

知食分子系列



Deep
Vegetarianism




深层素食主义

[美] 迈克尔·艾伦·福克斯 (Michael Allen Fox) 著
王瑞香 译

My body will not be a tomb for other creatures. by Da Vinci

达·芬奇曾说：我不愿我的身体成为其他动物的坟墓。

 中国工信出版集团

 电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

知食分子系列

深层素食主义

美 迈克尔·艾伦·福克斯 (Michael Allen Fox) 著

王瑞香 译



电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

Deep Vegetarianism by Michael Allen Fox

Copyright © 1999 by Temple University

Simplified Chinese edition copyright © 2005 Shanghai Sanhui Culture and Press Ltd.

All rights reserved.

本书简体字版由上海三辉咨询有限公司授权电子工业出版社独家出版发行。未经书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何内容。

版权贸易合同登记号图字：01-2015-0573

图书在版编目（CIP）数据

深层素食主义 / （美）福克斯（Fox, M.A.）著；王瑞香译. —北京：电子工业出版社，2015.10

（知食分子系列）

书名原文：Deep Vegetarianism

ISBN 978-7-121-27031-4

I. ①深… II. ①福…②王… III. ①全素膳食—文化研究 IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 201107 号

策划编辑：李欣 张冉

责任编辑：张冉 特约编辑：单菲菲

印刷：北京中新伟业印刷有限公司

装订：北京中新伟业印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开本：880×1230 1/32 印张：8.125 字数：240 千字 彩插：2

版次：2015 年 10 月第 1 版

印次：2015 年 10 月第 1 次印刷

定价：38.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

我建议，我们不应单单研究或采取素食方式，而应该把它看作一种生活方式（一种较兼容并蓄而符合生态的方式）的一部分，它可以让人类获得比我们先前所知更好的身心健康……我们必须检视我们的饮食习性，这不仅是为了自己，也为我们环境，为和我们共同拥有那个环境的人类，以及，或许最重要的，为我们的孩子和那些未来的世代——他们的存亡将取决于我们今天所做的选择。

乔恩·韦恩-泰森 (Jon Wynne-Tyson)

出版商、作家、环保主义者

中译本作者序

福克斯

对作者来说，其著作被翻译成另一语言出版，永远是件光荣之事。我特别感谢王瑞香将此书翻译成中文——世界上的主要语言之一。这意味我所尝试阐述的素食主义哲学将会有许多潜在的读者。

亚洲有长远的素食主义历史，也是当今全球绝大多数素食者的家乡，不仅如此，亚洲的素食烹调毫无疑问也是最美味的。基于这几个理由，本书能译介给这个地球上日益重要的地区，是颇为适切的。

所有人类都追求幸福的人生，自从人类文明发展以来，“幸福人生的要素”一直被哲学家所讨论与争辩，但是他们都同意“健康”是幸福不可或缺的要素。不少古代哲者，例如毕达哥拉斯、亚里士多德、孔子、佛陀（尽管甚少现代思想家）都如是教导：慎选饮食对达到此目标是必要的。然而甚少哲学家了解，我们所吃的食物与我们的基本价值观之间有重要的关系、我们如何与他者产生关联、我们如何定义我们在自然中的位置。简而言之，“我们吃什么”说明了作为人类的我们是谁、是什么。

我相信，素食主义刺激我们去确认自己是大自然的一部分，而非区隔于、优越于动物与自然界整体，并且帮助我们超越“人类中心主义”的限制——这种以人为中心的观点已被证明招致这星球的毁灭。这是因为，素食观点指出具生态可持续性的人类活动以及寻找对环境最小影响的生活方式之重要性。更甚者，了解选择茹素的理由能够扩充我们的视野，看到对他人与非人类物种慈悲与和平相处的重要性，以及以尊重之心对待地球的义务。

21 世纪将是最关键的时代，将决定这星球及居于其上物种的命运，包括我们自己的命运。素食者及未来的素食者将能带领我们至更美好世界的道路，以及对维生资源更明智而合理的利用方式。

是为献上本书中译本序。

于澳洲新南威尔斯省阿米戴尔城

2005 年 2 月 25 日

前 言

福克斯

就像“深层生态学”（本书书名的灵感来源）要求以一个强调生物圈之内在价值的观点，来取代资源取向的“浅生态学”观点一样，本书的宗旨在于相当深度地探讨素食主义。我的用意是要论证，素食主义并不是仅仅出于健康或生活方式之考量而采取的一种任意的或怪异的饮食偏好、信仰或心态而已，而是有多得多的意义。全面检视素食观点导引出和我们生存之道德、社会与政治领域相关的各式各样的哲学议题。因此，我们可以认定，素食主义有助于模塑一种生活方式并影响意识的转变。

对素食思想的基础做哲学上的检视，给我们提供一个机会来从微观角度评估人类和自然与非人生物之关系上的宏观问题。这些议题今天正受到相当的注意，因为它们迫使我们去重新思考伦理学的范围，以及某人或某物的道德意义等基本问题。

以下各章全面检视一系列的论述，它们导向一个不二的结论：素食是我们在理论及实践上应该坚决采取的立场。我并非从某个特定伦理学理论的固定观点来论证，而是在恰当的地方采用许多有分歧但相容的探讨方式。这种方式的意图博采折中，旨在提供一个新的机会来结合不同的立场而持一个共同的目标。借此我们将发现，支持素食的论述有累积的冲击力，因为它们彼此相互强化。随着讨论的进行，我会在每一章做总结，指出正在检视的立场会把我们引导到何处。最后，我将会编织出一幅由论据的不同成分所构成的综合图像。

第一章检视素食论证极其重要、富趣味、富争议的历史。它仔细检视3世纪的希腊罗马哲学家、被认为是新柏拉图主义创始者的波菲里所提出的极富现代性的主张。第二章的主题是食物的象征意义及此种意义的社会建构。我特别将肉的意义跟食物在素食主义中的意义作对照。第三章讨论区隔化，即将信仰、价值、态度跟行动分开的倾向。第二章和第三章合起来解释了为什么这么多人吃肉，并且对素食主义有一种强烈的排斥。第四章将数种素食主义做了分类，并探究成为素食者的动机与理由。第五章到第七章着眼于支持素食的许多论证，包括西方的与非西方的。至于各式各样反对素食的论证，包括若干先前未曾被探讨者，在第八章中做了讨论。最后，第九章总结素食主义的前景，处理诸如在素食与全素主义间做选择的议题，并强调素食主义是一种生活方式。在书末可以找到筛选过的书目，其中包括有关素食的完整哲学著作书目。

我希望读者会认为《深层素食主义》是本易读、有意思而能增长知识的书，也希望读者不管对发表在此的议题采取什么立场，在和我提出的论证对话之后都会有进一步的反思。如果我能帮助那些已经吃素的人厘清并巩固他们的观点，帮助那些没有吃素的人考虑改变他们的观点，那么我的目的就达到了。引领我写这本书的指导精神是我的信念：素食可以把人类以及我们的地球引向较好的未来。

谢 志

福克斯

本书动笔于我1995年至1996年间在皇后大学(Queen's University)年休期间,当时我待在澳洲。我要感谢皇后大学提供给我一笔大学研究补助金,并给我需要的时间来展开这个计划。我也感谢澳洲国立大学(Australian National University, ANU)聘我为访问研究员,这个身份有助于我在那里从事初步的研究。我想向ANU文学院哲学系致谢,特别是Paul Thom、Bruin Christensen及Beverley Shallcross,感谢他们在我作客堪培拉的愉快的一年中给予的热情款待与协助。也谢谢ANU文学院哲学研讨会的其他成员。

有几个人不吝花时间阅读了我全部或部分的草稿并提供意见:Robin Fox、Eric Litwack、Milton Newman、Louise Noble、Ann Olovson、Evelyn Pluhar,以及我在皇后大学的本科生与研究生,特别是Sung Kang,从他们那里我获益良多。我非常感激他们的贡献。Louise Noble还提供一些文学方面的重要参考资料。Robin Fox设计本书的前页,为此我很感激她。Corrie Reiman在关键时刻给予我有感染力的热情与鼓励。我在天普大学出版社(Temple University Press)的编辑Gary Francione与Doris Braendel一路走来都极力帮助我、支持我,我非常感激他们。我要谢谢Andrea Maenza与加拿大动物协会(Animal Alliance of Canada)帮忙搜集第五、六章某些部分的研究资料;谢谢Maxine Wilson帮助整理书目及解决文书处理上的问题,谢谢我的同事Steve Leighton和Carlos Prado给予计算机方面的指教。最后,Sherry Babbitt以其精彩的文字编辑工作大大改善了原稿。

第三章与第五章某些部分的先前版本曾发表于《物种之间》(Between the Species) 期刊和《加拿大环保伦理议题》(Canadian Issues in Environmental Ethics) 这本文集。我很感谢这两本书刊的编辑鼓励我为他们写稿, 也谢谢旧金山湾区文化研究所暨总会的史怀哲中心与 Broadview 出版社允许我利用这些资料。第五章与第七章的某些材料曾在 1998 年 10 月于 McMaster 大学举办的“人类健康与生态系健康之伦理学: 迈向相容的了解”小型研讨会上发表。

不吃死亡

—中译本导读—

钱永祥，台湾著名学者

按照一般的想法，饮食习惯本是一件属于个人口味和生活方式的事情，不仅没有必要接受公开的议论指点，尤其不应该以道德为名制定规范、施加限制。就好像每个人的性情偏好自行其是即可，我吃什么食物碍着谁了？哪里容得下别人过问？既然“食色，性也”，食物的选择岂不是应该随性或者随兴而为吗？

这么说来，探讨人类是不是应该采行素食，就难免有骚扰、侵犯个人私事的嫌疑。可是，食物的荤素偏好真的是个人私事、没有是非对错可言吗？素食者不愿意拿动物的躯骸作为食物，是不是一种比较好、比较对的饮食方式？又在什么意义上比较好、比较对？我们有什么立场，像本书作者一样，呼吁大家改变饮食习惯，不要再杀害和食用动物？

在中文的环境里，素食往往让人联想到特定的宗教（例如佛教、一贯道），大家也比较熟悉这些宗教关于素食的说法。不过在此必须强调，宗教理由无论多么完备，只是素食主义各种理据中的一种，从而也仅有限地呈现了素食主义多层意义中的一个面向。哲学家福克斯教授^①这一册《深层素食主义》，采取了比较广泛的视野，试图显示素食虽是饮食小事，却涉及了一个人准备如何对待自己、对待其他人、对待其他物种，乃至对待整个地球生态。所以，本书讨论

^① 福克斯是加拿大皇后大学哲学系的教授，除了动物伦理学以及环境伦理学之外，他还专攻19世纪欧陆哲学，特别是黑格尔和克尔凯郭尔。

素食、推荐素食主义之余，实际上正面地探讨了饮食习惯所涉及的个人健康、动物权益、生态保护以及社会权力关系等重大议题。本书的特色与贡献之所在，即指出素食在道德、生态、社会、文化几方面都有其深广的蕴涵。读者不能不承认，既然素食牵扯到这么复杂的问题，怎么还能说仅是个人口味的问题呢？

人们选择素食的动机往往是多样的。无论是考虑自己的身心健康（本书第五章第二节）、基于宗教信仰或者出于特定的宇宙观和生命观（第七章），都有可能让一个人进餐的时候弃荤就素。正如本书的讨论所示，这些理由都很充分而且正当。不过用比较严格的标准来说，素食的首要道德意义——也就是并非为着一己的利益或者信仰而考虑素食——应该在于避免让人类的口腹之欲造成无数动物遭逢痛苦、凌虐、宰杀以及分尸的厄运（第五章第三节）。不愿意“吃食死亡”、“不吃必须杀生的动物制品”^①，可能是素食主义者很普遍的一种动机和理由。毕竟，在今天，为了供人类食用之需，动物每天遭屠宰的数目已庞大到令人难以想象，豢养以及宰杀它们的方式也极度残酷血腥，你我反胃之余，绝对不会愿意自己或者家人子女耳闻目睹的。有见于这样对待动物构成了严重的道德问题，你我便不得不重新思考，究竟为什么还要继续吃肉？

但是本书并不以动物的利益作为主张素食的唯一理由。在人类健康与动物利益的考量之外，福克斯教授调转论述方向，从一些既不涉及动物利益、也不涉及个人直接利害的角度，呈现肉食者必须面对的道德难题。由于这些论点扩大了素食所牵涉的道德视野，格外值得读者参考。

首先，作者举出食肉的体制必然造成生态破坏和资源的浪费（第六章第一、二节）。在今天，不是多数人都信誓旦旦地服膺环境保护的原则吗？可是以产业规模饲养肉用动物，严重地浪费着谷物和水源，占用和侵蚀土地，并且制造大规模的污染。这些后果，本书中（以及其他很多资料）有翔实具

^① 这一句利落动人的话，来自曾获诺贝尔经济学奖的美国数学家兼素食者纳什。见 Sylvia Nasar 著，谢良瑜、傅士哲、金映玉译，《美丽境界》（台湾：时报出版公司，2002年），第419页。“确实，如果知道了阁下的食物必须来自“执行死刑”（execution），您还能优雅轻松地大快朵颐吗？”

体的数据为证。那么关心生态环境的人士，是不是有必要停步思考，调整自己吃肉的习惯呢？如果肉食体制与生态环境的维护是冲突的，以生态为念的本书读者们，会倾向于哪一边呢？

其次，由于生产肉品必须以低效率的方式耗用极其大量的谷物，而又由于肉品消费集中在多数人脑满肠肥的富裕世界，于是富国滥用本来可供广大人类食用的谷物饲养牲口，而贫困却连基本的温饱和营养皆不可得，这幅对比景观便显得格外残酷刺目。这中间的浪费与剥削详情，本书所提供的数据一目了然（第六章第三节），不能不令人质疑，食肉者是不是涉嫌以经济强势者的地位，剥夺了经济弱势者的口粮？以人类平等与公平为念的读者，对此也不能不三思。

本书提出的第三个视角，我个人觉得特别具有挑战性，那就是素食主义与女性主义的密切关系。早有论者指出，在西方近代史上，妇女解放运动、废止黑奴运动、儿童保护运动，与动物保护运动几乎同时出现，参与鼓吹者也往往是同一批人士，在英国及美国皆是如此。^①这个现象说明了什么？是不是受难者虽然迥异，这些压迫关系本身，却具有某种结构或者文化意识上的互通之处？

本书作者根据当代一些生态女性主义者的著作，指出这种通约性可能存在。有人提出了“物化—裂解—消耗”的三阶段结构（第二章第三节），来形容女人与动物身受的迫害所具有的共同结构；又有人提出“支配—压迫—剥削”的三层次结构（第六章第四节），来形容妇女与动物的共同遭遇。这类说法是否完备姑且不论，却至少提醒我们：人际的压迫，与人类对于非人类动物乃至于自然界的剥削，不能率尔加以区隔（人类借着区隔而逃避责任的惯技，请见第三章），认为后者并不具有需要正视的道德与政治意义。在今天，妇女、种族的解放与平等，几乎已经成为普世学步的潮流。若是自诩为女性主义者的进步人士愿意打破区隔，开始反省吃肉乃至于一概伤害动物的各项议题与性别压迫

① 在此不妨顺便指出，即使到了今天，关心人间压迫现象的人，通常对于动物的遭遇也会有所关切；而那些会耸肩说“人的问题都管不完了，还能管动物”的人士，往往也鲜少过问人间的种种压迫不公。这种现象屡见不鲜，也充分说明了“道德敏感度”的发挥注定是会跨族群、跨性别、跨物种的。所以，以后如果有人劝你先管人再管动物，你一定要追问，他或者她为弱势的人类做过什么伟大的慈善事业。

的同质性，是不是有助于我们更清楚地认识到各类压迫之间的共同起源？

当然，在今天的社会里，素食并不属于文化主流，甚至往往与主流唱反调。这种有违时宜的异端地位，注定了素食的主张很难理直气壮地表达，甚至往往被迫居于有口难言的守势，苦于“话语权”不在己方。这种窘态，乃是各种企图挑战现状的进步观点共同的命运，不足为异。可是，正如本书作者所言，素食主义在争论中诞生，也一直在争论中发展演进。不管素食主义是否好辩，它都得应付无穷的质疑和讪笑。因此，如何有效地使用血肉文化的概念架构与价值观，陈述素食的主张，便是相当重要的功课。本书特别开辟专章（第八章），逐一回答十余项常见的质疑，对素食者应付各类挑衅良有助益。

不过，在我的个人经验里，素食主义者面对的主要挑衅，往往不是质疑，而是讪笑。为什么素食主张容易引起他人的讪笑？本书提出了一个说法（第四章第二节），值得参考。人类今天的文化以权力为尚，于是基本上崇尚阳刚、干脆和坚忍等人格特质，排斥所谓神经质的敏感、柔弱与洁癖^①。到了饮食领域，人类文化的这种“男性”倾向，就表现为对于肉类的偏好。换言之，素食主义往往被视为一种过度柔弱善感的道德，付诸讪笑即可，并不需要认真的驳斥。这种观点，基本上反映着一种侵略而霸道的文化意识，读者理解它背后的文化逻辑足矣，并不值得一驳。

还有一种对于素食者的人身攻击，就是指责素食者永远不够“彻底一贯”，影响所及，不少人躲避素食，并不是因为他们不同意素食主义的主张，而是因为担心素食的代价太高，不仅就此必须严守素食清规，连皮件、有动物成分的药物以及其他一切含有动物成分的产品都不能使用。在很多人的印象中，素食主义仿佛是一套僵硬、绝对的诫命，它的道德高调仿佛容不下中间地带，强制地要求素食者在生活方式上做出全面、彻底的改变，结果在现存的食肉文化中，当事人必须承受很多负担与不方便。

^① 原文作 squeamishness——这个字用中文很不好表达，本书将就译作“洁癖”，意思是说对于某些场景（例如鲜血淋漓的尸体）容易触目惊心而有神经质的负面反应。

在此需要强调，这种印象是不正确的。我本人尽量茹素，可是并不觉得有道德上的绝对必要，让自己成为百分之百的素食者，正如在其他事情上，我也不会信任以道德为绝对诫命的清教徒。撇开每个人的处境、条件并不相同不论，我的理由是：在理论上说，道德旨在斟酌动机、分析情境、权衡成本与后果，其终极目的在于防止伤害的产生，而不在于借着禁锢和压迫手段制造圣人；在实际中，一套具有异端色彩的道德，如果务求绝对和严格，只会造成一个小族群的孤立与自我虐待，最终扭曲它原本希望传达的信息，也减少了它本来可望达成的效果。

针对这个问题，本书提出来的说法（第八章第十一节）更为明确和深入。简言之，素食主义要求“效果”而不要求“德行”；它的重点在于减少肉食所造成的具体伤害，而不是塑造出全心吃素的道德圣人。如果你可以百分之百吃素，那当然太好了；可是如果你只能一天吃一顿素，那也比每周吃一顿素来得好；如果你家的餐桌上只有一盘肉食，当然要比有两盘肉食造成的伤害少。我们应该减少吃肉，至于减少到什么程度，可以根据自己的处境、能力、感觉与良知去调整。要点是：不要踏入肉食者的陷阱，只因为成为素食的圣人太困难、成本太高，反而完全放弃了你的素食努力、素食的心愿。在这个问题上要切记：减少饮食行为的祸害，要比饮食者本人是不是能够彻底和一贯，来得重要太多了。^①

“关怀生命协会”在台湾动物保护运动中居于嚆矢地位，先前曾在

① 有人会反驳说，对于杀人，你能够应用这套宽松的要求吗？为什么杀人乃是“绝对”的错误，而杀害动物来吃居然可以用“量化”来开脱？这是一个复杂的问题，在此我只做出一个简单的回答：如果现行法令制度承认，宰杀动物所受到的制裁应该与杀害人类一样全面而绝对；又如果宰杀动物的经济动机与杀害人一样系于偶然，那么杀害动物确实是一件绝对的错误。要知道，道德之所以有资格指导人类的行为，是因为它不会给道德的实行者（相对于不遵从道德规范者）施加不合理的额外负担。既然素食者无法获得法令制度的支援，为什么大家还戏谑地认为他们理应承担超乎常人的重担？话说回来，即使就杀人的禁律而言，量化也是必须列入考量的：杀害两个人，在道德（以及法律）上当然要比杀害一个人更为恶劣，受到的谴责和惩罚也应该更严厉。另一方面，人类岂不是一向设定了许多例外情况，将禁止杀人的诫命相对化，允许合法地杀人（例如战争）吗？最后我要强调，杀人与杀食动物，从道德的眼光来看，并不是同样的事情。如果有人持这样的看法，我在感情上会有共鸣，但是理智上很难苟同。我还是认为“量化素食主义”是正确的道德实践。

1996年出版了彼得辛格的《动物解放》中译本，对于整个中文世界的动物保护运动产生了关键的奠基作用。如今，它又推出这本《深层素食主义》的中译本，影响力相信也将是很可观的。动物保护运动从关心流浪动物起步，进而提倡人道屠宰等“中途之家”，逐渐发展到提出素食的主张，从人道诉求逐渐进展到挑战物种主义的文化与生活方式，不仅有其理论发展的必然，论题的挑战性逐步提高，也代表这个运动本身更加深入与成熟。本书译者王瑞香曾经撰写与翻译过多种有关女性主义的文字作品，更移译有罗斯顿的《环境伦理学》^①。如今在本书的翻译中，她结合环境主义与女性主义的关怀，联系到素食主义，当然具有拓宽视野的意义。

这样一本书、一套具有高度道德敏感度的论述，在这样的广泛的运动环境中出版，确实值得所有有心人的重视。

2005年4月于南港 / 汐止

^① Holmes Rolston 著，王瑞香译，黄道琳校审，《环境伦理学》（台北：台湾编译馆，1996年）。在各位手中的这本书里，福克斯对罗斯顿的批评见第三章第四节。

Contents

目录

VII / 中译本作者序 / 福克斯

IX / 前言 / 福克斯

XI / 谢志 / 福克斯

XIII / 不吃死亡——中译本导读 / 钱永祥

1 / 第一章 历史—哲学的综观

2_ 第一节 向素食主义史借镜

5_ 第二节 古代及波菲里的特例

11_ 第三节 从中世纪到现代

29 / 第二章 人乃其所食者：食物的意义

30_ 第一节 食物的象征

31_ 第二节 肉的意义

37_ 第三节 素食的意义