下則分別敘述這兩種形象。

（一）負面形象

佛教認為動物是三惡趣之一，通常將牠們描述成愚笨、苦的眾生。如《中部·賢愚經》（MN III. 167-169）說由於過去世造作惡業而投生於畜生道，生為動物要受種種的苦。動物之類有食草、食肉乃至食穢物者，所居住的環境也很差，如生於黑暗的昆蟲、生於水中的魚類與生於污穢不淨處的生物。動物愚癡、不能聽聞佛法，也不能行善行，於是彼此相食，過著弱肉強食的生活。即使轉生為人，仍生於卑賤、窮苦的家庭，其身語意易造作惡行，於是命終生於惡道。

《大智度論》甚至把動物種類跟煩惱的種類加以結合，特別以某種煩惱作為生成某種動物的主要原因。換言之，動物的某種煩惱比較重，因而出現如此不同的轉生。其中，若婬欲情重，無明偏多者，則會受生為鵝、鴨、孔雀、鴛鴦、鳩、鴿、鷄、鸚鵡等。轉生為這些鳥類的種類相當多。由於婬行罪報的緣故，所以身上有長羽毛，其羽毛很細滑柔順。鳥類婬欲很重，上述的鳥類多有色彩鮮豔的羽毛，用以吸引異性，成語也用小鳥依人表示鳥類的嬌弱可愛，容易和人親近，會向人撒嬌。而且鳥類也因多婬欲，所以繁殖力很強，不斷地產卵。鳥類另一個煩惱特色是無明，因其不知挑選食物，蟲類、植物都吃，甚至有的還會啄食沙土。另有一類鳥因無愧、無慚、貪食的緣故，而受生為烏鴉、喜鵲、鷓鴣等。瞋恚偏多者，則受毒蛇、蝮蝎、蚊蜂、百足，含毒之虫等業報。因瞋心重，所以會攻擊別人。然而這些有毒的動物並不會主動攻擊，是受到干擾、驚嚇時，瞋心一起，立刻反擊。愚癡多者，則受生為蛆蛾、蛻娘、蟻螻、鴛鴦、角鴮之屬，諸駭虫鳥。可見體型小的昆蟲類其煩惱特性是多愚癡，而羽毛較醜的鳥也是多愚癡。體型大的獅子、老虎等猛獸則是多驕慢與瞋恚。而鷄、狗、野干等則是因為過去世輕慢

善人而感得此業身。²³⁶

佛教經論對於動物的描述絕大多數都是負面的。通常只有在《本生經》中作為菩薩前生的動物才具有正面的形象。《本生經》中不是以菩薩身分出現的動物也仍具有負面形象，如《龜本生譚》(*Kacchapajātaka*) (J. 178) 中的烏龜因為愛著自己所生長的湖泊，即使盛夏時湖泊乾涸也不願離開，身為陶工的菩薩以鋤頭挖土時，傷及龜甲，烏龜因而喪失性命。生為陶工的菩薩則勸誡人們不可像烏龜那樣因愛欲、執著而慘死。在此則本生故事中烏龜被視為貪愛重的愚者。

Paul Waldau 和 Florin Deleanu 都認為佛教對動物描述有所偏頗，在早期佛典中可發現動物也有道德行為的記載。Florin Deleanu 檢視巴利佛典中的故事，其中動物被視為與環境有複雜的關係，但他發現這樣的例子很少。他從巴利佛典常見的五種動物——象、鹿、猴子、獅子、豺狼——的行為與形象，探討有關動物行為的概念與誤解。他認為經中對這些動物特色的描述是不公平的。儘管並非所有的特色都不正確，但他認為對動物行為的錯誤見解，可能是嚴重的問題。他發現這樣的誤解，可能是因為傳統上強調某教理，所以可以說明為何佛教有濫用動物形象的傾向。他總結因為動物有情識，可能有智力，包含在六道輪迴內，他們有權利過自己的生活，而且應該以慈心對待他們。²³⁷

(二) 正面形象

巴利《本生經》有 550 則故事，其中有一半 (225 則) 是關於動物，而且是核心角色。這 225 個故事中談到 70 種不同的動物。²³⁸敘述佛陀過去世的本生故事，不管故事主角的身分是動物還是人，他們都能以慈悲心感受其他眾生的苦，願意無私乃至犧牲自己只為了去除眾生的苦。從《本生經》所得到的啟發是一切眾生

²³⁶ T25, no. 1509, p. 175, a6-26.

²³⁷ Pragti Sahni (2008), pp.49-50.

²³⁸ 克里斯多夫·查普爾 (C. K. Chapple) 著 (2000), 〈佛本生故事中的動物與環境〉, 頁 186。

都有可能是菩薩、未來佛。《本生經》讓人對動物有更深刻的感受，同時意識到所有的動物都有他們自己的生活、業、考驗、目的與渴望，不能把他們看得比人類低等。從「捨身飼虎」之類的故事，可知人類與所有的生物息息相關。雖然不必仿效菩薩布施自己的身體給飢餓的有情，但必須以實際的行動展現慈悲，如終結核能、關懷土地與動物，揭發實驗室動物的悲慘遭遇、滋養受電視荼毒的孩童的心靈與想像力等等。²³⁹

在《大鸚鵡本生譚》(*Mahāsukajātaka*) (J. 429) 中，鸚鵡不離開已乾枯的無花果樹，因為這棵樹過去曾經提供牠食物。為了表達感恩，所以不願意離開。此一則本生傳達忠誠、忍辱、慈悲、友愛與感恩的德行。這個本生故事也告訴我們，遇到生活環境有危險時，就要有智慧離開。此外，對於曾經很有利益的對象必須加以照料，不能有所傷害，要使其恢復原有的盛況。Sahni 指出這種態度有助於物種與野生動物瀕臨絕種的現代環境危機。《本生經》提示人們更注意解決問題所選擇的方法。採取德行的方式，就會得到正確的解決方法。²⁴⁰她也談到一則遇到環境困境而直接訴諸德行的《鵝本生譚》(*Vaṭṭakajātaka*) (J. 35)，故事描述幼小的鵝因憶念過去諸佛及其所得之波羅蜜，依此真實行而撲滅森林大火。火熄滅的物理現象與憶念過去諸佛功德的心理行為有關聯。她認為由此可見德行的力量可產生極大的影響。也可由此類推，若修諸波羅蜜，則可滅除欲望，也就能減少對森林與氣候的危害。²⁴¹

除了《本生經》，其他佛典有對動物正面的描述。如巴利《律藏》(Vin. II.162) 中敘述鵝、獼猴及象為親友，共同住在大尼拘律樹下，他們持守五戒，會恭敬、尊重年長者，彼此互相尊重、和合而住。佛陀以此這故事告訴弟子，畜生類尚且會互相尊重、敬畏、和合而住，身為比丘者更應如此。從上述這些故事可知，通

²³⁹ Rafe Martin (2000), "Thoughts on the Jatakas", pp. 104-108.

²⁴⁰ Pragti Sahni (2008), p.160.

²⁴¹ Pragti Sahni (2008), p.160-161.

常被視為愚癡、煩惱深重的畜生，竟然也有會布施、持戒、慈悲、感恩、有智慧者，當然這些動物皆非一般的動物，而是菩薩的前生。或許這些菩薩動物的故事可以作為保護動物的理由，避免傷害到菩薩的可能性。即便不是菩薩，我們也很難證明動物全都一樣愚癡頑固，其中可能也有較高智慧與品性者。自然農夫在田裏與動物的互動中，他們發現動物包括小蟲子並非冥頑不靈者，牠們似乎可以感受農夫慈愛的心，只吃農夫留給牠們吃的某一區的農作物而不會到處啃食，因此不會增加農夫的損失。又如果祥法師曾敘述台東何介臣和猴子溝通的故事，他請猴子只採同一棵樹上成熟的果子，而不要到處亂採、破壞，直到四年以後，猴子終於聽話了。²⁴²如前所述，動物愚癡、瞋心重，所以當牠們感受農夫不友善的態度時，牠們就會搗亂、報復。

二、佛教對動物的態度

(一) 慈悲

巴利《經集》的〈慈經〉教導要以慈心遍及一切眾生，不管其形象、外觀如何，願一切眾生快樂、安穩。然而在對眾生修慈心之前必須具足前方便（即「前分行」道），經中說：

想要證得徹悟寂靜涅槃、善於有益修行的人應該做的事：他必須有能力、正直、非常正直、易受教、柔軟、不自大；知足、易護持、少事務、生活簡樸、諸根寂靜、擁有成熟的智慧、不無禮、不貪著在家眾。²⁴³

以上這些是應該要做的事，至於不應該做的事則是：「只要是智者會指責的事，他連最微小的過錯也不犯。」接著開始修習慈心，思惟「願一切眾生快樂、平安。」

²⁴² 「台灣自然農法 Taiwan Natural Farming」(果祥法師臉書)，

<https://www.facebook.com/taiwannaturalfarming/>

²⁴³ 淨法尊者編譯（2008），《散播慈愛》，頁7。

願他們內心快樂。」之後再進一步說明修持各種不同的目標：「無論是任何存在的眾生，會顫抖的或不會顫抖的皆毫無遺漏，長的或大的或中等的，短的或小的或粗圓的；見到的或沒見到的，住在遠方的或近處的，已生的或還尋求再生的——願一切眾生快樂。」這些修慈的對象是依外形、空間、時間等來的分類。經中也指示另一個修慈心的方式，即修習祝願眾生不受傷害或不焦慮，如經云「且讓人不欺騙別人，也不在任何地方輕視別人，且讓他們不會以瞋怒與厭惡來互相希望對方痛苦。」由此可見沒有慈心者會欺騙他人，會生驕慢，而輕視他人，會對他人生氣、厭惡。此外，經中也教導修慈心時，必須時常對眾生有像母親對待獨生子般的愛心。進而把無量的慈心散播到整個世界，不管任何姿勢皆可修慈心。最後教導去除邪見（即我見）、擁有戒行、具足智見，以及斷除對欲樂的貪愛，就不會再投生人間。²⁴⁴

《增支部》（AN II. 72）提及有比丘被蛇咬死，佛陀說如果那位比丘以慈對待蛇的話，就不會喪命。因而為了保護自己，守護自己，要以慈心遍滿四類蛇王家族、無足、二足、四足乃至四足、多足者，願他們不要傷害自己。從經文看來，似乎是為了保護自己，才以慈心遍滿蛇類乃至一切有情，是出於自私的動機。其實不然，擁有慈心者，動物乃至所有的眾生不會來傷害他，因人和動物都會對友善者有善意的回應，所以慈心被視為對人的保護。正如《律藏》（Vin II.194-196）記載佛陀以遍滿的慈心降伏發狂的那羅祇梨象（Nālāgiri），狂象因佛陀的慈心而變溫馴。而在森林、荒野修行的僧眾為何可以和毒蛇、猛獸和諧共處，而不為其所傷害，應該與僧人修習慈心有關。如《長老偈》（Th. 646-649）說：

屠打諸生類，使之受痛苦，如此長時間，從未起斯念。無量慈心，善知修練，佛之教誡，次第集積。大眾皆為友，哀愍諸生類，常樂不瞋恚，修習

²⁴⁴ 參淨法尊者編譯（2008），《散播慈愛》，頁 7-56。

慈愍心。我心喜悅，不動不搖，我心為善，修持梵行。²⁴⁵

從經文可知，僧侶長久以來從沒想過要傷害眾生，令牠們痛苦，相反地是對他們修無量的慈心，看待眾生如同他的朋友，哀愍一切眾生，對牠們不起瞋心而願其皆安樂，這都是慈心的修持。因此僧侶心喜悅，內心堅定不動搖，不會受到任何恐懼的威脅，而能在森林修習梵行。

從上述佛典的記載，可知佛弟子必須以慈心善待一切眾生。散發慈心的對象範圍涵蓋得很廣，包含一般被視為有害的動物。其實是因為自己的慈心不足，才會被對方傷害。確實有些動物如蛇類其實不會主動傷害人，是牠們在受到人類的驚嚇之後，為了自衛而出現攻擊的行為。所以，不該看到外形醜陋、令人畏懼的生物，因為出於嫌惡的心就傷害，甚至欲置其於死地而後快。相反地，若是慈心充足，就不會被一切眾生傷害，反而會受其護佑。在佛教典籍中，可看到動物甚至猛獸會護持佛陀及其弟子的修行。

無始以來，我們在六道中生死輪迴不已。無窮盡的生死間，一切眾生都曾經是我們的父母，對我們有生養、愛護、教導等莫大的恩惠。因此，我們和眾生一直是有極深廣的因緣。如《相應部》(SN II. 189-190)也說：

諸比丘！輪迴乃無始……諸比丘！於此等之長夜，很難找出未嘗為母之眾生者。所以者何？諸比丘！輪迴乃無始……足於解脫。」……諸比丘……很難找出未嘗為父之眾生者。……很難找出未嘗為兄弟之者。……很難找出未嘗為姊妹之眾生者。……很難找出未嘗為子之眾生者。……諸比丘！於此長夜，很難找出未嘗為女兒之眾生者。²⁴⁶

一切眾生包括畜生都極可能是我們無始以來過去世的父母眷屬。想到畜生、餓鬼、

²⁴⁵ 參 N28, no. 15, p. 172, a5-8 // PTS. Th. 67.

²⁴⁶ N14, no. 6, p. 236, a4-p. 237, a9 // PTS. S. 2. 189 - PTS. S. 2. 190.

地獄三惡道的無數受苦的眾生，明白他們原本都是我們的恩人，心裏就會生起慈悲，唯願一切有情即時離苦得樂。因此，看見厭惡的動物時，就該想牠們曾是我們過去世的家人，如此怎忍心傷害牠們？《梵網經》更積極地表示：「以慈心故行放生業，一切男子是我父、一切女人是我母，我生生無不從之受生，故六道眾生皆是我父母。而殺而食者，即殺我父母，亦殺我故身。」²⁴⁷也就是以慈心積極地放生，因為一切眾生都是自己過去世的父母，殺害動物就等同殺害自己的父母。這也是大乘佛教倡導吃素的理由。

此外，《華嚴經·十地品》則說「一切眾生為大瀑水波浪所沒，入欲流、有流、無明流、見流，生死洄復，愛河漂轉，湍馳奔激，不暇觀察；為欲覺、恚覺、害覺隨逐不捨，身見羅剎於中執取，將其永入愛欲稠林；於所貪愛深生染著，住我慢原阜，安六處聚落；無善救者，無能度者。我當於彼起大悲心，以諸善根而為救濟，令無災患，離染寂靜，住於一切智慧寶洲。」²⁴⁸也就是菩薩觀察一切眾生皆因無明、貪愛而在生死大海中漂流、輪迴不已，對於這些無助、受苦的眾生，沒有能救度他們的，因而生出對眾生的慈悲，要救濟他們離苦得樂，脫離輪迴之苦。對於苦難的動物，自然也應當學習菩薩的精神，悲愍這些動物，積極地護生。

就農耕而言，實施自然農法耕種的李靜瑤認為，自然農法對她的價值之一就是「照顧生命」，自然農耕即是一種護生。因為土壤是由許多生命所共同維護，若這平衡的生態受到破壞，土壤只能養出生病的植物，生病的植物吸引蟲來吃它，人們看到蟲，就開始使用防治資材防治，如此傷害蟲，也傷害環境。²⁴⁹出於對眾生與大地的關愛，因此採行自然農法以保護有情與環境。陳佩雲也持相同的看法，她主張「在農地上種植多樣性的作物，如此就會有多樣的生物存在其中，自然也能減少蟲害，以最自然的方式維持生態平衡。只要是不影響到主要作物的生長或

²⁴⁷ T24, no. 1484, p. 1006, b9-12.

²⁴⁸ T10, no. 279, p. 186, b4-12.

²⁴⁹ 李靜瑤（2016），〈向大地請法（七）—自然農法對我的價值〉，頁 85。

是平時工作活動，甚至連雜草都可以不去除，非必要整理時，也採取分區方式去除過高的雜草，以免寄生於草上的昆蟲類少了居住環境。」²⁵⁰可見這些自然農夫都慈悲對待土地上的動物、植物，透過農耕實踐護生。

（二）不殺生

五戒中第一戒是不殺生，這顯然表示必須尊重一切生命。如《法句經》(Dph.129-130)說：「一切畏刀杖，一切皆懼死，以自量比較，勿殺教他殺。一切畏刀杖，一切皆愛生，以自量比較，勿殺教他殺。」²⁵¹可見一切眾生和我們一樣都趨樂避苦、愛惜自己的生命、害怕死亡，在如此的觀察、思惟之下，出於這樣的同理心，就不會去殺害別的生命。這也是經中所謂的「自通之法」，如《雜阿含經》說：

何等自通之法？謂聖弟子作如是學：「我作是念：『若有欲殺我者，我不喜；我若所不喜，他亦如是。云何殺彼？』作是覺已，受不殺生，不樂殺生……」。

252

印順法師認為這種「自通之法」就是「以己心而通他人之心的同情」。這不僅是戒律規定的不可作，也是自己覺得不應該做。就不殺生而言，不讓眾生受殺生苦，也就是給眾生安全感，進而要愛護眾生的生命。因此可以說，持戒是基於慈悲的行持。²⁵³

接著來看在律典方面對於不殺生有怎樣的規範與做法。《摩訶僧祇律》說：「若

²⁵⁰ 「【齋明別苑】心靈環保農法經驗分享」，

http://www.ddm.org.tw/mobile/news_in.aspx?mnuid=1151&modid=6&nid=3889 (2017.04.11 瀏覽)。

²⁵¹ “Sabbe tasanti daṇḍassa, sabbesaṃ bhāyanti maccuno; Attānaṃ upamaṃ katvā, na haneyya na ghātaye. Sabbe tasanti daṇḍassa, sabbesaṃ jīvitaṃ piyaṃ; Attānaṃ upamaṃ katvā, na haneyya na ghātaye.”, N26, no. 9, p. 26, a7 // PTS. Dh. 19.

²⁵² T02, no. 99, p. 273, b15-18.

²⁵³ 印順 (1991)，頁 225-226。

比丘故奪畜生命，波夜提。」²⁵⁴如何是構成斷畜生命的條件？具足「畜生、畜生想、殺心、起身業、命根斷」這五法，即是斷畜生命。²⁵⁵也就是確定所殺對象是動物、把所殺對象看作動物、有殺害的心、有殺害的行為、所殺的動物喪命，如此而構成殺死罪。為何會有殺害動物的行為出現？《十誦律》指出「佛種種因緣訶：『何以名比丘故奪畜生命？無憐愍心。』」²⁵⁶可見不殺生背後的精神與慈愍心有關。以下討論律典中有關僧眾對待各類動物的規範。就體積小的蟲子而言，律典規定，如果比丘知道水中有蟲，還飲用，犯波逸提。因此，比丘外出時要帶漉水囊，避免喝下水中的蟲。²⁵⁷同樣地，也禁止用有蟲的水來澆土、澆草，²⁵⁸或拿來煮飯菜、洗手、洗澡等。²⁵⁹至於稍大的昆蟲，如寺院中出現蜂巢時，應先檢查其中是否有蜂及蜂蛹，若蜂已離巢，應將蜂巢整個除去，若其中還有蜂蛹，則應用線綁著蜂巢，移到別的地方。蜂蛹長大，即會自行離去。²⁶⁰對於對於一般人都很害怕、厭惡的蛇、鼠、蠍子、蜈蚣，則可利用器具把牠們裝起來，再帶到別的地方放出，使其能安全地繼續生存。²⁶¹至於較大的動物，如象、馬、牛、羊、狗等畜生進來寺中，破壞花、果樹，則可以用木棍、石頭等敲打地面，嚇阻他們，使其恐怖而離去。²⁶²由以上律典的規範可見，對於或大、或小、或甚至對人身有所危害的動物，都要小心謹慎地避免傷害牠們。

八正道中的正業與正命與不殺生密切相關。關於正業，佛陀要求「遠離殺生」(pāṇātipāta verāmaṇī, DN II. 312)²⁶³。至於正命，亦即正當的謀生方式，《增支部》

²⁵⁴ T22, no. 1425, p. 377, b14-15.

²⁵⁵ T22, no. 1425, p. 378, a23-26.

²⁵⁶ T23, no. 1435, p. 182, b21-22.

²⁵⁷ 《摩訶僧祇律》，T22, no. 1425, p. 373, a18-24。

²⁵⁸ 《四分律比丘戒本》，T22, no. 1429, p. 1018, c9-10。

²⁵⁹ 《十誦律》，T23, no. 1435, p. 97, b21-25。

²⁶⁰ 《根本說一切有部毘奈耶安居事》，T23, no. 1445, p. 1042, a1-3。

²⁶¹ 《四分律》T22, no. 1428, p. 870, c13-22。

²⁶² 《摩訶僧祇律》，T22, no. 1425, p. 376, a20-23。

²⁶³ 《長部·大念處經》：「諸比丘！正業者何耶？遠離殺生，遠離不與取，遠離邪淫，諸比丘！此

(AN III.208) 有具體說明：「諸比丘！優婆塞，不可作此等五種販賣。何等為五？即：販刀劍、販人、販肉、販酒、販毒。」²⁶⁴《中部·乾達羅迦經》(MN I.343) 特別禁止屠夫與獵夫等傷害其他眾生生命的職業。經上說：「諸比丘！在此，有一類人為屠羊者、屠豬者、捕禽者、捕獸者、獵師、漁夫、盜賊、刑吏、獄吏也，或為其他之殘酷行者也。諸比丘！是謂使他苦專修使他苦之行人。」²⁶⁵《長老尼偈》(Thī.242) 也提及：「屠羊者與屠豬者，捕魚者與獵鹿者，盜賊刑人作惡者，彼等以水雖淨身，邪惡之業不得脫。」²⁶⁶可見殺生惡業之重，就算用聖水也不能洗盡屠夫與獵夫等的惡業。《長老偈》(Th.143-144) 也告誡我們，傷害別的眾生，其實也是傷害到自己，自己必須承受自己所造的惡業果報，造業必定受業報。²⁶⁷因此，屠夫與獵人以殺生為其職業，此世雖得以因此獲得溫飽，但未來終將面對可怕的殺生業報，如前所述，像這樣的殺業通常是要去地獄受報。

經典中可以看到婆羅門舉行盛大的殺生祭祀，佛陀反對、呵責這種祭祀，如《長部·究羅檀頭經》(DN I.141) 說：

婆羅門！於此犧牲祭，不殺牛、不殺羊、不殺鷄、豬、不殺傷種種生物、不截斷祭壇柱、不刈祭式用之吉祥草，從事準備此祭祀之家僕、雇用人，此處之使用者，無受鞭嚇、無受呵責、無有泣淚流於顏面者。唯以酥、油、生酥、凝乳、蜜、糖，以告此犧牲祭之圓滿。²⁶⁸

等名為正業。」，N07, no. 4, p. 296, a1-2 // PTS. D. 2. 312。

²⁶⁴ “Pañcimā, bhikkhave, vañijjā upāsakena akarañīyā. Katamā pañca. Sattavañijjā, sattavañijjā, maṃsavañijjā, majjavañijjā, visavañijjā.” N21, no. 7, p. 246, a2-3 // PTS. A. 3. 208.

²⁶⁵ N10, no. 5, p. 80, a9-11 // PTS. M. 1. 343.

²⁶⁶ N28, no. 16, p. 275, a11-12 // PTS. Thī. 146.

²⁶⁷ 「羸暴行之輩，暴力以惱人，亦為他人惱，此業為不滅。善業及惡業，人若造業者，一一之所為，為業相繞者。」，N28, no. 15, p. 109, a3-4 // PTS. Th. 20。

²⁶⁸ “Tasmim kho, brāhmaṇa, yaññe neva gāvo haññimṣu, na ajeḷakā haññimṣu, na kukkuṭasūkarā haññimṣu, na vidadhā pañā samghātaṃ āpajjimṣu, na rukkhā chijjimṣu yūpatthāya, na dabbhā lūyimṣu barihisaṭthāya Yepissa ahesuṃ dāsāti vā pessāti vā kammakarāti vā, tepi na daṇḍatajjitā na bhayatajjitā

可見佛陀反對殺生祭祀，從而提出新的祭祀法，不傷害動物與植物(樹與吉祥草)，而以酥、油、蜜、糖等食物進行圓滿的祭祀。甚至連準備祭祀的僕人也免受威嚇與呵責，諸多眾生可因不殺生的祭祀而獲得保護。殺生祭祀的議題也出現在《增支部》(AN II.42-43)，進而指出智者不參加會殺害牛、羊、豬等牲畜的祭祀，只會參加沒有殺生的祭祀。《相應部》(SN I.75)也提到波斯匿王與末利夫人關於祭祀的故事。波斯匿王問末利夫人有任何人比她更可愛嗎？末利夫人承認她自己最可愛。在末利夫人的反問下，波斯匿王也承認自己最可愛。佛陀知道他們兩人的對話後，肯定對所有人來說，自己是最可愛這樣的說法，進而要求波斯匿王不要殺生，並指出不殺生的祭祀會得大業果且令諸天歡喜。事實上，《經集》(Sn. 311)中明白指出殺生祭祀會導致貪、饑、老這三種病，而最後增加到九十八種病。可見殺生會有很多的惡業果報。不殺生的理由並非只是因為害怕殺生的惡業果報，或貪圖不殺的善業果報，主要還是由於慈悲，不忍心傷害眾生。如《經集》(Sn. 704-705)也說：「牟尼已經離婬法，彼此諸欲皆已捨，於諸生物強或弱，不生瞋害無愛著。我與彼等亦相同，彼等與我亦無異，自己與彼相比較，不可殺害諸眾生。」²⁶⁹可見斷除所有貪欲者，對於一切有情不生瞋心，也無愛著，更不會去殺害他們。佛典中有關對待動物的態度，是從消極的不殺生到積極的慈悲護生。佛教徒應善待動物，但不是出於感情的愛著，而是學習佛陀護生的慈悲心。

在《正法念處經》中有一段經文提及不殺生，而且與農法直接相關，值得現代的農夫深思，經中說：

復有不殺：有諸眾生以邪見故，殺諸蛇蠍、百足蚊虻、蜥蜴之類，殺如是

na assumukhā rudamānā parikkammāni akaṃsu. Atha kho ye icchiṃsu, te akaṃsu, ye na icchiṃsu, na te akaṃsu; yaṃ icchiṃsu, taṃ akaṃsu, yaṃ na icchiṃsu, na taṃ akaṃsu.

Sappitelanavanitadadhimadhuphāṇitena ceva so yañño niṭṭhānamagamāsi.”, N06, no. 4, p. 156, a12-p. 157, a1 // PTS. D. 1. 141.

²⁶⁹ “Virato methunā dhammā, hitvā kāme paropare; Aviruddho asāratto, pāṇesu tasathāvare. Yathā ahaṃ tathā ete, yathā ete tathā ahaṃ; Attānaṃ upamaṃ katvā, na haneyya na ghātaye.” N27, no. 12, p. 195, a4-7 // PTS. Sn. 137.

等，熏諸果樹，欲令園林華果繁茂。持戒之人則不如是，以護生命，種種果食疑有蟲者，終不故食。²⁷⁰

由此可見眾生因為邪見，也就是沒有因果業報的觀念，殺害田園中蛇、蠍、蜈蚣、蜥蜴等眾生。而且為了讓園林花果繁茂，而使用「農藥」噴灑果樹。但持戒之人絕不會為了自己的利益，用農藥殺生，反而會去護生。如果種種果實中疑似有蟲，就絕對不吃那些果子，以免吃下果中的蟲，並且讓蟲繼續享用果實。農夫在田裏耕作免不了會傷到小動物，但不是出於「殺心」，所以不構成殺業。與前面那種專以殺生為職業的屠夫、獵人不同，農夫屬於正命。然而，如果採慣行農法者，為了消滅蟲害，大量使用農藥來撲殺那些蟲，就造下如屠夫、獵人一般的殺生惡業了。自然農法通常是利用生態自然的平衡以避免殺生。平衡的生態中會有天敵來對付農夫眼中吃農作物的害蟲。如木村阿公指出的，當害蟲開始大舉肆虐時，益蟲才會出現，但益蟲不會把害蟲吃光，所以二者都不會完全消失，大自然會自己建立平衡的生態，靠的是生物間的弱肉強食維持平衡，所以自然界並沒有害蟲和益蟲之分。²⁷¹而且木村阿公發現只要改善土壤，蟲就會遠離。他認為害蟲是來吃掉人類不能食用的有害物質，因為害蟲吃的往往是使用農藥、肥料的作物。²⁷²即便自然農田仍有些蟲，農夫並不會厭惡，反而會特意留一部分的作物給蟲吃，和牠們分享。如自然農夫林世豐主張，不要為了多賺一點錢，而與眾生結惡緣，可能將來長久的時間都要用以償還殺生的業報。而在農地裡不殺生，其實就是在放生。²⁷³李靜瑤也表示當農夫的第一關就是要如何面對蟲蟲，她自己在自然農耕中學習到從剛開始與蟲對立，轉變為祝福蟲，再進步到感恩蟲。²⁷⁴從這些例證可見

²⁷⁰ T17, no. 721, p. 168, c19-23.

²⁷¹ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 63。

²⁷² 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 187。

²⁷³ 【齋明別苑】心靈環保農法經驗分享-法鼓山全球資訊網，

http://www.ddm.org.tw/mobile/news_in.aspx?mnuid=1151&modid=6&nid=3889&noframe=。

（2017.04.11 瀏覽）。

²⁷⁴ 李靜瑤（2015），〈向大地請法（五）——蟲蟲與我〉，頁 99-102。

佛教不殺生與積極護生的戒律，正是自然農法秉持的核心精神，更是回歸最本原的自然律。

本章小結

眾生就其梵文、巴利語源而言，有存在與執著的意思。眾生是有情識、情愛者，對五蘊有貪欲、渴愛、執著，因而流轉於生死苦海中。也就是說如果能滅除渴愛、執著，則能脫離在六道中生死輪迴。如何能滅盡輪迴的根本原因——渴愛、執著？就是要透過修習八正道以滅除渴愛。眾生因其所造作的業，而有不同的生命型態——卵生、胎生、濕生、化生這四生，或投生不同的去趣——五趣或六道。造善業轉生人、天善趣，造惡業則墮三惡道——地獄、餓鬼、畜牲。人類在六道輪迴中處於上升下墮的樞紐地位，佛經敘述人身稀有難得，是六道中最適合修學佛法的眾生，因為天界太過享樂，無心修行；三惡道太苦，也很難修行。人類特別具有勝過其他道眾生的三項特質——慚愧、智慧、堅忍。人類擁有三特勝，而能精進修學佛法，六道中有情以人類為中心，似乎會讓人以為佛教是人類中心主義，然而這是指人類應對所有的眾生負有關愛、保護的責任。佛教強調的自利利他更可說明佛教並非只考慮自身利益的強烈的人類中心主義——會導致剝削環境資源、傷害動物。

動物在佛教常被視為愚笨、受苦的惡道眾生，因其過去世造作惡業而轉生為畜生。動物愚癡、不能聽聞佛法、修行，過著弱肉強食的生活。不同類別的動物而具有不同的煩惱特質，例如鳥類淫欲情重，所以繁殖力也很強，又如毒蛇、蠍子則是瞋恚偏重。然而，佛典中也可見動物具有智慧、道德行為。但不論動物是高等或低等，都該以慈悲、不殺生來對待。一切眾生都曾經是我們的父母眷屬，對我們有極大的恩惠。因此對於動物，不論是可愛或厭惡的，若思惟他們曾經是我們的父母、恩人，則怎麼可能忍心傷害他們，反而會慈悲對待，願其離苦得樂。又根據《本生經》中菩薩前生為動物的記載，動物中有較高智慧或品性者，因此更不能任意傷害動物。即便不是菩薩所投生的動物，面對這些和我們一樣皆因貪

愛、染著而生死輪迴的眾生，都應該以慈悲保護眾生的生命。自然農法即是一種護生的農法，不願傷害農田中所有動物的生命、更不願傷害人類與環境的健康，所以堅持不使用殺蟲劑、農藥來殺害田中的生物。儘量維護農地生態的平衡，生態系愈完整、平衡，愈不會有蟲害的問題出現。即便有蟲、鳥等動物來吃農作物，也不致對產量有多大的影響。還可以出於慈心來布施這些眾生，與其分享自然農田乾淨的食物。自然農法是善待一切生命的農法。



第四章 佛教的植物觀與自然農法

在自然環境中，植物是不可或缺的重要元素。植物可調節氣候、淨化空氣、涵養水源、保護土壤，又可以提供人類食物、建材等等，可見植物對人類而言具有非常重要的價值。植物當然也是自然農法中重要的主角。佛教的植物觀是否能對自然農法提供重要的資訊，此即本章所欲探究的課題。本章將探討佛教對植物的觀點與態度、植物是否為眾生的爭議、植樹的功德以及現代佛教對植物的保護。

第一節 佛典中對植物的觀點與態度

佛典中常可見有關植物的記載，佛陀說法時也常運用植物作為譬喻。佛教典籍中有豐富多元的植物樣貌，植物是否為眾生也常成為爭議之所在。本節首先擬探討佛典中對植物的觀點與態度，分別論述一般的植物與神聖的菩提樹。其次探究植物是否為眾生的問題，先從古印度的婆羅門教與耆那教的植物觀作為背景談起，以呈顯佛教與之不同或受其影響；再分別探討佛教經、律、論三藏中的記載；另外特別討論《本生經》中豐富而生動的樹神故事，接著談論大乘佛教特有的「草木有佛性」的議題。最後論述佛典中有關種樹的記載以及現代佛教對於保護植物的實踐。

一、一般的植物

前面已談過修行者選擇在環境宜人、風景優美的大自然修行，並欣賞自然界的美。在如此美景中，植物是自然界極為重要的一項元素。《長老偈》、《譬喻經》中敘述非常豐富多元的各種植物，有花、草、樹木，樹木還分開花的樹與結果實的樹。修行者所住的環境生態非常豐富、物種很多元，經中常以音譯詞來翻譯這些我們很陌生的植物，如經中記述：

林中花開放，其中多樹花，花名摩達伽，提那絲拉花，沙羅沙羅羅，……鬱陀羅伽樹，普及半由旬，波吒釐素馨，梔子金網覆。其中多樹木，摩登薩多利，信度瓦利陀，波吒釐樹花，安格拉迦樹，多羅庫達樹。其處繞我庵，薩雷雅伽花，此等花放中，諸多樹輝映。我菴普香薰，阿梨勒洛迦，菴婆與閻浮，及毘鞞得迦。棗樹與胡桃，拜拉三色花，鎮頭毘耶拉，迦斯瑪利果。麵果波羅蜜，香蕉羌達利，菴婆塔伽林，瓦利迦羅果。我菴之周圍，多有衛陀婆，薩婆迦果實，……優曇婆羅華，堪達帕伽多，其他諸多樹，庵前多結果。諸多奇花樹，庵前齊開放，阿魯瓦根草，伽蘭巴草根，華拉利草樹，及達卡拉等。茅草與坪草，庵前多種植，距庵不遠處，彼處有大湖。湖水清澈冷，美堤心氣爽，紅蓮與青蓮，白蓮混其中。曼陀羅華覆，種種香氣滿，紅蓮已結實，他者捲花鬚。蓮莖花葉落，紅蓮多花苞，蓮根藕出蜜，蓮莖流乳酥。……²⁷⁵

如果大自然少了樹木、花、草等植物，也就不會是個完整的生態環境。由於有這些草木，自然環境才能讓人心曠神怡，僧眾也能在身心安穩、自在的狀態下精進修行。假如自然界沒有植物的話，動物就沒有棲身之處、眾生也會缺乏食物來源、人類也會有建材、柴火短缺的問題。現在的山林生態因過度開發，不論是為了建民宿、別墅、農場或蓋寺廟，常見山區一片光禿禿。沒有樹木、草等植物保護土壤，大雨對山坡地就變成很大的衝擊，出現土石流的機率很高。因此，也可以說重視、愛護植物是保護自然環境的首要工作。

早期經典中即可看到佛陀尊重、愛護植物的記載。在《長部·梵網經》(DN I.5)，佛陀說三種戒：小戒、中戒和大戒。談到「小戒」時，佛陀說：「沙門瞿曇避免傷害種子類和草木類。」²⁷⁶根據《長部注釋》(DN.A I.77)，覺音論師解釋為：

²⁷⁵ Ap. 346-347，見 N30, no. 17, p. 57, a5-p. 58, a10 // PTS. Ap. 346 - PTS. Ap. 347。

²⁷⁶ “bījagāmahūtagāmasamārambhā paṭivirato samaṇo gotamo’ti.”

他避免傷害、損害、或砍、或斷、或煮五種種子——從根生、從幹生、從節生、從芽生、從種子生者——以及草木類——青色草與青色樹等。²⁷⁷

這裏提及的「五種種子」並非是指有五類的種子，而是指植物有五種繁殖方式——利用根、莖、節、芽、種子五個部位進行繁衍。而對「草木類」只是簡單解釋為青色的草與樹。由此可見，釋尊不傷害植物的方式包含從較輕微的折斷枝葉、砍伐枝幹到嚴重的連根剷除以及烹煮植物的「種子」，也就是世尊不會有任何損害植物生長的行為。而在《長部疏鈔》(DN.Ṭ I.157)中對「破壞種子類與草木類」有進一步的解釋如下：

在此「類(村)」為集合之意。樹等因其無心，故非生命；必須了解其無心，係因其不悸動，因即使砍伐也生長，因其向四方伸展，因其不屬四生，而即使發芽，石與鹽增加，也非因其有生命的狀態；而其執取對境，僅是想像，如羅望子的睡覺等，如孕婦的渴望等。因此，為何說應該避免傷害種子類、草木類？因其適合沙門，因保護依止他們的眾生。因此故說：愚人！人們確實知道樹中有生命。「青草、青樹等」，應知是綠草、綠樹等等。「等」則是藥草、植物、爬藤等等。²⁷⁸

從以上的解說可知，雖然植物會生長，但因其沒有心識，所以不是有生命者(jīvā)，

²⁷⁷ “Bījagāmahūtagāmasamārambhāti mūlabījaṃ khandhabījaṃ phalubījaṃ aggabījaṃ bījabījanti pañcavidhassa bījagāmassa ceva, yassa kassaci nīlatiṇarukkḥādikassa bhūtagāmassa ca samārambhā, chedanabhedanapacanādibhāvena vikopānā paṭiviratoti attho.”

²⁷⁸ “bījagāmahūtagāmasamārambhā’tiādimāha. Tattha gāmoti samūho. Nanu ca rukkḥādayo cittarahitāya na jīvā, cittarahitā ca paripphandābhāvato, chinne viruhanato, visadisajātikabhāvato, catuyoniappariyāpanato ca veditabbā, vuddhi pana pavālasilālavaṇānampi vijjatīti na tesam jīvabhāve kāraṇaṃ, visayaggahaṇaṇca parikkappanāmatam supanaṃ viya ciñcādīnaṃ, tathā dohaḷādayo, tattha kasmā bījagāmahūtagāmasamārambhā paṭivirati icchitāti? Samaṇasārūppato, sannissitasattānurakkhaṇato ca. Tenevāha “jīvasaññino hi moghapurisā manussā rukkhasmi”ntiādi. Nīlatiṇarukkḥādikassāti allatiṇassa ceva allarukkḥādikassa ca. Ādi-saddena osadhigacchalatādayo veditabbā.”

亦即植物不屬於有情。注釋家主要是從沒有心識來判斷，認為植物不是眾生。接著，又解釋其無心識的理由，是根據植物不會悸動、被砍伐也仍會生長（除非被連根拔起，即會枯死）、生長方向是往四方延伸、也不屬於四生中的一類。縱使植物會發芽，石頭與鹽也同樣會增多，這都是植物不成為有命者的理由。另外若說它會執取對象，那也只是人的想像，並非事實，也不成理由。注釋家認為既然植物不是有情，又為何不能傷害植物的原因是因其適合出家眾，而且也為了保護依住在其中的鬼神。所以說：「愚人！人們確實知道樹中有生命。」這句話表示樹中有生命指的是樹神，而非樹有生命（亦即眾生）。然而，這句話的巴利原文“jīvasaññino hi moghapurisā manussā rukkhasmi”在解讀上存有歧義，草木是否為有情的問題留待後面再討論。

《長部·梵網經》(DN I.5) 接著提到的「中戒」進而擴展小戒中的概念如下：

諸比丘！凡夫如是讚歎如來：「或有沙門、婆羅門，受食信施而生活，專心一意於採伐種子類和草木類，例如從根生、從幹生、從節生、從芽生、第五為從種子生者。沙門瞿曇避免傷害種子類和草木類。」²⁷⁹

若將這段經文與上述《長部注釋》(DN.A I.77) 比較，則可以發現覺音論師運用同樣的概念解釋「小戒」，而「中戒」沒有提及草木類的例子。至於對「中戒」的注釋，覺音論師舉例說明五種種子的類別後，並接著說：「所有與樹分離而能生長者，即稱為種子類；所有未與樹分離，且未乾燥者，即稱為草木類。損害草木類，犯波逸提；損害種子類，犯突吉羅。」²⁸⁰從以上的注釋可知，種子和草木皆能夠繁

²⁷⁹ DN.A I.81: “Yathā vā paneke bhonto samaṇabrāhmaṇā saddhādeyyāni bhojanāni bhuñjitvā te evarūpaṃ bījagāmahūtagāmasamārambhaṃ anuyuttā viharanti, seyyathidaṃ mūlabījaṃ khandhabījaṃ phalubījaṃ aggabījaṃ bījabījameva pañcamaṃ; iti evarūpā bījagāmahūtagāmasamārambhā paṭivirato samaṇo gotamo’ti – iti vā hi, bhikkhave, puthujjano tathāgatassa vaṇṇaṃ vadamāno vadeyya.”

²⁸⁰ “Sabbāñhetam rukkhato viyojitaṃ viruhasamatthameva “bījagāmo”ti vuccati. Rukkhato pana aviyojitaṃ asukkhaṃ “bhūtagāmo”ti vuccati. Tattha bhūtagāmasamārambho pācittiyavathu, bījagāmasamārambho dukkaṭavathūti veditabbo.”

行，只不過種子是乾燥的，而植物是新鮮的。而且傷害新鮮植物比破壞乾燥種子所犯的戒還重。Antonella Serena Comba 認為佛陀對植物生命的慈悲，顯示他與其他沙門、婆羅門有所不同。²⁸¹然而，如果從上面的《長部·梵網經》的經文來看，其實無法看出佛陀不傷害植物是出於慈悲，經文只呈現佛陀避免破壞植物的戒行，以及凡夫（可能包含外道）稱讚釋尊不傷害植物生命的行為。而若依據注釋書的闡述，因為怕傷害草木中所依附的鬼神而不破壞植物，的確可以說是出於慈悲的行為。

佛教比丘不應損害、砍伐或連根拔起植物，也不應吃其最重要的部分——種子。他只能吃沒有種子的果實或種子自然掉落的果實。然而，也有例外，即生病時可以食用某些植物。根據 Jyotir Mitra 的研究，巴利三藏以及注疏提到 498 種植物。其中《律藏》提到最多種的植物，佛陀允許僧眾使用一些植物作為藥材治病。²⁸²《律藏》裡將植物列作藥物，並依其效果或調劑的種類而加以分類。²⁸³如果說草木有鬼神依住，因此不能加以破壞，但種子有沒有鬼神住在其中？是否因為種子沒有鬼神依附，所以破壞種子所犯的戒比破壞草木來得輕？然而種子是植物的重要部分，植物透過種子而能不斷地繁衍再生，若從具有繁衍能力而言，種子的重要性應不亞於植物其它部位（莖、節等），傷害二者所犯的戒或許應該都一致。出家眾避免傷害種子，有可能是對種子很重視，因其具有能生出新植株的能力，所以要加以保護。

或許可以檢視相對應的漢譯本，看是否能提供什麼資訊？在《梵網六十二見

²⁸¹ Antonella Serena Comba (2016), "The Bodhi Tree and Other Plants in the Pāli Tipiṭaka: Plant Life in South Asian Traditions", p.100.

²⁸² Antonella Serena Comba (2016), p.101.

²⁸³ 參《律藏·犍度》(Vin. I.200-203):「諸比丘！根藥，〔調：〕姜黃、生薑、菖蒲、白菖蒲、麥冬、辛胡蓮、喞尸羅、蘇子或其他根藥，于嚼食毋資于嚼食，于噉食毋資于噉食。許領受而儲至命終，應時服用，不應時而服用此者，墮惡作。……澀藥，〔調：〕荏婆澀、具達奢澀、婆迦瓦澀、那達摩羅澀……。葉藥，〔調：〕荏婆葉、具達奢葉、拔陀羅葉、蘇羅尸葉、迦婆尸迦葉……。果藥，〔調：〕伊蘭迦、摹撥、胡椒、柯子、川練、餘甘子、五達婆羅或其他果藥……須用塗藥混合香料……乃至……諸比丘！許用栴檀、零凌香、隨時檀、達子香、蘇子。」，N03, no. 2, p. 269, a2-p. 270, a10 // PTS. Vin. 1. 200 - PTS. Vin. 1. 203。

經》中提及植物的只有兩處：「不絕生穀」以及「譬如異道人，受人信施食，畜聚落、舍宅、穀食、樹木、果蔬、菜園，自取食之，佛皆離是事。」²⁸⁴ 漢譯本裡沒有論及佛陀不傷植物類與種子類，僅提到不滅斷新鮮、未煮過的穀物。另一點則是敘述佛陀不像外道那樣，既已向人們托鉢乞食，卻又積畜聚落、房舍、穀糧，種植樹木、瓜果、蔬菜，自行產食。以上兩點似乎是在講述乞食的沙門應專注於修行，不應累積田、宅等財產，不應種植樹木、果菜以供自己食用，如此可能引生更多的貪欲，而無法精進修行。至於「不絕生穀」，可能是指出家眾為了離貪欲和度化眾生而托鉢乞食，他們不烹煮食物，所以不煮生的穀物，更何況人們也不可能用沒煮過的生穀供養僧眾。或許「不絕生穀」指的是出家眾不烹煮生穀，但也有可能是指愛護植物的釋尊也很關注會發芽繁衍的種子，所以不破壞種子。《雜阿含經·39 經》也談到五種種子要能生長所需要的條件，必須本身沒有缺陷、腐朽，是新鮮、成熟、堅實，外在環境則需要有大地和水。²⁸⁵

對農耕而言，種子是個重要因素。而現代科技發達，基因改造的種子成為一項必須嚴肅看待的課題。自然農法就很重視種子，自家採種、留種，以確保能種出適應自己土地的好作物。

二、神聖的植物

佛陀的一生皆與樹有密切的關聯。他出生於藍毗尼園的娑羅樹下，²⁸⁶在菩提樹下成道，最後又在娑羅林雙樹間入涅槃。²⁸⁷在他成佛的前後，也都是在森林中的樹下修行。如前所述，森林是僧眾的理想修行場域，樹木對出家眾的修行確實很重要。菩提樹象徵佛陀的證悟，成為佛教中很重要的樹。以下從早期佛教經典

²⁸⁴ T01, no. 21, p. 264, c6-7, 15-16.

²⁸⁵ 「世尊告諸比丘：「有五種種子。何等為五？謂根種子、莖種子、節種子、自落種子、實種子。此五種子不斷、不壞、不腐、不中風，新熟堅實，有地界而無水界，彼種子不生長增廣。若彼種新熟堅實，不斷、不壞、不中風，有水界而無地界，彼種子亦不生長增廣。若彼種子新熟堅實，不斷、不壞、不腐、不中風，有地、水界，彼種子生長增廣。」，T02, no. 99, p. 8, c27-p. 9, a5。

²⁸⁶ 娑羅樹意譯作「無憂樹」。參東元慶喜（1957），〈佛典植物學研究對象〉，頁 154。

²⁸⁷ 《大般涅槃經》，T01, no. 7, p. 199, a3-14.

說明有關菩提樹的記載，並敘述關於菩提樹的供奉。

1.不同的「菩提」樹

根據《長阿含經·大本經》的記載，過去七佛皆在不同的樹下成正覺。如經云：

毘婆尸佛坐波波羅樹下成最正覺，尸棄佛坐分陀利樹下成最正覺，毘舍婆佛坐娑羅樹下成最正覺，拘樓孫佛坐尸利沙樹下成最正覺，拘那含佛坐烏暫婆羅門樹下成最正覺，迦葉佛坐尼拘律樹下成最正覺。我今如來、至真，坐鉢多樹下成最正覺。²⁸⁸

而依據相對應的《長部·大本經》(DN II.5)²⁸⁹及 Maurice Walshe 的英譯本可知，毘婆尸佛是在波波羅樹 (pāṭalī)，即喇叭花樹²⁹⁰的樹下成佛；尸棄佛的成道樹是分陀利樹 (punṇḍarīka)，即白蓮樹²⁹¹，但英譯作白芒果樹²⁹²；毘舍婆佛的是娑羅樹 (sāla)、拘樓孫佛的是尸利沙樹 (sirīsa)，即金合歡樹；拘那含佛的是烏暫婆羅門樹 (udumbara)，即無花果樹；迦葉佛的是尼拘律樹 (nigrodha)，即榕樹，而釋尊是在鉢多樹 (assattha)，即菩提樹下成佛。可見過去七佛都是在林中樹下修行，而且並沒有固定要選擇在什麼樹下證道，因此他們成正覺所在的樹都不同。諸佛的成道樹皆有所不同，所以意指覺悟的「菩提」樹並非只有一種，而是有不同的菩

²⁸⁸ T01, no. 1, p. 2, a28-b5.

²⁸⁹ “Vipassī, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho pāṭaliyā mūle abhisambuddho. Sikhī, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho puṇḍarīkassa mūle abhisambuddho. Vessabhū, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho sālassa mūle abhisambuddho. Kakusandho, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho sirīsassa mūle abhisambuddho. Koṇāgamano, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho udumbarassa mūle abhisambuddho. Kassapo, bhikkhave, bhagavā arahaṃ sammāsambuddho nigrodhassa mūle abhisambuddho. Ahaṃ, bhikkhave, etarahi arahaṃ sammāsambuddho assatthassa mūle abhisambuddho.”

²⁹⁰ PED, p.450.

²⁹¹ PED, p.465.

²⁹² Maurice Walshe (1995), *The Long Discourses of the Buddha*, p. 200.

提樹。此外，《律藏·小品》(Vin I. 3-5)一開始就提到佛陀在菩提樹下成道後，接著去不同的樹下——阿闍波羅榕樹、目支鄰陀樹、羅闍耶他那樹——禪坐，最後再回到阿闍波羅榕樹處，思考是否說法的問題。²⁹³從佛陀在不同的樹下移動、修行顯示他無執著地自在遊行。佛陀並沒有侷限於特定的樹種，包括他證悟時所在的菩提樹。因此，修行要有所成，則必須在閑靜處，過著簡樸的生活，而且要無所執著。²⁹⁴

在《本生經》的因緣故事中，描述釋尊成道與菩提樹之間的故事。佛陀成道之前經過長期的斷食，後來食用少女 Sujāta 所供養的乳糜，而後：

菩薩於河岸盛開的沙羅樹林中，過午而至黃昏花落時，走過諸天所莊飾的千二百二十腕尺寬的道路，如獅子般，邁向菩提樹。龍、夜叉、金翅鳥及諸天以香、花、天樂禮敬，彷彿一萬世界以一色之香，一色之花環，發一色喝采之聲。²⁹⁵

從上述經文可發現菩薩與諸天及自然界有著奇妙關係，他們似乎很歡喜地準備慶祝釋尊證悟這大事。當菩薩走向菩提樹，對面來了一位刈草者供養八捆草，用來舖在菩提座上。菩薩找了適當的位置禪坐，並下決心要成正覺。最後以波羅蜜之力降伏魔。菩薩擊退魔軍後，菩提樹彷彿表示敬意般，其幼芽如雨般落在菩薩的法衣上。而且一萬世界的海端皆震動。太陽東昇時，一萬世界齊聲喚出：「菩薩獲一切智，莊嚴一萬之世界！」乃至一萬大世界中，諸樹開花、結實纍纍以致諸樹頗受負荷。空中垂下盛開的蓮花，地上從磐石也生出七莖之蓮花等等，整個世間出現種種不思議的現象，以顯示對釋尊成佛的歡喜與敬意。²⁹⁶因緣故事沒有強調

²⁹³ 參 N03, no. 2, p. 4, a7-p. 7, a6 // PTS. Vin. 1. 3 - PTS. Vin. 1. 5。

²⁹⁴ Antonella Serena Comba, “The Bodhi Tree and Other Plants in the Pāli Tipiṭaka: Plant Life in South Asian Traditions”, pp. 109-110.

²⁹⁵ 參 N31, no. 18, p. 113, a1-4 // PTS. Ja. 1. 70.

²⁹⁶ 參 N31, no. 18, p. 119, a8-p. 120, a7 // PTS. Ja. 1. 75 - PTS. Ja. 1. 76.

菩提樹在菩薩證道時的角色，畢竟釋尊並不是因為菩提樹才能成佛，而是菩提樹下的環境有助於釋尊修行，而後更因佛陀在此成道，而成為佛陀的象徵，受到佛教徒的崇敬與供奉。

2. 對菩提樹的供奉

佛陀入滅後，菩提樹成為其解脫的象徵。在後來的《譬喻經》中，可看到很多供奉菩提樹的記載。對菩提樹的供養被認為等同於供養佛陀的所坐處——金剛座、師子座。如《譬喻經》(Ap. 189)中，西哈薩那達耶迦長老說：「吾心清淨喜，布施獅子座。……吾心清淨喜，禮拜菩提樹，十萬劫之間，吾不墮惡趣。」²⁹⁷同經(Ap. 403)也記載獅子座扇者長老禮拜帝須佛的菩提樹，並用扇子搨佛的師子座。由此而得92劫不墮惡趣的果報。²⁹⁸同經(Ap. 457-459)也敘述菩提葉清掃者長老因為清掃菩提樹的落葉，而獲得二十一種功德，同時不墮惡趣。²⁹⁹由此可見，僅是維護菩提樹周遭環境的清潔，即能由此小動作而獲得極大的果報。供養菩提樹等同供養佛陀，菩提樹具有不可思議的功德力與神聖的地位。《譬喻經》(Ap. 519-521)則談到菩提樹顯現神變的故事：五燈獻者長老尼見菩提樹，生起恭敬心而合掌禮敬，她心想：若佛有無量功德，但願能見神變，菩提樹可以閃耀發光，就在此時菩提樹發光照耀四方，她在樹下禪坐七日，之後供燈給菩提樹，由此供燈功德而生三十三天，最後則成為釋尊弟子而證悟。³⁰⁰

隨著各種故事的流傳，菩提樹的圖像常見於印度國內外的佛教藝術。根據傳統，佛塔保存並未全部留存至今的佛舍利，但我們仍可欣賞一些阿育王柱，在此以獅子、大象、公牛或馬來象徵佛陀，且佛的教法以法輪作為象徵。阿育王柱常被解釋為象徵菩提樹。斯里蘭卡特別盛行供奉菩提樹，據說阿育王派遣兒女到此

²⁹⁷ N29, no. 17, p. 266, a9-14 // PTS. Ap. 188 - PTS. Ap. 189.

²⁹⁸ 參 N30, no. 17, p. 137, a11-12 // PTS. Ap. 403.

²⁹⁹ 參 N30, no. 17, p. 221, a3-p. 223, a1 // PTS. Ap. 457 - PTS. Ap. 459.

³⁰⁰ 參 N30, no. 17, p. 303, a13-p. 305, a9 // PTS. Ap. 519 - PTS. Ap. 521.

弘法。女兒僧伽蜜多 (Saṅghamittā) 帶了菩提樹的幼苗，並種植在阿努拉德普勒 (Anurādhapura)，至今仍受供奉，且設立儀式供養菩提樹。³⁰¹

第二節 植物是否為眾生？

前面已討論過眾生是有情識、情愛者，具有心識，因為渴愛而對外境執著，因此在生死大海中生生世世輪迴不已。所以，眾生的必要條件是要有心識，有渴愛、執著的特質。通常人們都以為植物沒有心識、感知能力。但現代科學家指出植物因為不能移動，但為了求生、繁衍、生長、禦敵，必定有其感知能力，甚至可說是智能。在義大利的佛羅倫斯大學教授植物神經生物學的 Stefano Mancuso 說：植物和人類一樣有五感，而且還有另外的十五種感知能力。茲分述如下：³⁰²

1. 植物有「視覺」：雖然植物沒有眼睛，但它會察覺日光、感知影像刺激，而且會獲取、運用日光。植物有趨光性，會朝著陽光的方向生長，可以看出它會因此改變姿勢，盡最大可能以吸收陽光。整棵植物都能感光，只是根部好像會「畏光」，呈現「負趨光性」。而且在冬天的時候，有些植物在地面的莖、葉、花、果也會闔上眼睛冬眠。
2. 植物有「嗅覺」，因其可以感知氣味。植物利用氣味（可謂其語言）與同伴及昆蟲溝通，可能是警告有危險出現，或是吸引天敵、逼退昆蟲。
3. 植物有「味覺」：植物的根在土中探尋化學物質當作食物，相當於舌頭的作用。植物的根能辨別泥土，找尋「美味」的養分，如硝酸鹽、磷酸鹽、鉀，即使很微量，也能準確找到。所以，植物會在礦鹽濃度最高的地方長出更多的根，以快速有效率地吸收，直到礦鹽被吸引完，根也就停止生長。除了根是負責味覺的部位，另外有些植物（即肉食性植物）也有別的攝食管道，如捕蠅草，它們會獵捕昆蟲，

³⁰¹ Antonella Serena Comba (2016), “The Bodhi Tree and Other Plants in the Pāli Tipiṭaka: Plant Life in South Asian Traditions”, pp. 110-111.

³⁰² 司特凡諾·曼庫索 (Stefano Mancuso)、阿歷珊德拉·維洛拉 (Alessandra Viola) 著，謝孟宗譯 (2016)，《植物比你想象的更聰明：植物智能的探索之旅》，頁 67-99。

將其殺死，並加以消化以攝取養分。4. 植物有「觸覺」，能察覺受到外物的碰觸，如含羞草。或像肉食性植物能察覺昆蟲落在其葉子或陷阱，而且能辨別特定的接觸而有進一步的反應。另外，植物的根在土壤中碰觸到阻礙時，會繞過它。又如攀緣植物其卷鬚在碰到物體的幾秒內就會彎曲，試著去纏繞，藉由碰觸來找到最能支撐其成長的外物。5. 植物有「聽覺」，植物透過大地來聆聽外界，植物的所有細胞都能捕捉音波。在義大利有針對生長中的葡萄藤播放音樂的研究，歷時超過五年，得到令人驚訝的成果。長出來的葡萄，「品質更好、熟成更早、風味更濃、色澤更豔，所含的多酚也更豐富。」此外，音樂還會讓昆蟲難以分辨方向，無法接近葡萄。把音樂用於農事，能大幅減少殺蟲劑用量。但植物無法分辨音樂的種類，不會有所偏好，影響植物生長的其實是音頻。

另外，植物能認得親族，會比對待其他非我族類較友善，目的也是為了更能管控領土、對抗外敵。植物的根通常與真菌的根共生而達到互利，彼此互換養分。³⁰³杜林大學的 Massimo Maffei 在 2007 年的 *Max Planck Forschung* 期刊研究即已提出植物能清楚辨識自己的根系與其他樹種或甚至與另一個同種根系的差異。樹木既然會區分彼此，卻又會共享養分，理由即是為了共榮共存。有許多的樹木方能形成一個生態體系，提供可以穩定生長的環境。因此，儘管樹木之間仍存有親疏的差異，但每棵樹對整個群體或共同體而言都很珍貴，因其會相互援助。³⁰⁴確實在自然界中，沒有任何事物可以獨立存活，樹木也必須互助共生。既然樹木之間會有互動、互助，其他植物應該也是一樣的情形。若缺乏森林中的其他非我族類，如真菌、野草及其他種類的樹等等，只有單一類的樹木其實並不易維持一個完整、條件良好的生態體系。

以上是現代科學界對植物的研究，學者認為植物有感官能力、有智慧，為了

³⁰³ 司特凡諾·曼庫索 (Stefano Mancuso)、阿歷珊德拉·維洛拉 (Alessandra Viola) 著，謝孟宗譯 (2016)，頁 119-122。

³⁰⁴ 彼得·渥雷本 (Peter Wohlleben) 著，鐘寶珍譯 (2016)，《樹的祕密生命》，頁 38-41。

生存，會彼此互助，而創造互利共生的生態環境。從現代的科學研究可看出，人們對植物某些特性的好奇。實際上，在自然農田裡農夫與植物也確實會發生奇妙的互動。上述的科學研究或許可提供我們不同的角度，來觀察與思考佛典中所述的植物世界。

一、古印度的植物觀

（一）婆羅門教

自古以來印度人認為現象世界是由動與不動的部分所組成。動者當然是包含人類與動物，而不動者則包含植物以及岩石等物。將草木與岩石拿來比較，草木不同於岩石是會成長茂盛，因此可知其中有生命。然而古印度則認為岩石也有知覺。而作為不動的植物，通常分為六類：樹有兩種——有花也有果的樹（*vṛkṣa*）以及不開花也會結果的樹（*vanaspati*）；草類有四種——藥草（*oṣadhi*）、雜草（*trṇa*）、（攀附樹木的）蔓草（*latā*）、（在地上匍伏的）伸草（*pratāna*）。³⁰⁵

《奧義書》的「五火二道說」提及植物作為輪迴轉生的一個經過點。後來的《摩奴法典》也記載由於身體造作惡行而轉生為植物。植物雖然通稱草木，但兩者之間有很大的差距。草被視為無價值，而樹木常常有神祇住在其中，而且會對靠近它的人給予庇護，而成為「利他行者」的模範。樹木提供樹蔭、果實、花、全身，具有利他行。³⁰⁶如果說植物是因為過去世身體造作惡業，而此世投生為這類不能動的眾生。植物被視為低階的眾生，相當於轉生於惡趣中。惡趣眾生會有利益他人的想法嗎？還是應該說這是從人類的角度，觀察樹木所能提供的助益，而非樹木主動想布施樹蔭，給人乘涼以躲避酷熱難耐的太陽。而且植物之中也有位階、價值的差異，草（*trṇa*）被視為無價值，因為草不能利他，對人類沒有任何幫助。

³⁰⁵ 原実（1999），〈植物の知覚—古典インドの自然観察より〉，頁2。

³⁰⁶ 原実（1999），頁4-6。

草是否真的沒有任何價值？

在古印度的文獻記載，要砍伐樹木時，必須進行特定的祭祀。這些規定敘述樹木中經常依住著成長繁茂的生命。如此內有生命的草木，從根吸收肥沃土壤的養分、吸收陽光而成長，一切生物不免會有生滅現象，而經歷幼兒期、青年期、老年期。內有生命的樹木和人類與動物一樣有知覺、能經驗苦樂嗎？如果它們有知覺的話，植物究竟有怎樣的感覺器官？古代印度人就產生這樣的疑問，進而觀察植物以找出解答。植物有向光性，這是有感覺器官的證明，主要是觸覺。³⁰⁷又如蓮花（padama）早上開花，夜蓮（kumuda）等到晚上開花、含羞草被碰觸，葉子會收縮。結果的樹木只在特定的季節結果。哲學家認為這些樹木的作用是植物有智能（cetana）的證明。³⁰⁸

如果植物有知覺的話，他們有怎樣的感官？印度史詩《摩訶婆羅多》（*Mahābhārata*）記述草木有五根，因而具有視覺、聽覺、嗅覺、味覺和觸覺。葉子因天熱而枯萎、樹木的樹皮、果實與花因寒冷而凋謝，因此樹木有觸覺；果實與花因風聲、火聲與雷聲而凋零，因此樹木有聽覺；藤蔓纏繞樹木而往四方延伸，無眼者不能找到方向，因此樹木有視覺。花朵盛開是因各種香氣而變健康的緣故，因此樹木有嗅覺；觀察生病的樹木以腳（即樹根）喝水，而後康復，因此樹木有味覺。觀察到樹木有苦樂的感受、即使被砍伐而再生，因此樹木中有生命（jīva）。他們並非沒有感覺者。³⁰⁹因此《摩訶婆羅多》也談論植樹的功德，現在可得名聲，來世可生天界。文獻中將樹木稱為兒子（putra）。植樹者是樹木的親人，一方面樹木成為兒子，親人在世時，以開花與結果令其歡喜，另一方面植樹者死後，為感念其養育之恩，樹會關注親人的來世，將其從名為 put 的地獄救出。印度文獻也說關愛樹木、種樹的功德，承認植樹者與樹木之間的親子關係，賦與樹木和兒子相

³⁰⁷ 原實（1999），頁 7。

³⁰⁸ 原實（1999），頁 8。

³⁰⁹ 原實（1999），頁 9-10。

同的祭祖的資格。³¹⁰印度教對於種樹特別重視，樹與人之間發展出親情的關係。比較難以理解的是，不會動的低等眾生如何能去地獄拯救如父親般的種樹人。印度人果然具有極為豐富的想像力，但可能都是為了強調樹木的重要性，栽種者要好好照顧所種的樹。

（二）耆那教

根據耆那教白衣派最古老的聖典 *Āyāraṅga-sutta*，植物被視為和人類一樣具有生長的性質、也有心，會攝取營養，被截斷時，則會枯萎，是無常的。其實耆那教認為全世界都充滿微細的生命（*jīva*，靈魂），所以嚴守極端的不殺生³¹¹。此外，在空衣派的重要聖典 *Mūlācāra* 中可見到地、水、火、風和植物這些有生命者具有四個「完全的展開」(*pariyāpti*): 一是攝取器官及其能力的完全展開 (*āhāra-pariyāpti*)、二是肉體及其機能的完全展開 (*śārīra-pariyāpti*)、三是感官及其能力的完全展開 (*indriya-pariyāpti*)、四是呼吸器官及其能力的完全展開 (*āna-prāṇa-pariyāpti*)。而地、水、火、風與植物各自都有一個接觸感官，具備攝食、呼吸、感覺等機能。「完全的展開」(*pariyāpti*) 這個語詞其實也散見在白衣派的初期經典中。³¹²既然地、水、火、風與植物屬於有情，所以不能無端殺害涵蓋地、水、火、風與植物的一切眾生。植物也是眾生的觀點可能會對耆那教的修行有所影響，因為耆那教特別重視不殺生，所以在飲食方面而有斷食的修持。

關於現代的耆那教徒對植物尤其是供食用的蔬菜的看法，根據 Josephine Reynell 於 1991 年在印度 Rajasthan 的 Jaipur 市的實地考察，耆那教徒禁止殺生，所以不能吃肉與蛋，只吃蔬菜的葉子，不吃蔬菜的根。蔥、蒜屬於根菜，所以禁止食用。然而其他根莖類的馬鈴薯、紅蘿蔔、白蘿蔔卻廣被食用。但訪談者有一

³¹⁰ 原實 (1999)，頁 14-15。

³¹¹ 渡辺研二 (1993)，〈ジャイナ教の植物観〉，頁 96-97。

³¹² 杉岡信行 (2006)，〈ジャイナ教の修行と生活〉，頁 121-122。

半也持守不吃根菜的戒。不吃根菜的理由是將根拔起時，會殺害周圍土地的有機體或生物。依 P. S. Jaini 的解釋，在甘美、葉子肥厚、含藏種子的植物裡，有「一根的生物」棲息其中。綠色蔬菜的葉子中藏有小蟲子，所以吃蔬菜會有殺生之虞。將蔬菜從田地裡拔出來烹煮，會傷害根周圍的生物，殺害躲在葉子中的小蟲。³¹³ 由此可見在實際的生活中，確實很難做到嚴格的不殺生，而且現代耆那教徒避免傷害蔬菜，不吃連根拔起的菜，並非認為植物是眾生，所以不殺生，而是以為連根拔起會殺害土中的生物。而且蔬菜裡的「一根的生物」指的不是菜本身，而是菜中具有一個感官的小蟲子，所以要避免殺害小蟲。

二、佛教典籍的觀點

(一) 依契經的記載

1. 聲聞經典

在佛教典籍中，植物通常並沒有被視為有情，並不會輪迴。植物沒有心識、沒有感覺，因此不屬於眾生的一分子。但根據 Schmithausen 的研究，《經集》的〈婆私吒經〉(*Vāseṭṭha sutta*) (Sn.600-601) 所敘述的生物分類(*jātivibhaṅgam paṇānam*)，植物被列為其中之一，以及其他經文談及「動」(*tasa*) 與「不動」(*thāvara*) 的生物時，偶爾清楚表明是指眾生，不應殺害或傷害他們，而要對之培養慈心。動與不動的生物(梵： *trassa* 與 *sthāvara*) 常見於早期耆那教與婆羅門教的典籍，不動的眾生中首先列出的即是植物與種子。另外，在《長部·究羅檀頭經》(DN I.142) 談到理想的祭祀應該是不殺牛、羊等一切眾生，也不砍伐樹木作為壇柱，不割吉祥草作為祭祀之用。經中除了宰殺動物，似乎傷害植物也被視為不善業。他認為除非先預設植物為眾生，否則這依據早期印度傳統觀點而來的看法就講不通。然而，在別的傳本，漢譯《長阿含·究羅檀頭經》是說：「彼王大祭祀時，不殺牛、

³¹³ 渡辺研二 (1993)，〈ジャイナ教の植物観〉，頁 94-95。

羊及諸眾生，唯用酥、乳、麻油、蜜、黑蜜、石蜜，以為祭祀。」³¹⁴，其中並沒有提及砍樹、割草。因此他說實在很難理解為何上座部傳本的編輯者要插入樹與吉祥草的理由。³¹⁵他指出早期佛典並沒有具體地探討植物是否為眾生的議題，也沒有明確的經文表示植物是有情，或直接明示植物非眾生的記載。³¹⁶後來的說一切有部論師眾賢（*Saṅghabhadra*）也有這樣的疑問：「聖教中，何處顯了定說樹等皆無有命？」³¹⁷這表示佛典中並沒有「定說」植物無情識。他認為植物可視為是邊緣物種，視情況需要而定。就作為修習慈心的對象，以及出家眾不傷害植物的戒行而言，植物可視為有情識；但對在家眾而言，則植物非眾生，否則在實際生活中會面臨窒礙難行的問題。³¹⁸

從「動」與「不動」的角度看待眾生，*Schmithausen* 將「不動者」理解為植物，似乎說服力不足。以《慈經》為例³¹⁹，經中的“*tasā vā thāvarā vā*”，除了有動或不動之意，也有顫慄或沈穩之意，也有譯作脆弱或堅強者，因此可能不只是從能否移動的角度來談眾生，更有可能是從心理狀態來描述眾生的類別。沈穩或堅強的眾生未必就是指植物。又根據注釋書的解釋：“*Tattha tasanṭīti tasā, sataṇhānaṃ sabhayānañcetam adhivacanam. Tiṭṭhantīti thāvarā, pahīnatanhābhayānam arahatam etam adhivacanam.*”³²⁰ 在此「會驚慌的」(*tasā*)是指「會被驚嚇的」，與「有渴愛、有怖畏」是同義詞；「穩固的」(*thāvarā*)是「穩定」(*saṇhāna*；*steadying*)，與「斷諸渴愛、斷諸怖畏」的阿羅漢是同義詞。可見注釋書並未將「不動」者視為植物。

³¹⁴ T01, no. 1, p. 100, b5-6.

³¹⁵ *Schmithausen*, (2009), pp. 23-25.

³¹⁶ *Schmithausen* (2009), pp.22-23.

³¹⁷ 《阿毘達磨順正理論》，T29, no. 1562, p. 489, a27-28。

³¹⁸ *Schmithausen* (2009), pp. 29-30.

³¹⁹ 如《慈經》(Sn. 146)：“*Ye keci paṇabhūt’atthi, tasā vā thāvarā vanavasesā, dīghā vā ye va mahantā, majjhimā rassakā aṇukathulā.*”（無論是什麼存在的有情，顫慄或沈穩的皆毫無遺漏，長的或大的或中等的，短的或細的或粗的。）

³²⁰ Sn.A I.193.

另外，巴利《長部·究羅檀頭經》將殺害動物與截斷草木同樣視為不善業，但未必因此而要將草木理解為眾生。從動機或用途來看，為了盛大的祭祀大會，除了要宰殺數量龐大的牲畜，同時也要砍伐大量的樹木與吉祥草為祭壇所用，而為了不必要的鋪張的祭祀大會，浪費大量的草木，確實可說是不善業。如果適度地運用草木於建造居住所需的房舍，則無可厚非。另外從佛陀重視、保護植物的態度而言，他也不樂意見到眾多的草木被砍伐。

Findly 承襲 Schmithausen 的觀點，企圖從早期的佛經證明植物是眾生。Schmithausen 也檢視其論證，並加以批判。由於國內學界較少注意到這兩位學者對於早期佛典中植物是否有情識的重要研究，因此以下將花費較多篇幅呈顯兩人的論述與批判。Findly 認為從植物會追尋水與陽光的現象，可以說植物會表達其欲望。這點可以從巴利聖典指出植物有需求，如果符合其需要，則它會生長、茁壯的敘述得到肯定。最常提到的植物的需求是要妥切照顧種子，適當地種在肥沃的土壤、那裡可以持續供給水分與養分。她認為植物有需要、特別是欲望，應可作為植物會輪迴的經證，甚至推論植物的欲望、意向可以往好的方向發展，則相當於佛教的修行。例如植物藉由茁壯的意向（*cetanā*）適應新環境的土壤與天氣狀況，或找到最佳的方式來使用所能用的空間。這至少可以證明早期佛教注意到植物的一些情形而將其歸類為有觸覺的眾生（一根之命）。她指出在耆那教與佛教經典中，五種感官機能中的最後一個「觸」是所有其他感覺的基礎，並認為有身根與觸就會造身業，所以認定植物是有意識，會造業和輪迴轉生者。她認為植物的出生是因業而產生，而佛教徒未將芽生納入出生的類別中，但《奧義書》與耆那教都接受芽生。而且植物有個別的身體，植物的身體會對不同環境的感覺刺激而有不同方式的回應，這表示植物會造業受報。如此的看法對耆那教徒認為植物有生命與業而言，顯然很重要，他們也認為植物會輪迴轉生。³²¹

³²¹ Ellison Banks Findly (2002), "Borderline Beings: Plant Possibilities in Early Buddhism", pp.257-259.

Findly 接著從 Schmithausen 所說的植物不造善、惡業的說法，提出植物不累積業而消業的特殊見解。由於植物在消業，所以會有更好的來生。在早期佛教中，不累積業而只消業的眾生是在涅槃前或涅槃後的階段，也就是證阿羅漢了。這可以說植物可能是接近生命與輪迴的結束，也可以說植物有靈性生命。植物有業也意味著也要考慮識的問題。植物的葉子對陽光有反應，隨之改變方向，即向光性，同樣地枯萎的植物吸收雨水或利用根尋找新水源，而恢復生機。可以說植物有這樣的反應是屬於五蘊中的識。³²²

依巴利聖典的記載，植物的生命有二個要素。首先是植物有一根，亦即有觸覺，經典中描述植物的「行為」很符合它有觸的意思。第二個特性是不動。在早期佛教時代，生物通常被分為動與不動兩類。巴利聖典也用此分類，³²³ Schmithausen 認為這兩類生物是表示所有活的、會呼吸的、有生命的不該傷害的眾生。他說明不動類的眾生在早期佛教特別是指植物 “*tasa-thāvarā pāṇā*”。Findly 指出作為不動的眾生，植物可以被認為和「暗」(tamasic) 的生命最相同。「暗」的不活動、不活潑、停滯與懶惰等特性很符合植物，它們的根深入地下，不像在家居士或遊歷的隱士那樣移動，它們是輪迴中最低階的眾生。然而，東亞佛教不僅相信植物有情識，而且是將證悟成佛的眾生，植物被視為是「喜」(sattvic)。如湛然、吉藏、道源等人主張植物有喜的性質，且已成佛。Findly 進一步論證早期佛教中植物也被視為喜，植物被視為和修行生活有關，修行者在樹下住，以及運用樹來譬喻靈性成長。在樹下住不只可以免受壞天氣的影響，而且樹和森林提供孤寂、僻靜的場域讓修行人在此禪修。而且樹象徵連結凡俗到神聖的垂直軸，這表示僧眾長期在樹下住，可能會有樹的特殊狀態。而且植物和樹提供修行生活的形象。如《經集》(Sn.44) 說拋棄在家人的標誌，猶如樹捨棄樹葉，修行人應在鄉間獨行。《長老偈》(Th.110,1137) 鼓勵發展對森林的感情，其中僧眾如同樹矗立在山頂，受新鮮的

³²² Ellison Banks Findly (2002), pp.259-260.

³²³ Sn. 146, 629; SN I.141; IV.117, 351; V.393.

雨水滋潤，雨水落下之處，草長得很茂盛，樹叢開滿花，修行者就像樹在群山間。

324

有關植物不動的特性，Findly 由 Schmithausen 探討巴利注釋書對 *tasa* 與 *thāvāra* 的解釋，而有進一步的論述。*tasa* 源自字根√*trṣ*(表渴求)或√*trṣ*(表因害怕而發抖)，因此將 *tasa* 與 *tasiṇā/taṇhā* 聯結，而說「動者即是那些眾生仍受渴望、欲望、恐懼的控制，亦即凡夫。而不動者則被詮釋為精神與情緒安穩者，那些沒有渴望與恐懼的眾生，亦即聖者」。但 Schmithausen 反對這個注釋，理由是它不是在其當代語境中出現的，而且只有當注釋者需要重新詮釋植物（原初不動的生物）不屬於眾生的類別時才能想到。Findly 認為植物可以透過觸覺去經驗這世界，植物的不動意味著它是由不活潑的業所和合而成，或著說它是安穩的。Findly 認同 Schmithausen 所提出的早期佛教中植物是邊緣物種的見解，但主張是不同的邊緣——低階的，因而不能動或累積業，以及高階的，因而不再移動，只需在最後證悟前消其殘業。

325

Findly 對早期佛教中的植物提出非常獨特的觀點。Schmithausen 也注意到其研究，並對其論述，包括經證與推論方法提出一針見血的批判。以下則說明 Schmithausen 精闢的批判內容。他指出 Findly 認為早期佛教中植物完全有情識的證據是植物被視為有觸覺的眾生，但律典提及植物有觸覺的記載並不能作為佛教立場的證據。而且她說植物的向光性與根會找水，則表示植物有觸覺。她的這些論述都是根據單純描述可觀察的現象的經文以及過度推論而來，這點很有問題。她的方法論大有問題。確實在耆那教或印度教的資料可找到上述現象的敘述，用作教理的背景以證明植物是有觸覺，或甚至其他感官機能的眾生，因此會感受苦樂。但她並沒有提出佛典中有這樣的觀點，而只是描述植物生長或枯萎的經驗上的特性，卻沒有從教理上詮釋這些特性作為植物有觸覺或情識的證明。

³²⁴ Ellison Banks Findly (2002), pp.261-262.

³²⁵ Ellison Banks Findly (2002), pp.262-263.

³²⁶Schmithausen 直指她很多證據是取自譬喻。他不知道如何能從日常生活中種子和植物成長現象的敘述，推論出植物在義理上的身分，如它們是有觸覺的眾生。他沒有完全否認描述性的經文與譬喻可能指向和植物生命產生情緒的連結，但這樣的角度應該與義理上評判植物的身分有清楚的區分。³²⁷

Schmithausen 指出 Findly 論證植物有觸根的方法很有問題，她進一步提出植物有更複雜的機能以及會輪迴的說法，也同樣沒有經證基礎。觸感遍及其他感覺根本不同於將觸視為其他感覺的基礎。在阿毘達摩確實是說觸感是遍及全身或身體中的所有「執受色」(upādinna-rūpa)，但它並不是其他感覺的基礎，因為在上座部佛教，色界諸天有視覺與聽覺，但卻沒有觸覺。毘婆沙師 (vaibhāṣika) 說觸感遍及其他感覺且為其基礎，但這並不表示眾生有觸覺也必定有其他感官機能。³²⁸她指出植物至少有觸根，必定也有情識或意識，與對象的「觸」(phassa)，因此會有苦樂受、欲望等等，在十二緣起意義下，因此應認為植物也參與由業導向的輪迴。她主要根據都還是可觀察的事實與大多是對現象的譬喻經文，教理的證據十分薄弱。³²⁹

Findly 依據植物可觀察到的現象，以及佛經裡提到植物為有一根的生命，亦即有觸覺，進而推論植物尚有其他感官機能，有心識、意向、感受，會造業，也就會輪迴。植物是一根的生命究竟是否為佛教的思想，仍有爭議。如 Schmithausen 指出的，Findly 所引的經證、推論的方法與詮釋很有問題，但她或許從現象界的觀察發現一些問題，因此想從佛經中找出答案。畢竟關於植物是否有感覺，這是從古印度的婆羅門教到現代的科學界都想探討的問題。如岡田真美子也指出，植物會感覺光線，亦即有視覺、藤蔓會捲附，亦即有觸覺，所以不能將植物視為無感

³²⁶ Schmithausen (2009), pp.65-67.

³²⁷ Schmithausen (2009), p.68.

³²⁸ Schmithausen (2009), pp.69-71.

³²⁹ Schmithausen (2009), pp.73-75.

覺的存在。³³⁰ 其實植物的奧秘，自然農法的農夫最能體會，如日本知名的木村阿公以自然農法種蘋果之餘，也種其他蔬菜，他觀察到小黃瓜的鬚會「主動」捲住人。根據其經驗，伸出一根手根放在捲鬚前，有些人會被它「纏上」，有些人則不會。五、六歲的小孩子通通都會被纏住，而成年人則不一定。曾有農夫因其農地的小黃瓜對他沒反應，卻會捲住負責栽種的妻子。後來改由他親自栽種之後，他種的小黃瓜全都纏住他，好像小黃瓜有眼睛似的，能夠辨識栽培自己的人，而且會分辨「對方是真正疼愛自己的人，還是只想靠自己賺錢的人。」木村阿公說通常只要溫柔地對待，它都會纏上來示好。而且他更發現「一旦施過肥，就不會纏人了。使用肥料會使植物的性情大變。」³³¹從木村阿公的敘述看來，似乎植物真的有感，有情識。前面提及的科學家的觀察是有捲鬚的植物在碰觸到物體時才去攀附、纏繞，而此處自然農法栽種的小黃瓜是還沒接觸到對象，在「判斷」之後，而決定是否要纏住人。植物與栽種者的奇妙關係以及植物的奧妙之處確實不可思議，值得進一步探究。

總之，Findly 的結論是認為在早期佛教中，植物可視為邊緣物種，且是即將脫離輪迴的聖者、阿羅漢，正在消其最後的殘業。Schmithausen 肯定在禪修對植物生命產生尊重的態度上，這確實是很引人注目的看法。但就歷史觀與佛教義理而言，Findly 的文章則有很多問題存在。首先，她的論點依據無法令人信服；其次，她的觀點似乎會留下很多系統性的嚴重問題。³³²

Schmithausen 總結 Findly 經證不足的論點有以下幾點：³³³

(1) 關於「出家眾樹下住的中心地位」：大樹或森林在熱帶國家是禪修的理想地點，

³³⁰ 岡田真美子 (1999), 〈仏教における環境観変容〉, 頁 5。

³³¹ 木村秋則著, 王蘊潔譯 (2010), 頁 189-191。

³³² Schmithausen (2009), pp. 89-90.

³³³ Schmithausen (2009), pp. 90-94.

因其提供涼蔭與孤寂，但這一點不足以解釋樹是已有修行成就的眾生。

(2) 用樹來譬喻靈性成長，這樣的譬喻會有饒富詩意與教化的意義，但確實從方法論而言，以全部相等的角度來詮釋譬喻並不適當。例如將住在曠野的聖者比喻為生長於山中的樹，這並不意味著樹也是眾生，甚至是聖者。比擬、譬喻不足以證明植物是聖者。

(3) 將植物稱作不動 (thāvara) 的生物。依據古印度傳統中身體不動的意涵，認為早期佛教可能沒有把不動理解為低階、無助的苦，而是相當於耆那教沙門為了滅盡宿業並不再造新業而保持靜止不動的苦行修持。然而耆那教並不是這麼理解植物的，而且早期佛教是斥責這種完全不動的嚴苛苦行。因為缺乏經證，Findly 的看法僅是有趣但沒有說服力的推測。

此外，Findly 還有嚴重的系統性和實際面的問題如下：³³⁴

(1) 佛經一致表示已證得阿羅漢的人不再輪迴受生，因此這樣的人不可能再生於任何地方。佛經也完全沒提及阿羅漢死前轉生為植物的記載。

(2) 如果認為植物不是在之前生為人的時候證得阿羅漢，而是只在投生為植物之後才證阿羅漢，則那些尚未證悟的植物就不會是阿羅漢。此外，印度佛教（或者那教）照理不會接受非人證悟的說法。

(3) 植物證阿羅漢是只有在投生為植物的時候，理論上，這會是第三個可能。由於有大量的植物和樹，這表示轉生為植物是證阿羅漢的捷徑，顯然比傳統的修習八正道容易多了，但尚未有任何經證可以證明。

(4) 證悟或具足圓滿的智慧無論如何都必須要先有情識或高等的認知能力才有可能。就早期佛教而言，找不到任何經證或有力的論據提到植物有這樣的能力。雖

³³⁴ Schmithausen (2009), pp. 94-97.

然《本生經》中有佛陀前世生為樹神的故事，但樹神通常不會被視為聖者。其中有些樹神是有惡意、會報仇、害怕死亡。

(5) 將植物視為像阿羅漢的聖者會有在日常生活實踐上的問題。持守不殺生戒會對在家眾的生活造成很大的困難，也間接影響到出家眾。如果植物不只是一般的眾生而是阿羅漢，則在家人為了生活不可避免地砍伐植物作為食物、柴火、木材之用，不就會殺害無數的阿羅漢，而造下五逆重罪之一？但 Findly 認為植物是慈悲的，將自己布施給其他眾生使用，而願意被砍、被吃。這多少可比擬大乘的菩薩，化身為藥樹或投生為魚以滿足眾人的需要。但是在早期佛典中並沒有這種觀念的經證。

儘管 Findly 的論述在經證與方法上有些問題，但 Schmithausen 表示他個人是欣賞 Findly 將植物視為聖者的看法，這種對植物有同情心（sympathetic）的意見比起將植物視為無助、受苦的低階物種更為吸引人。她也沒有完全否認文章中的敘述與比擬，可以表示出僧俗二眾與植物生命的情感聯結。雖然可以結合環境倫理而有成效地培養這種連結，但不能否認植物界有很多競爭與生存的問題，這就很難與植物為聖者的觀點調和。而且從歷史與文獻學的角度，Findly 的主張是無法被採納的，既無法有早期佛典的經證來證實，也無法符合解脫論的基本架構。³³⁵

2. 大乘經典

在大乘佛典中，植物通常被視為無知覺，而與瓦石等無生物並列，如《大寶積經》所描述的「身如草木瓦石影像，無覺無知。」³³⁶不過在《大寶積經·授記莊嚴品》卻說「彼時三千大千世界所有卉木叢林皆向菩薩傾靡，亦如我昔證菩提時一切草木傾向於我。」³³⁷以及《方廣大莊嚴經》也說「世尊初成佛，……草木

³³⁵ Schmithausen (2009: 97)

³³⁶ T11, no. 310, p. 443, c11-12.

³³⁷ T11, no. 310, p. 103, b18-20.

叢林等，一切皆稽首，頂禮菩提座。」³³⁸。除了這兩處大乘經文，早期佛典其實也都提到世尊成佛時，菩薩樹向世尊禮敬。沒有感覺、心識的草木竟會向初成道的佛陀表達恭敬之意，但是這樣的記述通常都被視為文學性的表達，似乎無法作為草木有情識的證據。

岡田真美子認為在一般的大乘經典中，植物並不是有「一根的眾生」，而是沒有意識的非情，讓人覺得植物與活的生命是截然不同的存在。然而她也指出漢譯佛經中還是有極少數論及草木和人類一樣都是眾生的經典。她提到《六度集經》中，菩薩前生是名為睽的仙人，有一天被射殺時，「草木肅肅有聲」，她將此解釋為草木「放聲大哭」。³³⁹也就是以草木和人一樣會哭泣，來證明植物是有情感的眾生。在此有必要檢視「草木肅肅有聲」是否是指草木哭泣的意思。根據《漢語大詞典》，「肅肅」可表象聲詞，形容風聲或其他的聲音，並沒有哭泣的意思。³⁴⁰再回到經典的上下文來看，睽與失明的雙親一同住在山中修行，當睽菩薩被國王誤以為是鹿而射殺時，他拜託國王奉養他年老且失明的父母。於是國王與群臣要前去睽菩薩的父母家，此時「王從眾多，草木肅肅有聲」³⁴¹，亦即國王與隨從人數眾多，前往途中不免碰觸草木而發出肅肅聲響。同本異譯的《睽子經》則是說「王行駛疾，觸動草木，肅肅有聲」³⁴²，在此不是表現大匹人馬，而是強調國王為了趕去修道人的父母家，因此快速前往，觸動草木而產生窸窣窸窣的聲音。由此看來，草木並沒有因修行人被誤殺而哭泣。經中雖然敘述菩薩命終時，百鳥

³³⁸ T03, no. 187, p. 596, c20-22.

³³⁹ 岡田真美子（1999），〈仏教における環境観の変容〉，頁 107。

³⁴⁰ 《漢語大詞典》電子版：「肅肅」，象聲詞，風聲。如《後漢書·列女傳·董祀妻》：「處所多霜雪，胡風春夏起，翩翩吹我衣，肅肅入我耳。」或泛指其它聲音。如明徐禎卿《雜謠》：「狗棘棘，雞鳴飛上屋，風吹門前草肅肅。」

³⁴¹ 《六度集經》，T03, no. 152, p. 24, c12。

³⁴² 《睽子經》，T03, no. 175a, p. 439, b11-12。

禽獸從四面雲集，皆悲痛號哭，但確實沒提到草木也一同哭泣。³⁴³岡田真美子對此經文的解讀恐怕有誤。

岡田真美子又找出大乘經典中的兩處經文證明植物有情識。第一個經證是《法華經·藥草喻品》談到大大小小的草木接受相同雨水的滋潤，而這些植物卻各有不同的成長樣貌，以此譬喻佛的一法能利益各種不同的眾生。³⁴⁴她也指出〈藥草喻品〉對中國與日本的天台宗有很重要的影響。³⁴⁵岡田氏既然明白這是譬喻，經中也沒說種種草木因雨水成長而與情識有何關聯，況且是不同根性的眾生能聽聞佛陀的教法，而非草木能聞法。這裏所引的經文似乎不能作為植物為眾生的經證。不過，Schmithausen 也指出《法華經·藥草喻品》至少在中世紀的日本，被天台宗大師尊舜用來證明草木能成佛的說法。³⁴⁶第二個能證明植物是眾生的大乘經文是《楞嚴經》中的「十方草木皆稱有情，與人無異。草木為人，人死還成十方草樹。」³⁴⁷岡田氏提及此經是密教很重視的經典，但卻沒有針對此段經文有進一步的論述，這會不會有斷章取義之虞？實際上，在此段經文之後是說「是人則墮知無知執。婆吒、覈尼執一切覺，成其伴侶，迷佛菩提，亡失知見，是名第四計圓知心，成虛謬果，違遠圓通背涅槃城，生倒知種。」³⁴⁸也就是說，認為草木與人無異，皆為有情，草木可轉生為人，人也會投生為草木，有這種見解的人是顛倒邪見者。草木無覺知，而將其執為有覺知，和婆吒與覈尼二位外道一樣，都主張「草木有

³⁴³ 《睽子經》：「王將數人詣父母所，王去之後，睽奄死矣。百鳥、禽獸四面雲集，皆大號呼，遶睽尸，上舐是胸血。」，T03, no. 175a, p. 439, b9-11.

³⁴⁴ 《妙法蓮華經·藥草喻品》：「譬如三千大千世界，山川谿谷土地所生卉木叢林及諸藥草，種類若干，名色各異。密雲彌布，遍覆三千大千世界，一時等澍，其澤普洽。卉木叢林及諸藥草，小根小莖、小枝小葉，中根中莖、中枝中葉，大根大莖、大枝大葉，諸樹大小，隨上中下各有所受。一雲所雨，稱其種性而得生長華菓敷實。雖一地所生，一雨所潤，而諸草木，各有差別。……如彼大雲，雨於一切卉木叢林及諸藥草，如其種性，具足蒙潤，各得生長。」，T09, no. 262, p. 19, a27-b23。

³⁴⁵ 岡田真美子（1999），頁 107。

³⁴⁶ Schmithausen (2009), p. 167.

³⁴⁷ T19, no. 945, p. 153, c10-12.

³⁴⁸ T19, no. 945, p. 153, c12-15.

命」，³⁴⁹亦即認為草木是有情，這是外道的說法。儘管《楞嚴經》的真偽大有爭議，但它和其他大乘經典一樣，並沒有主張草木是眾生。因此，岡田氏所提的這段《楞嚴經》經文無法作為草木有情識的證據。

（二）依律典的記載

前面已提及《長部·梵網經》中有談及不傷害植物與種子的戒。在律典中，有關不傷害植物的戒律對植物抱持什麼觀點，是否將草木視為有情？以下將探討此議題。

巴利律典記載若比丘「伐草木者，犯波逸提」(bhūtagāmapātabyatāya pācittiya)。³⁵⁰為何比丘不能砍伐草木？制戒的因緣提及樹為「一根之命」(ekindriyaṃ jīvaṃ)的說法。緣起故事是說有位比丘要砍樹且教人砍樹，樹神對比丘說：如果尊者要建造住所，請不要砍伐我的住處。比丘執意砍伐，而砍傷樹神之子的手臂。此時樹神本想殺比丘，但經過一番思考之後，決定向釋尊報告。釋尊先是稱讚樹神不殺比丘是對的，接著為樹神指示新的住處。人們譏嫌、非難比丘砍樹，傷害「一根之命」。佛陀因而呵責比丘伐木，並指出「人們於樹有生命想」。前面曾提及《長部疏鈔》(DN.Ṭ I.157)將此句中的「樹有生命」解釋為是指樹中所依住的樹神。Antonella Serena Comb 指出這句話的巴利原文“Jīvasaññino, hi, moghapurisa, manussā rukkhasmim”有歧義——1. 人們相信樹中有生命 (Jīva)，亦即樹神、動物等住在樹中；2. 樹和人、動物一樣，皆有自己的生命亦即靈魂。³⁵¹但 Schmithausen 主張當時的人們及佛教僧眾都知道樹中以及土壤中都有生命，也就是小動物和樹神，所以這句話必須解釋為人們認為樹本身即是有命者 (jīva)，亦即樹為有情。

³⁴⁹ 《首楞嚴義疏注經》：「草木無知而執有知，故云『知無知執』。……『婆吒、覓尼』，二外道也。《涅槃》云：波私吒及先尼。梵音小轉。既『執一切覺』，即草木有命也。」，T39, no. 1799, p. 962, b29-c2。有關《楞嚴經》此段經文的進一步闡釋可參 Schmithausen (2009), pp. 120-121.

³⁵⁰ Vin VI.34.

³⁵¹ Antonella Serena Comba (2016), p. 103.

³⁵²然而如果說「樹有生命」指的是樹神，但若從樹又是「一根之命」來看，則如何解釋樹神只擁有一根（亦即身根），只有觸覺？從上述因緣故事來看，樹神會說話拜託比丘不會毀掉其住處。當比丘砍傷樹神小孩時，樹神也會憤怒，想報復殺掉比丘，但卻也會理性思惟、抉擇，而交由佛陀去處理。由此看來，樹神絕非「一根之命」，而是六根皆具備。佛陀對於當時人們認為的樹有生命的看法並沒有加以解釋，也因此無法由此判斷植物是否為眾生。

Schmithausen 指出雖然此故事符合當時的信仰，但作為歷史學者，他有所質疑，因為這故事是屬於後期的，而且與早期佛教思想並沒有真正的關聯。另外，它也只是反映當時的信仰，而非佛教的態度。³⁵³佛陀禁止僧眾砍伐草木的理由是為了維持僧團的和合，因為有僧眾聽到世俗人非難比丘砍樹而心生不悅，主要則是為了避免世人的譏嫌，因為律典非常重視僧團的社會名聲。³⁵⁴然而，究竟避免譏嫌的真正原因是什麼，或者說禁止僧眾傷害草木的真正考量是什麼，佛陀好像沒有明講。

除了巴利的律典，《四分律》也說「若比丘壞鬼神村，波逸提。比丘義如上說。鬼者，非人是。村者，一切草木是，若斫截墮故名壞。」³⁵⁵根據律典中的解釋，「鬼」是指非人，此處的鬼神指的是沒有住在天上的天神；「村」即是指所有的草木，所以「草木村」意指有鬼神依附其中的草木。《四分律》雖未提及一根之命，但將神樹稱作「眾生」：

爾時近拘睒彌城有尼拘律神樹，多人往反，象馬車乘止息其下。時尊者闍陀往伐此樹作大屋。時諸居士見皆譏嫌言：「沙門釋子無有慚愧，斷眾生命，外自稱言：『我知正法。』」如是何有正法？有如是好樹，多人往反象馬車乘

³⁵² Schmithausen (2009), p. 42.

³⁵³ Praggi Sahni (2008), p.24.

³⁵⁴ Schmithausen (2009), p. 28, 50.

³⁵⁵ T22, no. 1428, p. 641, c15-17.

止息其下，而斫伐作大屋。³⁵⁶」

此律典沒有說明砍伐神樹而「斷眾生命」所斷的是樹的生命，還是依住其中的天神的命，抑或是依附神樹的蟲鳥等眾生的命。不太可能是指奪取動物或天神的命，比較可能是讓這些眾生失去住所。在此可看到當時印度民間將神樹視為眾生的觀念。此神樹是能提供廣濶樹蔭給來往的人們以及象馬車乘乘涼的巨樹。是只有對這樣的大樹才會將其視為眾生？一般的樹也會被認為是有生命的嗎？此律典也說「汝不應斫伐神樹！若斫伐，得突吉羅。」³⁵⁷似乎為了建造房舍而砍樹所犯的戒比一般沒有特別目的的砍伐樹木來得較輕。

《五分律》說明「此樹有神，國人所奉，諸祈請者多得如願。忽見斫伐，莫不驚怪，不信樂佛法者皆呵罵言：『沙門釋子無道之甚，苟欲自利，傷害天人。』信樂佛法者便言：『此樹有神，眾人畏敬，夙夜虔恭，不敢墮慢。而諸比丘伐之無疑，一切色心晏安如故。可謂大神，大貴可重。』」³⁵⁸可見印度民間普遍有崇拜神樹的信仰，會向神樹祈願，而且多能如願。看到所信奉的神樹被砍，非佛教徒在震驚之餘，譴責佛教僧眾無道，為了自己的利益而傷害天人。佛教徒也有拜神樹者，表示巨樹有神，眾生非常恭敬此樹，似乎把這樣的大樹與大神等同視之，認為能夠長成這樣的大樹，有大神依住其中，相當珍貴。可見佛陀似乎也允許信眾保有神樹信仰。

上述律典敘述神樹被視為眾生，而在《摩訶僧祇律》則是陳述砍樹、摘花果被世人視為傷殺物命。律中的記載為：

爾時營事比丘，自手斫樹折枝棄、自摘花果，為世人所嫌，作是言：「汝等看是沙門，瞿曇無量方便毀皆殺生、讚歎不殺生，而今自手斫樹採華傷殺

³⁵⁶ T24, no. 1458, p. 577, a15-19.

³⁵⁷ T22, no. 1428, p. 586, b23-24.

³⁵⁸ T22, no. 1421, p. 14, c17-23.

物命。失沙門法，何道之有？」諸比丘以是因緣往白世尊，佛言：「呼營事比丘來。」來已，佛問比丘：「汝實爾不？」答言：「實爾。世尊！」佛告比丘：「此是惡事。是中雖無命，不應使人生惡心。汝等亦可少作事業、捨諸緣務。從今日不聽自手斫斷種子傷破鬼村。」佛告諸比丘：「依止曠野住者盡集，以十利故與諸比丘制戒，乃至已聞者當重聞。若比丘壞種子破鬼村者，波夜提。³⁵⁹

此種視草木花果有生命的觀念可能是出自耆那教徒。此處明確地表示植物沒有生命，不是有情。但縱使植物不是有情，也不應使他人產生惡心。況且出家眾應專心修行，少做營事，因此不要動手砍樹、摘取花果。

《十誦律》則說有「諸比丘自手拔寺中草、經行處草、經行兩頭處草，自手採花。是時有居士，於草木中生有命想見，以妬嫉心言：『沙門釋子是奪命人，殺一切眾生。』」是中有比丘少欲知足，行頭陀，聞是事心不喜，向佛廣說。」佛陀以種種因緣呵責比丘們，但沒有制戒。後來又因有比丘砍樹建房舍，讓樹神及其眷屬無家可歸而向佛陀告狀，佛陀因此說：「若比丘斫拔鬼村、種子，波夜提。」此律典進一步解釋：「鬼村者，謂生草木，眾生依住。眾生者，謂樹神、泉神、河神、舍神、交道神、市神、都道神、蚊虻、蝘蝓、蝮蝶、噉麻蟲、蠹蟲、蟻子，是眾生以草木為舍，亦以為村聚落城邑。生者，謂根含潤澤。」³⁶⁰《十誦律》並沒有認為草木是眾生，草木僅是諸神與蟲子的住所。

巴利律典雖然記載當時人們認為樹是有生命，而且是有一根的眾生，但沒有明示佛教也認為植物是有情。其他部派的律典並沒有提到一根之命的說法，而且都明確地表示草木不是有情。

根據各部律典，僧眾基本上不能砍伐草木，但後來也有條件式的允許，如《根

³⁵⁹ T22, no. 1425, p. 339, a6-17.

³⁶⁰ T23, no. 1435, p. 75, a23-27.

本薩婆多部律攝》的記載：

佛在室羅伐城給孤獨園，時有苾芻先是工師，為造寺故遂便斬伐近天神堂形勝大樹。時樹天神即於其夜詣世尊所，具陳上事。世尊知時安慰神已，告諸苾芻：「汝等不應斫伐樹木。若營事苾芻須伐樹時，去七八日，應於樹下作曼荼羅、讀誦三啟經，次應為作布施呪願。又說十不善道是墜落因，修十善業獲解脫果。復應告曰：『此樹若有天神居者，應向餘處，今為僧伽所須、或作宰觀波。』作此告已，方可伐之。若有異相現者，更應為讚陀那功德毀慳悋業，仍現變怪更不得伐。」又六眾苾芻手自誅伐草木，外道俗人見生譏嫌，無悲愍心損生住宅。因種子及鬼神村事以譏嫌，無悲煩惱，制斯學處。³⁶¹

由此律典的故事可看出被砍伐的樹並非普通的小樹，而是高聳入雲的參天大樹，非常高大殊勝。僧眾為了建造寺院的需要，砍伐此神木。然而此神木有天神依住其中，樹被砍伐，等於家被毀了，於是連夜向佛陀報告³⁶²。佛陀得知此事後，先慈悲地安慰家園被毀的樹神，再告訴比丘：「不應斫伐樹木！」

於是就產生一個疑問：「如果不得已必須伐木時，怎麼辦？」佛陀針對這個問題，指示詳細的作法：若出於營造需要而必須砍樹時，首先，應該在伐木的前七、八日，於樹下作曼荼羅，進行三啟經的儀式；其次，作布施呪願，並向樹神宣說佛法，告訴他們行十不善業會導致墮落，而修十善業能獲得解脫。進而說明砍樹的緣由，是因為僧伽有需要，或是為了建造佛塔之用。如果所要砍的樹有天神居住，請樹神移往別處。完成上述的解說之後，才可以砍樹。

³⁶¹ T24, no. 1458, p. 576, c19-p. 577, a3.

³⁶² 經中似乎常見天神於夜間向佛陀請法。《薩婆多毘尼毘婆沙》對此有所解釋：「問曰：『鬼神何以夜至佛所？』答曰：『佛在世時，夜時多為天龍鬼神說法，晝多為人說法。所以爾者，人若見諸鬼神則生怖畏，是以晝夜各異。』」（T23, no. 1440, p. 543, b8-11）

如果完成以上的作法，而出現不尋常的異相時，很可能是樹神不願意搬走，這時，就要再對樹神說明布施的功德以及要斷除慳悋的業行，請他布施其住處給僧眾，一來可獲得供僧的大福德，二來可藉此去除慳悋的惡行。但如果仍有怪異的現象出現，就真的不能砍伐此樹，表示樹神堅持不離開，佛陀也不能教弟子勉強樹神，樹神不離開必有其原因，不管是自主或非自主的原因，都不能傷害樹神。

佛陀很認真地看待砍樹這件事，提出作法細膩而不魯莽，在能兼顧雙方的利益下，讓僧眾依循步驟，在砍伐前一週舉行儀式告知，是為了讓樹神有充裕的時間去尋找適合的新住處。首先是慎重地結界誦經，所誦的是別具深意的講述無常的佛經。其次行布施咒願，亦即對布施者祝願迴向，³⁶³這似乎是認為樹神願意布施所住的樹，所以儀式最後進行祝福迴向。

（三） 依論典的記載

藤本晃指出從植物發芽、長枝葉、開花、結果到枯死的一生來看，他質疑這是否可比擬人類的一生，植物是否有生命？植物是否也和眾生一樣有心？但早期佛教將植物視為沒有心，不會輪迴者，也就不是眾生。³⁶⁴然而儘管佛典中植物未被視為眾生，但僧眾砍伐植物，破壞未發芽的種子，被視為是不善業。亦即不可傷害「生」的植物，根據《長部注釋》的解說，離開樹，而無生長能力的不是種子，只是枯葉與乾果；沒有離開樹，卻是枯葉與乾果，則不具備增長能力。能發芽生長的「生」種子與能生長的「生」枝葉是不應砍伐、破壞的對象。³⁶⁵

《中部》(MN I.180) 談到比丘的生活，可看到與植物生命有關很有意思的記

³⁶³ 印順法師說明，咒願相當於吉祥的願詞，滿足布施者的情感，與中國佛教法事終了所作的迴向頌相近。(《初期大乘佛教之起源與開展》，頁 505。)

³⁶⁴ 藤本晃 (2003)，〈植物に命はあるか？——南伝上座部の二種の命根〉，頁 87。

³⁶⁵ 藤本晃 (2003)，頁 88。

述：彼比丘不接受生穀物，不接受生肉。³⁶⁶其中生的穀物被視為有發芽可能性的「活的」穀物。對於不接受生的穀物，注釋書並沒有解釋。比丘即使托鉢得到生的穀物，也不能自行烹煮來吃，這是很清楚的，但「活」的穀物，是否有其他理由？³⁶⁷藤本晃指出從律藏探索植物的地位，巴利律典記載禁止砍伐植物，否則犯波逸提。此制戒因緣提及當時人們認為樹是有一根的生命。在耆那教，地、水、火、風與植物同樣被歸類為有一根的生命。依據此分類，植物是沒有心與諸多感覺器官，而是只有觸覺這一根的生命。在佛教，不會把生命理解為耆那教的 *jīva*（靈魂）。在佛典中，相當於耆那教的 *jīva* 則是命根（*jīvitindriya*），被視為生命活動的機能。在北傳說一切有部的阿毘達磨，命根被歸類為是物質，而非心、心所的心不相應法，但卻沒有討論植物有無生命與命根的關連。³⁶⁸

而在南傳上座部的論書，命根有兩種——色與非色（亦即心所）這兩種命根。藤本晃認為植物雖然沒有心與感官，但卻是有生命（亦即是生物），因為有色命根（*rūpa-jīvitindriya*）。就像無想有情（*asaññasatta*）亦即無想天，藉由禪定與轉生，在心作用滅的狀態下，身體保持為生命的身體，這是心、心所即使不起作用，色命根在身體的色法中起作用，因此保持壽命，維持身體。³⁶⁹植物沒有被納入六道輪迴與四生，也沒有心、心所，因此植物不是有情。然而從上座部論書可確認植物是依色命根而保持壽命，而只有色法的生命。可以說植物是沒有五根與心，卻是有機物質的生命。³⁷⁰

從殺植物與殺動物都同樣犯波逸提來看，植物和動物的價值是相等的。二者的共通點就是有色命根。佛教徒對植物應有的態度，在經律中很明白地說是要和

³⁶⁶ “*āmakadhaññapaṭiggahaṇā paṭivirato hoti, āmakamaṃsapaṭiggahaṇā paṭivirato hoti.*”

³⁶⁷ 藤本晃（2003），頁 88-89。

³⁶⁸ 藤本晃（2003），頁 89-92。

³⁶⁹ 藤本晃（2003），頁 92-97。

³⁷⁰ 藤本晃（2003），頁 100-101。

對待其他有心、心所的生命完全一樣。如《慈經》談到動(tasa)與不動者(thāvara)，其中的不動者可說是被視為有物質生命的植物。³⁷¹

Schmithausen 對於藤本晃的觀點也有精闢的批判。藤本晃強調佛陀制戒是為了不讓比丘造惡業。他認為禁止傷害植物的理由是植物雖無情識，但卻有生命。而禁止掘地的理由卻不是因為土地有生命，而是因為翻土會傷害土壤中的小生物。他指出律典上的注解是說禁止掘「生地」(jātā pathavī)，他把「生地」解釋為有很多微生物和蟲住在其中的土地。同樣的情況是禁止喝或者傾倒內有蟲等小生物的水。Schmithausen 認為這假設似乎相當隨意。與喝水的戒律相反的，禁止掘生地的戒律並沒有提及動物，律典中注解在解釋生地時也同樣沒有提到。「生地」似乎是指肥沃、未受損害、活的土壤，可以長出植物；³⁷²相對的是「不生地」，被解釋為只有砂、石（亦即貧瘠、無生機）的土地、被焚燒（亦即被殺害）或被擾亂而尚未恢復的土地。「生地」與「不生地」的差別可比作「活的」與「死的」，亦即鮮綠與枯萎的植物，以及可發芽與不可發芽的種子。Schmithausen 認為禁止傷害土地與植物都是因為人們皆將此二者視為有一根的生命，至少出家眾應該避免傷害他們，所以這才是禁止僧眾砍伐草木或掘地的充分理由——避免世人譏嫌。³⁷³

Schmithausen 認為藤本晃沒必要為了解釋禁止傷害草木和種子，而假設他們具足色命根，因此被稱為有一根的生命。由於完全缺乏早期佛典的經證，這樣的假設似乎沒有根據，而且也跟用於人類和動物的「奪命」(jīvitā voropeti) 這樣的表達而不用在植物的情況有所出入。藤本晃認為《摩訶僧祇律》的「斫樹採華，傷殺物命」³⁷⁴，其中的「物命」相於上座部的「色命根」，但 Schmithausen 認為說服力不足，因為「物命」在佛典中經常出現，指的是眾生的生命。他也指出藤本晃

³⁷¹ 藤本晃 (2003)，頁 102。

³⁷² 《薩婆多毘尼毘婆沙》：「能生草木故，義名生地。」，T23, no. 1440, p. 559, b20。

³⁷³ Schmithausen (2009), pp. 49-50.

³⁷⁴ T22, no. 1425, p. 339, a9-10.

主要是將上座部阿毘達磨中的色命根用於植物，這似乎有問題，而且他也只依據《論事》(*Kathāvatthu*)的注釋中的一段論述。然而，實際上那段論述只說不接受色命根存在的論敵同意因執受色(*upādiṇṇa-rūpa*)的相續力而生起壽、止住、保持等，草木則是另一方面。他將執受色視為眾生的身體是正確的，但草、木頭等不可能歸類為活的植物，因為《論事》解釋 *kaṭṭha* 只是指一塊木頭或木柴、棍棒等，而不是指活的樹；*tiṇa* 草不只是表示活的草，經常是指乾掉的草。因此他所引的論述只說論敵同意有生命與無生命的物質的相續。論敵的觀點與上座部自身的立場並沒有關聯，更無關論敵是否認為植物有色命根。³⁷⁵

Schmithausen 指出所有的色根(*indriya*)包括色命根，在上座部的教理中都是執受(*upādiṇṇa*)，更嚴謹地說，是「業起因」(*kammaja, kammāsamuttāna*)。換言之，色根向來是自己過去善、惡業的果報。這似乎是說色命根只會出現在受業導向的輪迴中的眾生身體。由於(如藤本晃也承認的)植物在上座部阿毘達磨沒有被視為因其業而輪迴，所以很難理解植物怎麼能有受業所制的色命根？藤本晃也知道這個困難，而表示植物及其色命根是受眾生的共業所制，是一種增上果(*adhipati-phala*)，正如說一切有部裡整個外在世間為增上果。但這個說法也很難令人信服，因為只有在覺音論師之後的注釋書才偶爾發現相當於說一切有部立場的觀點。況且，依此觀點，整個器世間是眾生共業的增上果，但很難理解為何這竟導致植物有受業所制的命根，而環境中的其他部分卻沒有命根。事實上，植物有色命根在傳統的上座部文獻中都找不到證據，至少不是在教理的層面。³⁷⁶

Schmithausen 提到 Nārada 認為植物有色命根，非受業所制，所以與眾生的色命根不同。這似乎是個創新的看法，可能是受到如《彌蘭王問經》(*Milindapañha* 151, 18-21)所啟發。在此將壽命已盡的人比喻為死亡、枯萎、乾枯的樹，其命已壞，正如枯樹不可能再抽芽、變綠，所以也不可能希望死人可以活。這段敘述可能引

³⁷⁵ Schmithausen (2009), pp. 51-53.

³⁷⁶ Schmithausen (2009), pp. 53-55.

人推論植物有種色命根，但這是對經典的過度詮釋。³⁷⁷

Schmithausen 說即使沒有色命根，植物也不同於無想天。藤本晃說得沒錯，上座部經典清楚地將無想天界定為擁有受其宿業所制的色命根的活的身體。無想天完全沒有心理要素以及感官，包括觸覺，是有一根的眾生，只有色命根。無想天雖然無知覺，但過去世是有知覺，當其在天界的壽命終了時，他們會再回復到有感覺的狀態。無想天迥異於植物，而確實是眾生。³⁷⁸他表示他完全不確定證實植物是有生長力、無情識的生命，是否真的就足以將他們納入不應被殺或被傷害的眾生範圍內，因為植物沒有情緒，所以不會害怕死亡或樂於生存，也不會感覺苦樂。他也不確定將其納入修慈的對象是否合理，除非是為了淨化人的心；對於沒有任何感覺或情緒的有機體，如何能希望有怎樣的幸福？即使忽視這些問題，我們仍必須知道早期佛教中的植物如同生物一樣，清楚地被納入眾生的領域。在古印度時代，一般的在家人為了生存，很難避免不累積大量惡業，因為植物被視為眾生，而殺生會造惡、不善業。從淨土真宗的觀點來看，唯有阿彌陀佛的慈悲能救我們，但他認為早期佛教傾向於讓僧俗二眾皆能過各自的生活，讓僧眾專注於禪修，而讓在家眾有機會符合道德標準而不忽略其每天的義務。他認為這是早期佛教為何要漠視植物有生命力與情識的問題，或讓其懸而未決的主要理由。³⁷⁹

（四）依《本生經》的記載

巴利《本生經》中有一些關於佛陀前生是草木神的記載，岡田真美子指出因為身為佛陀的前身，而後最終成佛，所以本生故事中的草木神可間接視為是有佛性。《本生經》中草木神作為佛陀的前生的故事有 31 則，而作為佛弟子前生的有 3 則。這些本生故事中，草木神是以草木為自己的身體，而與草木有密切的關聯。

³⁷⁷ Schmithausen (2009), p. 55.

³⁷⁸ Schmithausen (2009), p. 56.

³⁷⁹ Schmithausen (2009), pp. 57-58.

岡田真美子由此而認為巴利《本生經》中的草木可視為生命體的一種。³⁸⁰草木神依住植物而加以守護，似乎不能由此推論草木神以草木為身體，即便以之為身體，似乎也不能就此斷言草木是有知覺的眾生。應當是依住其中的天神有情識，而非草木有情識。

岡田真美子指出大乘敘事文獻、北傳文獻中，皆找不到草木以及住在草木中的神作為佛本生故事主角的記載。在這些文獻中，草木並沒有被視為眾生。³⁸¹只有巴利本生經才有菩薩前世生為草木神的故事。這三十幾則的草木神本生故事中，除去作為旁觀者的樹神本生，她在文章中列出八則本生³⁸²及其內容主旨。她說故事中可見草木神大都如動物守護身體般的守著草木。特別是跋陀娑羅樹神本生（J. 465, *Bhaddasāla Jātaka*）很重要地揭示樹神和樹有極密切的關係。巴利本生經的草木神如此以草木為身體，完全不同於海神等其他天界諸神。³⁸³

Schmithausen 指出岡田真美子對草木的探討所引的經證可分兩類：一是樹神與樹關係密切，而顯示有身體與靈魂的關係。二是植物對非凡的修行成就的反應。³⁸⁴他認為岡田氏強調跋陀娑羅樹神本生（J.465）中樹神與樹關係密切是很正確的。此則本生故事談及樹神所住的樹倒下時，樹神也必須死，樹神甚至稱樹為他的身體（*sarīra*）。對於文獻必須區分偈頌與長行的部分。根據本生經的長行故事，樹神是住在樹裡，偶爾會提到有住在草叢的吉祥草神（J.121）或住在位於樹或其他部分的天宮（如 J.74）。樹神並不是被拘束在樹裡，他們可以一般會發光的天神之姿（J.509）或其他形象（如吉祥草神化身為變色龍）出現在人類面前，也可以出現在樹的其他部分（J.19）或天空（J.18）。草木神也會聚會，互相拜訪。有時候也可

³⁸⁰ 岡田真美子（1998），〈仏教説話におけるエコパラダイム——仏教説話文献の草木観と環境倫理〉，頁 226-228。

³⁸¹ 岡田真美子（1998），頁 226。

³⁸² J.18、J.19、J.74、J.109、J.272、J.412、J.465、J.121。

³⁸³ 岡田真美子（1998），頁 228。

³⁸⁴ Schmithausen (2009), p. 77.

以看到樹神尋找其他住處的記載。而跋陀娑羅樹神本生故事（J.465）中，樹神的生命和樹緊密相關，樹構成或包含宮殿，但在此則本生的長行只陳述樹神的生命只要宮殿在就能存活，但沒有稱樹為樹神的身體。只有在偈頌才有樹神說砍樹會讓他與他的身體分離，而要求一塊一塊地砍伐，以免壓碎其周圍生長的子孫。岡田真美子認為講出這些偈頌的樹神顯然是住在樹中有生命的眾生，或樹本身為有生命的眾生。Schmithausen 認同她的看法，並指出樹神並非尚未發展完全而只有一根的眾生，反而是比較複雜、有理性的眾生，可以理解、說話、有慈悲、願犧牲自我，但也有會有恐懼與敵人。³⁸⁵

Schmithausen 表示根據岡田真美子的重要發現，北傳佛教沒有菩薩前世投生為草木神的本生故事，需要有進一步的探究。在北傳佛教，樹神可能沒有被視為是佛陀前生理想的存在類型，因為這與對於乾闥婆，尤其是夜叉有矛盾心態有關。夜叉等鬼神在《餓鬼事經》與《天宮事經》被視為是有財富與大神通力的餓鬼，但後來漸漸轉變為邪惡的鬼，通常現身為兇猛、危險的眾生，會吃人或必須以犧牲動物甚至是人來祭祀之。³⁸⁶然而，巴利佛典雖有菩薩前生生為草木神的記載，但也不是所有依附在草木上的夜叉都具有良好的形象，如前所述的，樹神也會憤怒、報復，只是他們也會息怒、有教化的可能。而大乘經典中也常可以看到夜叉之類的諸多鬼神都是佛教的護法神。南北傳的樹神故事值得再深入探索。

《本生經》中所見的樹神通常是以樹為家，重視、愛護自己的住所，避免讓所住的樹受到破壞，如《緹婆樹本生》（J. 311, *Pucimanda-jātaka*）敘述緹婆樹的樹神（菩薩前身）害怕盜賊在其樹根睡覺，若被捕時，人們必定會砍其樹枝作棍棒以刺穿竊賊。為了避免樹遭受破壞，於是樹神開口說偈頌，將竊賊趕走。之後即和另一棵別的樹神討論此事。財物失竊的主人後來趕到樹下時，卻發現盜賊逃走了，而說如果捉到賊，就要用緹婆樹的樹枝刺穿他。另一棵樹神因此稱讚樹神菩

³⁸⁵ Schmithausen (2009), p. 77-81.

³⁸⁶ Schmithausen (2009), p.82-83.

薩是智者，能預見未來的危險，防患於未然。從這則本生故事中，可以看到樹神彼此之間會交流，會討論事情。而且緹婆樹神是擔心樹枝被砍，並不是害怕自己身體受到傷害，為了保護所住的樹，連樹枝都不願被砍伐，況且砍下來是要當作武器來殺人用的。這則本生故事所談論的是樹神本身的住所的事。但也有樹神之間為了整個森林的環境，有所討論、請益的本生故事，如《虎本生》(J. 272, *Vyaggha-jātaka*) 講述愚蠢的樹神因為不喜歡獅子與老虎殺害動物飽食之後，將殘骸到處捨棄，讓森林充滿屍臭味，而想將這些動物趕出森林。但樹神菩薩力勸他：由於有這些動物在，人類不敢進入森林，我們的住處及森林才受到保護，。如果把他們趕走，人類就會進入森林，砍樹、開墾耕作。然而，蠢樹神不聽勸，示現恐怖形象將獅子與老虎趕走。獅子與老虎被趕走後，人類就來砍伐森林。看到森林被砍伐，蠢樹神因而向菩薩樹神請教該怎麼做。由此則本生事尚可以看到人類對自然環境所造成的傷害，連樹神也備受威脅。

另外，也可看到森林中樹神們的團結與和睦相處。在《樹法本生》(J. 74, *Rukkhadhamma-jātaka*) 中，佛陀勸告其將遭遇災難的親族要團結一致，即使是無心 (*acetana*) 的樹也應和合。往昔菩薩生為沙羅樹林中的樹神，他告訴親族決定住所時，不要選擇住立在廣場，而要住在他身邊。聰明的樹神們聽從他的忠告，圍繞著菩薩而住，但有愚癡的樹神為了獲得人們的祭祀，而決定住在城市的入口，卻被暴風雨連根拔起。反觀相互和合的沙羅林，沒有一棵樹被暴風雨吹倒。住處被毀的樹神帶著孩子們再回到原來的森林，向諸樹神訴說自己的災難。菩薩樹神則說：森林中的樹，親族間會和合一致，而單獨的樹會被暴風雨吹倒。在這則本生中可發現樹神可以選擇自己的住處，若住處被毀，可再找尋別的樹依住。並非如跋陀娑羅樹神本生 (J. 465) 那樣以樹為身體，樹毀，樹神也同時命終。值得注意的是樹神之間會有交流的情形，而且森林中的樹有和合共生的現象。佛陀在講這則本生故事 (J.74) 的因緣時，提及過去在雪山地區，暴風雨襲捲沙羅樹林，但

由於沙羅樹林中的樹木、灌木、樹叢、藤蔓都相互結合，³⁸⁷所以沒有一棵樹會倒下，暴風雨只不過通過樹梢而已。可見沙羅樹林的樹不只是相同的樹種亦即自己的親族之間才有聯結，而且是和其他灌木叢、草叢乃至爬藤類植物彼此之間都有緊密的結合，所以能抵擋環境的危機，而繼續生存下去。森林中的植物世界本是呈現如此和諧共生的景象，植物之間似乎會相互扶持，利用根系緊密結合，根系牢固，共同形成防護網，而不易被風雨擊潰。

自然農法的原則之一有項不除草，但這不是放任雜草叢生作法。如果雜草長得過高，障礙農作物的生長空間，影響其行光合作用的機會，阻礙其養份的吸收，這時就必須適度的修剪，但還是保留草的根部。畢竟雜草仍有其他生物依住，而且草的根可以鞏固、保護土壤，防止下大雨時，土壤被雨水沖刷，另外草對土壤也有保濕（避免受陽光高溫曝曬）、保溫（防止寒風直接吹襲）的作用。但如果田地出現對農作物會造成嚴重威脅的草時，可能就必須根除。由於全球化的影響，國際間的運輸交通便利，人們刻意或無意地將外來的物種帶進國內，這些外來的物種由於沒有本土的天敵，因而對生態環境造成重大危害。植物方面如小花蔓澤蘭是強勢的外來入侵物種，生長快速而驚人，它會纏繞植物，並且使其吸收不到充分的陽光而導致植物枯萎。如《棉樹頂本生》（J.412, *Koṭisimbali-jātaka*）中敘述住在棉樹頂的樹神菩薩很保護自己的住處，擔心吃了榕樹果實的鳥在其樹上排泄，糞便中的種子會長成榕樹，生長茂盛的榕樹會遮蔽整棵棉樹，因而使其成為枯木，樹神的家也就毀了。樹神恐懼到整棵棉樹由頂至根都在震動，金翅鳥知道原因後，就幫樹神把鳥趕走。可見《本生經》是允許毀壞會造成危害的植物。又如另一則《蘇芳樹本生》（J. 370, *Palāsa-jātaka*）也建議根除有害之物。在此故事中，菩薩前生為一隻金鵝，與蘇芳樹神為友。金鵝建議蘇芳樹神根除其下的榕樹幼苗，以免它將來長大危害樹神所住的蘇芳樹。蘇芳樹神卻沒有根除榕樹苗，任其生長，結果蘇芳樹因榕樹的成長而被毀壞。不同於前則的樹神菩薩本身有所警覺，此則

³⁸⁷ J.A. I.327: “sālvānassa aññamaññaṃ rukkhagacchagumbalatāhi sambandhattā”.

本生故事是生為金鵝的菩薩對樹神朋友勸告，但樹神似乎沒有意識到問題的嚴重，放任榕樹苗自由生長，而讓自己的住處被摧毀。

岡田真美子文中列出八個菩薩前生為草木神且為故事主角的本生故事（J.18、J.19、J.74、J.109、J.272、J.412、J.465、J.121），她指出除了 J.18 和 J.19 之外，其餘的六則故事都顯示草木神像對待自己身體般的愛護所依止的植物。她表示特別是 J.412 和 J.465 兩則本生表現草木神和草木有密切的關係——以草木為身體。把草木當成身體，或當作住家，兩者應該是有所不同的。其實這六則本生故事中，只有 J.465 確實描述樹神將所住的樹稱作身體，而樹若毀壞，樹神也跟著沒命。其他本生故事也看不出樹神將樹視為身體，與樹的關係緊密到成為生命共同體的敘述。這種說法非常少見，除了 J.465，另一則《攀達納樹本生》（J.475, *Phandana-jātaka*）中，菩薩前生亦為樹神，但在此是作為旁觀者，而主角攀達納樹神也明確地說黑獅子因為憤怒而運用計謀要使他的住所崩壞，他自己也將滅亡。樹神不甘被害，也同樣以計謀報復黑獅子。菩薩最後則說樹神和獅子二者相互鬥爭到同歸於盡，告誡弟子切莫爭論不休，而要和睦共處。本生故事中大多數呈現樹神將所依附的樹視為住所而加以保護，像這樣神與樹合一的記載確實罕見。樹是樹神的身體，樹敗壞了，樹神的生命也跟著結束，在樹與樹神的緊密關係下，樹神是否可以隨時任意地離開自己的身體？樹又是如何成為樹神的身體？是樹神自身對樹過於愛著的緣故，還是有其他原因？大部分的樹神故事中，都可以看到樹神所住的樹毀壞時，樹神就是搬家，換棵新的樹來住，而且往往可以看到樹神不是一個人而是有孩子的，所以會攜家帶眷地找新家來住。也因此一棵樹不是只有一個樹神，很可能是一個家庭依住在樹裡。像這樣有着屬的樹神是否比較不可能以樹為身體，否則就有可能因砍伐一棵樹而造成樹神整個家族的喪命？眾多的樹神又如何以同一棵樹為身體？這實在令人費解。

在《吉祥草本生》（J.121, *Kusanāli-jātaka*）中，往昔菩薩生為王宮中的吉祥草

神，而與宮中的一棵巨樹的樹神極為友好。由於宮殿的一根柱子動搖而不穩固，所以國王命令工人砍伐宮中的巨樹來做新柱子。此時樹神知道將被砍伐的消息，抱著孩子哭泣，擔心無家可歸。她的森林諸神朋友也沒辦法阻止工人來砍伐。而吉祥草神安慰樹神說他有辦法解決。隔天在工人來伐木時，吉祥草神化身為變色龍，在樹中鑽洞，讓巨樹看起來出現很多孔洞，工人用手叩樹，發現樹有多孔，認為此樹已沒有用而離去。樹神讚揚吉祥草神保住她的家，又跟其他諸神說，他們雖然有大威力，卻不知道怎麼辦，而卑微的吉祥草神卻有智慧，能幫她保全住所。巨樹神還說朋友之中不論是較優、較劣或相等者都應盡力幫助受苦的友人。

由這則本生可以看到巨樹神不只與其他樹神結交為友，也與草神相當親密。樹神之間會互相幫助，如宮中巨樹神要被砍伐時，她的森林樹神朋友就前來關切。然而，此則本生突顯的是巨樹神也是需要小小吉祥草神的幫助，也可以說我們不能輕視小草的價值與能力。此故事也呈現森林中植物之間的互助共存，只有一棵樹或單一樹種的樹叢其實並無法形成良好的生存環境，尚必需與其他樹種、小草等植物結合成一個互利共生的生態系。

自然農法明白單一種植的缺點而強調混合種植，這可以說是仿效森林生態的農作法。因為森林中的植物種類非常多元，有大樹、灌木、藤蔓、蕨類、野草以及蕈菇類等等共同生長。乾枯的落葉與樹枝覆蓋在地面，可以防止雨水直接沖刷地面而流走，有保水、保濕的作用；枯萎的植物與枝葉能轉變成天然的肥料以滋養其他植物。所以說自然界裡植物本為混合種植，沒有單一作物的種植。單一種植的農作物由於都需要同一種養分，時間一久，土壤中的肥力耗盡，就需要施肥，特別是快速方便的化學肥料。而且單一作物的種植因為缺少其他植物像是避忌植物或會引來天敵的植物，所以容易招致大量的單一害蟲的危害。而混合種植因為有多元的植物，各取不同的養分，也可能生產不同的養分相互供應，不用額外添加肥料。在共榮植物與避忌植物的協助下，農作物更有能力防止、抵擋蟲類的襲

擊。

我們從《本生經》可以看到森林中的植物有草木神依住其中，草木神之間會交流、互助，也會與其他動物有所互動。整個森林呈現物種多元的樣貌。自然農夫以不一樣的心態對待植物，把它們也視為一種生命，農夫與作物之間有奇妙的聯結。近年來科學家也關注植物是否和人類一樣會說話、有感覺的議題，如加拿大的英屬哥倫比亞大學森林生態學系教授 **Suzanne Simard** 在 2016 年 TED 的演講中，演說「樹木如何彼此交談？」³⁸⁸ 她發現樹木在地底下以其綿延的根部與廣佈的菌絲，建立「共生網絡」，在相同樹種、不同樹種、不同植物之間，很頻繁地在交換訊息、養份。這個共生網絡中有許多中心樞紐，也就是最大、最高、最老的母樹。母樹會「認親」，分享更多養份給同類的子樹，或是讓出空間給子樹成長。**Simard** 提醒我們要注意森林物種太單一的危害，因為這使森林物種多樣性降低，一旦受到氣候變遷的影響，或是昆蟲等危害時，很容易發生大規模的死亡。她也建議我們保護並減少原始森林的砍伐，即使要砍，也要儘量保留母樹與其網絡——母樹、基因、樹林、真菌菌根網，讓它們可以把重要訊息傳給下一代的樹木，以便應付未來的壓力。**Simard** 提到的母樹有如《樹法本生》(J.74) 中作為樹神家族領導者的菩薩樹神，會對家族成員給予忠告，並維護整個家族的存續。

愛好植物的人或自然農夫對植物產生特別的情感，關愛植物或農作物，農作物對農夫而言，不單只是能換取利益的物品，而像是自己的孩子般，所以用心照料、呵護。植物與農夫發展出特別的情感，在農夫眼中，植物是生命。自然農耕者常見他們有此心態，以木村阿公採行自然農法種蘋果的經驗為例。當時他種的蘋果樹因為遭遇無農藥與無肥料的重大環境轉變的衝擊，而不開花、結果且逐漸枯萎，長達十年之久。他覺得對蘋果樹很抱歉，而走到每棵果樹前面向它們道歉，

³⁸⁸ Suzanne Simard: How trees talk to each other, TED Talk,

https://www.ted.com/talks/suzanne_simard_how_trees_talk_to_each_other (2018.05.28 瀏覽)。

並拜託它們繼續撐下去，千萬不要枯萎。但是他不想讓其他果農看到他在對蘋果樹說話，所以靠近隔壁果園的果樹，他就沒對它們說話、拜託，奇妙的是這些沒對它們說話的果樹竟全部枯萎。³⁸⁹由此可見，在木村阿公眼中，這些蘋果樹並不是一般的植物，他對它們有很深的情感，把它們當作自己的孩子般照顧，在百般無奈，無計可施的情形下，只能真誠地向果樹道歉，並鼓勵它們也要奮鬥下去，同時感謝它們的努力。木村阿公沒有跟它們說話的蘋果樹全部枯萎，只是巧合，還是植物真能感受人的態度？對自然農夫而言，當然會認為是後者。所以當木村阿公摸著果樹，和它們說話，小樹枝在沒有風的情況下，竟會微微搖動，他覺得這好像是蘋果樹在回應他。³⁹⁰正如他說：

農作物和人一樣會說話，番茄有番茄語，小黃瓜也用小黃瓜語在彼此交談，只是我們人類無法理解它們的語言而已。所以我只能觀察它們葉子的顏色和生長情況，或是是否有蟲子，簡直就像對待自己的兒女。農作物也似乎因此感到高興。³⁹¹

木村阿公認為植物如同人類一樣有其語言，彼此會交談，只是人類不懂植物的語言。所以就像對待無法與父母溝通的嬰兒般，從植物本身與外在環境來觀察它需要什麼來加以照顧。這種用關愛的態度對待植物，值得農夫與所有人省思。如果人人都能善待環境中的一草一木，則不會有出現今日如此嚴重的生態危機。

（五）大乘佛教的草木有佛性說

在早期佛教經典中雖然可以看到極少數的將植物歸為眾生範疇的經文，但絕大多數的佛典仍未將植物視為有情。然而，在中國佛教卻出現草木有佛性乃至成

³⁸⁹ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 68-69。

³⁹⁰ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 68-69。

³⁹¹ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 187。

佛的思想，這思想到了日本則有更進一步的發展，而且在現實生活中常用來作為保護自然環境的理論依據。例如1990年代中期在日本東京的行善寺，曾抗議土地開發商因建造大型公寓大樓的需要，要砍伐該地區一百多棵古樹，而以寫著草木也有佛性的巨幅看板，成功阻止樹林被砍伐。³⁹²植物有佛性是否意味著植物也是眾生？只有眾生尤其是人方能修行成佛，一般人印象中沒有心識的植物如何成佛？其所具備的佛性是指什麼？以下將探討東亞佛教特有的草木有佛性的思想。

在討論草木有佛性之前，先要界定佛性的意義。Schmithausen 認為「佛性」有若干的梵文譯詞—— buddhagotra、buddhadhāu、buddhagarbha 等，這些意義有重疊的部分，而最接近佛性概念的是 tathāgatagarbha（如來藏）。gotra 常見的意思是家族、世系或種類，較抽象的含義是根源或原因，類似「種子」的同義詞。dhāu 相當於自性（prakṛti），結合根源與本性的意思。而如來藏（buddhagarbha 或 tathāgatagarbha）可以有兩個意思：佛的家族傳承以及佛的根源或原因，後者甚至是指個體內在本有的自性義。《寶性論》中對如來藏一詞的分析很有幫助，因其清楚區分個別眾生與佛（或佛性）不同面向的關係。論中對「一切眾生有如來藏」提出三個詮釋：一是佛的「法身遍滿」一切眾生身中、二是眾生與佛的「真如無差別」、三是眾生「皆實有佛性」，即佛種姓。³⁹³

在中國佛教宗派，最早提出「草木有佛性」論的是三論宗的祖師吉藏(549-623)。³⁹⁴他提出眾生有佛性，草木也有佛性的主張，主要是根據諸法皆是菩提，亦即是佛性，以及唯識無境的教理。他先援引不同的經典說明一切諸法皆是佛性：

《華嚴》明：善財童子見彌勒樓觀，即得無量法門，豈非是觀物見性即得無量三昧？又《大集經》云：諸佛菩薩觀一切諸法，無非是菩提。此明迷

³⁹² 威廉斯(Duncan Ryūken Williams)著、梁永安譯(2012)〈當代日本佛教的環保努力〉，頁38-39。

³⁹³ Schmithausen (2009), pp. 106-107, 115-116..

³⁹⁴ William LaFleur (2000), "Enlightenment for Plants and Trees", p.109; 釋恆清 (1997)《佛性思想》，頁254。

佛性故為生死，萬法悟即是菩提。故肇法師云：道遠乎哉？即物而真。聖遠乎哉？悟即是神也。若一切諸法無非是菩提，何容不得無非是佛性？又《涅槃》云：一切諸法中，悉有安樂性。亦是經文。³⁹⁵

吉藏以《華嚴經》的「觀物見性」、《大集經》的「一切諸法，無非是菩提」、《大般涅槃經》的一切諸法皆有安樂性，亦即是佛性³⁹⁶，以及僧肇的「即物而真」觀，說明一切諸法具足菩提，而佛性即是菩提、實相、中道，所以一切法也具足佛性，也因此屬於一切法的草木也有佛性。他是以中道佛性的遍在性（包含有情與無情）來闡述草木有佛性的理論。³⁹⁷

吉藏接著又從「理內有佛性」的角度進一步論述，他以唯識無境與依正不二作為論據：

《唯識論》云：唯識無境界，明山河草木皆是心想，心外無別法。此明理內一切諸法依正不二。以依正不二故，眾生有佛性，則草木有佛性。以此義故，不但眾生有佛性，草木亦有佛性也。若悟諸法平等，不見依正二相故，理實無有成不成相。無不成故，假言成佛。以此義故，若眾生成佛時。一切草木亦得成佛。故經云：一切諸法皆如也，至於彌勒亦如也。若彌勒得菩提，一切眾生皆亦應得。此明以眾生、彌勒一如無二故，若彌勒得菩提，一切眾生皆亦應得。眾生既爾，草木亦然。³⁹⁸

³⁹⁵ 《大乘玄論》，T45, no. 1853, p. 40, c4-11。

³⁹⁶ 《大般涅槃經集解》：「法瑤曰：……師子吼廣明佛性，即前問中安樂性也。安樂性為正因。」，T37, no. 1763, p. 477, b7-11；《大般涅槃經玄義》：「一切諸法中悉有安樂性，一切眾生悉有佛性。」，T38, no. 1765, p. 4, a13-14；《妙法蓮華經玄義》：「一切諸法中悉有安樂性，是諸眾生皆有佛性。」，T33, no. 1716, p. 792, b11-12)。

³⁹⁷ 林悟石（2014），〈佛性說的中國化問題：吉藏到法融的無情有性說之轉向〉，頁 74-75。

³⁹⁸ T45, no. 1853, p. 40, c11-21.

此處的「理」可解作「中道的真如理」或「唯識之理」，也就是山河草木皆是存在於眾生的心識之中，心外沒有諸法的存在，所以依正並沒有差別，平等無二。因此不論作為正報的眾生有佛性，作為依報的草木也一樣有佛性。³⁹⁹ 吉藏又引《維摩詰經》的一切諸法皆是真如，彌勒、眾生乃至草木皆同為真如，一如不二，所以彌勒能證得菩提，眾生與草木也一樣能證得，由此標示出草木也有佛性。

然而，上述的說法是從「理內有佛性」的「通門」來論述，若從「別門」而言，則有所不同，吉藏說：

若論別門者，則不得然。何以故？明眾生有心迷故，得有覺悟之理。草木無心故不迷，寧得有覺悟之義？喻如夢覺，不夢則不覺。以是義故，云眾生有佛性，故成佛；草木無佛性，故不成佛也。⁴⁰⁰

眾生能成佛的關鍵在於眾生有心，而草木無心，所以不能成佛。眾生有心，雖然有煩惱、迷妄，但只要透過修行，終能轉迷成悟。但草木無心，即不迷，也無需修行，更重要的是，沒有心識，又如何能修行？因此可以說「別門」是從有無心識，能否修行成佛的角度，揭示有心識才有佛性，所以草木無佛性。

吉藏對於佛性有無的論證很繁複，從理內與理外的角度辯證，而有理外有佛性，理內無佛性以及理內有佛性，理外無佛性的不同論述，⁴⁰¹最後導出「佛性不定有無」的結論。釋恆清認為吉藏是從一切法皆如的境界中能涵攝一切而說「草木有佛性」，這是涵攝義的「有」，但因草木無心識，不能修行以自證佛性，所以吉藏的草木有佛性論是消極和靜態的。⁴⁰²無論是否消極或靜態，吉藏主要是從法

³⁹⁹ 釋恆清 (1997)，《佛性思想》，頁 256；楊惠南 (1989)，〈吉藏的佛性論與心性說之研究〉，頁 274；林悟石 (2014)，頁 76-77。

⁴⁰⁰ T45, no. 1853, p. 40, c23-27.

⁴⁰¹ 《大乘玄論》：「今辨佛性內外有無義，此重最難解。或可理外有佛性，理內無佛性；或可理內有佛性，理外無佛性。」，T45, no. 1853, p. 40, a21-23。

⁴⁰² 釋恆清 (1997)，頁 256-258。

性真如之理與因唯識無境，依正不二的說法論證草木亦有佛性，並沒有將草木視為有情。⁴⁰³

湛然（711-782）提出「無情有性」說，其論據主要見於他的幾部著作，包括《金剛錍》、《止觀輔行傳弘決》、《十不二門》、《止觀義例》，其中以《金剛錍》的論說較為完備。起初他在《止觀輔行傳弘決》中解釋《摩訶止觀》所說的「一色一香無非中道」，由此導出無情有佛性的理論。對於色香，一般人都會以為是無情，湛然認為中道即是佛性的意思，所以色香中道，亦即無情而有佛性。⁴⁰⁴他以十義來說明無情佛性的見解⁴⁰⁵——從法報應的三身相即與遍於一切處、身土相稱、性修相即、真俗體一等的圓教色心平等觀，而歸結「一塵具足一切眾生佛性，亦具十方諸佛佛性。」⁴⁰⁶然而，湛然在《止觀輔行傳弘決》中只論述草木有佛性，尚未探討無情是否能成佛的問題。到了《金剛錍》才有對此問題的詳盡論證。⁴⁰⁷

湛然在《金剛錍》所闡述的「無情有性」是引申自《涅槃經》的佛性義。《涅槃經》以虛空譬喻正因佛性遍於一切處，涵蓋有情與無情，而又說一切無情之物

⁴⁰³ 高崎直道（1998），〈無情說法考〉，頁5。

⁴⁰⁴ 《止觀輔行傳弘決》：「一色一香無非中道者，中道即法界，法界即止觀。止觀不二，境智冥一。所緣所念雖屬於境，且語能緣以明寂照。自山家教門所明中道，唯有二義：一離斷常屬前二教，二者佛性屬後二教。於佛性中教分權實故有即離。今從即義故云：色香無非中道。此色香等，世人咸謂以為無情，然亦共許色香中道。無情佛性感耳驚心。」（T46, no. 1912, p. 151, c20-29）

⁴⁰⁵ 《止觀輔行傳弘決》：「今且以十義評之使於理不惑。一者約身。言佛性者應具三身。不可獨云有應身性。若具三身法身許遍，何隔無情？二者從體，三身相即，無暫離時。既許法身遍一切處，報應未嘗離於法身。況法身處二身常在。故知三身遍於諸法何獨法身。法身若遍，尚具三身，何獨法身？三約事理。從事則分情與無情；從理則無情非情別。是故情具無情亦然。四者約土，從迷情故分於依正，從理智故依即是正。如常寂光即法身土。身土相稱，何隔無情？五約教證，教道說有情與非情，證道說故不可分二。六約真，真故體一俗分有無。二而不二思之可知。七約攝屬，一切萬法攝屬於心，心外無餘，豈復甄隔？但云有情心體皆遍，豈隔草木，獨稱無情？八者因果，從因從迷，執異成隔；從果從悟，佛性恒同。九者隨宜，四句分別隨順悉檀。說益不同且分二別。十者隨教，三教云無，圓說遍有。」，T46, no. 1912, p. 151, c29-p. 152, a18。

⁴⁰⁶ T46, no. 1912, p. 152, a22-23.

⁴⁰⁷ 釋恆清（1997），頁260。

是非佛性。這是權教的說法，也就是湛然所謂的「帶權說實」。這是因為眾生無始以來有我、我所的執著，所以佛只說正因佛性的虛空性，而不說緣因佛性與了因佛性，⁴⁰⁸無情佛性說也就不成立。湛然認為就頓教實說而言，眾生心中本有正因、了因、緣因三佛性，此三因能生果上三德（性德、智德、斷德），所以說「本有三種」，但因眾生無始以來為無明、煩惱所染，這三因佛性只是理性三因，而非覺性三因。而因為佛性遍在，無情有佛性，又因「達性成修，修三亦遍」，⁴⁰⁹所以無情能成佛。湛然也認為法性即是佛性，⁴¹⁰所以佛性不是有情所獨有。雖然湛然倡言無情有三因佛性而可成佛，但卻沒有說明草木如何能實修緣因佛性（解脫斷德）與了因佛性（般若智德）而成佛。⁴¹¹

吉藏和湛然的主張似乎都論證真如法性（即佛性）不只是一切眾生所具有，進而延伸至一切諸法，包含有情眾生與無情草木。吉藏與湛然等祖師雖然提出草木有佛性，尤其湛然倡言無情可成佛，但他們其實都沒有解釋無情如何修行成佛的問題。而 Schmithausen 也指出探討一切諸法的真如法性與佛的真如法性不二實有別於早期佛教對於草木觀的討論。而且在論及證得佛性時，經典的範圍總是只限於指涉有情，尤其是修行者而言。⁴¹²正如岡田真美子所指出的，中國祖師並沒有思考草木具體成佛的情形，因日本僧侶很熱忱地詢問中國天台僧人有關草木實際上如何修行成佛的問題，但中國祖師並不關切這樣的問題。也就是末木文美士

⁴⁰⁸ 《金剛錒》：「客曰：何故權教不說緣了二因遍耶？余曰：眾生無始計我、我所，從所計示未應說遍。《涅槃經》中帶權說實，故得以空譬正，未譬緣了。」，T46, no. 1932, p. 782, b7-9。

⁴⁰⁹ T46, no. 1932, p. 782, a15-16.

⁴¹⁰ 《金剛錒》：「真如隨緣即佛性隨緣。佛之一字即法佛也。故法佛與真如體一名異。故《佛性論》第一云：佛性者，即人法二空所顯真如。當知真如即佛性異名。《華嚴》又云：眾生非眾生，二俱無真實。如是諸法性，實義俱非有。言眾生非眾生，豈非情與無情，二俱隨緣並皆不變，故俱非有，所以法界實際一切皆然。」(T46, no. 1932, p. 783, b1-8)

⁴¹¹ 釋恆清（1997），頁 264-269。

⁴¹² Schmithausen (2009), p.168.

所說的中國的非情成佛論是抽象的、原則論的探討。⁴¹³

在日本，空海（774-835）也談及草木成佛說，而天台宗的安然（841-890）在九世紀將此議題集大成。安然與中國佛教的論述不同，他主張草木經過發心修行而成佛。自此以後，草木發心成佛說成為日本佛教界的主流思想。⁴¹⁴安然在《斟定草木成佛私記》與《菩提心義抄》中明確地肯定草木的發心、修行與成佛。他在《菩提心義抄》中闡述密教義的草木成佛論。對草木成佛的根據，提出自依心、他依心、共依心、非自他共依心四義，論述法相、三論、華嚴、天台的草木成佛觀，進而依據阿字的遍在而承認草木的自發與自修。安然在《斟定草木成佛私記》也敘述相對於三論、法相、華嚴的天台宗的非情成佛，而提出後來在論辯草木成佛說的主要論據《中陰經》中的「一佛成道觀見法界，草木國土悉皆成佛。」⁴¹⁵

接著重要的祖師良源（912-985）進一步開演草木能修行成佛的觀點，他在《草木發心修行成記》中說：草木具有生、住、異、滅四相，這就是草木發心、修行、證悟、入涅槃的樣貌。⁴¹⁶恆清法師認為良源「將草木的成長歷程提昇到宗教心靈發展的層次」，草木的發芽相當於發菩提心；草木在生長期間，就像在持戒、修行；當草木長成時，就像獲致證悟；最後草木凋零時，則是進入涅槃。在他富想像力的詮釋中，透過生住異滅四相，草木彷彿是活生生的修行者完成其成佛之道。如此的詮釋讓草木擁有完全不同的生命活力與靈性，可使人們改變對草木的看法與態度。值得注意的是，除了天台宗有將植物的成長經歷比附修行證悟的過程，真言宗也有雷同的敘述：「（草木）春萌、夏盛、秋實、冬落，是即發心、修行、菩

⁴¹³ 岡田真美子（2002），〈東アジア的環境思想としての悉有仏性論〉，頁 367。

⁴¹⁴ 藤村健一（2010），〈日本におけるキリスト教・仏教・神道の自然観の変遷—現代の環境問題との関連から〉，頁 6。

⁴¹⁵ 渡辺麻里子（2008），〈天台僧尊舜における草木成佛説〉，頁 63。

⁴¹⁶ 「草木既具生、住、異、滅四相，是則草木發心、修行、菩提、涅槃姿也。」轉引自 Schmithausen (2009), p.297.

提、涅槃次第也。」⁴¹⁷

上述的說法只是譬喻，而且沒有解釋草木有無心識的問題，因為若無心識，如何發心修行？儘管是譬喻，但可以看出日本的古德對植物有細膩的觀察，而且沒有把他們當作只是普遍的物質，而以特別的情感、珍視的態度來看待草木，將他們視同人類，甚至是修行者。難怪岡田真美子說，日本佛教界總是思考具體的草木和人一樣修行成佛的情形。她認同思考草木和人同樣修行的情況，這種日本人的感性在思考日本的生命觀時，是很重要的要素。她認為這不是山神住在山中的看法，而是將山視為一個活生生的存在的感受性。這種感受性在日常器物的供養和實驗動物的慰靈祭中持續著。另外，這也是對於受污染、破壞的山川草木能感受其痛苦的感同身受。感受到自然環境有其生命，自然界的生命與我們的生命有所關聯，而產生同情共感，受這種感受性所支持的悉有佛性論可作為保護環境的古老新原動力。⁴¹⁸在現代的日本佛教界，談到佛教思想對環境問題能提供有效的解決之道時，最常引用「草木成佛說」。如中村元說：這種想法會讓破壞自然環境的人感到心痛。因此在日本談到對自然界的觀點時，佛教會基於「草木國土悉皆成佛」、「山川草木悉有佛性」的觀點，積極肯定自然，讚美與自然的一體感。⁴¹⁹根據心理學家西脇良的研究，日本人的自然環境觀是將大自然視為神聖，而且也對自然界有親近感，與自然界有「一體感」。⁴²⁰

Schmithausen 指出早期佛典雖然有極少數談及植物是有生命的眾生，但在義理層面卻找不到確切的經典依據來證明，更不用說早期佛教中的植物是聖者的看法。他認為可以用中國和日本佛教的草木有佛性的觀點，來支持早期佛教中植物是眾生或甚至是聖者的說法，因而進行批判性的探討。他主張用來支持草木有佛性的

⁴¹⁷ 轉引自 Schmithausen (2009), p.298.

⁴¹⁸ 岡田真美子 (2002), 頁 367。

⁴¹⁹ 藤村健一 (2010), 頁 6。

⁴²⁰ 藤村健一 (2010), 頁 2。

概念是起源於印度的佛典經文並沒有說服力，頂多是依據與早期佛教不相容的假定，因此不能證明東亞佛教的發展與早期佛教有所連結。他試著說明這種關聯，從結構比對的角度來講也不太可能。⁴²¹

從環境倫理的角度，這些結果可能無法讓人滿意。然而，早期佛教對植物的態度似乎有其功德。從理論的角度來說，可說是避免肯定或否定的兩極端，讓植物的身分懸而未決，或者視其為邊緣物種，而不進一步詳述其情況是無助的苦或修行圓滿的喜。現代科學的知識讓我們可精確地描述植物生命的特殊性質，但其實我們也很難站在他們的立場去想像對植物本身而言，植物的生命是什麼？而從實踐的角度來說，早期佛教的態度似乎也是持平的，可說是中道。完全否定植物有情識（如後期的印度佛教），一方面就表示傷害植物的行為是無關緊要的，除非也牽涉到物主、動物或依住其中的草木神，就另當別論。另一方面，無條件的認可植物是眾生，就意味著切割、烹煮植物本質上無異於傷害或殺害動物，是造作不善業，至少在印度佛教是如此。免不了要砍樹、收割農作物或蔬菜的一般人沒機會防止罪行，但至少必須進行贖罪儀式——容易讓祭司利用的情況。相對於此，早期佛教對植物的態度可理解為允許有必要的使用，但沒有理由對植物有殘酷的剝削或肆意破壞。⁴²²

古印度不殺生戒的前提是重在有情識的個體。在中國、日本佛教無情有佛性的概念下，這個前提會有困難。如果無情有佛性被視為也包含實際上所謂的「無情」，則眾生被傷害時，他們是個別有情識和受苦，而在此情況，迴避性的策略是在所難免的，藉以確保實踐上的可能，特別是對在家眾而言。⁴²³

若草木有佛性，則在日常生活中食用或使用植物會有實踐上的困難。古德曾

⁴²¹ Schmithausen (2009), p. 327.

⁴²² Schmithausen (2009), pp. 327-328.

⁴²³ Schmithausen (2009), p. 328.

經思考過這樣的問題。⁴²⁴例如《絕觀論》提及如果道——等同佛性——是普遍存在，則為何殺人有罪，而殺草木沒有罪的問題。⁴²⁵對此問題的回答很難理解，先假設草木異於普通人，性質上合於佛性，且沒有我見，因為無我而無情執，所以沒有生起被殺害想。⁴²⁶Schmithausen 指出經典似乎是認為植物被殺或被切時，沒有反應出生氣和想報復的想法——可能表示沒有感覺被傷害。⁴²⁷另外在《祖堂集》也記載有禪客問：如果有情、無情都有佛性，則殺害有情，且吃其身體的各部位，會有罪、怨仇與報復；而傷害無情，例如吃五穀、蔬菜、水果、核果等，就沒聽說會有罪、互相報復。禪師回答：有情是正報，從無始以來，因邪見虛妄顛倒，執著於我與我所，因此會心生仇恨，會有報復的念頭。無情是依報（眾生生存、依住的環境），沒有邪見顛倒，不會生起仇恨心，所以不會說有報復。⁴²⁸《法界圖記叢髓錄》也敘述這樣的提問：如果三世間都是佛，則割取、使用草木，不就是傷害佛身，會招致罪業？答案是從佛的角度來說，三世間包含植物全都是佛，但從眾生的角度來說，則全都不是佛。因此砍伐草木會有什麼罪呢？⁴²⁹

第三節 植樹的功德與對植物的保護

一、植樹的功德

在早期佛典中可看見有關種樹、植林而有功德的記載，如《雜阿含經·997 經》說：「種植園果故，林樹蔭清涼，……如此之功德，日夜常增長，如法戒具足，緣

⁴²⁴ 參 Schmithausen (2009), pp. 308-315.

⁴²⁵ 問曰：「道若遍者，何故煞人有罪，煞草木無罪？」，B18, no. 101, p. 697, a5-6。

⁴²⁶ 《絕觀論》：「草木無情，本來合道，理無我故，煞者不計。」，B18, no. 101, p. 697, a9-10。

⁴²⁷ Schmithausen (2009), p. 312.

⁴²⁸ 禪客曰：「若有情無情俱有佛性，殺有情而食噉其身分，即結於罪怨相報。損害無情，食噉五穀、采蔬、果栗等物，不聞有罪互相讎報也。」師曰：「有情是正報，從無始劫來，虛妄顛倒，計我我所，而懷結恨，即有怨報。無情是依報，無顛倒結恨心，所以不言有報。」，B25, no. 144, p. 360, a14-b5.

⁴²⁹ 「問：三世間皆是佛者，草木取用則害佛身得罪耶？答：以佛言雖皆是佛，以眾生云都非是佛，斷有何罪？」，T45, no. 1887B, p. 727, a9-11。

斯得生天。」⁴³⁰種樹除了有果實可食用，最主要的是樹木可提供清涼的樹蔭，尤其在印度炎熱的天氣下，樹蔭對人們而言格外重要，可以減少人們的熱惱，心不煩燥，也有助於僧眾的禪修。如前所述，出家眾樂於選擇在森林、樹下的僻靜處修行。因此，經中鼓勵種植園林、樹木，在家人做這樣的布施會有大功德，未來可得生天的果報。《佛說諸德福田經》也說有七種布施未來可生梵天，其中之一即是「園果、浴池、樹木清涼」，通常布施是未來會投生欲界天，而在此布施讓人得以清涼的樹木、園林、浴池，會轉生在要有相關禪定修持才能投生的梵天。

在《四分律》也提到當時祇桓園的樹不好，佛即允許種三種樹——華樹、果樹、葉樹。⁴³¹從這三種樹可看出樹木能提供人們的利益，即花有香氣，可讓人心曠神怡；果實可讓人食用；樹葉可為人阻擋熾熱的陽光，讓人清涼。而當時有比丘患熱病，佛陀也說應沿著階道邊種那三種樹。⁴³²可見樹木可讓人減少生病的可能性，樹木有益人的身心健康。

僧眾為了專注修行以及避免殺生，所以戒律禁止比丘掘地種植，但是在《薩婆多部毘尼摩得勒伽》卻允許僧眾種樹，如經上說「云何樹？耆闍崛山道邊無樹。佛言：『聽諸比丘種樹，為蔭故、為花故，應次第種。』」⁴³³可見允許的理由是為了有樹蔭與花，有涼爽的樹蔭與芳香可愛的花朵對比丘而言是較理想的修行環境，至少不會熱出病。《毘尼母經》也解釋：「若比丘為三寶種三種樹：一者菓樹、二者花樹、三者葉樹，此但有福無過。」⁴³⁴所以為了三寶種樹，而非為了個人的利益而種，如此不僅無過失，反而更增福德。

二、佛陀教導種樹

⁴³⁰ T02, no. 99, p. 261, b7-11.

⁴³¹ T22, no. 1428, p. 941, c14-15。

⁴³² T22, no. 1428, p. 941, c15-18。

⁴³³ T23, no. 1441, p. 601, a4-5.

⁴³⁴ T24, no. 1463, p. 829, c15-17.

律典一向禁止僧眾掘地、栽種植物。然而在《根本說一切有部毘奈耶雜事》中卻可看到佛陀允許比丘種樹，甚且教導比丘如何種樹、照顧樹的「栽樹法」記載：

在王舍城竹林園中，爾時世尊於勝身山，令天帝釋得見諦已，其影勝王即於此處建大法會，盡摩揭陀所有人眾悉皆雲集，山無樹木，人眾聚時，為熱所困，報苾芻曰：「善哉仁等！可於此處栽植樹陰。」答曰：「世尊未許。」報言：「賢首！有何違處？」苾芻默然。佛言：「我聽種樹。」苾芻種樹便棄而去，其樹便死。時諸人眾至第二年還來集會，同前熱逼，問言：「聖者！先栽樹耶？」答曰：「已種。」「今何故無？」報言：「種了棄去不為防守，致使摧殘復多枯死。」俗人曰：「仁等初生，父母若不將養必當損壞，樹須將護待大方行。」苾芻白佛，佛言：「不應種樹即棄他行。」苾芻：「不知云何養護？」「冬月恐損，應以草蓋。」野火便燒，佛言：「當於四邊壘塹遮護。」復為熱傷，佛言：「應通窓穴。」夏雨如箭停水爛壞，佛言：「夏時可除圍壁，應通水穴。」其樹未大，棄去，同前致損。苾芻白佛，佛言：「種樹行法我今當制，若是花樹花發隨行，若是果樹著子方去。」時有苾芻有要緣務事必須行，不知云何？佛言：「應委守園人及親友者隨意而去。」

435

佛陀指導種樹的緣故是因為影勝王在勝身山辦大法會，人們卻因山上無樹，酷熱難耐，向僧眾建議種樹，可以有樹蔭遮陽。僧眾說佛陀不准種樹。在此佛陀改變立場，允許僧人種樹。但是他們種完樹就離開，樹沒有受到好好的照料，全都枯死。隔年眾人還是被熾熱的天氣所苦。佛陀於是教導弟子種樹要有如父母養育子女般的栽培，接著就一一指示如何栽種的方法，包括冬天要用草覆蓋根部為樹木保暖，夏天要注意土壤透氣以及排水的問題。

⁴³⁵ T24, no. 1451, p. 285, c29-p. 286, a22.

三、現代佛教對保護植物的實踐

在泰國，原本的森林覆蓋率極廣，然而近數十年來，泰國受到西方文化的影響，逐漸變成一個工業化、都市化、物質主義與消費主義的「西化」東方國家，對國內豐富的自然資源加以濫用，導致嚴重的生態危機，其中最嚴重的是濫砍森林。⁴³⁶由於森林銳減造成洪水、乾旱、氣候變化等問題。一些佛教僧眾挺身而出，運用傳統文化與心靈的價值觀解決環境危機。他們為樹木舉行出家儀式，讓樹木具有神聖性，人們也因此不敢砍伐這樣的聖樹或僧樹。⁴³⁷泰國北部的 **Phrakhru Manas Natheepitak** 據說是第一位採用出家儀式來聖化樹木的僧人。在了解人們不知旱災的發生與過去濫砍森林有關之後，他的作為喚起全國人民的環境意識的覺醒。政府後來因為這比丘的努力與南部洪水與暴風雨所造成災害，於是強加伐木禁令。其他僧眾也開始採用樹木出家的儀式作為保護森林的方法。近年來清邁當地政府也採用此儀式來保護柚木林。政府單位與非營利組織現在開始對佛教保護大自然的教理產生興趣。而來自北部楠府的 **Phrakhru Pitak Nanthakun** 則是應用此樹木出家儀式到其環境保護工作上最成功者。1975 年 17 歲的他還是沙彌時就開始教育其家鄉的村民了解森林的重要性，並鼓勵他們重新造林。他也幫助村民開闢道路與水庫、創立當地的互助商店，介紹取代經濟作物和伐木的其他選擇。他也曾抗議當地政府計畫種植尤加利而要砍伐原有的森林，當地政府向僧伽管理局施壓，但他成功地說服他們種植尤加利的危害，因而拯救上百畝的森林。他鼓勵村民加強植林，讓政府知道當地人非常善於管理自己的自然資源。1989 年他試圖透過組織訓練和森林行腳以提高沙彌與當地孩童的環境意識。那一年有超過二百個沙彌參加這計畫，他提供教育，不只是關於森林，也有關於友善環境的自然農法。他認為一旦教好孩童，他們就可以喚起父母的環境意識。⁴³⁸可見即便是被視為修解脫道、追求出離世間的聲聞行者，面對環境被破壞，人們受苦，也會因為慈悲

⁴³⁶ 李毓賢 (2013),〈從「樹木出家」看泰國僧侶對森林資源的保護〉,頁 14。

⁴³⁷ Pipob Udomittipong (2000), "Thailand's Ecology Monks", p. 192.

⁴³⁸ Pipob Udomittipong (2000), p. 194

而有積極的作為。

本章小結

在《長部·梵網經》中可看到佛陀對植物尊重、愛護的態度——避免傷害植物與種子。後來的注釋家對此的解釋是，不傷害植物的理由並不是因為草木是眾生，而是為了保護依住在草木上的鬼神。植物雖然有生長的現象，但因其無心識，所以不是眾生。而種子並沒有鬼神依住，但佛陀也禁止傷害、食用生的穀物，顯示他對具有繁衍能力的種子的重視。自然農法對種子也很重視，注重自家留種，留下最適合自家土地的自然種子，以便種出良好、健康的農作物。佛陀也很重視樹、讚嘆樹下住、在樹下修行。不同的佛在不同的菩提樹下成道，顯示佛的無執著。農地的植物也是自然農夫修行的對象，農夫盡力照顧農作物而不起貪愛、執著，遇到植株不健康而無法挽救時，並不會因此難過不已，而是自在面對因緣和合的生滅現象，選擇重新栽種。

《長部》的注疏家曾說明植物雖有生長現象，但不是眾生。由此可見植物是否為眾生常是人們樂於探究的議題。不僅現代科學提出植物有感知能力甚至有智能。古印度的婆羅門教也植物的知覺有所論述，認為植物是生死輪迴中的眾生，有五種感官機能。而耆那教則以為植物是只有一個接觸感官的眾生。

然而，早期佛教僅有《經集·婆私吒經》將植物歸為眾生。另外，《慈經》對眾生的動與不動的分類中，也常有將不動的眾生理解為植物的看法，但這點尚有疑義。因此 Schmithausen 認為早期佛典對於植物是否為有情，並沒有明確肯定，但也沒有斷然否定，所以他主張植物可視為是邊緣物種，視情況需要而決定其是否為眾生。如此反而有彈性空間，就農夫而言，可以像對待眾生般地來照顧農作物，但是在採收、食用時卻也不用擔心殺生的問題，因其不是有情。學者們延續 Schmithausen 的研究，想要證明植物是眾生，如 Findly 提出植物是聖者、阿羅漢的說法，又如藤本晃根據論典提出植物是有色命根的眾生。兩位學者的研究皆受

到 Schmithausen 的批判。

根據巴利律典的記載，比丘砍樹，而被世人指責比丘傷害「一根之命」——樹木是擁有一個感官的眾生，這也是爭議所在。外道認為植物是有命者，但佛教的態度不明確，沒有清楚表達自己的立場，只禁止僧人傷害草木，表示是為了避免世人譏嫌的緣故。然而，其他部派的律典都明確地表示草木不是有情。律典對於僧眾禁止砍伐草木的戒律，後來也有條件式的允許。

在《本生經》中，菩薩前生為草木神，其中有樹神以樹為自己身體，樹神與樹有密切的關聯，若樹木被砍伐，則樹神也跟著喪命。通常草木是草木神所依附的住所，很少見到這種緊密關係的情況。本生故事中，草木神之間，以及與其他動物之間所展現的互動，顯示自然界的生物多樣性與生態平衡，自然界生物共榮共存的現象，對自然農法也有很多的啟發。自然農夫並沒有將植物視為只是普通的物質，而對其特別的情感，就像對待自己的孩子般地關照、呵護。在中國、日本佛教更發展出草木有佛性的說法，尤其日本佛教經常思考具體的草木和人一樣修行成佛的情形，而對自然界有同情共感，並以草木有佛性作為愛護環境的理論依據。不論是草木神的故事或草木有佛性乃至成佛的說法，對自然農夫而言，皆顯示植物有其神聖性，不是一般的物質，而以尊重、愛護的態度來對待、照顧農地的植物。

第五章 佛教的食物觀與自然農法

人必須依賴食物，才能在世間生存。任何有情都必須仰賴食物存活，能吃飽活命是最基本的生命需求，食對於眾生的存續極為重要。歷史上多少戰爭是為了爭奪糧食而發生，食物資源短缺的國家因飲食匱乏，不得不向外發展、掠奪其他國家的糧食。

除了未開發國家之外，現今大部分的國家大多糧食不匱乏，尤其歐美那些高度發展的國家，浪費食物的現象是時有所聞。崇尚大份量食物的風氣，其實是不必要的行為，吃得過飽，造成身體的額外負擔，導致體重過重，肥胖造成的高血壓、糖尿病種種慢性病，不僅傷害自己，也傷害家人，更浪費醫療資源。除了吃得過多，其實還有吃得太精緻、美味，太重口味，而造成種種現代很普遍的文明病。現代人樂於追求美食，到處充滿美食的新聞、訊息，而人們這麼重視美食，卻又吃得滿是疾病，可見美食不等於會帶來健康的好食物。人們只在乎口腹之欲的滿足，並不理會所喜愛的美食是否是良好的、健康的食物。除了一般我們吃進身體以維持人體器官運作的實質的食物，尚有精神糧食，所謂身體的健康並不能單單仰靠吃食消化，精神心理的健康與否也是影響因素，而這通常是人們所忽略的。佛教對人的飲食之觀照論述頗為整全，故以下擬先論述佛經中的「四食」觀；其次，從《起世經》討論人類與食物的關係，最後探討食物與身心、修行的關聯。

第一節 佛教的四食觀

佛教認為食物不只限於日常生活中所吃的物質食物，還包括精神食糧，而以「四食」來總括。經典也揭示「一切眾生以四食存」⁴³⁹，這表示眾生的存續並非只單靠一樣物質食物，還包括其他的精神食糧。以下先解析食的語義，再分別說明四食的意涵。

⁴³⁹ 《長阿含經》，T01, no. 1, p. 133, b17。

一、「食」義解析

漢譯佛典中的「食」有不少對應的梵語、巴利語詞，如“āhāra”、“bhojana”、“anna”等⁴⁴⁰。這幾個語詞都有表示「食物」的意思，而“āhāra”一詞比其他詞的涵意較為廣泛，其在佛典中出現的次數也較為頻繁。以下擬探索「食」的梵語、巴利語詞義。

首先考察涵意較深廣的“āhāra”。此語詞是源自表示「取來」、「吃」、「享受」的動詞語根 $\bar{a}-\sqrt{hr}$ ，而有「吃」、「支持」、「食物」、「營養」、「取食」的意思。⁴⁴¹ 此語詞在梵、巴佛典中使用範圍很廣，最常見的是「四食」（梵：catvāra āhārah、巴：cattaro āhārā），以下再詳細說明。與“āhāra”有關且常一起使用的動詞是 āhāreti 與 āharati。āhāreti 是衍生自 āhāra 的名動詞（denom.），有取食、吃或用餐的意思。⁴⁴² 如《長部·大典尊經》（DN II.223）的“āhāram āhāreti”，為「攝取食物」，亦即吃東西的意思。經中以 āhāreti 作為表示吃的動作。另外，āharati 這個動詞運用得更廣，有取、拿走、帶來、獲得、吃、引起、碰觸、攻擊等等的意思。⁴⁴³ 如《根本說一切有部毘奈耶破僧事》（*Saṅghabhedavastu*）中的“sa ekam tilaphalam āhāram āharati”，譯作「雖食一麻」⁴⁴⁴，āhāram āharati 作為動詞片語，為吃的意思，所吃的對象為芝麻。

“bhojana”有食物、飲食、餐、營養的意思，其動詞語根是 $\sqrt{bhuñj}$ ⁴⁴⁵ 或 \sqrt{bhuj} ⁴⁴⁶，意指「吃」、「用餐」、「享受」、「利用」。“bhojana”可分“bhojaniya”與“khādaniya”二

⁴⁴⁰ 平川彰（1997），《佛教漢梵大辭典》，頁 1274。

⁴⁴¹ SED, p. 162; PED, p. 117.

⁴⁴² PED, p. 117.

⁴⁴³ PED, p. 116.

⁴⁴⁴ T24, no. 1450, p. 121, a16-17.

⁴⁴⁵ 水野弘元（1989），《パーリ語辭典》，頁 247；雲井昭善（1997），《パーリ語佛教辭典》，頁 683。

⁴⁴⁶ PED, p.506; SED, p. 759. 動詞 $\sqrt{bhuñjati}$ 衍生出若干表示食物的詞：bhojana, bhojanīya, bhojja，以及表受用，所有物、財（物）、享樂等意思的 bhoga。

種類型的食物，漢譯作「噉食」與「嚼食」，亦即軟食與硬食的意思。巴利《律藏·經分別》(Vin IV.83)的解釋為：

「嚼食」者，除五種噉食、非時藥、七日藥、盡形壽藥之外，其餘名為硬食。

「噉食」者，五種軟食：飯、粥、麩、魚、肉。⁴⁴⁷

“bhojana”意指噉食、軟食，也譯作正食。五種正食即為飯、粥、炒熟的穀粉、魚、肉。相對於正食，也譯為不正食，即為“khādaniya”，此語詞的動詞語根√khād有「咀嚼」、「咬」的意思，也因此需要咀嚼的食物，就是嚼食或硬食。除了五種噉食、非時藥、七日藥和終生服用的藥之外，的其他一切食物皆屬“khādaniya”。⁴⁴⁸ 這兩種食就其巴利語詞來看，似乎是以食物軟硬程度而作的分類，但除了五種主食之外，其他食物都歸入嚼食而言，可見並非嚴謹、絕對的分類，例如肉是特別需要咀嚼的，卻歸在軟食；油是液體，卻歸在硬食。

“anna”是衍生自表「吃」、「吞食」的動詞語根√ad，而意指「吃」、「食物」，特別是指米飯，但也包括所有可以食用之物，如飯(odana)、粥(kummāsa)、麩(sattu)、魚(maccha)、肉(mamsa)等。“anna”在“dhañña”(穀物)的詞條下，又可分二種食：pubbaṇṇa(前食)，即生的、天然的穀物⁴⁴⁹與 aparāṇṇa(熟食)，如咖哩。⁴⁵⁰ 《小部·小義釋》的解釋為

⁴⁴⁷ “Khādaniyaṃ nāma pañca bhojanāni – yāmakālikam sattāhakālikam yāvajīvikam thapetvā avasesam khādaniyaṃ nāma. Bhojanīyaṃ nāma pañca bhojanāni – odano, kummāso, sattu, maccho, mamsaṃ.”, N02, no. 1, p. 110, a13-14 // PTS. Vin. 4. 83.

⁴⁴⁸ 《四分律》：「食有二種：正食、非正食。非正食者，根食乃至細末食。正食者，飯、麩、乾飯、魚及肉。」，T22, no. 1428, p. 663, a24-25。《四分律》尚提及「法闍尼食者：有根法闍尼食；枝、葉、華、果法闍尼食；油、胡麻、黑石蜜磨細末食。」，T22, no. 1428, p. 661, b13-15。亦即非正食（法闍尼食）包含根、枝、葉、花、果的食物，以及油、芝麻、磨成細末的糖。

⁴⁴⁹ 明法尊者增訂《巴漢詞典》解釋：「七穀即：sāli 米（泰國說「小麥」wheat）、vīhi 稻穀、yava 大麥（泰國說「糯米」glutinous rice）、godhūma 小麥（泰國說「野豌豆」tares）、kaṅgu 黍（或小米、

穀物者，是言前食與後食。前食者，是米、粳、麥、小麥、稷、苳、稗。
後食者，是羹湯〔之蔬菜〕。⁴⁵¹

五穀在未烹煮、生的、天然的狀態下，作為前食。而烹調過、煮熟的穀物則稱作後食。這是就食物是否經過烹煮而言，特別是指穀物而作的分類。

從動詞語根來看，āhāra、bhojana、anna 這三個詞皆是由「吃」的動作而衍生為意指「食物」的名詞。除了「吃」的意思之外，有些動詞語根即有取、享受、利用的意思。由此可說，眾生看到食物，會先有取的動作，放進嘴裏吃，接著就產生享受的愉悅感覺。吃是一件讓人心情愉快的事，而為了在世上存活，生命得以延續，就必須利用食物，讓色身獲得滋養。食物對於眾生的生命至關重要，攝取食物能讓有情得以生存下去，享用美味的食物更是讓人活得很快樂；然而，美食容易讓人產生貪愛、執著，可能有任何正向的益處嗎？。怎樣的食物可算是美食？色食香俱全，或是罕見高檔的食材，或是經過繁鎖的程序而精心調理的食物？

二、四食的意涵

佛經中常可見「一切眾生皆依食住。」⁴⁵²、「一切眾生由食而存，無食則死。」⁴⁵³、「一切眾生以四食存。」⁴⁵⁴的句子，顯示食對於眾生存續的重要性。經中所謂的「食」或「四食」有段食、觸食、思食、識食這四種食。⁴⁵⁵以下則分別說明：

粟 millet or sorghum)、varaka 豆(泰國說「薏苡仁」Job's tears)、kudrūsa 穀類)。(巴利字典網路版 <http://dictionary.sutta.org/browse>)

⁴⁵⁰ PED, p. 49.

⁴⁵¹ “Dhaññāni vuccanti pubbaṇṇaṃ aparāṇṇaṃ. Pubbaṇṇaṃ nāma sāli vīhi yavo godhumo kaṅgu varako kudrūsaako. Aparāṇṇaṃ nāma sūpeyyaṃ.”, N47, no. 23, p. 381, a7-8 // PTS. Nidd. 2. 392.

⁴⁵² 《大集法門經》，T01, no. 12, p. 227, c1-2.

⁴⁵³ 《增壹阿含經》，T02, no. 125, p. 778, c18-19。

⁴⁵⁴ 《長阿含經》，T01, no. 1, p. 133, b17。

⁴⁵⁵ 《大集法門經》：「四食，是佛所說。謂段食、觸食、思食、識食。」，T01, no. 12, p. 229, c15-16。

（一）段食

段食的巴利語詞為“*kabalīnkāra āhāra*”，是指做成團狀的食物、可食用的物質食物。⁴⁵⁶段食尚其他的漢譯詞，如團食、搏食、揣食等。段食就是日常生活中的飲食。將物質性的食物捏成大小可入口的團狀，所以又叫作搏食或團食。如《增壹阿含經》對搏食的解釋：「彼云何名為搏食？彼搏食者，如今人中所食，諸入口之物可食噉者，是謂名為搏食。」⁴⁵⁷至於稱作段食，是因為「段」有分段、截斷的意思，如《大毘婆沙論》所說的：「分段而食，故名段食。」⁴⁵⁸印順法師則從時間、餐次的角度表示，分餐次段落而食，所以叫段食。在《起世經》中的段食尚有粗細之分，飯食、魚肉等為粗段食，而按摩，澡浴、揩拭、脂膏塗摩等則為微細食。⁴⁵⁹此處所列的微細食並沒有符合段食或團食的基本定義——可入口或分段而食，反而比較接近觸食的定義。

印順法師強調只有能資益增長身心的食，才符合食的定義。因此，有害身心健康的毒品並不能稱作食。眾生生命的延續必須要有段食，尤其是欲界的人間。段食是有情生存的基本需求，除了能長養色身，還能間接資益精神。⁴⁶⁰《彌蘭王問經》中就指出飲食可以維持眾生的生命，讓人有氣力，外貌、氣色好，消除憂愁苦惱，去除飢餓、衰弱。⁴⁶¹可見食物與人的身心健康關係密切。食物除了讓人健康、有體力、不虛弱，外貌自然容光煥發，不會面黃肌瘦，而且還有心理療癒的功能。現代人生活緊張、壓力大，常利用美食抒解壓力，然而這些美食大都不是健康的天然食物，而是熱量高、化學添加物多的食品。憂愁苦惱或許透過美食

⁴⁵⁶ PED, p.188.

⁴⁵⁷ T02, no. 125, p. 656, c12-14.

⁴⁵⁸ T27, no. 1545, p. 675, b29.

⁴⁵⁹ 「閻浮提人，飯食麩豆及魚肉等，此等名為羸段之食；覆蓋按摩，澡浴揩拭，脂膏塗摩，此等名為微細之食。」， T01, no. 24, p. 345, b28-c1。

⁴⁶⁰ 印順（1991），頁 69。

⁴⁶¹ N64, no. 31, p. 129, a10-11 // PTS. Mil. 402.

可以獲得短暫的抒解，但所累積於體內的毒素反而成為日後更大的苦惱。在現代食安問題頻傳的時代，乾淨、健康的食物顯得格外重要。不用農藥、肥料，且以愛護眾生與環境的心所種植出來的食物，才是對身心有益的健康食物，自然農法所生產的即是。

（二）觸食

觸食的巴利語詞為“*phassa āhāra*”，是指由接觸而作為食物，亦即經由六根接觸外境而生可意觸，讓人愉悅的觸食。觸食尚譯作更樂食。《增壹阿含經》的解說為：「云何名更樂食？所謂更樂食者，衣裳、繖蓋、雜香華、熏火及香油，與婦人集聚，諸餘身體所更樂者，是謂名為更樂之食。」⁴⁶²由此可見，衣服、香花、香水等可以讓人喜歡、高興的物品，以及與婦人的聚會等，會帶來精神愉悅的都是觸食。現代人追求華服、包包、名車、豪宅，與友人聚餐、旅遊等也都是觸食。除了可意的觸食，還有不可意的觸食，印順法師指出如按摩、運動等雖然有不適、疲勞感，但可增進身體健康，也是觸食。⁴⁶³

農夫在護生的自然農田工作，雖然辛苦，但做得很安心、快樂。處在生態多樣化、沒有農藥、化肥危害的環境中，在實踐自己理想的農地裏，身心自然舒暢。這是自然農夫良美的可意觸食。相反地，在慣行農法的土地，農夫在充滿刺鼻農藥味、小動物屍體的農地工作，心情自然不會愉悅，這種不健康的環境對農夫的身心也有不健康的影響，這可說是有毒害的觸食。

（三）思食

思食的巴利語詞為“*manosañcetanā āhāra*”。*manosañcetanā* 和 *cetanā* 意思相同，都是指思、意思。所以思食是以意欲、意志為食，長養身體，延續生命。又譯作

⁴⁶² T02, no. 125, p. 656, c14-17.

⁴⁶³ 印順（1991），頁 70。

意思食、念食。《增壹阿含經》說明「彼云何名為念食？諸意中所念想、所思惟者，或以口說，或以體觸，及諸所持之法，是謂名為念食。」⁴⁶⁴將心中所思惟的想法透過言語、身體接觸等方式表達出來，這就是思食。《長阿含經·世記經》也解釋：「何等眾生念食？有眾生因念食得存，諸根增長，壽命不絕，是為念食。」⁴⁶⁵可見思食可以讓眾生長養諸根，延長壽命。印順法師指出人懷著希望，才會活下去，有希望才能資益有情，使其生命得以延續。他表示思食是人類的生存欲，而永久的生存欲即是後有愛。⁴⁶⁶

剛開始轉作自然農法必定遭遇很多困難，如雜草狂生、蟲害嚴重、收成不好、農友的嘲笑、甚至家人的反對等等的諸多問題，而會讓人想放棄。但是為了保護生命與環境，堅持想要種出健康又能利益眾生的農作物這樣的信念，因而能克服困難，達成實踐自然農法的理想。自然農夫所堅持的信念、希望就是他們生命中的思食。例如陳佩雲也曾面臨採行自然農法的困境，她第一座果園是種植芒果，第一年收成竟只有 75 顆芒果；但是她不管情況多糟，「不忘初心，將農業當志業，將農場當道場來經營，透過多樣性耕作來適應環境的變化，找出與農作物的相處之道。」六年之後，芒果產量暴增至一萬多斤，她深信這就是大地給予的最大回報。⁴⁶⁷可見宗教信仰、護生信念是支持自然農夫生命的思食。

（四）識食

思食的巴利語詞是“viññāṇa āhāra”。viññāṇa 表識、意識之意，所以識食是指以識為食。印順法師解釋，識是指「有取識」，亦即會執取身心，與染愛相應的識。由於有識的執取，生命才得以延續。當識停止執取眾生的身心時，則一期的生命

⁴⁶⁴ T02, no. 125, p. 656, c17-19.

⁴⁶⁵ T01, no. 1, p. 133, c1-3.

⁴⁶⁶ 印順（1991），頁 70-72。

⁴⁶⁷ 法鼓山全球資訊網新聞報導，

https://www.ddm.org.tw/mobile/news_in.aspx?mnuid=1222&modid=5&nid=5654（2018.05.30 瀏覽）

也就結束了。可見識具有延續生命，幫助身心發展的重要作用。⁴⁶⁸《增壹阿含經》解釋「彼云何為識食？所念識者，意之所知，梵天為首，乃至有想、無想天，以識為食，是謂名為識食。」⁴⁶⁹，表示色界從梵天到無想天皆以識為食。《長阿含經·世記經》則說明地獄眾生與無色界的諸天，都是以識為食。⁴⁷⁰這兩部經典強調色界天、無色天以及地獄眾生以識為食。而其實所有的眾生皆因識而延續生命。

第二節 從《起世經》論食物與人類的關係

眾所皆知食物對維持眾生生命的重要性。有充足及好的食物能讓人活得健康且長壽。現在科技、醫療發達，現代的人比過去物質貧乏、醫療落後時代的人長壽得多。但他們可能忽略了現代人得癌症、慢性病或種種過去前所未聞的怪病的比例，是比過去的時代多出很多，也就是現代人比以前的人不健康，甚至生了重病，就利用高科技的醫療延續生命，也能活得很長壽，只是不健康、飽受折磨地活著。同時也拜高科技之賜，現代很多食物都已不是天然的食物，而是加了很多令人瞠目結舌的添加物，或使用種種有礙眾生健康的資材種出的食物。這些不自然的食物也是造成現代人百病叢生的很大因素。

以上所談這些現象，從佛經中亦可看到食物與人類的壽命以及道德、品性之間存有密切的關聯。在巴利《起世經》中談到此世界形成時，大地生出最初的食物，因人類行為的緣故，食物也有所變化、發展。本節將依《起世經》探討最初的食物之出現與影響，進而論述食物與人類行為相互影響而產生的變化。

一、最初的食物之出現與影響

《起世經》敘述眾多有情從光音天命終之後，來生此處，他們是意所成，以

⁴⁶⁸ 印順（1991），頁 71。

⁴⁶⁹ T02, no. 125, p. 656, c19-22.

⁴⁷⁰ T01, no. 1, p. 133, c3-4.

喜為食，自身發光、騰空而行、身色最勝，長時久住。⁴⁷¹可以說人類的祖先是來自光音天⁴⁷²。光音天是屬於色界天，亦即依其生前所修的禪定而投生的天界，也因此最初的人類還保有色界天的特色，他們是化生，因修定而由意所生的眾生，以喜為食，應該是指以禪悅為食⁴⁷³。身為天人，自身會發光、能在虛空中行走，而且色身端正、姝麗。最初的人類有神通、外貌殊勝，此時尚無男女之別，也無分良賤，唯有自稱眾生，在此人間長久居住。

（一）最初的食物——地味——之出現

最初的人類是以喜為食，而不是以物質食物維持生命。然而，在「地味」(rasapathavī)出現之後，光音天人的飲食習慣也隨之改變，如經文所示：

對這些眾生而言，在某時，經過相當長的時間之後，地味在水中遍佈，猶如煮沸的牛奶冷卻之後，表面的那一層皮。地味具足色、香、味，具有如生酥、熟酥般的顏色以及蜂蜜般的甜味⁴⁷⁴。婆悉吒！此時有位貪婪的眾生說：「喂！這是什麼？」而以手指沾地味嚐試，嚐了手指上的地味，就被迷住而進入渴愛。婆悉吒！其他眾生也仿效那位以手指嚐地味，同樣被迷住而進入渴愛。⁴⁷⁵

⁴⁷¹ “Vivaṭṭamāne loka yebhuyyena sattā ābhassarakāyā cavitvā itthattaṃ āgacchanti. Tedha honti manomayā pītibhakkhā sayampabhā antalikkhacarā subhaṭṭhāyino ciraṃ dīghamaddhānaṃ tiṭṭhanti.”

⁴⁷² 《中阿含經·婆羅婆堂經》作「晃昱天」。

⁴⁷³ 巴利本作“pītibhakkhā”（喜悅為食）；《長阿含·小緣經》作「以念為食」；《起世經》、《起世因本經》分別作「喜悅為食」、「歡喜為食」。

⁴⁷⁴ 「甜味」的巴利原文為 *assāda*，有味道、甜、享樂、滿足的意思（PED, p. 91），也有譯作「樂味」。（水野弘元，《パーリ語辞典》，頁 46。）

⁴⁷⁵ DN III.85: “Atha kho tesam, vāsetṭha, sattānaṃ kadāci karahaci dīghassa addhuno accayena rasapathavī udakasmim samatani; seyyathāpi nāma payaso tattassa nibbāyamānassa upari santānakam hoti, evameva pāturaḥosi. Sā ahoṣi vaṇṇasampannā gandhasampannā rasasampannā, seyyathāpi nāma sampannaṃ vā sappi sampannaṃ vā navanītaṃ evaṃvaṇṇā ahoṣi. Seyyathāpi nāma khuddamadhum aneḷakaṃ, evamassādā ahoṣi. Atha kho, vāsetṭha, aññataro satto lolajātiko— ‘ambho, kimevidaṃ

可見人類最初所吃的食物是地味⁴⁷⁶，但無法確定這種食物是否為植物或世間初成時，純淨無染的大地。《長阿含·小緣經》說：「其後此地甘泉涌出，狀如酥、蜜。」後面接著又說：「爾時，眾生但食地味，久住世間」，也就是將大地初成時涌出的甘泉稱作「地味」。或許最初的人類所吃的不是大地生長出的植物，而是具足色香味的大地本身。Maurice Walshe 在其《長部》英譯本中也譯作「美味可口的大地」(savoury earth)。⁴⁷⁷最初形成的大地是絕對清淨，沒有任何污染，或許我們無法想像土地具有色、香、味，有著令人著迷的蜂蜜般的甜味，可以作為食物。然而放到現在的環境來看，現今的土地當然無法像《起世經》中神奇的大地可供食用，但這提醒我們唯有乾淨的土地能生長出乾淨、有益眾生色身的食物。乾淨的大地自然會有泥土的芳香，而受污染的土地或因農藥而發出刺鼻的臭味，或田地間的生物因殺蟲劑等農藥而滅亡，被毒死的小動物也會產生難聞的氣味。可見乾淨、未受污染的土地有多珍貴。

值得注意的是人類最初的欲望是口腹之欲，或許可說吃東西是人類最基本的生活需求。然而，令人不解的是，光音天人起初來到人間時，仍然是以喜為食，為何修定而依禪悅生存的天人看到顏色如奶油或酥油、香味如蜂蜜⁴⁷⁸的「地味」時，會想要把東西放進嘴裏嚐嚐。沒有食用物質需求的色界天，為何來到人間就變得有吃東西的欲望？只能說口腹之欲是人類最根本、深層的欲望，或許人類的墮落就是從食物開始。經中說第一位享用「地味」的人是出於貪婪，巴利原文 *lola*，

bhavissatī'ti rasapathaviṃ aṅguliyaṃ sāyi. Tassa rasapathaviṃ aṅguliyaṃ sāyato acchādesi, taṅhā cassa okkami. Aññepi kho, vāsetṭha, sattā tassa sattassa ditṭhānugatiṃ āpajjamānā rasapathaviṃ aṅguliyaṃ sāyimsu. Tesam rasapathaviṃ aṅguliyaṃ sāyatam acchādesi, taṅhā ca tesam okkami.”

⁴⁷⁶ 對於原初人類所吃的食物，因不同傳本而有所不同。《大樓炭經》、《中阿含經·婆羅婆堂經》作「地味」；《增壹阿含經·22經》作「地肥」；《起世經》與《起世因本經》則是「地味」即「地肥」。

⁴⁷⁷ Maurice Walshe, *The Long Discourses of the Buddha*, p.410. 他在注腳提及要注意《起世經》中所談到的各種食物都是素食。(p.604)

⁴⁷⁸ 《增壹阿含·22經》說「地肥氣味，猶如甜蒲桃酒。」有甜味，而且還多了酒味，比蜂蜜更容易讓人陶醉。

有貪婪與動搖、不定的意思。多數的漢譯本都是取其「貪」的意思，如「性貪嗜」、「生貪性」、「貪饗不廉」，而且強調其貪吃的本性；只有《長阿含·小緣經》譯為「天性輕易」，側重第一位吃「地味」者的不穩、躁動之意。當光音天人看到「地味」，心生好奇時，會想到透過「嚐嚐看」以確定那是什麼東西。因好奇而產生疑惑，對於疑惑，就會想要找出答案，以解決心中的疑問。好奇、疑惑似乎不是不善法，但是與貪性結合時，可能就會有不善的結果出現。那位光音天很可能因為本身就比較貪吃，看到與聞到吸引人的東西，因而想透過以「吃」的方式來獲得答案，知道地味是什麼。如漢譯本的《起世經》所說：「眾生其中忽有性貪嗜者，作如是念：『我今亦可以指取此，試復嘗之，令我得知，此是何物？』」⁴⁷⁹為什麼想得知地味是什麼？其實是想知道那能不能吃，所以要以手指沾來試吃看看。《大樓炭經》則說：「有一異嗜味人，心念言：『我欲試以指取地味嘗之，知何等類？』」⁴⁸⁰可以確定有貪吃的光音天人，而且是「異嗜味」者，這可以說明原本以喜為食的光音天人中，有本性貪食者，其飲食習慣已有所變化，看到疑似美味的東西，就想要嘗試看看能不能吃。相較之下，巴利本的敘述顯得比較簡單。

（二）最初的食物——地味——之影響

一位眾生因貪食而試吃「地味」，一吃到這令其滿意的美食，則深深地著迷而產生愛著。其他眾生看到那位眾生享受「地味」，吃得如此滿意、陶醉，他們也因此生出想吃的欲望，於是紛紛跟著一起吃起「地味」。可見個人的影響力不容小覷，因為一人食用「地味」，吃得津津有味，因而引發眾人的「食欲」，造成所有人的飲食改變，全都改吃「地味」。個人可以發揮很大的影響力，可以有正面的影響，也可以有負面的影響。此處的貪食光音天並非主動影響他人，而是間接影響到有欲望的眾生。如果這些眾生沒有食的欲望，也就不會跟著吃「地味」，所以重點是在這些眾生也有欲望，才會受其影響，而同樣深陷在貪欲中。

⁴⁷⁹ T01, no. 24, p. 358, b19-21.

⁴⁸⁰ T01, no. 23, p. 305, b14-16.

對於「地味」的食用及其造成的影響，經中說：

眾生以手將地味作塊狀食用。襍謝德！當眾生以手將地味作塊狀食用時，那些眾生的自身發光消失。當自身發光消失時，日月出現。當日月出現時，星星、星光出現。……那時，那些眾生持續一段長時間食用地味，以其為食物、以其為滋養。依那樣，那些眾生的身體日益堅實，容貌產生變化：有些容貌美麗的，有些則醜陋。⁴⁸¹

此段經文有二個要點：一是食用地味的方式與量的改變。這點當然是跟貪欲有關。前面經文敘述貪食的眾生是以手指沾取地味來吃，而在此則是說眾生將地味弄成塊狀來吃，也就是本來是用手指沾著吃，因為美味可口，這樣的吃法不過癮，所以改成一塊一塊地作成搏食來吃，這樣可以吃得比較多，比較能讓貪欲獲得滿足。漢譯本對此取食方式的改變，內心所表現出來的貪欲有比較生動的描述：

時，彼眾生作是念已，即以其指深齊一節，沾取地味，吮而嘗之。嘗已意喜，如是一沾一吮，乃至再三，即生貪著。次以手抄，漸漸手掬，後遂多掬，恣意食之。時，彼眾生如是抄掬恣意食時，復有無量其餘諸人，見彼眾生如是食噉，亦即相學，競取而食。⁴⁸²

這裏是說眾生先以手指的一節，沾取少許地味來嚐嚐，一嚐之後，覺得很喜歡，於是一再地沾取吮食，因此生起貪著，此處對眾生再三沾吮地味的表達，正如現

⁴⁸¹ DN III.86: “Atha kho te, vāsetṭha, sattā rasapathaviṃ hatthehi āluppakāraṃ upakkamiṃsu paribhuñjitum. Yato kho te, vāsetṭha, sattā rasapathaviṃ hatthehi āluppakāraṃ upakkamiṃsu paribhuñjitum. Atha tesam sattānaṃ sayampabhā antaradhāyi. Sayampabhāya antarahitāya candimasūriyā pāturaheṣum. Candimasūriyesu pātubhūtesu nakkhattāni tārakarūpāni pāturaheṣum.……Atha kho te, vāsetṭha, sattā rasapathaviṃ paribhuñjantā tambhakkhātadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ atṭhaṃsu. Yathā yathā kho te, vāsetṭha, sattā rasapathaviṃ paribhuñjantā tambhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ atṭhaṃsu, tathā tathā tesam sattānaṃ (rasapathaviṃ paribhuñjantānaṃ) kharattañceva kāyasmim okkami, vaṇṇavevaṇṇatā ca paññāyittha. Ekidaṃ sattā vaṇṇavanto honti, ekidaṃ sattā dubbhaṇṇā.”

⁴⁸² 《起世經》，T01, no. 24, p. 358, b21-26。

代人對美食的形容：「吮指回味」，好吃得讓人再三回味。這都是表達食物美味得讓人產生貪愛。因此原本用手指沾取，逐漸變成用一隻手乃至用雙手取食，漸次具體地表現出對地味的愛著。另一漢譯本則說用手指吃地味太累、太慢了，用手抓來吃，這樣比較好、比較快。⁴⁸³此外，漢譯本不同於巴利本的順序，經中說眾生先是以手指一嚐再嚐，接著變成用雙手取食，恣意地取食。其他眾生看到他這樣吃，認為地味應該很美味，才學那位眾生吃起地味，而且是爭著搶食。漢譯本的表達順序應該比較合理，用一根手指沾著吃不如用雙手取食比較能顯現食物的美味而引起別人的欲望，進而仿效之。

要點二是食用地味，造成眾生外貌的轉變。眾生吃了地味之後，本來身體會發光的，現在不會發光了。當天人自身的光明消失時，有光亮的日、月、星辰就出現了。這時眾生持續長時間食用地味，身體與容貌也逐漸發生變化——身體變得堅固、容貌也有美醜之別。當光音天人失去其光亮，表示其神通也消失，不能虛空飛行，也就是本來意所成的身體吃了人間的固體食物，而變得堅實、粗重⁴⁸⁴。漢譯本在此有較詳細的敘述，如經云：「彼諸眾生取此地味，食之不已，其身自然漸漸澁惡，皮膚羸厚，顏色濁暗，形貌改異，無復光明，亦更不能飛騰虛空。以地肥故，神通滅沒。」⁴⁸⁵

容貌有美、醜之別的原因，巴利本並沒有說明是食用地味量的多寡而造成的美醜差別。但漢譯本則多有解釋，如《長阿含·小緣經》說：「爾時，眾生但食地味，久住世間，其食多者，顏色羸醜；其食少者，色猶悅澤，好醜端正，於是始

⁴⁸³ 《中阿含·婆羅婆堂經》：「彼時，眾生復作是念：『何故以指食此地味，用自疲勞？我今寧可以手撮此地味食之。』彼時，眾生便以手撮此地味食。於彼眾生中復有眾生，見彼眾生各以手撮此地味食，便作是念：『此實為善，此實為快，我等寧可亦以手撮此地味食。』時，彼眾生即以手撮此地味食。」，T01, no. 26, p. 674, c7-14。

⁴⁸⁴ kharatta 是由形容詞 khara 衍生而來的抽象名詞，表堅實、粗糙之意。

⁴⁸⁵ 《起世經》，T01, no. 24, p. 358, b27-c1。

有。」⁴⁸⁶《起世經》也說：「劫初眾生，食地味時，多所資益，久住於世。而彼諸人，若多食者，顏色即劣；若少食者，光相便勝。」⁴⁸⁷眾生食用地味，對色身是有很大的資益，讓眾生得以久住於世間。但同時也會出現負面的結果，除了身體變堅實，神通消失；容貌也產生變化，因為地味吃得多，外貌變醜，而吃得較少，則較為端正美麗，也就是保有較多的天人的莊嚴外相。這也提醒我們，美味的食物若貪吃過量，不只讓身體增加過多的重量，造成額外負擔，對健康大為不利，而且也會讓外貌變醜。

二、食物與人類行為相互影響的變化

經中談到眾生有美醜之別後，而生起慢心，貌美的眾生輕蔑醜陋的眾生，因為自己的外貌而生起增上慢心，地味因此而消失。當地味消失時，眾生集合而哭著說：「哎呀！美味！哎呀！美味！」⁴⁸⁸對於地味消失的不捨、痛苦的描述，漢譯本有較生動的描繪，如《起世經》所述「彼諸眾生，皆共聚集，憂愁苦惱，椎胸叫喚，迷悶困乏，作是唱言：『嗚呼！我地味，嗚呼！我地味。』」⁴⁸⁹這顯示眾生對地味的貪愛、執著程度之深，失去時所引發的巨大的內心痛苦、憂愁。

最初的美食「地味」為何消失？是因為人類對外貌的執著、分別而產生的慢心而造成地味的消失。食物消失的原因竟不是過度食用，造成食物短缺，反而是因為我慢。漢譯本也說：「以我慢故，地味便沒。」⁴⁹⁰為何經中說我慢會造成地味消失？是否因為人的品性、道德與生存的環境是相應的？人的品性變差，環境也

⁴⁸⁶ T01, no. 1, p. 37, c16-18.

⁴⁸⁷ T01, no. 24, p. 361, c7-9.

⁴⁸⁸ DN III.86: “Tattha ye te sattā vaṇṇavanto, te dubbaṇṇe satte atimaññanti – ‘mayameteḥi vaṇṇavantatarā, amhehete dubbaṇṇatarā’ti. Tesam vaṇṇātimānapaccayā mānātimānajātikānaṃ rasapathavī antaradhāyī. Rasāya pathaviyā antarahitāya sannipatiṃsu. Sannipatitvā anutthuniṃsu – ‘aho rasam, aho rasa’nti!’”

⁴⁸⁹ T01, no. 24, p. 361, c13-15.

⁴⁹⁰ 《起世經》，T01, no. 24, p. 361, c10-11；《起世因本經》，T01, no. 25, p. 416, c14。

會相應地跟著變差。環境中與人最密切相關的就是食物，也因此食物就產生變異甚至消失。

若就現在對環境的態度或關懷而言，當人有我慢而產生分別心，以這樣的傲慢的心態去對待自然環境，就會產生人可征服、操控自然，或天地萬物是為人所用的看法，人類是處於上位，而自然環境是任憑擺佈的對象，如此容易產生剝削自然界，使自然資源耗竭的結果，這也可以說是強烈的人類中心主義的心態。太過注重人類自身的利益，任由貪欲、我慢、執著、分別心恣意發展，最終受害的還是人類。

地味消失後，大地就出現「地餅」，如蘑菇般出現。它也色、香、味俱全，具有如生酥、熟酥般的顏色以及蜂蜜般的甜味。眾生就開始吃「地餅」，持續很長的時間，接下來的發展和上述的地味一樣，眾生身相發生變化，有美醜之別，因美醜而生慢心，因慢心而「地餅」消失。⁴⁹¹「地餅」在漢譯本多譯作「地肥」，⁴⁹²也有作「地皮」、⁴⁹³「(地)薄餅」⁴⁹⁴或「地餅」⁴⁹⁵者。中村元等人的日譯本是將「地

⁴⁹¹ DN III. 87: “Atha kho tesam, vāsetṭha, sattānaṃ rasāya pathaviyā antarahitāya bhūmipappaṭako pāturahosi. Seyyathāpi nāma ahicchattako, evameva pāturahosi. So ahoṣi vaṇṇasampanno gandasampanno rasantampanno, seyyathāpi nāma sampannaṃ vā sappi sampannaṃ vā navanītaṃ evaṃvaṇṇo ahoṣi. Seyyathāpi nāma khuddamadhuṃ anelakaṃ, evamassādo ahoṣi. Atha kho te, vāsetṭha, sattā bhūmipappaṭakaṃ upakkamimsu paribhuñjituṃ. Te taṃ paribhuñjantā taṃbhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ aṭṭhaṃsu. Yathā yathā kho te, vāsetṭha, sattā bhūmipappaṭakaṃ paribhuñjantā taṃbhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ aṭṭhaṃsu, tathā tathā tesam sattānaṃ bhīyyoso mattāya kharattañceva kāyasmim okkami, vaṇṇavevaṇṇatā ca paññāyittha. Ekidaṃ sattā vaṇṇavanto honti, ekidaṃ sattā dubbaṇṇā. Tattha ye te sattā vaṇṇavanto, te dubbaṇṇe satte atimaññanti— ‘mayameteḥi vaṇṇavantatarā, amheḥete dubbaṇṇatarā’ ti. Tesam vaṇṇātimānapaccayā mānātimānajātikanāṃ bhūmipappaṭako antaradhāyi.”

⁴⁹² 《長阿含·小緣經》、《中阿含·婆羅婆堂經》、《增壹阿含·22經》作「地肥」。

⁴⁹³ 《長阿含·世紀經》、《起世經》、《起世因本經》皆作「地皮」。《長阿含·世紀經》尚有如是描述「地皮生，狀如薄餅」。T01, no. 1, p. 148, a3。

⁴⁹⁴ 《大樓炭經》，T01, no. 23, p. 307, c24-p. 308, a1。

⁴⁹⁵ 《白衣金幢二婆羅門緣起經》，T01, no. 10, p. 218, c14。

餅」(bhūmipappaṭako)譯為「地衣類」⁴⁹⁶，而 Maurice Walshe 是譯為「蕈類」(fungus)，⁴⁹⁷但他在注腳也坦承並不確定這個詞的正確意思。pappaṭako 有餅、蘑菇、水草等意思，所以有可能是類似地味，也有可能是大地生長出的蕈菇或水草。在巴利本中說「地餅」的顏色和香味都和地味一樣，似乎沒有差別。不過，經中卻談到眾生以地餅為食後，身體變得更為 (bhiyyoso mattāya) 堅固、容貌更有所差異。

「地餅」地味消失後，接著出現「藤蔓」(padālatā)，如蔓草 (kalambukā) 般出現。它也具有色、香、味，顏色如生酥、熟酥以及甜味如蜂蜜。眾生接著食用「藤蔓」，後續的發展也如前所述，以致「藤蔓」消失了。⁴⁹⁸「藤蔓」在漢譯多作「林蔓」⁴⁹⁹或「林藤」⁵⁰⁰，也有譯作「地膚」⁵⁰¹、「羸厚地肥」⁵⁰²或採音譯翻成「婆羅」⁵⁰³或「波羅」⁵⁰⁴。中村元等人的日譯本將“padālatā”譯為「蔓草類」⁵⁰⁵，而 Maurice Walshe 則英譯為爬藤類(creepers)。「藤蔓」顯然是一種植物，根據《長部注釋》的

⁴⁹⁶ 中村元、浪花宣明、岡田行弘、岡田真美子 (2004)，《原始仏典第3卷 長部經典 III》，頁 125。

⁴⁹⁷ Maurice Walshe, *The Long Discourses of the Buddha*, p. 410 & p. 604.

⁴⁹⁸ DN III. 87-88: “Bhūmipappaṭake antarahite padālatā pāturahosi, seyyathāpi nāma kalambukā, evameva pāturahosi. Sā ahosi vaṇṇasampannā gandhasampannā rasasampannā, seyyathāpi nāma sampannaṃ vā sappi sampannaṃ vā navanītaṃ evaṃvaṇṇā ahosi. Seyyathāpi nāma khuddamadhum aneḷakaṃ, evamassādā ahosi. Atha kho te, vāsetṭha, sattā padālatā upakkamiṃsu paribhuñjituṃ. Te taṃ paribhuñjantā taṃbhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ aṭṭhaṃsu. Yathā yathā kho te, vāsetṭha, sattā padālatā paribhuñjantā taṃbhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ aṭṭhaṃsu, tathā tathā tesāṃ sattānaṃ bhiyyosomattāya kharattañceva kāyasmim okkami, vaṇṇavevaṇṇatā ca paññāyittha. Ekidaṃ sattā vaṇṇavanto honti, ekidaṃ sattā dubbaṇṇā. Tattha ye te sattā vaṇṇavanto, te dubbaṇṇe satte atimaññanti— ‘mayameteḥi vaṇṇavantatārā, amhehete dubbaṇṇatārā’ ti. Tesāṃ vaṇṇātimānapaccayā mānātimānajātikānaṃ padālatā antaradhāyi.”

⁴⁹⁹ 《起世經》與《起世因本經》。

⁵⁰⁰ 《白衣金幢二婆羅門緣起經》，T01, no. 10, p. 218, c23。

⁵⁰¹ 《長阿含·世紀經》，T01, no. 1, p. 148, a11。

⁵⁰² 《長阿含·小緣經》，T01, no. 1, p. 37, c26。

⁵⁰³ 《中阿含·婆羅婆堂經》，T01, no. 26, p. 675, a10。

⁵⁰⁴ 《大樓炭經》，T01, no. 23, p. 308, a4。

⁵⁰⁵ 中村元、浪花宣明、岡田行弘、岡田真美子 (2004)，頁 126。

解釋，這是一種有甜味的好藤蔓（“ekā madhurarasā bhaddālatā”）⁵⁰⁶，《長部疏鈔》則說，如同其名字中有「腳」“padā”，亦即會攀爬的藤蔓，具足容貌、香氣、滋味，所以被稱為好藤蔓。⁵⁰⁷漢譯本並沒有提到藤蔓出現的現象有如蔓草的描述。《長部注釋》將「蔓草」“kalambukā”是解釋為「莖」、「柄」或「管」（“Kalambukāti nāḷikā.”），而《長部疏鈔》則解釋是有莖或管的蔓草。（“Nāḷikāti nāḷivalli.”）儘管巴利注釋書有所解釋，但其他語譯本仍然有不同的解讀，日譯本是翻成常春藤，Maurice Walshe 是譯為竹子，而 Rupert Gethin 則譯作水草（waterweed）⁵⁰⁸。兩個英譯有明顯的差異，若根據 Margaret Cone 的《巴利辭典》是譯作水生植物（water-plant），或（水）藻類（[water]-creeper）⁵⁰⁹，則 Gethin 的翻譯同於 Cone 的辭典解釋。如前所述，藤蔓是如同有腳般的爬藤類，顯示其生長、蔓延的速度很快，而以蔓草或掌春藤或水草來形容其生長快速的樣貌，「竹子」的形象與藤蔓差異甚大，但中文也常以「如雨後春筍」譬喻事物的發展大量且迅速。

上述巴利本談到「地餅」出現時，其色、香、味皆如同「地味」，而「藤蔓」也是相同的色、香、味；但漢譯則出現「轉更羸厚」、「亦香美可食，不如前者」或「其味亦香美，不如前薄餅味」的敘述，也就是食物的發展上，香色味愈來愈劣質化，食物變得愈來愈粗糙、不細緻。

後來不用耕種、成熟可食的「自然稞米」（akatthapāko sāli）出現，這是無糠、無殼、純淨、芳香的米粒。⁵¹⁰此處對自然稞米的描述，漢譯本同於巴利本，如「有稞米生，不耕不種，自然而生。無芒、無穰、米粒清淨、香味具足。」⁵¹¹、「其後

⁵⁰⁶ DN.A III.868.

⁵⁰⁷ DN.Ṭ III.56: “Padālatāti “padā”ti evaṃnāmā ekā latā, sā pana yasmā sampannavaṇṇagandharasā, tasmā “bhaddalatā”ti vuttā.”

⁵⁰⁸ Rupert Gethin (2008), *Sayings of the Buddha: A Selection of Suttas from the Pali Nikāyas*, p.122.

⁵⁰⁹ Margaret Cone (2001), p.653

⁵¹⁰ DN III.88: “akatthapāko sāli pāturahosi akaṇo athuso suddho sugandho taṇḍulapphalo.”

⁵¹¹ 《起世經》，T01, no. 24, p. 361, c22-24。

此地生自然粳米，無有糠糲，色味具足，香潔可食」。⁵¹²雖說具足香味，但也有的漢譯本指出自然粳米畢竟「不如波羅味。」⁵¹³這也顯現後來出現的食物終究不如早期的，食物的演變是漸趨惡化。這時「自然粳米」尚有一特色，是傍晚時摘取來做晚餐，清晨時它會再生長成熟；清晨時摘取來作早餐，傍晚時它會再生長成熟，而且無收割的痕跡。⁵¹⁴可見這種自然粳米不僅不需要人去耕種，其成長速度也極為驚人，表示產量豐足、不虞匱乏，可以餵飽所有的眾生，如《長阿含·小緣經》所說的「隨取隨生，無可窮盡。」⁵¹⁵

眾生持續長久食用自然粳米之後，產生進一步的變化，不僅身體變得更加堅實，容顏更有所殊異，更進而出現男女的性徵。於是異性之間因相互過度思念而生起貪欲，身體出現熱惱，進而行姪欲法。⁵¹⁶其他眾生看見男女行姪，則向他們丟擲土、灰、牛糞，並認為：「不淨者死！眾生怎能對眾生做如此之事？」然而當時被視為是非法的，現在卻被視為是如法。為了隱蔽不淨行，眾生因而著手建造房舍。⁵¹⁷漢譯本尚且提及後來的眾生「翫習非法，姪欲轉增，便有胞胎，因不淨

⁵¹² 《長阿含·小緣經》，T01, no. 1, p. 38, a1-2。

⁵¹³ 《大樓炭經》：「自然生粳米，其味亦香美殊好，種種清淨出一切味，不如波羅味。」，T01, no. 23, p. 308, a10-11。

⁵¹⁴ DN III.88: “Yaṃ taṃ sāyaṃ sāyamāsāya āharanti, pāto taṃ hoti pakkam paṭivirūlham. Yaṃ taṃ pāto pātarāsāya āharanti, sāyaṃ taṃ hoti pakkam paṭivirūlham; nāpadānam paññāyati.”

⁵¹⁵ T01, no. 1, p. 38, a11.

⁵¹⁶ DN III.88: “Sattā akatṭhapākaṃ sāliṃ paribhuñjantā tambhakkhā tadāhārā ciraṃ dīghamaddhānaṃ atṭhamsu, tathā tathā tesam sattānaṃ bhīyosomattāya kharattañceva kāyasmim okkami, vaṇṇavevaṇṇatā ca paññāyittha, itthiyā ca itthilingaṃ pāturahosi purisassa ca purisalingaṃ. Itthī ca purisaṃ ativelaṃ upanijjhāyati puriso ca itthim. Tesam ativelaṃ aññamaññaṃ upanijjhāyataṃ sārāgo udapādi, pariāho kāyasmim okkami. Te pariāhapaccayā methunaṃ dhammaṃ paṭiseviṃsu.”

⁵¹⁷ “Ye kho pana te, vāsetṭha, tena samayena sattā passanti methunaṃ dhammaṃ paṭisevante, aññe paṃsuṃ khipanti, aññe setṭhim khipanti aññe gomayaṃ khipanti— ‘nassa asuci, nassa asuci’ ti. ‘Kathañhi nāma satto sattassa evarūpaṃ karissatī’ ti!..... “Adhammasammataṃ kho pana, vāsetṭha, tena samayena hoti, tadetarahi dhammasammataṃ. Yato kho te, vāsetṭha, sattā tasmim asaddhamme ativelaṃ pātabyataṃ āpajjimsu. Atha agārāni upakkamiṃsu kātum tasseva asaddhammassa paṭicchādanattham.”

生，世間胞胎始於是也。」⁵¹⁸以及「更漸增長非法行時，有餘眾生，福命業盡，從光音天捨身來下，於母腹中，受胎生身。以此因緣，世人漸多，非法漸增。」⁵¹⁹可見有了房屋後，可恣意行不淨行，淫欲也隨之增長，非法行也同時增多，於是光音天不再是以化生的方式投生於人間，而轉變成投入母胎中受生，所以轉生為人的方式從化生變成胎生。也因此世界人類日益增多，非法淫行也逐漸增多。

我們可以發現食用地味、地餅、藤蔓，眾生的身體及相貌日漸變得堅實、粗重，且有美醜之別，但到了吃自然粳米時，才發展出男女性徵，進而有情欲、淫欲法的出現。由此可見食物會導致身體機能轉變以及煩惱的問題。而且由此也可看見欲望擴展的情形，從起初對食物的欲望，演變成對男女的情欲。值得注意的是，第一位食用地味的眾生並未受到其他眾生的斥責，反而引起其他人的仿效；然而最初行淫的眾生卻被非難、攻擊。所以對食物的欲望是可以被接受的，這是為了存活的基本需求，而淫欲則非人類的基本需求，正如所謂的「飽暖思淫欲」，當人的基本飲食生活需求滿足之後，才會進一步想到淫欲。如果生存都有困難時，為了活命，怎有心力去想男女之事？況且劫初的人類是由光音天化生於人間，他們原本即是修禪定者，對於行淫一事特別排斥，以為不淨、是非正法。也可以說相較於飲食，淫欲是修行的一大障礙。不過也要注意飲食也能引發淫欲等種種的煩惱。

經文又再次談到食物因人類的惡劣習性而變得更糟：有懶惰的眾生被傍晚取米作晚餐，早晨取米作早餐所困擾，而一次取作為晚餐和早餐的米。由此漸漸地演變成眾人競相儲存米至一次取八日份的米。當眾生開始食用貯存的米時，米粒被糠、殼所包覆，收割之後，不再生長，可看到切痕，稻米也一叢一叢地住立。⁵²⁰

⁵¹⁸ 《長阿含·小緣經》，T01, no. 1, p. 38, a8-10。

⁵¹⁹ 《起世經》，T01, no. 24, p. 362, a22-25。

⁵²⁰ DN III.89-90: “Atha kho, vāsetṭha, aññatarassa sattassa alasajātikassa etadahosi- ‘ambho, kimevāhaṃ vihaññāmi sāliṃ āharanto sāyaṃ sāyamāsāya pāto pātarāsāya! Yamnūnāhaṃ sāliṃ āhareyyaṃ sakimdeva sāyapātarāsāya’ ti . Atha kho so, vāsetṭha, satto sāliṃ āhāsi sakimdeva sāyapātarāsāya. Atha kho, vāsetṭha,

在巴利本的經文所見的是眾生因懶惰（*alasa*）而開始積存所要食用的米，其他眾生也跟著爭相儲存米糧，而且積蓄的量是日趨增多。而在漢譯《起世經》則是說會積存米糧是因為「後時眾生，福漸薄故，懶墮懈怠，貪悋心生」。⁵²¹也就是因為後來的眾生福報漸少的緣故，才有懶惰、懈怠以及貪婪，因而會屯積糧食。福德變少，是眾生的道德行為也變惡劣的果報。巴利本雖未提及眾生因貪心而儲存米，但在漢譯本中可看到怠惰和貪婪有密切的關係，因為懶，不想多勞動，但卻想取得更多的糧食，這種心態就是貪，表現出來的就是一次多拿取一些。反過來說，也因為貪，想要花少一些心力，但可以多獲取一些東西，表現出來的就是懶惰。

由於人類的懶惰和貪心而造成食物的生長形態改變，此處的稞米從自然生長、不需耕種、芳香潔淨，直接可食用，隨取隨生長，變成出現糠、殼包覆，而且收割之後，即不再生長。直到今日，人的貪與懶也同樣改變我們的食物，為了讓農作物有更多的產量、更美麗的外觀，就要使用肥料增加產量、美觀，使用殺蟲劑、除草劑對付小昆蟲與雜草，也是為了確保農作物的收成與美觀。除草劑一噴，可節省很多人工。被慣行農夫視為敵人的雜草與蟲、鳥，其出現或許如經文所說是因為眾生福報變少的緣故。使用農藥，作物產量變多，但雜草、蟲害的問題似乎也沒有解決，它們似乎也會出現抗藥性。結果是產業界只好繼續研發更毒更有效的農藥。雖然可毒死雜草與小蟲，但人類自己也同時受到很大的傷害。人們貪求快速、有效、美味，往往製造出黑心、有害人身心健康的食物或食品。

面對自然稞米的轉變，眾生集合而悲嘆：眾生之中確實出現惡法（*pāpakā vata, bho, dhammā sattesu pātubhūtā.*）。接著回想、反省其初到人間的清淨狀態，到後來

aññataro satto yena so satto tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā taṃ sattaṃ etadavoca- ‘ehi, bho satta, sālāhāraṃ gamissāmā’ti. ‘Alaṃ, bho satta, āhato me sāli sakimdeva sāyapātarāsāyā’ti. Atha kho so, vāseṭṭha, satto tassa sattassa diṭṭhānugaṭiṃ āpajjamāno sāliṃ āhāsi sakimdeva dvihāya..... atūhāya,..... atṭhāhāya, evampi kira, bho, sādhu’ti. Yato kho te, vāseṭṭha, satta sannidhikāraṃ sāliṃ upakkamiṃsu paribhuñjituṃ. Atha kaṇopi taṇḍulaṃ pariyonandhi, thusopi taṇḍulaṃ pariyonandhi; lūnampi nappaṭivirūlhaṃ apadānaṃ paññāyittha, saṇḍasaṇḍā sālayo atṭhaṃsu.”

⁵²¹ T01, no. 24, p. 362, a29-b1.

食用地味、地餅、藤蔓、自然粳米等食物，也因為眾人的惡，不善法顯現（*Tesam no pāpakāṇaṃyeva akusalānaṃ dhammānaṃ pātubhāvā*），以上的食物都消失不見。對於現在有糠、殼，收割後不再生長的稻米，則要分割稻田，設立界線（*sālim vibhajimsu, mariyādaṃ ṭhapesuṃ.*）。而後來又因為眾生的貪欲（*lola*），為了稻米而出現偷盜（*adinnādāna*）、苛責（*garahā*）、妄語（*musāvāda*）、刑罰（*daṇḍādāna*）。⁵²²在某些眾生應受發怒、斥責、驅逐之時，人們決定選出一位而能執行的人，並給與他一定的米糧。他們就選出一位較為美麗、好看、端正、有影響力的眾生來執行，這位就是剎帝利。⁵²³對於眾生因貪欲而產生種種惡行，人們所想到不是從根源處著手，去思考如何減少乃至滅除貪欲，反而是為了保護自己所擁有的物資，而透過現實的分田、設疆界等方法、制度以確保個人的財產，甚至最後決定選一位制度、刑罰的執法者來保障眾生的權益。

將眾生所生的種種惡行交由執法者處置時，能有效解決眾生惡行的根源問題嗎？應該是治標不治本，短暫而不究竟。如同現代，若有農夫為了有更多的收成與好看的農產品，而使用政府法令禁用的有劇毒的農藥，我們能期待政府對其開罰後，他們就不再使用超出規範的農藥？或者為了收益，不管是否會造成環境破壞的土石流，夏天在高山上種高麗菜，在不適合的季節與地點種植，能靠政府解決這些問題？執法者的力量畢竟有限，還是要從個人貪欲的對治著手。若人們能夠不要只為了自己的利益而罔顧他人的健康，提供大眾安心健康的食物，反而是造福人群。由此也可見，施作自然農法的小農在糧食安全、環境保護及生物多樣性的重要性。

第三節 食物與修行的關聯

食物與人的生命息息相關。在《增壹阿含經》即說：「一切眾生皆由食而存其

⁵²² DN III.90-92.

⁵²³ DN III.92-93.

命，有食便存，無食便喪。」⁵²⁴可見食物對眾生的重要性。既然食物如此重要，食物與修行又有怎麼的關聯？出家眾對食物的態度又是如何？以下先說明佛陀早期的斷食修行，再討論佛陀制定的日中一食、飲食知量與少欲知足。

一、佛陀早期的斷食修行

（一）佛陀的斷食經歷

佛陀早期出家修行時，因當時印度盛行修斷食的苦行，佛陀當時也進行斷食的修行，如《增壹阿含經》中說：

爾時，有犍牛之處，設見犢子屎，便取食之；若無犢子屎者，便取大牛屎食之。爾時，食此之食，我復作是念：『今用食為？乃可終日不食。』時我以生此念，諸天便來到我所，而作是言：『汝今勿復斷食。若當斷食者，我當以甘露精氣相益，使存其命。』爾時，我復作是念：『今以斷食，何緣復使諸天送甘露與我？今身將有虛詐。』是時，我復作是念：『今可食麻米之餘。』⁵²⁵

佛陀曾經吃牛糞，後來意欲整天不吃時，諸天來阻止佛陀說：千萬別斷食！因為斷食容易導致喪失性命，修行尚未圓滿，就因為身體虛弱到不堪修行，甚至斷了性命，未免可惜，所以諸天說祂會以甘露精氣資益佛陀，讓他存活，如此方能完成道業。於是佛陀決定不斷食而吃些芝麻、稻米。如經云：

爾時，日食一麻一米，形體劣弱，骸骨相連，頂上生瘡，皮肉自墮，猶如敗壞瓠盧，亦不成就我頭。爾時亦復如是，頂上生瘡，皮肉自墮，皆由不食故也。亦如深水之中星宿現中，爾時，我眼亦復如是，皆由不食故。猶

⁵²⁴ T02, no. 125, p. 565, a18-19.

⁵²⁵ T02, no. 125, p. 670, c16-24.

如故車敗壞，我身亦復如是，皆悉敗毀不可承順。亦如駱駝腳跡，兩尻亦復如是。若我以手按摩腹時，便值脊骨，若按脊時，復值腹皮，身體羸弱者，皆由不食故。⁵²⁶

佛陀一天只吃極少量的食物「一麻一米」，造成身體虛弱，瘦成皮包骨，形銷骨立，頭上也長瘡，皮肉脫落，敗壞的程度，都不成頭樣了。視力也大受影響，兩眼昏花。而且用手按摩肚子時，竟可摸到脊椎，真的是達到前胸貼後背的地步了。佛陀也明白這是因為不吃所造成的嚴重結果，身體幾近敗壞、腐朽。

佛陀幾近斷食苦行的結果，讓身體極度虛弱，以致於不堪修行。他明白這種極端的苦行對修行、得解脫毫無益處，於是決定接受飲食，滋養身體，獲得充足的體力、精神以精進修行。《增壹阿含經》上說：

比丘！吾昔苦行乃至於斯，然不獲四法之本。云何為四？所謂賢聖戒律難曉難知；賢聖智慧難曉難知；賢聖解脫難曉難知；賢聖三昧難曉難知。是謂，比丘！有此四法，吾昔苦行不獲此要。爾時，我復作是念：「吾今要當求無上之道。」何者是無上之道？所謂向四法是也：賢聖戒律、賢聖三昧、賢聖智慧、賢聖解脫。爾時，我復作是念：「不可以此羸劣之體，求於上尊之道，多少食精微之氣，長育身體，氣力熾盛，然後得修行道。」⁵²⁷

由上述經文可知，佛陀過去修苦行，讓他無法通達賢聖的戒、定、慧、解脫這四法之本。長養身體，具足氣力是修行的基本要件。體弱多病如何能專注於修行？色身本身並非是修行的障礙，雖然不能太過注重，但也不能完全漠視。經典記載佛陀當時接受了牧羊女的乳糜。佛陀攝取食物時，五比丘對佛陀受食的行為相當不以為然，認為佛陀墮落了。經云：「當食精微之氣，時五比丘捨我還退：『此沙

⁵²⁶ T02, no. 125, p. 670, c24-p. 671, a4.

⁵²⁷ T02, no. 125, p. 671, b24-c5.

門瞿曇性行錯亂，以捨真法而就邪業。」⁵²⁸可見當時的印度沙門普遍修斷食苦行，肯定苦行為真法，而飲食是邪業，有礙追求解脫的修行。

（二）佛陀非難無益的斷食苦行

在佛陀時代，耆那教以極為嚴苛的苦行聞名。他們認為要求得解脫，則必須使靈魂脫離業的繫縛。通常藉由禁戒可以防止新業漏入靈魂，而苦行則能滅除過去已經漏入的舊業，同時也能阻止新業的漏入。⁵²⁹正如《中阿含經·尼乾經》所說：

諸尼乾等如是見、如是說：「謂人所受，皆因本作。若其故業。因苦行滅，不造新者，則諸業盡。諸業盡已，則得苦盡。得苦盡已，則得苦邊。」⁵³⁰

因此雖然解脫業身束縛的修行方法有許多種，但其中最重要的是禁戒與苦行，因苦行能抑止新業，也能滅除舊業。修持苦行，能滅苦而獲得解脫。然而佛陀則明白表示：「如此之比受無量苦，學煩熱行。師子！有此苦行我不說無。師子！然此苦行為下賤業，至苦至困，凡人所行，非是聖道。」⁵³¹佛陀認為極端的苦行只會讓身心受無量的苦，是極為痛苦、困難的下賤業，並非聖道。愚癡凡夫才會修此種苦行。《法句經》(Dph. 70)也說「愚者月復月，雖唯取少食，似草之尖端，〔功德〕不值思法者，十六分之一。」⁵³²這表示長期只吃極微量的食物，愚者的斷食苦行其功德遠不如思惟佛法者。嚴苛的苦行對修行沒有益處，倒不如攝取適量的飲食以維持色身的基本運作，能有體力以專注於思惟、修學佛法。

二、日中一食

⁵²⁸ T02, no. 125, p. 671, c5-7.

⁵²⁹ 長崎法潤 (1982), 〈ジャイナ教解脫の思想〉, 頁 409。

⁵³⁰ T01, no. 26, p. 442, c2-5.

⁵³¹ T01, no. 26, p. 442, a10-13.

⁵³² N26, no. 9, p. 19, a14 // PTS. Dhp. 10.

佛陀在歷經斷食苦修之後，明白食物對維持身體的重要。適度的飲食對修行而言是必要的，至於要食用多少量，佛陀表示一天吃一餐便足夠。在《中阿含經》中，佛陀告訴諸比丘：

我日一食，日一食已，無為無求，無有病痛，身體輕便，氣力康強，安隱快樂。汝等亦應日一食，日一食已，無為無求，無有病痛，身體輕便，氣力康強，安隱快樂。⁵³³

一天只吃一餐，即不貪著、執取，也因為吃的不過量，沒有造成身體的額外的負擔，所以沒有飲食過量，造成身體不適或生病，也因此身體輕便。不過分飲食會讓身體苗條，沒體重過重的問題，因而身體輕便。身體輕便，人也會比較健康。雖然身體輕盈，但在體力方面卻是健康強壯，人也能安隱快樂。此處的安隱快樂並不是指世俗生活的安逸快活，而是指內心沈穩自在，能好好精進修行。《增壹阿含經》也指出一日一食有利於修梵行，如經上說：「我恒一坐而食，身體輕便，氣力強盛；汝等比丘，亦當一食，身體輕便，氣力強盛，得修梵行。」⁵³⁴

然而佛陀鼓勵弟子日一食，跟弟子說明一天一餐的利益，但仍有弟子向佛陀表示對一坐食的疑惑：

跋提婆羅白世尊言：「我不堪任而一食。所以然者，氣力弱劣。佛告之曰：「若汝至檀越家，一分食之，一分持還家。」跋提婆羅白佛言：「我亦不堪行此法。」世尊告曰：「聽汝壞齋，通日而食。」跋提婆羅白佛言：「我亦不堪任施行此法。」爾時，世尊默然不報。

這位跋提婆羅跟世尊說，他沒辦法做到一天只吃一餐，這樣會讓他身體衰弱。佛陀沒有強制他必須只吃一餐，慈悲地允許他到信徒家托鉢時，可拿兩分，其中一

⁵³³ T01, no. 26, p. 749, c3-8.

⁵³⁴ T02, no. 125, p. 800, b28-c3

分可以帶回寺裡。但這位比丘說，這樣子他也沒辦法。佛陀再允許他，整天都可以吃東西。不過，他依然表示他無法辦到，這時，佛陀只有默然不語了。然而三個月後，這位比丘來向佛陀懺悔。佛陀告訴他：

聽汝悔過，後莫復犯。所以然者，我自念生死無數，或作驢、騾、駱駝、象、馬、豬、羊，以草養此四大形；或在地獄中，以熱鐵丸噉之；或作餓鬼，恒食膿血；或作人形，食此五穀；或作天形，食自然甘露。無數劫中，形命共競，初無厭足。優波離當知，如火獲薪，初無厭足，如大海水，吞流無足。今凡夫之人亦復如是，貪食無厭足。」⁵³⁵

佛陀思惟自己在無數次的生死輪迴中，投生在不同六道中，不論是哪一道的眾生，吃什麼樣的食物，都沒有滿足的時候。今日凡夫也一樣貪食而無厭足。這也表示佛陀規定弟子日中一食，是為了讓弟子減除貪食的欲望。因此佛陀也接著說「生死不斷絕，皆由貪欲故，怨憎長其惡，愚者之所習。」。眾生因貪欲而引生諸多惡業，因此不斷地輪迴受生。所以佛陀指示這位比丘：「當念少欲知足，無起貪想，興諸亂念！」由貪欲可以引生諸多的妄念、亂想，對修行造成障礙，所以要少欲知足，在食的方面，就依循佛陀也日中一食。

在《增壹阿含經》提及有位膚色黑的比丘晚上外出托鉢，讓一位孕婦受到驚嚇而流產，城中人民紛紛非難佛教僧眾「行無節度，食不知時」。佛陀因此集合僧眾，告訴他們：

此是行道之要法，應當一坐而食。若能一坐而食，身體輕便，心得開解；心已得解，得諸善根；已得善根，便得三昧；已得三昧，如實而知之。云何如實而知之？所謂苦諦如實而知之；苦習諦如實而知之；苦盡諦如實而知之；苦出要諦如實而知之。汝等族姓子已出家學道，捨世八業，而不知

⁵³⁵ T02, no. 125, p. 801, b24-c2.

時節，如彼貪欲之人有何差別？梵志別有梵志之法，外道別有外道之法。」……爾時，世尊告諸比丘：「我專一坐而食，汝等亦當一坐而食。今汝日中而食，不得過時。汝等亦當學乞食之法。云何比丘學乞食之法？於是，比丘！趣以支命，得亦不喜，不得亦不憂；設得食時，思惟而食，無有貪著之心，但欲使此身趣得存形，除去舊痛，更不造新，使氣力充足。如是，比丘！名為乞食。汝等比丘，應當一坐而食。」⁵³⁶

佛陀先表明一坐食是修行的要法，再說明其利益：能使身體輕便，較能專注，而得三昧，進而能如實知四聖諦。也就是由一坐食能達到戒定慧三學增上。佛陀接著指出弟子都已出家，卻如此貪食，於夜晚托鉢，這樣和世俗的貪欲之人有何差別？為了避免世人的譏嫌，制定有別於外道的佛門規範，於是佛陀規定弟子只能日中一食，並進而教導他們「乞食之法」，也就是食物只要足以維持生命即可，得到食物時，不用歡喜；得不到，也不需憂傷。如果托得食物，要對食物加以思惟，檢視自己無心生貪著。思惟飲食只是為了維持身體的存活，去除病痛，身體健康而有氣力。這就是乞食，比丘應當一坐食。⁵³⁷

三、飲食知量

前面已敘述，佛陀為了避免僧眾貪食，飲食不節制，無法專注修行，也為了不讓世俗人有所非議，因而規定弟子日中一食。佛陀也對比丘開示少食有利於修行。至於在家眾的飲食，不可能規定他們一日一餐，但飲食過量畢竟對身體會造成較大的負擔，不僅無益，反而有害身心健康。

在《雜阿含經·1150 經》中記載波斯匿王因飲量過量而肥胖不適的故事。經中描述，波斯匿王身體肥大，走一點路，就滿身大汗，氣喘如牛，飽受身體過重

⁵³⁶ T02, no. 125, p. 801, a11-b2.

⁵³⁷ 《增壹阿含經》，T02, no. 125, p. 801, a6-b2。

之苦，而且他對自己的肥胖也感到厭惡、痛苦。因此，佛陀就教他每次用餐時，要繫念節制食量，諸多樂受自會減少，對食物也就不會有那麼多的貪欲，如此可以安穩地瘦身，保全壽命。於是波斯匿王叫一位少年在他每次吃飯時，就誦佛陀所教的偈頌「人當自繫念，每食知節量，是則諸受薄。安消而保壽。」於是波斯匿王後來成功瘦身、容貌端正，因而感念佛陀以「飯食知節量」給予他現世與後世的利益。⁵³⁸這是屬於對在家人在飲食上的教導。

飲食過量確實會給身體帶來困擾與危害。在《九橫經》中提到有九種原因會造成人不能壽終正寢，其中就有四項和食物有關。以下敘述這四種因食物而造成人橫死的原因：一是吃不適合自己的食物，而導致腸胃不適。二是不知節制，吃得太多。三是不知道因應季節與環境變化而飲食，水土不服，飲食上適應不良。四是食物尚未消化，又再吃下東西，沒有服藥讓積食吐出，出現消化不良的問題。⁵³⁹這一點和第二點很像，但差別可能是第二點是一次吃過量，第四點則是持續地吃太多。可見如果不注意飲食，有可能導致失去性命。因此必須吃適合的食物，不要貪嗜不健康的美食；飲食要知所節制；要配合氣候、環境變化而調整飲食；要注意食物消化的問題；不要吃個不停。

《出曜經》指出多食有五苦患，如經文所示「佛契經說多食之人有五苦患。云何為五？一者大便數，二者小便數，三者饒睡眠，四者身重不堪修業，五者多患食不消化。多食之人有此五苦，自墜苦際不至究竟，是故佛說食知自節也。」⁵⁴⁰經中所提到的飲食過量會造成五種身體上的苦，即大、小便量多、多睡眠、肥胖以致行動不便、消化不良。這些苦患主要是消化、排泄方面的問題，以及消化、代謝不良，累積過多脂肪的肥胖症。吃太多也會有昏沈想睡的問題。然而，不僅

⁵³⁸ T02, no. 99, p. 306, c2-25.

⁵³⁹ T02, no. 150B, p. 883, a15-27.

⁵⁴⁰ T04, no. 212, p. 655, c11-15.

如此，在《彌沙塞部和醯五分律》也說「時諸比丘食多美食，以增諸病。」⁵⁴¹由此可見，吃太多美食，會增加很多病。而吃太多一定是嗜食美食，如果不是美食，就不會有吃過量的情形。就像劫初的光音天對美味的地味一吃再吃，吃到身體變粗重，失去飛行能力。現代物資豐富、交通便利，所以可以吃到國內外各地的美食。而現代人的生活習慣也是造成愛好不健康美食以及飲食過度的原因，人們總喜歡利用美食抒壓或聚餐聯絡感情。肥胖更會導致高血壓、心臟病、糖尿病等種種富貴病。的確佛陀所指示的飲食知量，對僧俗二眾都適用，不論在修行上還是日常生活中。

飲食的問題很重要，吃得過多或過少都有缺失，所以要有中道的飲食觀，知所節制。如《出曜經》說：「食知自節者，量腹而食，亦不畜積，亦不貪饗。尊者曇摩難提說曰：『多食致患苦，少食氣力衰，處中而食者，如稱無高下。』」⁵⁴²對食量有節制者，會考慮自己的身體狀況進食，不貪吃，也不會屯積食物。如此則不會因為食物而造成身心的苦惱。多食容易有苦患，少食則氣力衰弱，因此要採中道而食，讓食物能資益身心，而非造成身心的負擔。如經中說「多食便自瞿瞿不得修道，不獲思惟善法，諸惡法日夜滋甚，貪欲、瞋恚、愚癡皆由多食，不獲至竟。」⁵⁴³飲食過度不只對健康有影響，更嚴重的是有礙修行，耽溺在物欲中，以致不思惟善法。因多食而有貪瞋癡，而無法解脫。

從佛陀在接受飲食、進食的行為與態度，可以發現正念正知而食，能達到飲食知量，避免多食，如《梵摩渝經》說：

以鉢受水，鉢不傾昂水不多少；澡鉢之時，水鉢俱寂不有微聲。未嘗以鉢下著于地，於中澡手手鉢俱淨，去鉢中水高下近遠，適得其所也。以鉢受

⁵⁴¹ T22, no. 1421, p. 171, b2-3.

⁵⁴² T04, no. 212, p. 655, b28-c2.

⁵⁴³ 《出曜經》，T04, no. 212, p. 655, c9-11.

飯飯不污鉢，搏飯入口，嚼飯之時三轉即止，飯粒皆碎無在齒間者；若干種味，味味皆知；足以支形，不以為樂。瞿曇受食，以八因緣，不以遊戲，無邪行心，無欲在志，無巧偽行，遠三界塵，令志道寂衣福得度，斷故痛痒塞十二海，滅宿罪得道力，守空寂不想空。澡鉢如前。法衣應器，意無憎愛。為布施家呪願說經，訖還精舍，不向弟子說食好惡；食自消化無大小便利之穢也。⁵⁴⁴

可見佛陀在接受飯食之前，須先清潔盛裝食物的鉢與取食的手，這表示對於受食的重視。吃飯時不是狼吞虎嚥，而是細心咀嚼，以正念正知受食，清楚了知食物的種種味道。認為飲食的目的主要在能支撐身體以修行，並不樂在享受食物的美味。飲食完畢，一樣要潔淨食器。之後為布施者迴向祈福、開示。因為不是以享樂的心受食，對食物不起貪著或嫌惡，所以不會對弟子說食物的好壞。也因為念念分明地受食，不會暴飲暴食，知所節制，所以不會有消化不良的問題，所攝取的食物都能完全消化吸收。

佛經中也有教導如何做到不過度飲食的實踐方式。如《增壹阿含經》指示：「云何比丘飲食知節？於是，比丘所得遺餘，與人共分，不惜所有。如是比丘飲食知節。」⁵⁴⁵佛陀教導弟子如何做到飲食知節，不吃得過飽，就是將自己托鉢來的食物，和他人共享，如此也可去除慳吝的心。與人分享確實是個好方法，一來可修布施，二來可除慳貪，三來可以食知節量。而《修行道地經》則提出對食物作不淨觀，如經云：

修行當觀飯食。設百種味及穢麥飯，在於腹中等無有異，舉食著口嚼與唾合，與吐適同；若入生藏，身火煮之，體水爛之，風吹展轉；稍稍消化，墮於熟藏，堅為大便，濕為小便，沫為涕唾，藏中要味以潤成體；此要眾

⁵⁴⁴ T01, no. 76, p. 884, a25-b8.

⁵⁴⁵ T02, no. 125, p. 765, c2-22.

味流布諸脈，然後長養髮、毛、爪、齒、骨、髓、血、肉、肪、膏、精氣、頭腦之屬，是外四大養內五根，諸根得力長於心法，起婬、怒、癡。欲知是者，是揣食之本，由是而起。於是頌曰：「計無央數諸上味，墮住腹中而無異，於體變化等不淨，故行道者不貪食。」⁵⁴⁶

也就是說不論美食或劣食，一旦進到肚子裡，全都同一個樣。從在口腔內咀嚼、與唾液混合，經過消化道，到達胃腸等器官而成為大、小便、涕唾等等的。誰能分得出那一部分原來是美食或劣食？吃下去了，都一樣，食物化為不淨，所以修行者如此觀察食物，因而不會貪食。中國佛教常講的食存五觀⁵⁴⁷，其中「正事良藥，為療形苦」則是將食物視為藥，為治療身體飢渴的病。如《遺教經論記》也說：「受諸飲食。約段食為受用故，當如服藥。明受用時，行心即心心數法食。此是對治。既如服藥，為治饑瘡故，不應多食。」⁵⁴⁸既然把飲食當作服藥，自然不應吃太多藥。視食如藥與觀食不淨都是為了斷除人們對食物的貪欲，讓人可以飲食知量。《雜阿含經》還提到對食物作「食子肉」觀，⁵⁴⁹佛陀以譬喻解說，有一對

⁵⁴⁶ T15, no. 606, p. 199, a8-18.

⁵⁴⁷ 《釋氏要覽》：「五觀(觀去聲。凡喫粥食。先須端想。誦之訖方食。蓋自警也)。一計工多少。量彼來處(智度論云。此食墾植收穫春磨淘汰炊爨及成。用工甚多。一鉢之飯。作夫流汗。食少汗多。僧祇律云。施主減其妻子之分求福故施)。二付己德行全缺應供(毘尼母云。若不坐禪誦經。營三寶事。不持戒。受人信施為施。所隨缺。則不宜全則可也)。三防心離過貪等為宗(明了論疏云。出家先須防心三過謂於上味食起貪下味食起嗔。中味食起癡。以此不知慚愧。隨三惡道)。四正事良藥為療形苦(形苦者。即飢渴為主病。四百四病為客病。故須以食為醫療用扶持之。若食粥可云不正良藥)。五為成道業故應受此食(不食成病。道業何從。故假段食資身也。古人云。先結歎狀既食不可忘於修道)。」，T54, no. 2127, p. 274, c16-24。

⁵⁴⁸ X53, no. 846, p. 644, c11-13 // Z 1:86, p. 294, a3-5 // R86, p. 587, a3-5.

⁵⁴⁹ 《雜阿含經·373經》：「云何比丘觀察搏食？譬如有夫婦二人，唯有一子，愛念將養，欲度曠野嶮道難處，糧食乏盡，飢餓困極，計無濟理，作是議言：『正有一子，極所愛念，若食其肉，可得度難，莫令在此三人俱死。』作是計已，即殺其子，含悲垂淚，強食其肉，得度曠野。云何？比丘！彼人夫婦共食子肉，寧取其味，貪嗜美樂與不？」答曰：「不也，世尊！」復問：「比丘！彼強食其肉，為度曠野嶮道與不？」答言：「如是，世尊！」佛告比丘：「凡食搏食，當如是觀。如是觀者，搏食斷知，搏食斷知已，於五欲功德貪愛則斷，五欲功德貪愛斷者，我不見彼多聞聖弟子於五

夫婦帶著他們的獨生子要橫渡曠野嶮難處，但糧食已吃盡，非常飢餓。夫妻兩人商量如果把兒子吃掉，就可以度過沙漠，不用三人都一起喪命。於是悲傷地殺了寶貝兒子，強忍哀傷，勉強地吃下他的肉，而後成功到達目的地。他們在吃愛子的肉時，絕不會因貪欲而吃得津津有味。因此，藉由對段食作如此的食子肉觀，可以斷除對食物的貪愛，畢竟食物只是為了維持生命而不得已需要吃下的東西。

將食物作藥物觀，也就是說食物是醫治「飢」病的藥，既然是藥，則不應過度食用，否則良藥也會轉變為毒藥。然而，現代的食物因耕作方式使用過量的農藥和肥料，料理方式使用許多的化學添加物，有的甚至是非法添加，這樣的食物儼然成了毒藥，長養身體的同時，也傷害人體的健康，留下難以解決的後果。食安問題頻傳，讓人民心生不安、恐懼。這也突顯自然農法食物的可貴，是真正的良藥，有益身心。無毒而具足營養，又讓人吃得安心，不用吃太多，即可獲得足夠的養分，減少身體的負擔，是能療癒身心的食物。自然農法的食物常被視為很有能量，農作物保存期限可以比慣行的放更久，例如日本 NHK 電視台拿木村阿公自然栽培的蘋果作實驗，他的蘋果竟可在常溫下放半年之後，仍保持原形。⁵⁵⁰李靜瑤則表示吃自然農法的農作物，可吃到它原來應有的滋味，她每次吃到自然農法的蔬果都會很感動，她會細細品嚐，吃完後感覺身體輕安，沒負擔、不累。⁵⁵¹

四、少欲知足

前面所討論的飲食知量，也就是對於食物要少欲知足。其實不只要對食物如此，對所有會讓人產生欲望、愛著的對象，都必須少欲知足。如《經集》(Sn.707)說：「控制肚腹須節食，一切少欲勿貪求，彼實厭離於諸欲，無欲寂滅無煩惱。」

欲功德上有一結使而不斷者，有一結繫故，則還生此世。」，T02, no. 99, p. 102, b21-c6。

⁵⁵⁰ 木村秋則著，王蘊潔譯（2010），頁 112。

⁵⁵¹ 李靜瑤（2016），〈向大地請法（六）——漫談自然農法的慢活〉，頁 132。

⁵⁵²對於食物，必須節食、控制自己的食量，其實對於一切事物皆應少欲知足，不要產生貪愛、執著，對所有的欲望都要厭離，因為渴愛、欲望是造成有情生生世世輪迴不已的原因，所以能滅除欲望即可達到煩惱滅盡的涅槃。《中部·蛇喻經》(MN I.132-133)即表示欲望是障礙，如經云：

予以種種法門說障礙法，而且彼等享樂此者，實為障礙也。予說欲是樂少、苦多、惱多，於其處更有患。又予對欲說喻骸骨、喻肉醬、喻乾草之炬、喻炭窩、喻夢、喻借用物、喻樹果、喻屠殺場、喻刀杭。又對欲說喻蛇頭，樂少、苦多、惱多，於其處更有患。⁵⁵³

對欲望的享樂是障礙，指的是對解脫的障礙。經中以種種譬喻說明欲望是樂少、苦多，非常危險。《長老尼偈》(Thī.58)也說「諸欲如刀柱，諸蘊斷頭台，汝呼為欲樂，今不為我喜。」⁵⁵⁴這裡指出諸欲如同刀柱般恐怖、危險，但人們卻貪著享受欲樂，不知諸欲的可怕。

《中阿含經·八念經》中描述比丘的知足，並以譬喻來說明：

比丘知足，衣取覆形，食取充軀，隨所遊至，與衣鉢俱，行無顧戀。猶如鷹鳥，與兩翅俱，飛翔空中；如是比丘知足，衣取覆形，食取充軀，隨所遊至，與衣鉢俱，行無顧戀。雨勢！我等若見比丘極知足者，則共愛敬、尊重、供養、宗奉，禮事於彼比丘。⁵⁵⁵

⁵⁵² N27, no. 12, p. 195, a10-11 // PTS. Sn. 137.

⁵⁵³ “Anekapariyāyena hi kho, bhikkhave, antarāyikā dhammā vuttā mayā, alañca pana te paṭisevato antarāyāya. Appassādā kāmā vuttā mayā, bahudukkhā bahupāyāsā, ādīnavo ettha bhiiyo. Atṭhikañkalūpamā kāmā vuttā mayā...pe... sappasirūpamā kāmā vuttā mayā, bahudukkhā bahupāyāsā, ādīnavo ettha bhiiyo. Atha ca pañāyaṃ ariṭṭho bhikkhu gaddhabādhipubbo attanā duggahitena amhe ceva abbhācikkhati, attānañca khanati, bahuñca apuññaṃ pasavati.” N09, no. 5, p. 188, a3-6 // PTS. M. 1. 133.

⁵⁵⁴ N28, no. 16, p. 249, a4 // PTS. Thī. 129.

⁵⁵⁵ T01, no. 26, p. 655, a6-11.

經中說比丘對衣、食、住、行都是少欲知足——衣服只要求能遮蔽身體；食物只要求充飢、維持身體；居無定所，身上只有衣和鉢；行也無所顧念留戀。生活極為簡樸的比丘就像老鷹有兩隻翅膀般，在空中自在飛翔。如此極為知足的比丘應受尊重與供養。

《中阿含經·漏盡經》進一步從煩惱的角度說明受用生活資具的目的，如經云：

云何有漏從用斷耶？比丘！若用衣服，非為利故，非以貢高故，非為嚴飾故，但為蚊虻、風雨、寒熱故，以慚愧故也。若用飲食，非為利故，非以貢高故，非為肥悅故，但為令身久住，除煩惱、憂感故，以行梵行故，欲令故病斷，新病不生故，久住安隱無病故也。若用居止房舍、床褥、臥具，非為利故，非以貢高故，非為嚴飾故，但為疲倦得止息故，得靜坐故也。若用湯藥，非為利故，非以貢高故，非為肥悅故，但為除病惱故，攝御命根故，安隱無病故。若不用者，則生煩惱、憂感，用則不生煩惱、憂感，是謂有漏從用斷也。⁵⁵⁶

從經文可知，生活資具的受用可使煩惱不生。此經提到衣服、食物、房舍、湯藥四資具。就穿衣服而言，不是為了利益、或為了表現自己較優越、或為了莊嚴之用，而是為了避免蚊虻叮咬、抵擋風雨侵襲以及因應天氣冷暖變化而穿。飲食方面，也只是為了維持色身、去除煩惱、憂愁，進而能修梵行而受用；同時也是為了達到身體存續、安穩、沒有疾病的目的。同樣地，受用房舍、床褥、臥具也只是為了有地方可以休息、消除疲憊、能夠靜坐。湯藥也僅是為了治病、維持生命的目的。這四資具是生活中所必需的，如果不受用，就會產生煩惱、憂愁。如前所述，斷食苦行對身體造成嚴重影響，障礙修行。對於飲食、衣服、居處、湯藥等生活必需的物資只要求足以維持身體的運作，這是修行者少欲知足的表現。

⁵⁵⁶ T01, no. 26, p. 432, b21-c7.

《中阿含經·說處經》更進一步以「四聖種」說明僧眾對衣、食、住等生活資具的態度，如經文所示：

我本為汝說四聖種，比丘、比丘尼者，得麤素衣而知止足，非為衣故求滿其意。若未得衣，不憂悒，不啼泣，不搥胸，不癡惑；若得衣者，不染不著，不欲不貪，不觸不計。見災患知出要而用衣，如此事利不懈怠而正知者，是謂比丘、比丘尼正住舊聖種。如是食、住處，欲斷樂斷、欲修樂修，彼因欲斷樂斷、欲修樂修故，不自貴、不賤他，如此事利不懈怠而正知者，是謂比丘、比丘尼正住舊聖種。阿難！此四聖種，汝當為諸年少比丘說以教彼，若為諸年少比丘說教此四聖種者，彼便得安隱，得力得樂，身心不煩熱，終身行梵行。⁵⁵⁷

經中描述僧眾即使得到粗糙的素衣也能感到知足；若沒有得到衣服，也不憂愁、悲傷、生氣、癡惑；相反地，如果得到衣服，則不生染著、欲貪、執取。如此的態度對於食物與住處也是一樣。修行者對於所得到的飲食、衣服、卧具都能少欲知足，不貪求精緻、舒適，不因這些物資而失望或瞋怒，內心平穩地受用，不起貪著或厭惡的心，如佛陀受用飲食後所表現的「不毀咎此食，亦不稱譽彼食，但慚默然已」。⁵⁵⁸所謂的「四聖種」是指聖者的種姓之意，亦即對衣、食、住處歡喜滿足，以及，依循這四項實踐，即可成為「聖種」。前三項是對生活必需的物資少欲知足，第四項的「欲斷樂斷，欲修樂修」，是指實現解脫的修斷——「斷不善法，修善法；或斷五取蘊，修得涅槃」。⁵⁵⁹

本章小結

眾生必須依賴食物，才得以在世間生存。佛教主張四食的說法，認為食物不

⁵⁵⁷ T01, no. 26, p. 563, b28-c11.

⁵⁵⁸ 《中阿含經·鞞摩那修經》，T01, no. 26, p. 687, b13-14。據校勘注，「慚＝暫」。

⁵⁵⁹ 印順，《初期大乘佛教之起源與開展》，頁 201。

只有物質飲食（段食），還包括精神糧食（觸食、思食、識食）。在食安問題頻傳的時代，乾淨、健康的食物顯得格外重要，可維護眾生的身心健康。在《起世經》中可看到食物與人類之間相互影響的關係，人類因食物而產生貪心與慢心，食物也隨著人類的貪婪、傲慢等煩惱而惡化、消失。佛陀教人要飲食知量、少欲知足。自然農法的食物因為乾淨、無汙染，食用後不會對身體造成負擔，而且能夠療癒身心，所以吃這樣的食物就容易做到飲食知量、少欲知足。不僅人類要飲食知節量，自然農耕者對於土地上的農作物也是如此，不會為了產量，而大量的施肥。過多的肥料會讓農作物虛胖、軟弱無力，也造成水汙染和溫室氣體。



第六章 結論

本文主要的研究核心在於探究以自然農法作為佛教生命倫理觀的實踐理路。農業跟環境的問題是息息相關，慣行農法大量使用化肥、農藥，不僅危害環境、農地上的小動物與食物，更傷害到食用這些農產品的眾生。食物是每個人生命中所必需面對的民生問題，藉由對食物的關注，進而關心食物所源自的土地，如此則會對環境問題有所關切。不論是消費者或生產者的農夫都能明白眾生與食物、土地有密切的關聯，則環境就得以受到保護，至少能減少被破壞的程度。自然農法雖然與環境關係密切，但其關涉的世間國土、眾生、植物與食物這四層面，實可歸為生命倫理的範圍。

就世間（loka）的語源而言，世間具有毀壞之意，因此是無常變易者。世間的生滅變異是由眾生的業力所造成。若眾生造作惡業則招致苦難、困厄的生存環境，反之，共行善業，則有美好的環境。眾生與其生存的器世間關係密切。另外，佛經也說世間一切皆不可樂，要對世間產生厭離。佛陀主要是要眾生厭離生死苦，去除執著貪愛，眾生因貪欲、執著而於世間輪迴不已，所以終極的目標是要出離此世間。然而我們也必須透過所生存的器世間來修行，經中也教導森林、荒野是理想的禪修之處。在這樣寧靜、無世俗干擾，而且令人心曠神怡的景色也有益於專注禪修。然而，經中也描述森林也有蚊蚋、毒蛇、猛獸的威脅，但修行人因修習慈心的緣故，而能與諸多動物和諧共處。環境本來就具有正、反面的特質，如採行自然農法的農夫在其無毒安全的田地看到農作物的成長，會心生歡喜，但是看到啃食作物的小動物，也正是他們修心的時候——以慈心對待所有的眾生。

值得注意的是，在《悲華經》中對穢土的描述，與今日環境危機、食安問題極為符合，土地劣化、風雨非時，農作物更因有毒的雨水而含有毒素。而人們吃了這些有毒的食物，身心都受到極大的影響，尤其是增長瞋恨、嫉妒、傲慢等煩

惱。可見食用無毒、乾淨的食物，不僅能讓身體健康，更重要的是能減少煩惱，這也可以說明自然農法對於環境、食物、以及眾生身心健康的價值。不論在穢土或淨土，菩薩行者都必須以大悲願，將國土轉穢為淨，嚴淨佛土以利於教化眾生。施作自然農法也同樣需要以悲願，對土地進行淨化以利益眾生，作為自己的修行場域。

眾生是具有情識、情愛者，因渴愛、執著而在生死大海中輪迴不已。眾生在因渴愛而引生的輪迴中，每一期的生命都會依據其所造的業，而有不同的受生，而為不同的生命型態。四生之中，卵生與濕生通常被視為較低劣者，是愚昧、不善、有害心者。人類在六道輪迴中處於樞紐地位，身為人是六道眾生中最適宜修學佛法者。人類特別有慚愧、智慧、堅忍三項特質，勝過其他道的眾生。雖然人類比其他道的眾生殊勝，六道中有情以人類為中心，會讓人以為佛教是人類中心主義，然而這是指人類應對所有的眾生負有關愛、保護的責任。佛教強調的自利利他更可說明佛教不是一般以為的自私自利的人類中心主義。至於動物在佛教常被視為愚笨、受苦的三惡道眾生，但佛典中也可見動物具有智慧、道德。而不論動物是高等或低等，都該以慈悲、不殺生來對待。採自然農耕者對於田中的小動物也都以慈悲、護生的態度對待蟲、鳥等眾生，透過維持土地的生物多樣性、生態平衡來避免殺生。

至於植物觀，早期經典中即可看到佛陀對於植物的尊重與愛護——避免傷害植物與種子。但佛陀允許為了治病，可以使用植物作為藥物。佛陀的一生皆與樹有密切的關聯。森林是僧眾的理想修行場域，樹木對出家眾的修行確實很重要，佛典中也讚揚樹下住的功德，而菩提樹象徵佛陀的證悟，成為佛教中很重要的樹，進而發展出對菩提樹的供奉。有關植物是否為眾生的疑義，在《經集·婆私吒經》裡對眾生的分類，即明確地將植物納入，但這是極少數的經證。而《慈經》對眾生的動與不動的分類中，不動的眾生也會被視為眾生，這點尚有疑義，因為這是

根據注釋書而來的詮釋，未必是經文的原意。Schmithausen 認為早期佛典對於植物是否為有情並沒有明確肯定也沒有否定，所以他主張植物可視為是邊緣物種，視情況需要而決定其是否為眾生。然而，如此反而有彈性空間，就農夫而言，可以像對待眾生般的來照顧農作物，但是在食用時卻不用有殺生之慮，因其不是有情。

學者們延續 Schmithausen 的研究，想要證明植物是眾生，如 Findly 提出植物是聖者、阿羅漢的說法，但其經證與論證方法受到 Schmithausen 的嚴厲批判。又如藤本晃從論典二種命根的說法推論植物是有色命根的眾生，也同樣被 Schmithausen 所批判。另外，巴利律典談到比丘砍樹，而被世人指責比丘傷害「一根之命」的樹木——植物為擁有一個感官的眾生，這也是爭議所在。外道認為植物是有命者，但佛教的態度不明確，沒有清楚表達自己的立場，只禁止僧人傷害草木。有一說是為了避免譏嫌的緣故，但究竟避免譏嫌的真正原因是什麼，或者說禁止僧眾傷害草木的真正考量是什麼，佛陀似乎沒有明講。然而，其他部派的律典並沒有提到一根之命的說法，而且都明確地表示草木不是有情。根據律典，僧眾禁止砍伐草木，但後來也有條件式的允許。另外在《本生經》中的草木神之間，或其他動物所展現的互動，顯示自然界的生物多樣性與生態平衡，對自然農法也多有啟發之處。愛好植物者或自然農夫對植物會有特別的情感，就像對待自己的孩子般地關照、呵護。在中國、日本佛教更有草木有佛性的說法，中國祖師對非情成佛論只是理論上的探討，並不關切草木如何修行成佛的問題。但日本佛教卻總是思考具體的草木和人一樣修行成佛的情形，而對自然界有同情共感或一體感，並以草木有佛性作為愛護環境的理論依據。

關於食物，佛教認為食物不只有物質性的飲食，還包括精神糧食，由有段食、觸食、思食與識食的四食觀。食物可以維持眾生的生命，但是必需是吃乾淨、有益健康的食物；如果是充滿化肥、農藥的食物反而是對眾生造成傷害，而非資養眾生的存續。《起世經》中論及食物與人類有著密切的相互影響關係，人類因食物

而產生貪心與慢心，身體、外貌上也變得粗重、醜陋；而食物也因人類的貪婪、傲慢等煩惱而劣化、消失。含有毒素的食物不僅傷害身體的健康，也會造成心理的疾病，讓人增生煩惱。吃無毒的自然食物則有益於身心的健康。土地也不會因過度使用農藥、化肥而導致土壤貧瘠到種不出任何作物。而面對任何食物，不論健康或美味，佛陀都教人要飲食知量、少欲知足。自然農法以慈悲護生的心所種出來的食物，不僅沒有汙染而且保有食物的原味，既健康、營養又美味，食用此等美食而有身心療愈之效。因此，吃這樣的自然食物就容易做到飲食知量、少欲知足。

另外，*jīva*（生命）的意涵很值得進一步探究，在早期佛經談到一切眾生，可以看到一串的同義詞出現，關於眾生有四個同義詞，四個詞同時一起出現的，主要是敘述《長部·沙門果經》中的外道末伽梨瞿舍利的思想。特別是 *jīva* 這個詞在注釋書裏，覺音論師就把它解釋為植物。尤其在早期佛經或律典談到比丘砍樹、踐踏草等傷害植物的行為時，世人即批評比丘傷害一根之命，亦即有一個感官的眾生。其中的命即是 *jīva*，*jīva* 是否為專指植物是眾生時所用的詞，而且是外道所用的？如果只是講眾生，為何不用 *satta* 或其他詞？佛教在談眾生時，是否會避開使用這個詞？如《清淨道論》在解釋對一切眾生修慈心，關於眾生的同義詞，解釋套語中的前三個，卻不談 *jīva*。而《本生經》中草木神的故事尚有豐富的内容值得再深入探索，草木神以草木為身體的說法是否也可以在其他佛典找到相同的描述，以及北傳漢譯佛典中能否找出菩薩作為草木神的記載，都是可以再進一步研究的議題。

參考書目

一、佛教典籍

- 《長阿含經》，T01，No.5。
- 《般泥洹經》，T01，No.6。
- 《大般涅槃經》，T01，No.7。
- 《白衣金幢二婆羅門緣起經》，T01, no. 10。
- 《大集法門經》，T01，No.12。
- 《梵網六十二見經》，T01，No.21。
- 《寂志果經》，T01，No.22。
- 《大樓炭經》，T01，No.23。
- 《起世經》，T01，No.24。
- 《起世因本經》，T01，No.25。
- 《中阿含經》，T01，No.26。
- 《佛為首迦長者說業報差別經》，T01，No.80。
- 《分別善惡報應經》，T01，No.81。
- 《泥犁經》，T01，No.86。
- 《雜阿含經》，T02，No.99。
- 《別譯雜阿含經》，T02，No.100。
- 《增壹阿含經》，T02，No.125。
- 《六度集經》，T03, no. 152。
- 《悲華經》，T03, no. 157。
- 《大乘悲分陀利經》，T03, no. 158。
- 《睽子經》，T03, no. 175a。
- 《方廣大莊嚴經》，T03, no. 187。

《大般若波羅蜜多經》，T 07, no.220。

《摩訶般若波羅蜜經》，T 08, no.223。

《勝天王般若波羅蜜經》，T08, no. 231。

《金剛般若波羅蜜經》，T08, no. 235。

《妙法蓮華經》，T09, no. 262。

《大方廣佛華嚴經》，T10, no. 279。

《大寶積經》，T11, no. 310。

《佛說無量壽經》，T12, no. 360。

《佛說阿彌陀經》，T12, no. 366。

《稱讚淨土佛攝受經》，T12, no. 367。

《維摩詰所說經》，T 14, no.475。

《修行道地經》，T15, no. 606。

《正法念處經》，T17. no.721。

《楞嚴經》，T19, no. 945。

《彌沙塞部和醯五分律》，T22，No.1421。

《摩訶僧祇律》，T22，No.1425。

《四分律》，T22，No.1428。

《四分律比丘戒本》，T22, no. 1429。

《十誦律》，T23，No.1435。

《薩婆多毘尼毘婆沙》，T23，No.1440。

《根本說一切有部毘奈耶安居事》，T23, no. 1445。

《根本薩婆多部律攝》，T24，No.1458。

《大智度論》，T25，No.1509。

《阿毘達磨大毘婆沙論》，T27, no. 1545。

《阿毘達磨俱舍論》，T29, No. 1558。

《阿毘達磨俱舍釋論》，T29, No. 1559。

《阿毘達磨順正理論》，T29, no. 1562。

《善見律毘婆沙》，T30, No.1462。

《成唯識論》T31, no. 1585。

《妙法蓮華經玄義》，T33, no. 1716。

《無量壽經義疏》，T37, no. 1745。

《阿彌陀經疏》，T37, no. 1757。

《大般涅槃經集解》，T37, no. 1763。

《大般涅槃經玄義》，T38, no. 1765。

《維摩經略疏垂裕記》，T38, no. 1779。

《首楞嚴義疏注經》，T39, no. 1799。

《俱舍論記》，T41, No. 1821。

《大乘玄論》，T45, No. 1853。

《止觀輔行傳弘決》，T46, No. 1912。

《金剛錍》，T46, no. 1932。

《釋氏要覽》，T54, no. 2127。

《一切經音義》，T54, no. 2128。

《翻譯名義集》，T54, no. 2131。

《淨名經集解關中疏》，T85, no. 2777。

《遺教經論記》，X53, no. 846。

Chaṭṭha Saṅgāyana Tipitaka Version 4.0 (CST4). India: Vipassana Research Institute.

中村元、渡辺研二、岡野潔、入山淳子譯(2003)，《原始仏典第2卷 長部經典II》，東京：春秋社。

菩提比丘 英編，尋法比丘 中譯(2000)，《阿毗達磨概要精解》，高雄：正覺學會。

菩提比丘 英文編譯，德雄比丘 中文主譯(2002)，《沙門果經及其注疏》，嘉義：法雨道場。

關則富 譯注(2016)，《巴利語佛經譯注 增支部(一)》，台北：聯經。

覺音造、葉均譯（2001），《清淨道論》，高雄：正覺學會。

中村元、渡辺研二、岡野潔、入山淳子譯（2003），《原始仏典第2卷 長部經典 II》，東京：春秋社。

中村元、浪花宣明、岡田行弘、岡田真美子譯（2004），《原始仏典第3卷 長部經典 III》，東京：春秋社。

森祖道、浪花宣明、橋本哲夫、渡辺研二譯，（2003），《原始仏典第1卷 長部經典 I》，東京：春秋社。

Bhikkhu Bodhi (trans.) (2000), *The Connected Discourses of the Buddha*, Boston: Wisdom Publications

Bhikkhu Ñāṇamoli and Bhikkhu Bodhi (trans.) (1995), *The Connected Discourses of the Buddha*, Boston: Wisdom Publications

Walshe, Maurice (trans.) (1995), *The Long Discourses of the Buddha*, Boston: Wisdom Publications.

Gethin, Rupert (trans.) (2008), *Sayings of the Buddha: A Selection of Suttas from the Pali Nikāyas*, Oxford ; New York : Oxford University Press.

二、專書

（一）中文

水野弘元著、釋惠敏譯（2000），《佛教教理研究：水野弘元著作選集.二》，台北：法鼓文化。

木村秋則著，王蘊潔譯（2010），《蘋果教我的事：木村阿公給未來的禮物》，台北：圓神。

石川拓治著，王蘊潔譯（2009），《這一生，至少當一次傻瓜：木村阿公的奇蹟蘋果》，台北：圓神。

司特凡諾·曼庫索（Stefano Mancuso）、阿歷珊德拉·維洛拉（Alessandra Viola）著，謝孟宗譯（2016），《植物比你想象的更聰明：植物智能的探索之旅》，台北：商

周。

印順（1972），《般若經講記》，新竹：正聞。

-----（1991），《佛法概論》，新竹：正聞。

-----（1992），《印度之佛教》，新竹：正聞。

-----（1992），《淨土與禪》，新竹：正聞。

-----（1993），《成佛之道》，新竹：正聞。

河內秀郎著；楊明綺譯（2011），《真正的蔬菜不綠》，台北：如果，大雁文化出版。

林義隆（2009），《種下200%的樂活幸福》，台北：寶瓶文化。

淨法尊者編譯（2008），《散播慈愛》，台南縣歸仁鄉：台灣南傳上座部佛教學院。

彼得·哈維著；李建欣、周廣榮譯（2012），《佛教倫理學導論：基礎、價值與問題》，上海：上海古籍出版社。

彼得·渥雷本（Peter Wohlleben）著；鐘寶珍譯（2016），《樹的祕密生命》，台北：商周。

珍古德（Jane Goodall）等著；陳正芬譯（2007），《用心飲食》，台北：大塊文化。

理查·培恩（Richard K. Payne）主編；梁永安譯（2012），《多少才算夠？：佛教經濟學救地球》，新北市：立緒文化。

陳紅兵（2011），《佛教生態哲學研究》，北京：宗教文化。

陳惠雯（2006），《我的幸福農莊》，台北：麥浩斯。

莊慶信（2002），《中西環境哲學：一個整合的進路》，台北：五南圖書。

梶瀉俊子、谷口吉光、立川雅司等編著；蕭志強等合譯（2016），《食農社會學：從生命與地方的角度出發》，台北市：開學文化。

塩見直紀著；蘇楓雅譯（2006）《半農半X的生活》，台北：天下文化。

瑞秋·卡森著（1996），《寂靜的春天》，台中：晨星。

董時叡（2007），《有機之談：有機農業的非技術面思考》，台中市：董時叡。

詹武龍著（2010），《超級阿伯：和大自然對話的現代農夫》，台北縣五股鄉：台灣東方。

- 聖嚴法師等合著（2007），《不一樣的環保實踐》，台北市：法鼓文化。
- 楊惠南（2005），《愛與信仰：台灣同志佛教徒之平權運動與深層生態學》，台北：商周。
- 瑪莉·塔克、鄧肯·威廉斯編；林朝成、黃國清、謝美霜譯（2010），《佛教與生態學——佛教的環境倫理與環保實踐》，台北：法鼓文化。
- 福岡正信著；王俊秀譯（2013），《一根稻草的革命》，台北：綠色陣線協會。
- 福岡正信著；溫榮弘譯（2013），《無 III 實踐篇 自然農法》，新北市：台灣綠活。
- 魯柏·葛汀（Rupert Gettin）著；賴隆彥譯（2009），《佛教基本通：佛教的修行路徑導覽》，台北：橡實文化。
- 蔡耀明（2001），《般若波羅蜜多教學與嚴淨佛土：內在建構之道的佛教進路論文集》，南投：正觀。
- 霍斯布邦等著；陳思文等譯（2002），《被發明的傳統》，台北：貓頭鷹。
- 學愚主編（2014），《生態環保與心靈環保：以佛教為中心》，上海：上海古籍出版社。
- 釋恆清（1997），《佛性思想》，台北：東大。
- 釋昭慧（2001），《佛教倫理學》，台北：法界。

（二）外文

- 川田洋一（1994），《地球環境と仏教思想》，東京：第三文明社。
- 日本仏教学会編（1977），《仏教における浄土思想》，京都：平樂寺書店。
- 日本仏教学会編（1993），《仏教における国土觀》，京都：平樂寺書店。
- 芹川博通（2002），《環境・福祉・經濟倫理と佛教——現代を生きるための叢知》，京都：ミネルヴァ書房。
- 藤田宏達（1970），《原始浄土の思想》，東京：岩波書局。

英文

- Badiner, Allan Hunt (ed.), *Dharma Gaia: A Harvest of Essays in Buddhism and*

Ecology, Berkeley, Calif. : Parallax Press, 1990.

Callicott, J. Baird and James McRae (eds.) (2014), *Environmental Philosophy in Asian Traditions of Thought*, Albany : State University of New York Press.

Darlington, Susan M. (2012), *The Ordination of a Tree : The Thai Buddhist Environmental Movement* , Albany, N.Y. : State University of New York Press.

de Silva, Padmasiri. (1998), *Environmental Philosophy and Ethics in Buddhism*, London: Macmillan Press Ltd.,.

Gosling, David L. (2001), *Religion and Ecology in India and Southeast Asia*, London; New York : Routledge.

Harvey, Peter. (2000), *An Introduction to Buddhist Ethics*, Cambridge: Cambridge University Press.

Kaza, Stephanie and Kenneth Kraft (eds.)(2000), *Dharma Rain: Sources of Buddhist Environmentalism* ,Boston: Shambhala Publications.

Nyanaponika Thera (1981), *The Four Nutriments of Life: An Anthology of Buddhist Texts*, Kandy: Buddhist Publication Society.

Powers, John and Charles S. Prebish (eds.)(2009), *Destroying Māra Forever : Buddhist ethics essays in honor of Damien Keown*, Ithaca, N.Y. : Snow Lion Publications.

Sahni, Pragati.(2008), *Environmental Ethics in Buddhism: A Virtue Approach*, New York: Routledge.

Schmithausen Lambert (2009), *Plants in Early Buddhism and the Far Eastern Idea of the Buddha-Nature of Grasses and Trees*, Nepal: Lumbini International Research Institute.

三、期刊論文、單篇論文

(一) 中文

水野玲子 (2016), 〈農藥開發——以新菸鹼類農藥為例〉, 收於《食農社會學：從

生命與地方的角度出發》，台北市：開學文化，頁 142-155。

朱建民（2007），〈傳統宗教對當代環境議題的回應——以西方的基督教和台灣的佛教為例〉，《佛學與科學》，頁 25-31。

李毓賢（2013），〈從「樹木出家」看泰國僧侶對森林資源的保護〉，《學術探索》第2期，頁14-18。

李靜瑤（2015），〈向大地請法（五）——蟲蟲與我〉，《妙音》第 44 期，頁 99-102。

-----（2016），〈向大地請法（六）——漫談自然農法的慢活〉，《妙音》第 45 期，頁 131-134。

-----（2016），〈向大地請法（七）——自然農法對我的價值〉，《妙音》第 46 期，頁 83-87。

陳玉峰（2011），〈自然生態保育、環境保護與慈濟宗〉，《玄奘佛學研究》第 15 期，頁1-34。

林朝成（1994），〈佛教的生態主張〉，《成大中文學報》第2期，頁173-183。

-----（1996），〈心淨則國土淨——關於佛教生態觀的思考與挑戰〉，《佛教與社會關懷學術研討會論文集》，台南：中華佛教百科文獻基金會，頁179-193。

-----（2005），〈佛教走向土地倫理：「人間淨土」的省思〉，《成大宗教與文化學報》第5期，頁59-90。

-----（2017），〈公民參與時代佛教式有機農業的省思〉，《弘誓》第146期，頁29-33。

林建德（2015），〈「人類為本」與「眾生平等」——印順法師「人間佛教」觀點下的動物保護〉，《玄奘佛學研究》23期。

林悟石（2014），〈佛性說的中國化問題：吉藏到法融的無情有性說之轉向〉，《正觀》，南投：正觀。

威廉斯（Duncan Ryūken Williams）（2012）著，〈當代日本佛教的環保努力〉，收於《多少才算夠？：佛教經濟學救地球》，頁38-64。

郭忠生（1996），〈六道與五道〉，收於釋恆清主編《佛教思想的傳承與發展——印

- 順導師九秩華誕祝壽文集》，台北：東大，頁 137-168。
- 蔡甫昌、李明濱(2002)，〈當代生命倫理學〉，《醫學教育》第 6 卷第 4 期，頁 381-395。
- 越建東(2013)，〈人間淨土的反思〉，《聖嚴研究》第四輯，台北：法鼓文化，頁 141-158。
- (2018)，〈聖嚴法師結合漸禪法門與頓禪法門之教法和宗風意義〉，《聖嚴研究》第十輯，台北：法鼓文化，頁 7-37。
- 傅曉(2012)，〈《起世經》對生態關懷的理論性啟示〉，《綠色啟動：重探自然與人文的關係》，中壢：國立中央大學出版中心，頁357-381。
- 程進發(2006)，〈佛教與西方環境倫理學之整體論的對比——以深層生態學為例〉，《玄奘佛學研究》第5期，頁107-126。
- 趙敬邦(2011)，〈從應用角度探討佛教「中道」思想對環境倫理的啟示〉，《應用倫理評論》第51期，頁1-18。
- 劉宇光(2013)，〈九零年代泰國保育僧侶的農村維權運動：與七零年代左翼僧侶的淵源〉，《玄奘佛學研究》第20期，頁1-32。
- (2014)，〈當代泰國上座部佛教的保育僧侶與樹木出家〉，收於學愚編，《佛教文化與現代實踐》，香港：中華，頁2-35。
- 魏德東(1999)，〈佛教的生態觀〉，《宗教哲學》第 5 卷第 1 期，頁 158-173。
- 釋心平(2015)，〈南傳泰國佛教社會關懷之研究〉，《法印學報》第5期，頁231-254。
- 釋昭慧(2007)，〈佛教「生命倫理學」研究：以動物保護議題為核心〉，《應用倫理研究通訊》第43期，頁28-44。
- 釋聖嚴(1983)，〈淨土思想考察〉，《華崗佛學學報》第 6 期，頁 5-48。
- Robert H. Sharf 著、萬金川譯(2017)，〈佛教的現代主義與禪定體驗的修辭〉，《正觀》第 83 期，頁 43-161。

(二) 外文

- 小川宏(1991)，〈四食論考〉，《智山學報》第 40 卷，頁 113-122。
- 辻村優英(2012)，〈ダライ・ラマ 14 世における環境思想— 植物の位置づけを

- 中心に〉，《宗教と倫理》第 12 期，頁 77-97。
- 友岡雅弥（1993），〈地球環境問題に対する仏教の視座〉，《印度學佛教學研究》第 42 卷第 1 期，頁 316-319。
- 平川彰（1989），〈浄土教の用語について〉，《仏教における浄土思想》，京都：平樂寺書店，頁 1-15。
- 外園信吾、大原興太郎（2006），〈現代農業における「秀明自然農法」の意義——実践農家の技術と経営を通して〉，《農林業問題研究》第 162 期，頁 54-59。
- 竹内良英（1993），〈原始・部派佛教の食物觀——食厭想について〉，《印度學佛教學研究》第 42 卷第 2 期，頁 166-172。
- 杉岡信行（2006），〈ジャイナ教の修行と生活〉，《宗教研究》第 80 卷第 4 期，頁 121-122。
- 奈良吉主，〈VII-3 賢者が語る土壤の心髄 岡田茂吉：自然農法の理論と実践〉，《日本土壌肥料学会講演要旨集》第 63 期，頁 221。
- 東元慶喜（1957），〈佛典植物學研究對象〉，《印度學佛教學研究》第 5 卷第 1 期，頁 154-155。
- 岡田真美子（1998），〈仏教説話におけるエコパラダイム——仏教説話文献の草木觀と環境倫理〉，《印度學佛教學研究》第 47 卷第 1 期，頁 226-230。
- （1999），〈仏教における環境觀変容〉，《姫路工業大学環境人間学部研究報告》第 1 期，頁 105-109。
- （2002），〈東アジア的環境思想としての悉有仏性論〉，《木村清孝博士還暦記念論集 東アジア仏教—その成立と展開》，東京：春秋社，頁 355-370。
- 前谷彰（1998），〈食生活と仏教との関わり〉，《日本仏教学会年報》第 63 期，頁 49-63。
- 原実（1999）〈植物の知覚—古典インドの自然觀察より〉，《国際仏教学大学院大学研究紀要》第 2 期，頁 1-23

- 高崎直道 (1998), 〈無情説法考〉, 《印度學佛教學研究》第 47 卷第 1 期, 頁 1-11。
- 渡辺研二 (1993), 〈ジャイナ教の植物観〉, 《印度學佛教學研究》第 41 卷第 2 期, 頁 94-100。
- 渡辺麻里子 (2008), 〈天台僧尊舜における草木成仏説〉, 《東洋の思想と宗教》第 25 期, 東京: 早稲田大學東洋哲學會, 頁 62-82。
- 橋本哲夫 (1980), 〈原始仏教における loka の概念〉, 《印仏研》第 29 卷第 1 期, 頁 394-395。
- 藤本晃 (2003), 〈植物に命はあるか? ——南伝上座部の二種の命根〉, 《日本仏教学会年報》第 68 期, 頁 87-109。
- 藤村健一 (2010), 〈日本におけるキリスト教・仏教・神道の自然観の変遷—現代の環境問題との関連から—〉, 《歴史地理学》第 52 卷第 5 期, 頁 1-23。
- Clippard, Seth Devere. (2011), “The Lorax Wears Saffron: Toward a Buddhist Environmentalism”, *Journal of Buddhist Ethics* Vol. 18, pp. 212-248.
- Comba, Antonella Serena (2016), “The Bodhi Tree and Other Plants in the Pāli Tipiṭaka: Plant Life in South Asian Traditions”, in Fabrizio M. Ferrari and Thomas Dähnhardt eds. *Roots of Wisdom, Branches of Devotion: Plant Life in South Asian Traditions*, Bristol: Equinox Publishing Ltd., pp. 98-117.
- Findly, Ellison Banks. (2002), “Borderline Beings: Plant Possibilities in Early Buddhism”, *Journal of the American Oriental Society*, Vol.122, No.2, pp.252-263.
- Harris, Ian. (1994), “Causation and ‘Telos’: The Problem of Buddhist Environmental Ethics.” *Journal of Buddhist Ethics* 1, pp. 46-59.
- (1995) “Getting to Grips with Buddhist Environmentalism: A Provisional Typology”, *Journal of Buddhist Ethics* Vol. 2, pp. 173-190.
- Ives, Christopher. (2013), “Resources for Buddhist Environmental Ethics”, *Journal of Buddhist Ethics* 20, pp. 541-571.
- Keown, Damien. (2007), “Buddhism and Ecology: A Virtue Ethics Approach”,

Contemporary Buddhism Vol.8, No.2, pp.99-102.

Lambert Schmithausen (1997), “The Early Buddhist Tradition and Ecological Ethics” ,
Journal of Buddhist Ethics Vol.4, pp. 1-74.

Harvey, Peter. (2007), “Avoiding Unintended Harm to the Environment and the Buddhist Ethic of Intention”, *Journal of Buddhist Ethics* Vol. 14, pp. 1-34.

Isager, Lotte and Søren Ivarsson, “Contesting Landscapes in Thailand: Tree Ordination as Counter-territorialization”, *Critical Asian Studies* 34:3, 2002, pp. 395-417.

Morrow, Avery. (2011), “Tree Ordination as Invented Tradition”, *ASIA Network Exchange* Vol.19, No.1, pp. 53-60.

Sciberras, Colette. (2008), “Buddhism and Speciesism: on the Misapplication of Western Concepts to Buddhist Beliefs”, *Journal of Buddhist Ethics* Vol.15 , pp. 215-240.

Swear, Donald K. (2006), “An Assessment of Buddhist Eco-Philosophy”, *The Harvard Theological Review*, Vol. 99, No. 2, pp. 123-137.

四、學位論文

李彩燕（2006），《初期佛教飲食觀之研究》，輔仁大學宗教研究所碩士論文。

林雅琇（2008），《初期佛教「四食」之探究》，南華大學宗教所碩士論文。

張銘芳（2011），《慈心倫理與有機精神——台灣有機農業運動中的佛教文化內涵》，清華大學社會學研究所碩士論文。

黃尉原（2015），《佛教團體在環境倫理方面之實踐——以慈心有機農業發展基金會為例》，玄奘大學宗教所碩士論文。

曾若甄（2015），《從佛法理念探討自然生態農耕的理論與實踐——以台灣有機農業為例》，玄奘大學宗教所碩士論文。

陳信煜（2012）《小眾農耕的生存之道：以台東縣實施秀明自然農法農夫為例》，南華大學建築與景觀學系碩士論文。

楊東錦（2011），《慈心基金會有機農業之理念與實踐》，台北教育大學環境育與資

源研究所碩士論文。

蔡淑芬（2013），《秀明自然農法之核心資源指標研究》屏東科技大學熱帶農業暨國際合作系碩士論文。

五、工具書

水野弘元（1989），《パーリ語辞典》，東京：春秋社。

中村元（1975），《佛教語大辞典》，東京：東京書籍株式會社。

雲井昭善（1997），《パーリ語佛教辞典》，東京：山喜房佛書林。

望月信亨主編（1997），《望月佛教大辭典》，台北：地平線出版社。

Monier-Williams , M. (1999), *Sanskrit-English Dictionary*, New Delhi: Munshiram Manoharlal Publishers Pvt.Ltd.

Rhys Davids, T.W., William Stede (1999), *The Pali Text Society's Pali-English Dictionary*, Oxford: The Pali Text Society .

Cone, Margaret (2001), *Dictionary of Pali* (Part I, a-kh), Oxford: The Pali Text Society.

----- (2010), *Dictionary of Pali* (Part II, g-n), Oxford: The Pali Text Society.

六、網路資料

台灣自然農法 Taiwan Natural Farming （果祥法師臉書），

<https://www.facebook.com/taiwannaturalfarming/>

法鼓山全球資訊網新聞報導，

https://www.ddm.org.tw/mobile/news_in.aspx?mnuid=1222&modid=5&nid=5654

（2018.05.30 瀏覽）

福智全球資訊網

<https://www.blisswisdom.org/about/foundations/2015-05-04-11-47-15>。（2018.06.01 瀏

覽）

陳佩雲-八田綠色農(秀明自然農法)-blogger (2016年8月3日)，

<http://greenc810.blogspot.tw/2016/08/blog-post.html>。（2017.04.11 瀏覽）。

簡小嘉，「關於各式各樣的自然農法」(2014.07.06)，環境資訊中心，
<https://e-info.org.tw/node/100446> (2017.08.12 瀏覽)

-----，「【公民寫手】關於各式各樣的自然農法」(2014.05.08)，
<https://www.newsmarket.com.tw/blog/50342/> (2017.08.12 瀏覽)

【齋明別苑】心靈環保農法經驗分享-法鼓山全球資訊網

https://www.ddm.org.tw/news_in.aspx?siteid=&ver=&usid=&mnuid=1151&modid=6&mode=&nid=3889&noframe=。 (2017.04.11 瀏覽)

Suzanne Simard: How trees talk to each other-TED talks,

https://www.ted.com/talks/suzanne_simard_how_trees_talk_to_each_other (2018.05.28
瀏覽)

