

世界趨勢 及 一貫道之殊勝性 (中)

◎ 嚴國銘

(接上期)

(三) 素食主義

1. 愛的定義：

筆者引用杜維民教授對儒家人文精神的觀點，將抽象的「愛」具象化為同理心(empathy)、同情心(sympathy)、慈悲心(compassion)。(註10)人們不假學習、天生就擁有此三種愛的感受能力。同理心代表人們與他人有相同經驗，且能瞭解他人的感受。同情心是指人們不必然有相同經驗或瞭解他人感受，但能替他人感到難過。例如：所有男性必然沒有生小孩的經驗，但也會替正在受分娩之苦的婦女感到難過。慈悲心則是指人們不但瞭解他人的痛苦，替他人感到難過，還會進一步地想要替他們解除痛苦，帶來歡樂。

在台灣，大部分的人是因宗教因素而吃素；因此，大部分的人都視素食主義為宗教信仰。在此，但從

「愛」的觀點，總攝諸項成為素食者的原因，而將素食主義提升為心靈修持，並進一步納入哲學體系。

2. 素食三面向：

愛自己：最基本可以先從為自我身、心健康，而成為素食者。近年來，國際性致命傳染病接踵而至，如：口蹄疫、禽流感、狂牛症……，都使你我生活於夢魘之中。當現代醫學對這些疾病似乎束手無策時，筆者很樂意介紹一種最佳方式，以使人們免除於這些威脅——那就是素食。

在《營養免疫學》書中，楊百翰大學的陳昭妃博士指出：人們的免疫系統就是最好的醫生。而保持健康的最主要方式，就是以正向態度、充足睡眠、適量運動，並攝取均衡營養來強化免疫力。而攝取均衡營養，即來自於健康的、未煮的、多元的，及整顆的植物。進一步地分析：素食含較多的鈣、不飽和脂肪酸、蛋白質、鎂、鐵、纖維及較少的膽固醇。一般

人相信牛奶含較多的鈣，但實則卻比黃豆少。此外，大部份的核果類所含的脂肪，為低比例的飽和脂肪酸。不飽和脂肪酸對我們的健康很重要，並可幫助清除體內的飽和脂肪酸，也因此可預防心血管疾病。

美國人大多喜歡對肉類食物大塊朵頤，所以他們十人中有八人會在生命中某一時點得癌症或心血管疾病。前美國總統柯林頓曾經喜歡慢跑，但在運動之後就接著跑到速食店大快朵頤。後來導致很嚴重的心臟病，還差點因此送命。後來他也學他女兒雀兒喜，從「速食主義者」變成為「素食主義者」。

愛動物：推己及人至愛諸有情眾生。某些宗教信仰者認為動物沒有靈魂，而僅為人們的食物。筆者不敢說動物有沒有靈魂，但能確定的是：他們也有感受、情緒及愛。試想世上有多少完全不同的物種，但哪隻動物對待牠的子女不是充滿母愛？試問哪個母親當看到自己的子女被人類傷害時，不會肝腸寸斷？

屠宰場之可怕及人們飼養動物方式之殘忍，大都眾所周知，例如：當人類切掉動物的角、牙、尾及喙時，是完全不用麻醉劑的。人們若能上此網站<http://www.goveg.com/>，並

看過影片：「與肉相遇（meet your meat）」後，將會有更強烈的感受，進而對動物們產生同情及同理心。某些人或許會覺得影片太過血腥、可怕；然而，此影片並非誇大的恐怖片，而是一幕幕每天在這些無辜又無助的動物身上上演的悲劇。

愛環境：愛諸有情，進而愛宇宙萬有、無情眾生。

a. **森林破壞：**1961年美國開始從中美洲進口牛肉，才經過短短25年的時間，雨林就被人類破壞了超過一大半的面積。

b. **動物滅絕：**因雨林消失，每小時就有一種物種滅絕。而許多雨林土著也因環境遭破壞而被餓死。

c. **動物排泄物：**《讀者文摘》報導：平均90%的植物蛋白質可能在轉化為動物性蛋白質的過程中被浪費。如果用一百公克的黃豆餵動物，只能得到12公克的豬肉或10公克的牛肉。這些養份大都被轉化為動物尿酸、乳酸或排泄物，每天產生二百億磅的動物糞便；等於美國人排泄物的二十倍，因此造成嚴重的河川污染，並使其腐臭。

d. **飢餓至死：**平均每兩秒便有一個兒童餓死，且世上有一半人口處於飢餓狀態。

e. 食物浪費：美國人只以15%的食物直接食用，而一年需667公斤的穀物。中國人直接食用73%的食物，而一年只需195公斤的穀物。

筆者將素食主義以愛自己、愛諸有情眾生，進而發展至將先進的環保觀和「愛無情眾生」的思維總攝之，便是希望以儒家核心思想——仁愛，將有形的素食主義，收攝為形而上的心性修持。

儒家思想的三核心「仁」、「義」、「禮」間的關係，可知「義」為「禮」之本質，「義」又為「仁」之體現。換言之，「仁性」產生「義思」，（註11）而守「禮行」。故「仁」、「義」、「禮」亦為對「性」、「心」、「身」三者之教育。

如前述，三寶亦為對「性」、「心」、「身」三者之教育，不過其較直接針對「本性」之洗滌。儒家則為建立眾生正確思想「心念」為主；素食對心靈也有淨化之效，但主要則是有益於「身體」健康。

就修行面觀之，素食主要是為了仁愛之培養與體現；儒家之三項核心思維，最終也是為「仁性」之培養；而此也同三寶最終的目的，是在修持第一寶之自性。是故一貫道之三項主軸，可從最根本的本心本性，發展至最具象的素食主義，乃至最先進的環保觀念，愛盡

一切山河大地。若反溯之，又可以收攝一切外在之善行，皆起因於內在動機——仁愛，並以對「仁性」之修持，重返永恆之愛（註12）。

由上觀之，一貫道之三核心特質，便如同第二寶最後兩字之義「放之則彌六合，卷之則退藏於密」，從最抽象者之本性發展至最具象之宇宙大地，又可將具象的一切收攝為根本之一點；收放自如，圓融無礙。

一、世界趨勢及一貫道之殊勝性

(一) 前瞻性

如前所述，在數十年前，全世界誰會想到全球中文熱及素食主義的大行其道？而一貫道在儒家思想及素食主義成為世界趨勢前，便已將此二者作為核心價值並大力推廣。

其實，用「前瞻性」尚不足以敘述道之殊勝。「前瞻性」是指某人或某團體因看好某事業或觀念的未來性，因而投入之。例如某企業本來是賣塑膠，後因看好電子業而轉投資此產業。然而，儒家思想及素食主義本來就是一貫道的本質，一貫道並不會因看好或看壞此二者，而對其產生不同的態度。因此，一貫道的此二質性，根本上便與當今世界潮流吻合，而可證「先說後應」的殊勝。

(二)全面性

三寶治「性」，儒家治「心」，素食治「身」，故此三者剛好可全方位地利益所有眾生。若眾生性、心、身皆度，則大同世界之理想可成，故一貫道的三項核心特質，便是上天築夢踏實的藍圖。此三者多一項則成累贅，少一項則有不足，故從此可見上天之高明、用心，而其殊勝性也不言而喻。

(三)重要性

儒家思想及素食主義皆將成為當今世上最有影響力的思想之一，而非僅為一時流行：

1. 儒家思想可幫助人們建立正確的價值，不像某些思想完全建立在自利的動機上，造成今日國際的浩劫。人們有正確的價值，才會作出合宜的行為；人人行為合宜，社會才有秩序；生於有正常社會環境下的國家領導人，便較容易具國際道德。如此，國際社會才容易安定，而不易因一國、一己之利便侵犯他國。

2. 在全球暖化、資源不足的狀況下，健康觀念及人道主義日漸興盛，素食文化已在世界各國日益普及。筆者個人甚至認為：未來人們很可能為生存而將素食選為主要的飲食方式。就如同瑞

典在二次大戰時被德軍包圍，因全國採用素食，不但渡過糧食危機，也降低全國心血管疾病的得病率。

「道」對世人的重要性，相信道親們皆瞭解相信；然而由於其本身所具之抽象性及長效性，較難讓一般人，尤其是文化不同的外國人立即、直接感受到其殊勝。不過由於儒家思想及素食主義日漸風靡於國際，兩者必能如大鵬之雙翅，令吾道飛騰於萬國九州之上。

【註釋】

(註10)前哈佛大學燕京學院院長杜維民認為同理心(empathy)、同情心(sympathy)、慈悲心(compassion)三者為儒家最主要的人文精神。而儒家思想之最主要核心為「仁」，「仁」之基本義又為「愛」，故筆者將此三者作為「愛」之具體內涵。

(註11)因仁性才會產生捨生取義之正確判斷；若人而不仁，則不可能捨生取義，縱使有禮樂之教亦枉然。

(註12)基督教認為上帝的本質便是「愛」，上帝也是因愛而創造宇宙萬有。

(續下期)