

The background of the book cover is a stylized illustration of terraced fields. The fields are arranged in vertical columns, each with horizontal rows of crops. The colors of the fields transition from green at the top to yellow and then brown at the bottom. Small, dark silhouettes of plants are scattered across the rows. In the lower right quadrant, a small black silhouette of a person is shown kneeling in a field, possibly working. Two white, fluffy clouds are positioned on the left side of the cover, one above the other. The overall style is simple and illustrative.

自然农法

我的生存之道—信步人生路

Natural farming: A way of life

川口由一 辻信一 / 著 肖俏 / 译

自然农法

我的生存之道——信步人生路

[日]川口由一 辻信一 著

肖 俏 译

中国环境出版社·北京

图书版权登记号: 01-2014-6904

图书在版编目(CIP)数据

自然农法: 我的生存之道: 信步人生路 / (日) 川口由一, (日) 辻信一著; 肖俏译. —北京: 中国环境出版社, 2014.8

ISBN 978-7-5111-2027-4

I. ①自… II. ①川…②辻…③肖… III. ①有机农业—研究 IV. ①S345

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第171216号

自然農という生き方 いのちの道を、なんたんと (ISBN:978-4-272-32038-7), by Yoshikazu Kawaguchi, Shinichi Tsuji

SHIZENNÔ TO IUIKIKATA-INOCHI NO MICHI WO TANTANTO

Copyright©2011 by Yoshikazu Kawaguchi, Shinichi Tsuji

First published in Japan in 2011 by Otsuki Shoten Co.,Ltd.

Simplified Chinese translation rights arranged with Otsuki Shoten Co.,Ltd.

through Japan Foreign-Rights Centre/Bardon-Chinese Media Agency

简体中文版由 Yoshikazu Kawaguchi, Shinichi Tsuji 授权中国环境出版社出版, 仅限中国大陆地区销售。

未经出版者书面许可, 不得以任何形式复制或抄袭本书的任何部分。

出版人 王新程
责任编辑 沈建 董蓓蓓
责任校对 尹芳
封面设计 卢晓峰 金喆

出版发行 中国环境出版社
(100062 北京市东城区广渠门内大街16号)
网 址: <http://www.cesp.com.cn>
电子邮箱: bjgl@cesp.com.cn
联系电话: 010-67112765 (编辑管理部)
发行热线: 010-67125803, 010-67113405 (传真)

印 刷 北京中科印刷有限公司
经 销 各地新华书店
版 次 2014年8月第1版
印 次 2014年8月第1次印刷
开 本 880×1230 1/32
印 张 5
字 数 116千字
定 价 20.00元

【版权所有。未经许可, 请勿翻印、转载, 违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题, 请寄回本社更换

序

社区伙伴 林志光

第一次与川口先生结缘，是在他位于日本关西奈良县的稻田里。时值初秋，稻谷刚开始转黄，川口先生用了一个很特殊的方式，向我们这些来自中国的访客打招呼：晨露犹在，川口二话不说，顺势把秧苗拨开，用手娴熟地往地里一挖，翻开那已经免耕 30 多年的土壤，黑乎乎的，稻子强壮的根系与一层层厚厚的腐殖土，还有各种各样的小生命，美妙地混在一起。看着这里一棵棵充满生命力的稻子，我们顿时体会到什么是自然农法。

十分感谢本书作者“树懒俱乐部”辻信一先生的穿针引线，让我们有机会认识本书的主角、另外一位合著者——川口由一先生，让我们的读者有机会分享川口先生过去 30 多年的人生日记，从自然农法的实践里，探索出自己一套独特的生存之道及人生哲学。

最近几年，随着一些可持续生活概念的兴起，例如城市农耕、朴门设计、共生经济、社区支持农业（CSA）等的传播，以及越来越多的农民选择生态有机农业，我们发现对自然农法感兴趣的人越来越多，我想这本书的出版正巧赶在一个理想的机遇上。这并不是关于农法的工具书，农法的技术与其背后的哲学是一体的，不能分割来看待。在推广农法技术的同时，可能需要更长的时间作价值观的磨合。川口的自然农法也是源于我国 2000 多年前老子道家哲学“无为”的观点，认为人类对大自然的干预太多，他主张的自然

农法也因此以“无为”为基础，归结到一点就是“无”字，一切无用论，即不耕地、不施肥、不除草、不用农药。

本书中译本的出版，作为礼物献给对探索自然农法感兴趣的中国同仁，希望在大家钻研农法的同时，能够作为“心法”的一点补充。最后，特别感谢肖俏女士精确的翻译，以及北京生态文明工程研究院对于本书中译本出版的支持。

中文版前言

辻 信一

对我来讲，我们的这本书能够超越国家和语言的界限而与中国读者见面，是一件非常开心和荣幸的事情。我们诚挚地希望大家能够联合在一起，在国际上的广泛努力中一起克服我们当今所面对的环境危机。

我们在这本书中提出：危机的年代也可以是一个伟大的机会，能够从我们现在的“过度、过分”的生活方式转型到“知足、恰到好处”的生活方式。这样的转型只有在我们重新发现古代中国的智慧——“避免走向过度，知道在哪里适可而止”时才是有希望的。最深刻的真理不是在某个远方寻到，而是就在我们身边。18世纪的日本哲学家三浦梅园曾经说过：“比起枯枝开出新花，生命力旺盛的繁枝上盛开的花儿其实更让我们惊讶。”生命是一个奇迹，它永远都是希望。

正如蜂鸟的故事所表达的——蜂鸟不断在喙里携带一滴水飞往燃烧中的森林——总有一些事情能够促使我们采取行动，就好像在一个令人绝望的情形下依然抱有希望。我坚信：希望永存。

前言

辻 信一

2010年8月底，在奈良县樱井市缠向遗迹的发掘调查现场，站在我旁边的是这块土地的所有者川口由一先生。破纪录的酷暑余威未减，毒辣的太阳闷声烘烤着大地，发掘工作正有条不紊地进行着。

而这个场景，据说现在有成千上万的日本人极其关注。因为这个在从2009年开始的发掘调查中被发现的遗址，很有可能就是邪马台国的女王卑弥呼曾经的宫殿。“如果能为邪马台国究竟在哪里这个已经持续了100年的争论画上休止符，这无疑将是日本考古学界21世纪最大的发现”，带我参观的现场调查员擦着额头的汗告诉我。

他把土地所有者川口先生接来，非常详细地介绍了发掘的进展情况。川口先生只是听着，偶尔搭搭话，若有所思地盯着发掘现场。先生在思考什么呢？是在想象1700年前矗立在这块土地上的建筑物，抑或是在回忆自己在这片土地上历经艰难创立自然农法的峥嵘岁月？

而那时的我，却因为酷暑的炎热而感到头晕目眩。作为自然农法的发祥地，如果这里真是古代日本的发祥地的话，那该是怎样的一种不可思议的缘分啊。

就在去缠向遗迹参观的那天，我登门拜访了川口先生。随后的日子里，从他田里的稻子刚刚抽穗儿的初夏，到已经做完脱粒工作的初冬，我又数度造访。您现在读到的这本书，就是我在那些日子

里对川口先生访问的一个整理和总结。遗迹的发掘现场紧挨着 JR^①卷向车站，而从卷向车站走路到川口先生家也不过才七八分钟。再走约 5 分钟就是现在的“川口自然农田”。引往农田的水，来自国道对面隐约可见的茂密森林（据说是景行天皇陵园的古坟）。川口先生生于斯长于斯的故乡，可以说正是日本作为农耕社会、阶级社会、国家而“蹒跚起步”的摇篮之地。

入秋以后遗迹的发掘调查仍在继续，据说一些足以改写日本历史的重大发现相继出炉。而对于我来说，通过数次的访问访谈已开始逐渐走进川口先生的世界。随着这种“走进”的深入，我意识到自然农法所具有的相对于日本史，甚至是世界史的意义在逐渐明朗。

现代化大潮的冲击，已经将今天的农业从生机勃勃的生命世界逼至远离于那个世界的死角。农业也好，食物也好，这个我们赖以生存的基础，被来势汹汹的市场竞争席卷，随之陷入全球一体化自由贸易的旋涡中命悬一线。为了优化生产性能和提高生产效率，大量的农家被更大规模的农场吞并从而使自给自足的传统农业生产方式瓦解，农民及其子孙被迫涌向都市。农村俨然成了一个只对经济作物进行单一栽培的巨大工厂，留在这里的极少数人也沦为了机械、化肥农药等工业资材的消费者，负债累累，对庞大的社会机制的依赖有增无减。

将这种急剧的变化变为现实的“罪魁祸首”正是化石燃料。廉价石油的大量使用，使得“一分投入，十分收获”的理念甚嚣尘上，被合理化，甚至成为一种主流思想。而贯穿于整个传统农业的“十分投入，一分收获”却正在被社会所遗忘。据说，造成全球变暖的原因中，有近 40% 的原因直接或间接与农业和粮食产业有关。难以

① JR：日本铁道（译者注）。

想象原本应该孕育生命的农业，却正在变成人类社会未来的最大威胁。

在这样一个时代，自然农法意味着什么呢？这需要我们像抽丝剥茧一般，重新去审视农耕这个人类社会生产生活的原点。就像考古发掘一样，必须小心翼翼地去除掉堆积在文物上面的层层沙土。

把不必要的东西一点点清除后，农业的原形自然呼之欲出。这样一来，相信人类与大地的本来关系也会得到重现。

我第一次见到川口先生是在 18 年前。那时的我，结束了长达 14 年的海外生活回到日本刚刚两年，正在为了自己“重新认识日本”之旅而奔走。那个时候，这个国家的很多地方仍然无法完全摆脱泡沫经济破灭的噩梦。我走访了很多这样的地方，亲眼目睹了长年的经济成长和现代化发展给这个国家的山川、河流以及人们的内心带来的巨大创痛。与此同时，这些地方正在萌生的新的生活生产方式也让我看到了希望的曙光。

那个时候与川口先生的相遇给了我非常大的震撼。从那时开始一直到今天，他的存在和教诲，都以各种各样的形式，持续地给了我莫大的支持。包括很多海外的客人在内，我已经带过很多人去拜访川口先生，还有很多采访，每次先生都鼎力支持，让我不胜感激。在我 2001 年 9 月出版的《慢的即是美的》一书的第一章，我提到了川口先生。在这里请允许我回顾一下。

去年夏天，我带着两位客人去拜访了奈良县的川口由一先生。他们来自澳大利亚的环境组织，希望能够亲眼看看正逐渐被海外所了解的“川口自然农法”的农田。川口先生跟往常一样，很认真地给我们介绍了他的农田。不洒农药，不用化肥，而且不耕种。在这块几乎看不到水，像森林般繁茂的水田里长出的稻子，竟然粗壮到

足以让你怀疑这究竟是不是稻子。

参观结束后，仍然跟往常一样，我们来到不远处的先生家里与他共进晚餐。不依赖任何机械，仅仅靠人的双手给予帮助慢慢自由生长的粮食和蔬菜，迎来收获的喜悦，或与火共舞，或被腌制，最后变成美味爬上人们的餐桌。与快餐相反，这堪称一种非常精致的“慢餐”。在那天的餐桌上，川口先生给我和远道而来的环境活动家们讲了一些关于“为了答案而活”的事情。

“我觉得我们人类应该是为了答案而活着的，但是不知道从什么时候起，我们设置问题，从为了答案而活变成了为了问题而活，不是吗？”

比如说，环境运动。我们要致力于保护本地种子避免其灭绝，要保护濒临灭绝物种赖以生存的生态圈，要用法律约束二氧化碳的排放，要促进替代能源的发展，要保护原始森林。这些每一个都是非常重要的课题，是在面对环境问题的时候一个都不能少的对策，是非常有意义的运动。但是川口先生质问，我们列出这些问题并且想方设法想要去解决这些问题，却不知在什么时候变得要以生存为代价。忙着要去解决问题，却将最重要的“生存”置之度外。

“现在的农民就是这样啊，过去是农民的生存之道的农业，却不知道从什么时候起，变成了现在的为了解决问题而存在的农业了。为了达成预定的收成和收入，采取各种各样的手段，完全在受设计的控制。所以，现在的农民，在撒种、插秧的时候都会感到不安，会按计划抽穗儿吗？会不会生虫啊？这种对未来的不安会一直折磨他们。其实本来农民在撒种的时候不会感到什么不安的，因为安心，所以快乐，不被未来所牵绊，活在‘现在’。其实在‘现在’里自然过去和未来也存在。我说的为了答案而活，就是这个意思。”

过度追求增长和一味崇尚加法必定会在未来给我们带来巨大的不安。相反，不耕种、不用农药、不用动力机械、不往田里添加任何东西、不从田里带走任何东西、不以杂草和虫鸟为敌……正是这种“什么也不做”的减法，才能给我们带来安心感。然而，现实又是怎样的呢？10年过去了，人们的不安和焦躁感有增无减，世界的危机好像也在时刻加深。但是我们也必须看到，川口先生的理念在日本已经被传达给了成千上万的人们，那个10多年前萌发的幼芽，现在正像自然农田的稻子一样茁壮成长。

我们生存的这个世界即将迎来它的转折点。在这样的时代，让我们一起来重新审视自然农法是什么。关注川口先生的生存之道，听听他说的话。在这些话里，一定蕴藏着很多可以在大转换时代用于生存的智慧。

看一本书，然后开始行动。一边行动一边再看书。很高兴在本系列丛书第8卷，我们终于迎来了川口先生。

真心希望本书可以遇到很多的“有缘人”。



在缠向遗迹发掘现场 川口（右）

目 录

第一部 追求美的人生

| | |
|-------------------|----|
| 战争和家人 | 4 |
| 幼年时代 | 8 |
| 成为农家的继承人..... | 13 |
| 梦想成为艺术家..... | 16 |
| 学会辨别美丑..... | 21 |
| 自然农法遭到母亲的反对..... | 25 |
| 用自己的方法实践自然农法..... | 31 |
| 迟来的金钱回报..... | 39 |
| 孩子出生 | 43 |

第二部 自然农法已然成为生存之道

| | |
|---------------|----|
| 土地是生命的历史..... | 54 |
| 不“耕”而获..... | 61 |
| 活得恰到好处..... | 66 |

| | |
|-----------------------|-----|
| “知足常乐”的生存之道..... | 73 |
| 百分百的自力，百分百的他力..... | 82 |
| 不要让人生之道脱轨..... | 88 |
| 生命之道，为人之道，我的人生之道..... | 93 |
| 做自己的主人..... | 95 |
| 不惧怕被孤立..... | 98 |
| 幸福，你在哪里..... | 102 |

第三部 答案在这里

| | |
|---------------------|-----|
| 战胜病魔，告别中医，获得自立..... | 109 |
| 强悍，柔弱，病魔..... | 114 |
| 不抛弃，不放弃..... | 120 |
| 活好每一分钟..... | 125 |
| 再谈强悍和柔弱..... | 129 |
| 生和死都是对生命的经营..... | 134 |
| 年轻人，答案就在你们中间..... | 137 |
| 自然农法——我的生存之道..... | 141 |
| 后 记 | 144 |

第一部

追求美的人生



辻 我第一次到川口先生府上拜访，应该是 1993 年。

川 啊，是的。

辻 那时候您母亲还健在。在前一年的秋天，我在刚任职的明治学院策划了一场题为“另一个哥伦布的 500 年”的国际会议，并邀请到了加拿大的环境科学家大卫·铃木^①作该会议的核心演讲。会议结束后，为了写书，我和大卫开始了遍访日本的旅途。在那次旅途中，应该拜访了您。我们从北海道走到冲绳，将其间的访问及经历集结成了一本名为《另一个日本》（The Other Japan）的英文版图书，于 1996 年出版。那次旅行我们访问了很多人，但大卫和我都对您印象深刻。现在想起来，作为世界上屈指可数的环境问题专家，大卫当时显然意识到了川口先生的自然农法所具有的世界史的意义。从那以后，我也作为环境活动家开始展开各种活动。虽然通过经常去拜访您，或是在关东见面，或是读您的著作，受到了很多启发，但是一直想着什么时候能坐下来，好好跟先生聊一聊。今天，这个想法终于付诸实现了，我感到特别高兴。这次想跟您聊的，当然是以农业为主，除此之外，也想涉及一些与此相关的诸如医、食、教育及环境问题和社会问题。现在，在年轻人中间对从事农业这种生活方式的关心急剧增加。对于这样一些年轻人，他们应该怎样面对今天的这个时代，我也想和您聊聊这个问题。

川 还有关于艺术的话题吧。

辻 对！这个也非常重要。

① 大卫·铃木：生物学家、环境运动家，环境 NPO 大卫·铃木基金会的创始人，担任加拿大广播公司 CBC 科学电视节目《Nature of Things》的主播。著有《存在于生命中的地球》（NHK 出版）、《你是地球——大卫博士的环境科学入门》（大月书店出版）等。