

## 何謂生命關懷與如何關懷生命

蔡耀明

臺灣大學哲學系教授

### 摘要

本文從佛教對於生命世界的觀看、解釋、診斷、治療、與修煉為視角，運用哲學的分析與論理，界說生命關懷，進而就如何關懷生命，條理地鋪陳一貫可行的指導原則。在論述的行文，由如下的六節串連而成。第一節，「緒論」，開門見山，帶出研究主題，並且逐一交代論文的構想與輪廓。第二節，將生命關懷界說為對於進入生命世界已經發生的與可能發生的事情或情形，包括生命現象、生命問題、乃至生命出路，產生出要去參與、認知、感受、幫助、或改善的驅策的動力或傾向。第三節，反思且顯示，將生命關懷用於活在生命世界或探究生命世界，不僅不是無關痛癢的，而且可以是高度切要的。第四節，將關懷生命施設為一貫可行的條理，就如何關懷生命，順著四個指導原則，予以鋪陳開來。第五節，以菩薩行做為範例，透過修行的學養與救度的事業，顯示以所有的眾生為格局的生命關懷，得以廣大地開展與徹底地實現。第六節，「結論」，總結本文的要點。

**關鍵詞：**生命關懷、生命出路、生命哲學、關懷哲學

# What is Caring about Life and How to Be Caring about Life

**Yao-ming Tsai**

**Professor, Department of Philosophy, National Taiwan University**

## **Abstract**

From the perspective of the way in which Buddhist teachings investigate, elucidate, diagnose, treat, and cultivate the life-and-world, this paper provides a definition of “caring about life” through philosophical analysis and reasoning, and then comes up with some guidelines for how to care about life appropriately. This paper is divided into six sections. Section one offers a broad outline of this paper’s argument and a breakdown of its individual sections. Section two seeks to clarify the meaning of the phrase “caring about life.” Section three critically reflects on how caring about life is both relevant to and significant for either living in the world or inquiring into the life-and-world. Section four lays out four guidelines for how to care about life in an appropriate and consistent manner. Taking Bodhisattva practices as an illustration, section five demonstrates that caring about all sentient beings can be broadly and thoroughly actualized by way of incessant cultivation and salvation. Section six concludes and summarizes the main points of this paper.

**Keywords: caring about life, ways out of suffering, philosophy of life, philosophy of caring.**

## 壹、緒論

為求快速勾勒大致的輪廓，以及清晰呈現整篇文章的構成要項，一開張，即以條列的方式，依序鋪陳「研究主題」、「研究進路」、「文獻依據」、「論述架構」、「研究目標」。

本文從佛教對於生命世界的觀看、解釋、診斷、治療、與修煉為視角，運用哲學的分析與論理，界說生命關懷，進而就如何關懷生命，條理地鋪陳一貫可行的指導原則。

涉及生命關懷，並非僅能訴諸老生常談或說教的方式。事實上，沿著哲學進路的思辨，不僅可打造生命關懷之骨幹，而且可提供生命關懷運作上的眼目，一方面，不至於淪為盲目的生命關懷，另一方面，使生命關懷得以較為清晰與正確的方式，往前進展，往上提昇，以及往廣大開展。就生命關懷從事哲學的思辨，即可稱為關懷哲學（philosophy of caring），<sup>1</sup> 也可放在生命哲學（philosophy of life）的範疇。<sup>2</sup>

本文雖然以佛法的教學為視角之泉源，基於如下的三個關聯條件，並不以單一的典籍為依據。其一，本文的重點任務，在於關鍵概念之界說與釐清，研究主題之分析與論理，以及論述觀點之廣大視野與運轉程序，而不在於文獻學、訓詁學、宗派學、或思想史學之類的工作。其二，在這之前已經累積數十年在佛教單一典籍的研讀、教學、與研究之經驗。其三，可藉以跳脫單一典籍在外觀上的侷限，並且彰顯，在解釋生命世界、診斷世間問題來源之癥結、以及以修行道路引導生命出路上，佛教的眾多經典皆有其條理與實修的連貫和暢通。

本文由如下的六節串連而成。第一節，「緒論」，開門見山，帶出研究主題，並且逐一交代論文的構想與輪廓。第二節，將生命關懷界說為對於進入生命世界已經發生的與可能發生的事情或情形，包括生命現象、生命問題、乃至生命出路，產生出要去參與、認知、感受、幫助、或改善的驅策的動力或傾向。第三節，反

---

<sup>1</sup> 有關關懷哲學之構想與必要，可參閱：Barbara Maier, Warren Shibles, *The Philosophy and Practice of Medicine and Bioethics: A Naturalistic-Humanistic Approach*, Dordrecht: Springer, 2011, pp. 201, 223.

<sup>2</sup> 有關生命哲學，可參閱：蔡耀明，〈生命與生命哲學：界說與釐清〉，《臺灣大學哲學論評》第35期（2008年3月），頁155-190；蔡耀明，〈生命哲學之課題範疇與論題舉隅：由形上學、心態哲學、和知識學的取角所形成的課題範疇〉，《正觀》第44期（2008年3月），頁205-263。

思且顯示，將生命關懷用於活在生命世界或探究生命世界，不僅不是無關痛癢的，而且可以是高度切要的。第四節，將關懷生命施設為一貫可行的條理，就如何關懷生命，順著四個指導原則，予以鋪陳開來。第五節，以菩薩行做為範例，透過修行的學養與救度的事業，顯示以所有的眾生為格局的生命關懷，得以廣大地開展與徹底地實現。第六節，「結論」，總結本文的要點。

出之以哲學的進路，本文預期接近的目標，主要有三。其一，就生命關懷，透過哲學分析，提出可形成切要認知的界說。其二，顯示生命關懷不論涉及活在生命世界，或涉及探究生命世界，都是既切要且基礎的課題。其三，根據佛法的教學與修行，提供關懷生命可行的指導原則，並且支援患病關懷、災難關懷、臨終關懷等關懷之應用。

## 貳、何謂生命關懷

在設定主要的論題之後，隨即界說關鍵概念，將有助於使後續專業的探究與論述，奠定在概念上較為清楚的認知之基礎。本文最核心的關鍵概念，生命關懷，是由生命與關懷這二個語詞複合而成，其字面的意思，簡單地說就是關懷著生命。然而，關懷著生命，又意涵著什麼？這可以從關懷與生命這二個語詞各別入手。

首先，關懷 (caring)，又可稱為關心、在乎、或在意，是感覺或情感的一種表現，大致意指對於發生在世間的事情或情形，產生出驅策的動力或傾向 (to get the urge to)，要去直接或間接地參與事情或情形的現場，要去知道事情或情形的發生、進展、或原委，要去知道事情或情形帶給影響所及的眾生或人們怎樣的傷痛或歡樂，要去或多或少幫上一些忙，以及希望已經形成的傷痛可以緩和或平息，或者希望已經形成的歡樂能夠維持、延續或增長。<sup>3</sup> 然而，如果對於發生在世間的事情或情形，反應出來的，卻是與上述很不相同的甚至正好相反的驅策的動力或傾向，那可能是一些被稱為輕蔑、鄙視、反感、厭惡、嫌棄、歧視之類的感覺或情緒。此外，如果對於發生在世間的事情或情形，幾乎產生不出上述二類的驅策的動力或傾向，大致可歸類為冷漠、冷淡、漠然、或漠不關心 (indifference)。

---

<sup>3</sup> 有關關懷之界說，可參閱：Rojann Alpers and et al., "Is Caring Really Teachable?" *Teaching and Learning in Nursing* 8 (2013): 68-69; Mehmet Dombaycı and et al., "Quadruple Thinking: Caring Thinking," *Procedia Social and Behavioral Sciences* 12 (2011): 553-554.

其次，生命一詞，類似時間、空間，不僅非常地抽離，也很少或不容易成為一般世人關懷的對象。以關懷為著眼，所謂的生命，大致為進入生命世界較為確實的事情或情形，包括生命之現象、處境、問題、作為、歷程、與出路。換言之，針對生命現象乃至生命出路這一系列的事情或情形，如果出之以抽離的或概括的方式，在概念上，即可統稱為生命；<sup>4</sup> 而對於生命之關懷，則著眼於生命落實在世間的諸多情形，並非僅關懷在生命之抽象概念。

透過以上在關懷與生命這二個語詞的認知，搭配在一起，所謂的生命關懷，即可初步界說為對於進入生命世界已經發生的與可能發生的事情或情形，包括感受、情緒、遭遇、生命現象、生命問題、乃至生命出路，產生出要去參與、認知、感受、幫助、或改善的驅策的動力或傾向。

### 參、生命關懷之切要於活在生命世界與探究生命世界

做為一個課題，光是字面上認知生命關懷一詞，不僅不夠，而且如此的認知，很可能是相當膚淺且脆弱的。所謂的生命關懷，如果值得深入地探究、論述、與運作，即應該至少顯示生命關懷如何地切要於眾生、世界、和探究。這一節正好在於反思且顯示，將生命關懷用於活在生命世界或探究生命世界，不僅不是無關痛癢的，而且可以是高度切要的。

#### 首先，生命關懷與活在生命世界。

一些世人可能一方面表現出對於任何事情都不在乎或沒興趣的樣子，另一方面，卻又一直在表現情緒上的愛好與厭惡，以及意見上的贊成與反對。如此的一幅景象，似乎有著過剩的產物，集中在情緒與意見，甚至反過來被情緒所掩蓋，以及被意見所挾持，而成為困苦的處境，但是相當匱乏的，正好在於對如此景象的關懷。對於事情的關懷，提供動力與線索去解開事情發生問題的因緣，而有助於改善目前的困境，以及在後續避免又犯同樣的毛病，這是關懷生命切要於活在世間的第一個理由。

---

<sup>4</sup> 有關生命之界說，可參閱：蔡耀明，〈生命意義之佛教哲學的反思〉，《人文與社會科學簡訊》第 13 卷第 1 期（2011 年 12 月），頁 163-164。

第二個理由，關懷雖然可以只用在自己身上，例如關心自己的前途、生命去向，但也能涉及其他眾生，關懷其他眾生的生命處境，如同關心自己一樣。進而，成為與眾生之間，心態乃至行為的關聯、互動。透過關懷生命、關懷世界，便在生命世界搭起一個溫暖的、互助的網絡，使得活在變動、不安、困苦在世間或多或少不再那麼地無助，讓眾生有努力找尋出路的勇氣。

因此，關懷所浮現出來的情緒與意見，關懷何以成為困苦的處境，以及發心予以改善或扭轉，都是十分切要於活在生命世界的一項作為。

此外，一些世人除了表現情緒與意見之外，可能也表現關懷，卻主要關心錢財、地位、政客、名人、比賽之類的事情，或主要在乎身材、面子、禮儀、階級、衣著、飲食、積蓄、消費之類的事情。然而，類似這些所關心或在乎的事情，卻偏於較為浮面、物質面、它者面( aspect of otherness )、或瑣碎面( aspect of triviality )，以至於容易不自覺地陷入關懷空洞化( hollowing-out of caring )或關懷誤置化( misplaced caring )的窠臼，而成為空洞地活著或誤置地活著的處境。所謂的關懷空洞化、關懷誤置化，例如，以為給予錢財、房子、名車、包包等社會潮流認為名貴的東西，就算是給予關懷。然而，所謂的關懷，應當更加著重在心態方面，也就是覺察對象真正的需要，也許對象更需要的是一個讚賞、鼓勵、擁抱。因此，不應該一味地認為自己付出了很多就是關心對象，那將是一種誤置，而讓關懷在根本上變得空洞，因為並沒有深刻去了解對象真正需要的是甚麼，以及什麼是正確的關懷。

關懷活著的處境之空洞或誤置，關懷何以成為空洞或誤置的處境，以及發心予以改善或扭轉，更是切要於活在生命世界的一項作為。

佛法的教學，很基礎的層次，在於幫助學習者面對已經活在生命世界之事實，而確實的做法之一，就在於不僅關懷總括地活在生命世界的情形，而且關懷活在生命世界之運轉脈動的情形，包括心思枯竭、困苦、空洞、或誤置之處境，造成困境之來源，困境與情意或見解之間的關係，困境後續的漫延下落，以及困境之

改善或超脫。如此的關懷，甚至切要到足以構成之所以毅然決然出家學佛的關鍵之一。<sup>5</sup>

其次，生命關懷與探究生命世界。

世間已經發展出一些試圖探究生命世界的學問領域，例如哲學、宇宙學、生物學、醫學、心理學、社會學。這些學問領域的一些從業員，可能打著科學或學術的招牌，或者以為不必運作關懷，或者以為只要運作關懷就會被打入不科學或無學術之冷宮。然而，如此的一幅景象，在基本上最欠缺的，可能就是關懷。理由在於，一方面，這些學問的運作涉及且影響生命世界之眾生；另一方面，這些學問領域的運作也涉及且影響從事學問運作的當事者。因此，關懷所運作的學問如何地看待與影響眾生，關懷所運作的學問如何地蒙蔽與塑造所在學問領域的從業員，以及發心予以改善或扭轉，都是切要於探究生命世界的一項作為。

此外，有關學問領域的一些從業員，可能也進行著關懷，卻主要關心所在學問領域的學術行情與自己的學術聲望之類的事情，或主要在乎自己的計劃案通過、實驗執行、成果發表、點數累積、升等加速、生計優渥之類的事情。當然，這也是一種關懷的表現，關懷對象主要是自己，本也無可厚非。但是，如果完全只關心自己，而不在乎學術或實驗涉及的其他眾生，就佛法的視角，這將成為後續出現問題的癥結。這樣的關心變成非常自私、非常片面，就成為所謂不適當的關心。在不適當地關心學術或歪曲地在乎自我的風氣之下，受到影響的眾生，像是惡名昭彰的實驗動物、集約式動物養殖場，過往的黑奴制度，這些眾生幾乎都遭受工具化、操控化、與宰制化的對待，而受苦受難或飽受摧殘。用以實驗的動物變成工具、動物養殖場裡的動物被視為只是食物，牠們活生生的生命、感受、痛苦完全被忽視，只是成為學者發表新發現、累積名望的工具，或者眾人滿足口

<sup>5</sup> 經證舉例：爾時，眾中有少諍事，世尊責諸比丘故，晨朝·著衣、持鉢，入城、乞食。食已出，攝舉衣鉢，洗足，入安陀林 (*andha-vana*)，坐一樹下，獨靜思惟，作是念：「眾中有少諍事，我責諸比丘。然，彼眾中，多年少比丘，出家未久，不見大師，或起悔心，愁憂不樂。我已長夜於諸比丘生哀愍心，今當復還，攝取彼眾，以哀愍故。」……時，諸比丘來詣佛所，懷慚愧色，前禮佛足，卻坐一面。爾時，世尊告諸比丘：「出家之人卑下活命，剃髮、持鉢，家家乞食，如被噤咒。所以然者，為求勝義故 (*attha-vasam paṭicca*)，為度生、老、病、死、憂、悲、惱、苦，究竟苦邊故。諸善男子！汝不為王、賊所使，非負債人，不為恐怖，不為失命 (*na ā jī vikāpakat ā*) 而出家，正為解脫生、老、病、死、憂、悲、惱、苦，汝等不為此而出家耶？」比丘白佛：「實爾。世尊！」(《雜阿含經·第 272 經》，求那跋陀羅 (*Guṇabhadra*) 譯，T. 99, vol. 2, pp. 71c-72a. Cf. Bhikkhu Bodhi (tr.), “SN 22.80: Alms-Gatherer,” *The Connected Discourses of the Buddha*, Boston: Wisdom, 2000, pp. 918-921; 《中阿含經·第 140 經·至邊經》，瞿曇僧伽提婆 (*Gautama Saṅghadeva*) 譯，T. 26, vol. 1, p. 647a-b.)「舍利子！諸佛如來大悲常轉。何以故？諸佛如來不捨一切眾生故，於一切時為成熟一切眾生故，當知大悲常起不息。」(《大寶積經·菩薩藏會第十二·如來不思議性品》，玄奘譯，T. 310, vol. 11, p. 226a.)

腹之慾的東西。雖然如此的運作也出自關懷之名，卻由於只關懷在學術、學問、自己，反而讓其他眾生的處境更加惡化，以及讓相關的從業員陷入就生命倫理層面而言很不適切的謀生方式。由關懷出發卻引發眾生的處境惡化，對於這樣的情形反思牽連其中之因緣，以及發心予以調整、改善，亦是從事生命世界探究很切要的一項作為。

佛法的教學，很基礎的層次，在於提醒，一方面，不值得且不應該由於謀求生計 (*ājīva/ livelihood; means of subsistence*) 而經常犯下生命倫理上的惡行或罪業；另一方面，由於謀求生計的作為，造成或加重涉及的眾生在後續的生命歷程的障礙、糾結、或衰落，應該是愚昧於事理而務必予以避免的。如果使用專門用詞，在這一個節骨眼上，即有「邪命以生存」(Skt. *mithyājīva/ Pāli, micchājīva*) 與「正命以生存」(Skt. *samyag-ājīva/ Pāli, sammājīva*) 的分辨。<sup>6</sup> 邪命以生存，可能賺到一輩子不少的錢財，甚至擠入社會主流或主宰的行業，卻嚴重扼殺專業倫理的生命關懷，殃及那些遭受宰制的眾生，以及賠上當事者後續的生命歷程的順暢。<sup>7</sup> 當代新興的行業當中，例如，以醫師的身份執行墮胎、便利死（所謂的安樂死/*euthanasia*），以醫學或生命科學之研究人員的身份進行動物實驗、基因科技、胚胎幹細胞研究 (*embryonic stem cell research*)、生物複製 (*organism cloning*; 又稱為 *reproductive cloning* 生殖式複製)，可能多少都有邪命以生存的疑慮。<sup>8</sup> 至於正命以生存，可能一輩子都在謀生的受用上相當簡陋或困窘，甚至被主流社會所輕賤，但是至少保住了專業倫理的生命關懷，避免或減少在職業或謀生上對於眾生的逼迫或惱害，助成當事者後續的生命歷程的順暢，甚至搭配成一組正當的運作系統，例如八正道 (Skt. *āryāṣṭāṅga-mārga/ Pāli, ariyo aṭṭhaṅgiko maggo*)，行走在正當的

<sup>6</sup> 經證舉例：「云何邪命？若有求無滿意，以若干種畜生之咒，邪命存命，彼不如法求衣被，以非法也；不如法求飲食、床榻、湯藥、諸生活具，以非法也；是謂邪命。云何正命？若不求無滿意，不以若干種畜生之咒，不邪命存命，彼如法求衣被，則以法也；如法求飲食、床榻、湯藥、諸生活具，則以法也；是謂正命。」(《中阿含經·第189經·聖道經》，瞿曇僧伽提婆 (Gautama Saṅghadeva) 譯，T. 26, vol. 1, p. 736a-b. Cf. Bhikkhu Ñāṇamoli, Bhikkhu Bodhi (tr.), “MN 117: *Mahācattārīśaka Sutta - The Great Forty*,” *The Middle Length Discourses of the Buddha: A New Translation of the Majjhima Nikāya*, Somerville: Wisdom, 2005, p. 938.)

<sup>7</sup> “The result of wrong livelihood is bad both in this present life and in future lives.’ Having reflected thus, he abandons wrong livelihood; he descends from wrong livelihood.” (Bhikkhu Bodhi (tr.), “AN 10.119,” *The Numerical Discourses of the Buddha: A Translation of the Aṅguttara Nikāya*, Boston: Wisdom, 2012, p. 1501.)

<sup>8</sup> Cf. Christine Gudorf, *Comparative Religious Ethics: Everyday Decisions for Our Everyday Lives*, Minneapolis: Fortress, 2013, p. 76; Peter Harvey, *An Introduction to Buddhist Ethics: Foundations, Values and Issues*, Cambridge: Cambridge University Press, 2000, p. 188; Matthew Walton, “Buddhist Reflections on Animal Advocacy: Intention and Liberation,” *Call to Compassion: Reflections on Animal Advocacy from the World’s Religions*, edited by Lisa Kemmerer, Anthony Nocella, Brooklyn: Lantern, 2011, pp. 80-81.

修行道路，成為從困苦的生命世界超脫的關鍵之一。<sup>9</sup>

總之，生命關懷切要於活在生命世界與探究生命世界。首先，由於切要於活在生命世界，生命關懷在乎死活、情緒、意見、困苦、處境—基於如此較為真實地活著，有助於避免活成空洞、浮面、虛飾之景象，以及有助於形成貼切於心路歷程與生命歷程之認識，從而有助於形成存活上較為貼切的改善或扭轉。其次，由於切要於探究生命世界，生命關懷在乎任何學問領域在探究過程對於能探究與所探究雙方所施加的蒙蔽、塑造、扭曲、操控、宰制、傷害、苦難—基於如此較為真實地探究，有助於避免空洞到只剩下高舉的學術研究的旗幟，以及有助於形成切要於生命倫理與學術良心的學問運作，從而有助於形成探究上較為貼切的改善或扭轉。

## 肆、如何以一貫可行的條理關懷生命

一般世人或許聽過關懷生命，卻不知如何關懷生命，而縱使嘗試關懷生命，也可能只是一些零星的、褊狹的、或混雜的點綴。然而，關懷生命如果不只是偶發卻立即消散的零星煙火，而且也不只是趕搭一股風潮，卻輕易被涉及切身利益的事情或騷動社會視聽的新聞事件所擊潰，那就有必要將關懷生命施設為一貫可行的條理。換個方式來說，所謂的生命關懷，其試金石，正好在於放在廣大的、長遠的、多樣的、動盪的生命世界，考驗著生命關懷是否條理一貫地皆可運行。

見諸佛教經典，關懷生命不僅是佛法教學很基礎的一門功課，而且開發出一貫地可運行的條理。這一節，即以如下的四個指導原則，扼要地予以鋪陳：其一，活出清醒的心念；其二，體認生命世界之廣大與認知生命歷程之無常；其三，優先感受眾生之困苦；其四，與眾生形成共構相伴之關係而非對立或宰制之關係。

### 一、活出清醒的心念

「生命關懷」一詞之關懷，既然是感覺或情感的一種表現，如果要確實地運轉出關懷，第一步，當然必須啟動且維持心念之運轉。就此而論，如下的三個要點，應當值得稍加辨別。其一，尤其是人們，活著不僅是肉體方面的生物功能或生存

---

<sup>9</sup> Cf. Revata Dhamma, *The First Discourse of the Buddha: Turning the Wheel of Dhamma*, Boston: Wisdom, 1997, pp. 36-37.

活動，更加在於心態方面的心念活動。其二，談到關懷，乃至各式各樣的心態現象，世間大致不太缺乏制式化的、禮儀化的、風俗化的、或浮面化的表現，而較為欠缺的，應該是發自內心的或活生生的表現。發自內心的關懷，如果藉由特定的禮儀在表達，通常即可稱為合乎倫理的（ethical）。然而，所謂的關懷，如果從頭到尾都用禮儀在套，而成為十足的禮儀化（reified etiquette），那是否還可稱為關懷，其實是很有疑慮的。其三，佛法的教學，不僅強調發自內心的心念活動，而且來得更為重視的，在於關懷所發起的或所造作的心念品質。一般世人發自內心的關懷，可能多少夾雜著一些會相互干擾的情緒，處於心意污染或攪動的情態，以及習慣地引進整串未經檢視的見解，而如此混雜的做法，通常會淪落為乏善可陳或面目全非的局面。見諸佛教經典，在避免類似虎頭蛇尾或龍蛇混雜的通病，使用的方式之一，就以「初善（Skt. *ādau kalyāṇam*/ Pāli, *ādi-kalyāṇa*/ good at the beginning）、中善（Skt. *madhye kalyāṇam*/ Pāli, *majjhe-kalyāṇa*/ good in the middle）、後善（Skt. *pariyavasāne kalyāṇam*/ Pāli, *pariyosāna-kalyāṇa*/ good at the end）」為標示，也就是整個路徑的運作，從起頭、當中、到完成，一貫地都好好地運作。<sup>10</sup> 像這樣從頭到尾好好地工夫，而起頭的指導原則，可以用「心念覺察」（Skt. *smṛti*/ Pāli, *sati* / presence of mind; bringing to mind; mindfulness）為代表。<sup>11</sup>

著實言之，要好好地運作關懷，第一步的任務，不在於急著包裝出關懷的樣子，而在於清醒地或清明地覺察一再現起的心念，使後續的關懷活動，得以置基於清醒的心念品質。如果欠缺心念覺察的修為，一般世人或許以為自己都有在關懷或很有愛心，其實可能只是百感交集、意念紛飛、或甚至別有居心的又一次的

<sup>10</sup> 經證一：「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。」（《中阿含經·第184經·牛角娑羅林經》，瞿曇僧伽提婆（Gautama Saṅghadeva）譯，T. 26, vol. 1, p. 727a. Cf. Bhikkhu Ñāṇamoli, Bhikkhu Bodhi (tr.),

“MN 32: *Mahā gosiṅga Sutta* - The Greater Discourse in Gosinga,” *The Middle Length Discourses of the Buddha: A New Translation of the Majjhima Nikāya*, Somerville: Wisdom, 2005, p. 308.）

經證二：「云何菩薩摩訶薩以無所得而為方便，修治開闢法教業（*dharma-vivaraṇa-parikarma*）？善現！若菩薩摩訶薩於佛在世及涅槃後，為諸有情開闢法教，初、中、後善，文義巧妙，純一圓滿清白梵行，所謂契經乃至論議一是為菩薩摩訶薩以無所得而為方便，修治開闢法教業。」（《大般若波羅蜜多經·第二會》，玄奘譯，T. 220 (2), vol. 7, p. 84a-b. Cf. Takayasu Kimura (ed.), *Pañcaviṃśatis āhasikā Prajñāpāramitā* : I-2, Tokyo: Sankibo Busshorin, 2009, p. 92; Edward Conze (tr.), *The Large Sutra on Perfect Wisdom with the Divisions of the Abhisamayālaṅkāra*, Berkeley: University of California Press, 1975, p. 167.）此外，參閱：Richard Nance, *Speaking for Buddhas: Scriptural Commentary in Indian Buddhism*, New York: Columbia University Press, 2012, pp. 104-105.

<sup>11</sup> 有關心念覺察，可參閱：蔡耀明，〈佛教禪修做為心身安頓：以基礎觀念與關鍵概念為線索〉，收錄於《內丹修煉與靜坐：第五屆「宗教生命關懷學術研討會」論文集》，正修科技大學通識教育中心主編，（高雄：正修科技大學通識教育中心，2012年1月），頁5-6.

虛偽掩飾而已。佛法的教學以心念覺察為基本功之一，舉凡起心動念冒出來的，都不加掩飾地予以覺察。如此一來，一方面，比較不至於受到混雜的或陰暗的情意的污染或拖累；另一方面，以心念覺察為基礎，比較有利於將後續的關懷活動，打造成貫徹地都是善良的或良好品質的（*kalyāṇa*/ good; virtuous）。

心念覺察不僅是進行任何關懷在起步階段的基本功，而且是關懷生命很基礎的體現。通常所談的生命關懷，其對象，小焉者，環繞在當事者的生死禍福，大焉者，擴及於周遭的或廣大的人群之生死禍福。然而，從第一個步驟走下去，如果都僅滯留在以這樣的對象所架構出來的層次，不僅相當浮面，而且很容易受到先入為主的人我之分、敵友之辨、族群劃界、物種區分的牽制或誤導。就此而論，心念覺察很發人深省的是，關懷生命就從關懷起心動念做起。透過起心動念的風起雲湧與紛紛擾擾，浮現出世間的生死禍福與悲歡離合。從基礎的層次入手，隨著關懷起心動念，進而清醒地覺察一再現起的心念，像這樣基礎地體現生命關懷，即可稱為活出清醒的心念。

## 二、體認生命世界之廣大與認知生命歷程之無常

以心念覺察為基本功的生命關懷，如果從頭到尾都要運作成具有良好的品質，其視野，應該以廣大的生命世界為格局，至於其觀看，則應該以無常的生命歷程為角度，形成切要於生命歷程的觀看與認知。

關懷雖然是感覺或情感的一種表現，所謂的生命關懷，並不是像號召一場急就章的社會運動那樣為了關懷而關懷，盲目地關懷，或甚至變質為被關懷所淹沒的濫情。打不開視野格局的關懷，很可能淪落為拿著關懷在很小的圈子裏面，相濡以沫、相互取暖、或彼此慰藉。同樣地，流露出關懷，卻不知道還必須從正確的角度觀看生命歷程，很可能淪落為集體的理盲。

佛教解脫道以三界（欲界、色界、無色界）六道（地獄道、餓鬼道、旁生道、人道、阿修羅道、天道）之廣大的生命世界為其視野格局，強調在如下的二條線索密切地搭配，往解脫之目標漸次邁進。其一，面對廣大的生命世界，對於生命歷程，從無常而緣起的角度入手，將感官知覺、認知、認定、判斷、與理解，一

一予以適切地調整，這可簡稱為認知之線索的調整與邁進。<sup>12</sup> 其二，面對廣大的生命世界，對於生命歷程，以超脫生死輪迴為著眼，將感受、情意、態度、與得失，一一予以適切地調整，這可簡稱為情意之線索的調整與邁進。

正好由於將視野打開成廣大的生命世界之格局，佛教解脫道一旦涉及關懷生命，其對象，並不會只侷限在周遭的或廣大的人群，最起碼的做法，三界六道的一切眾生都包括在內。之所以有必要面對廣大的生命世界，由於三界六道構成世間眾多的生存環圈交織的完整系統，提供生死輪迴完整去向的生命航行圖，以及豎立為眾生在世間完整的對象領域——一方面，以各種方式影響著眾生，成為眾生在認知、情意、生存都受到限制的對象領域，另一方面，以各種方式吸引著眾生，成為眾生在認知、情意、生存都會去追求的對象領域。以如此廣大的生命世界為其視野格局，進而從事認知線索與情意線索的努力，消極面，才經得起世間各式各樣的考驗與衝擊，積極面，也才得以沿著努力的線索，從頭到尾做出良好的品質。

以無上菩提 (*anuttarā samyak-saṃbodhiḥ/ the utmost, right and perfect enlightenment/* 「無上正等菩提」、「最極高超、正確、圓滿的覺悟」之簡稱) 為目標的佛教菩提道，進而甚至以多重的三界六道交織的無限廣大的生命世界為其視野格局，以至於其關懷的對象，往往皆擴及於十方無量無數的眾生。<sup>13</sup> 縱使以如此浩瀚的格局在關懷眾生，並不因此淪為空洞的口號，或失控而亂無章法。以佛教解脫道的修行品質為基礎，佛教菩提道繼續在認知線索與情意線索深耕與拓展，而認知線索以智慧 (*jñāna*) 為代表，情意線索以慈悲 (*maitrī-karuṇā*) 為代表，合稱為悲智雙運。

<sup>12</sup> 有關佛教解脫道在認知線索的調整與邁進，可參閱：蔡耀明，〈「不二中道」學說相關導航概念的詮釋進路：以佛法解開生命世界的全面實相在思惟的導引為詮釋線索〉，《臺灣大學哲學論評》第32期（2006年10月），頁115-166；蔡耀明，〈以《雜阿含經》為依據探討「解開而認知世人」與「出離而超脫人世」在條理的一貫〉，《東海哲學研究集刊》第17輯（2012年7月），頁3-33。

<sup>13</sup> 經證舉例：「如來·應·正等覺善能正說 (*su-bh ā sīta*) 菩薩摩訶薩大乘 (*bodhisattv ā n ā m mah ā sattv ā n ā m mah ā y ā nam*)。世尊！如是大乘最尊、最勝、最上、最妙。過去，諸菩薩摩訶薩於此中學，已能證得一切相智 (*sarvāk ā ra-jñāt ā anuprāpt ā*)，利益、安樂一切有情。未來，諸菩薩摩訶薩於此中學，當能證得一切相智，利益、安樂一切有情。現在，十方無量、無數、無邊世界 (*daśa-dīśi loke ' saṃkhyeyeṣu loka-dh ā tuṣu*) 諸菩薩摩訶薩於此中學，今能證得一切相智，利益、安樂一切有情。是故，大乘最尊、最勝、最上、最妙，能為一切菩薩摩訶薩真勝所依，能令菩薩摩訶薩速能證得一切相智，利益、安樂一切有情。」（《大般若波羅蜜多經·第二會》，玄奘譯，T. 220 (2), vol. 7, p. 109c. Cf. Takayasu Kimura (ed.), *Pañcaviṃśatis ā hasrik ā Prajñ ā p ā ramit ā : I-2*, Tokyo: Sankibo Busshorin, 2009, p. 135; Edward Conze (tr.), *The Large Sutra on Perfect Wisdom with the Divisions of the Abhisamay ā laṅkā ra*, Berkeley: University of California Press, 1975, pp. 186-187.)

### 三、優先感受眾生之困苦

眾生進入生命世界，並非以固定的樣態存在，亦非固定停留在親屬關係或社會關係的層級系統中的任何一個位置，而是一直經歷著生命歷程上的各個層面的起伏與動盪。就此而論，以眾生為對象所運作或施加的感官知覺、認知、認定、判斷、與理解，如果全然出之於存在 (existence)、定位 (positioning)、自我 (self)、與認同 (identity) 的角度或觀念，則不僅不切合於眾生之生命歷程，而且障礙如此運作或施加在認知線索的正確的進展。對比於如此的偏頗或顛倒，佛法的教學，入門的重點功課之一，就在於從無常而緣起的角度，將生命歷程觀看且認知為空性 (Skt. *sūnyatā*/ Pāli, *suññatā*/ emptiness)、非我 (Skt. *an-ātman*/ Pāli, *an-attan*/ not-self)、非我所有 (Skt. *an-ātmīya*; *a-mama*/ Pāli, *an-attaniya*/ not-mine; not belonging to a self)，而如此的探究進路，不僅切合於眾生之生命歷程，而且構成生命關懷得以源源不斷地開發良好品質的關鍵要領。

順著無常而緣起的角度串聯出來的，主要是認知方面的線索；由認知生命歷程的無常，而感受眾生受制於生命歷程的困苦 (Skt. *duḥkha*/ Pāli, *dukkha*/ suffering)，那才構成生命關懷在情意線索得以落實與深化的重大環節。做為感覺或情感的一種表現之關懷，如果欠缺感受上的考察，那將是難以想像的。進而言之，雖然不是在外表做個樣子，或只靠嘴巴說說而已，而且已經有在做感受上的考察，但是並不把受制於生命歷程的困苦之處境與感受當成重大的課題在看待，那大概也難以形成有任何深度的關懷，關聯地，也難以將關懷推進到如何高超的地步。對比於如此的淺薄與庸俗，佛法的教學，扣緊生命歷程的無常，從而在感受上一貫地考察眾生既受制於且追逐於生命世界而經歷的眾多的困苦，包括八個環節的困苦與三個類型的困苦。<sup>14</sup> 彰顯眾生在世間的困苦，並不是在採取悲觀主

<sup>14</sup> 八個環節的困苦，簡稱為八苦，包括沿著一期生命歷程的「生苦」(Skt. *jā ti-duḥkha*/P ā li, *jā ti-dukkha*)、  
「老苦」(Skt. *jar ā -duḥkha*/P ā li, *jar ā -dukkha*)、「病苦」(Skt. *vy ā dhi-duḥkha*/P ā li, *vy ā dhi-dukkha*)、「死  
苦」(Skt. *marāṇa-duḥkha*/P ā li, *marāṇa-dukkha*)，在一期生命歷程由於貪愛與追求所造成的「愛別離苦」(Skt.  
*priya-viprayoga-duḥkha*/P ā li, *piyehi vippayogo dukkho*)、「怨憎會苦」(Skt. *apriya-saṃprayoga-duḥkha* /P ā li,  
*appiyehi saṃpayogo dukkho*)、「求不得苦」(Skt. *yad apīcchate paryeṣam ā no na labhate tad api duḥkham*/P ā li,  
*yam p' iccham na labhati tam pi dukkham*)，以及五蘊成為執取對象所造成的「五蘊熾盛苦」(Skt.  
*pañcōp ā d ā na-skandha-duḥkha* /P ā li, *pañc' up ā d ā nakkhandh ā pi dukkh ā*)。至於三個類型的困苦，簡稱  
為三苦，包括以痛苦而為困苦之「苦苦」(Skt. *duḥkha-duḥkhat ā* /P ā li, *dukkha-dukkhat ā* /suffering as pain)、  
以變壞而為困苦之「壞苦」(Skt. *vipariṇ ā ma-duḥkhat ā* /P ā li, *vipariṇ ā ma-dukkhat ā* /suffering as change)、  
以湊合造作所組成而為困苦之「行苦」(Skt. *saṃsk ā ra-duḥkhat ā* /P ā li, *saṅkh ā ra-dukkhat ā* /suffering as  
conditioned formations)。Cf. M. V. Ram Kumar Ratnam, D. Bhaskara Rao, *Dukkha: Suffering in Early Buddhism*,  
New Delhi: Discovery, 2003.

義 (pessimism) 或樂觀主義 (optimism) 的立場，而主要是從儘可能廣大的、長遠的、深刻的、高超的視野格局所發出的務實的看法與困境超脫的策略。<sup>15</sup>

假如世間無所謂各式各樣的困苦，所謂的關懷，甚至佛教解脫道，大概也都沒太大的必要了。例如，如果僅涉及一時的得失、成敗、吉凶、美醜、榮辱，一般世人派得上用場的，至少就有計算、計較、爭逐、祝福、歡樂、慶祝、失望、唾棄等花樣繁出的現象。然而，如果著眼於卡在一時的得失乃至榮辱所蘊藏的或衍生的諸如求不得苦、怨憎會苦、病苦、死苦，則不僅提供關懷得以產生或運作的切要的關聯條件，而且提供佛教解脫道得以全套修行的重大素材之一。

關懷生命，落實的做法，就在於優先感受世間眾生各式各樣的困苦。如下的二個片段的經文，都出自阿含經典，或可鮮明地表彰此一指導原則：

或有一邪盛大會主，行施作福，而生於罪，為三刀劍之所刻削，得不善果報。何等三？謂身刀劍 (*kaya-sattha*)、口刀劍 (*vacī-sattha*)、意刀劍 (*mano-sattha*)。何等為意刀劍生諸苦報？如一會主，造作大會 (Skt. *yajña*/Pāli, *yañña*)，作是思惟：「我作邪盛大會 (*yañña*)，當殺爾所少壯特牛 (Skt. *ṛṣabha*/Pāli, *usabha*)，爾所水特 (*vacchatara*)、水特 (*vacchatarī*)，爾所羊犢 (*aja*)、及種種諸蟲。」是名意刀劍生諸苦報。如是，施主雖念作種種布施、種種供養，實生於罪。云何為口刀劍生諸苦報？有一會主，造作大會，作如是教：「我今作邪盛大會，汝等當殺爾所少壯特牛，乃至殺害爾所微細蟲。」是名口刀劍生諸苦報。大會主雖作是布施、供養，實生於罪。云何為身刀劍生諸苦報？謂有一大會主，造作大會，自手傷殺爾所特牛，乃至殺害種種細蟲，是名身刀劍生諸苦報。彼大會主，雖作是念種種布施、種種供養，實生於罪。<sup>16</sup>

若邪盛大會 (*yañña*)，繫群少特牛 (*usabha*)、水特 (*vacchatara*)、水特 (*vacchatarī*)，及諸羊犢 (*aja*)、小小眾生，悉皆傷殺，逼迫苦切；僕使作人，鞭笞恐怛，悲泣號呼，不喜不樂，眾苦作役一如是等邪盛大會，我不稱歎，以造大難 (*sārambha*) 故。若復大會，不繫縛群牛，乃至不令眾生辛苦作役者一如是邪盛大會，我所稱歎，以不造大難 (*nirārambha*) 故。

<sup>15</sup> Cf. Roger Corless, *The Vision of Buddhism: The Space Under the Tree*, St Paul: Paragon, 1989, p. 206; Jacob Kinnard, *The Emergence of Buddhism: Classical Traditions in Contemporary Perspective*, Augsburg Fortress: Fortress, 2011, pp. 42, 45; Charles Prebish, Damien Keown, *Buddhism: The eBook, An Online Introduction*, 4<sup>th</sup> edition, Journal of Buddhist Ethics Online Books, 2010, p. 46.

<sup>16</sup> 《雜阿含經·第93經》，求那跋陀羅 (Guṇabhadra) 譯，T. 99, vol. 2, p. 24c. Cf. Bhikkhu Bodhi (tr.), “AN 7.47,” *The Numerical Discourses of the Buddha: A Translation of the Aṅguttara Nikāya*, Boston: Wisdom, 2012, pp. 1027-1031; 《別譯雜阿含經·第259經》，T. 100, vol. 2, p. 464b-c.

如上的二段經文，外表的焦點，都在於一般宗教或民俗多少會施行的獻祭或祭祀。所謂的祭祀，字面的意思為對著特定的天神、地祇、祖靈、人鬼、死難者、鬼靈精怪、物件、或符碼，通稱為對著特定的神靈，為了表示歸屬、順從、尊敬、供養、消災、解厄、討好、索求、畏懼、或遣送，按照一定的儀式程序與動作，奉獻出生存用品、享受物資、莊嚴設備，甚至奉獻出活人、動物、或替代的俑，而充為犧牲或犧牲品（sacrifices; oblations）。<sup>18</sup> 由於祭祀涉及很多方面，而隨著偏重的差異，甚至出現了諸如祭祀萬能論、儀式主義、或神靈崇拜主義等極端的情形。對照之下，如上的二段經文，凸顯佛教所特別關懷的三個面向。其一，關懷祭祀當中被迫成為犧牲品而遭受殺害之苦的各種動物。其二，關懷祭祀當中被迫成為勞役者而遭受威嚇驅使、處罰鞭刑、或過度勞役之苦的弱勢眾生。其三，關懷祭祀當中的主事者或參與者由於在身、口、意三方面的活動直接或間接造作奴役或殺害之罪業卻還以為自己在做好事而淪為愚痴之過失、造作惡業之實情、以及難免於所造惡業招致困苦之果報。

祭祀既非全然有利，亦非全然有害，因此並不是所有的祭祀都要去贊成，或都要予以反對。面對祭祀所涉及的很多方面，造成佛法相當獨特的看法與做法，關鍵的差異，就在於優先感受世間眾生各式各樣的困苦。如果一開始就相信祭祀萬能論或神靈崇拜主義，則古今中外觸目皆是的以動物或活人充為犧牲品的現象，若非視若無睹，大概就在先人為主的祭祀萬能論或神靈崇拜主義，給廉價地且輕率地合理化了。<sup>19</sup> 然而，正好將世間眾生各式各樣的困苦擺在優先重視的位子，不僅得以確實體察牽涉在內的眾生所遭受的逼迫與傷害，而且得以拆穿那些假藉祭祀或神靈之名，卻遂行類似集體催眠或共犯結構的惡行。這就來到不容迴避的深切省思：以奴役或殺害眾生為手段的祭祀，對於牽連在內而遭受苦難的眾

<sup>17</sup> 《雜阿含經·第 89 經》，求那跋陀羅（Gūṇabhadra）譯，T. 99, vol. 2, p. 22c. Cf. Bhikkhu Bodhi (tr.), “AN 4.39,” *The Numerical Discourses of the Buddha: A Translation of the Aṅguttara Nikāya*, Boston: Wisdom, 2012, pp. 429-430; 《別譯雜阿含經·第 89 經》，T. 100, vol. 2, p. 404b.

<sup>18</sup> Cf. Silke Bechler, “Chapter 4: Globalized Religion: The Vedic Sacrifice (*Yajña*) in Transcultural Public Spheres,” *Experiencing Globalization: Religion in Contemporary Contexts*, edited by Derrick Nault and et al., London: Anthem, 2013, pp. 59-77.

<sup>19</sup> Cf. Christopher Faraone, F. S. Naiden (eds.), *Greek and Roman Animal Sacrifice: Ancient Victims, Modern Observers*, Cambridge: Cambridge University Press, 2012; Ingvild Gilhus, “Chapter 6: Animals Sacrifice: Traditions and new Inventions,” *Animals, Gods and Humans: Changing Attitudes to Animals in Greek, Roman and Early Christian Ideas*, New York: Routledge, 2006, pp. 114-137; Paul Waldau, “Religion and Animals,” *In Defense of Animals: The Second Wave*, edited by Peter Singer, Malden: Blackwell, 2006, pp. 69-83.

生又缺乏真實的關懷，如何可能在道德上是善良的或對的，在倫理上是適當的，以及如何可能在生命歷程的因果上會有良好的出路？

優先感受世間眾生各式各樣的困苦，此一指導原則並非僅適用於祭祀；學理上，涉及當代推陳出新的富於爭議之生命倫理與社會哲學眾多的議題，亦照樣適用。例如，在科學主義當道、科技掛帥、人類福祉的掩飾、以及經濟效益至上的喧囂當中，為數極多的動物陸續成為動物實驗（animal experiments）或動物試驗（animal testing）的犧牲品，雖然橫遭逼迫、操弄、解剖、荼毒、與殘殺之對待，經歷各個等級的悲傷、慘痛，卻往往被視為理所當然，或一再地被學術圈的常態體制、企業營運的利潤糖衣、與人類利益優位的聲浪，給層層掩蓋在底下陰暗的角落。<sup>20</sup> 然而，只要敞開心胸，鮮明地感受被牽連在內的動物或眾生所遭受的逼迫乃至殘殺之傷痛，就可以從「理所當然的犧牲」或「必要之惡」的睡夢覺醒過來，一方面，得以看穿世間用以鞏固既得利益與追逐過剩欲望所塗抹增添的一層又一層虛偽的外衣；另一方面，得以形成類似燈塔指引的作用，再也不忍心使用轉嫁禍害到動物或弱勢眾生的手段去做過度的自我保存或過度的本位利益追求，從而發自對眾生的一片善意，在觀念與做法上，儘量減少或停止以動物或弱勢眾生為犧牲品所衍生的禍害。<sup>21</sup>

#### 四、與眾生形成共構相伴之關係而非對立或宰制之關係

基於感受眾生受制於生命歷程的困苦，就在情意的線索，落實與深化生命關懷。然而，要在關懷生命的整個路徑貫徹地都以良好的品質運作，還必須在認知的線索進行適切的設置，而關鍵的題目，就在於從事生命關懷者與所關懷的眾生之間應該是什麼樣的關係。此一「關係課題」，如果認知錯誤，嚴重的話，會使生命關懷變質或窒礙難行；如果正確予以認知，即可關鍵地助成全程貫通都是善良的生命關懷。

為了方便分析起見，一般世人在此一「關係課題」的認知，可粗略分成如下

---

<sup>20</sup> Cf. Lynda Birke and et al., *The Sacrifice: How Scientific Experiments Transform Animals and People*, West Lafayette: Purdue University Press, 2007; Alastair Norcross, "Animal Experimentation," *The Oxford Handbook of Bioethics*, edited by Bonnie Steinbock, Oxford: Oxford University Press, 2009, pp. 648-667; Stephanie Watson, *Animal Testing: Issues and Ethics*, New York: Rosen, 2009.

<sup>21</sup> Cf. Robert Ellis, "Animal experimentation," *A New Buddhist Ethics*, Raleigh: Lulu.com, 2011, pp. 174-179; Phillip Lecso, "To Do No Harm: A Buddhist View on Animal Use in Research," *Journal of Religion and Health* 27/4 (Winter 1988): 307-312.

的四個類別。

其一，歸屬之認知形態，也就是將涉及的眾生，先入為主地認知而斷定為屬於自己的，自己所歸屬的，或共同屬於某一個家庭、家族、族群、社群、區域、職業、文化、傳統、或國家。此一歸屬取向的認知形態所引發的關懷，與其說成生命關懷，倒不如說成「歸屬之關懷」。理由在於，其關懷以歸屬的範圍為格局，受限於歸屬的範圍，嚴重地受到歸屬感的強烈程度的影響；很容易受到歸屬感在態度的執著、方式的扭曲、與系統的宰制，其關懷跟著發酸、發臭，而變質為宰制。亦即，由於劃分歸屬擺在關懷之前，因此不在歸屬範圍的，就完全視若無睹，甚至可以變成犧牲品來增益自己所屬物的「幸福感」。例如，若干宗教的宰牲節(Eid al-Adha/ Festival of the sacrifice)，大量地屠殺牲口，然而，由於宰殺的牲口將分享給親朋好友，因此被視為慷慨的、散播關懷的節日。<sup>22</sup> 由於只把人類納入在關懷的範圍，所以可以無視於遍地哀嚎的牲口之血淚，只因為傷害的非我族類，而增益的是屬於我的同類或族群。雖然如此，歸屬先於關懷的關懷方式，對於歸屬之內的，也未必就是真實的關懷，因為歸屬之集合其實是自我的延伸，與其說關懷的是群體內的眾生，不如說關懷的是自己的延伸。因此，實際上關心的還是自己，並非真正無私地對眾生之關懷。而隨著歸屬感的失落或找不到出路，其關懷亦將蕩然無存。

其二，對立而為特定對象之認知形態，也就是將涉及的眾生，先入為主地認知而斷定為特定層面或特定部分的對象，例如食物對象、狩獵對象、娛樂對象、欲望對象、實驗對象、試驗對象、犧牲對象、賺錢對象、詐騙對象、利用對象。此一對立的認知形態，如果還能引發關懷，與其說成生命關懷，倒不如說成「利用之關懷」。理由在於，以食物對象為例，擺在對立面的動物，被嚴重地扭曲為只是或僅剩能不能吃、敢不敢吃、好不好吃、貴或便宜、營養成分如何之類的考量或計較；至於動物被這樣對待或處理所遭受的困苦，或者變成經過粉飾的數據，或者幾乎完全被掩蓋在以利用為導向的考量或計較底下。諸如此類幾乎只在乎利用的認知，在汲取所涉及眾生的特定層面或特定部分，可能很專門，也威風凜凜、相貌堂堂，從而助長當代諸如食品業、餐飲業、生技產業、醫療產業的規模擴張

<sup>22</sup> Cf. Jeffrey Carter (ed.), "General Introduction," *Understanding Religious Sacrifice: A Reader*, London: Continuum, 2003, pp. 1-11.

與產值翻揚，但是在生命關懷方面，或者交了白卷，或者起步就走向偏差與扭曲，遑論後續還能期待有什麼良好品質的關懷。

其三，對立而為敵對之認知形態，也就是將涉及的眾生，先入為主地認知而斷定為敵對的對象，例如仇敵、天敵、敵軍、敵對陣營、敵對黨派、敵對國家、敵對宗教、敵對勢力、邪惡軸心。此一敵視或仇視的認知形態，如果還能引發關懷，與其說成生命關懷，倒不如說成「追討之關懷」。理由在於，這一類的認知形態，當事者往往深信有二件事情是真實的，有一件事情是最重要的。第一件被信以為真實的事情，是一直冒出來且壓不下的敵視或仇視心態；第二件被信以為真實的事情，是具體地或抽象地站在對立面的敵對的對象。至於那一件重要的事情，當然就是針對敵對的對象遂行追究、追殺、討伐，簡稱為追討，而訴求的辦法，五花八門，包括打著伸張正義的招牌、利用媒體圍剿、鼓動民眾抗爭、採取制裁措施、提起訴訟、訴諸死刑、展開攻擊、報復仇殺、族群清洗、發動戰爭。諸如此類幾乎只在乎追討的認知，在撕裂社會、激化世間、製造一時的軍事強權、搶佔媒體版面、或行銷復仇動作片等方面，很有推波助瀾的作用，甚至蘊藏強烈的情緒爆發力，卻因此扼殺了生命關懷，或者等而下之，將生命關懷做成只是外交辭令的裝飾品。

其四，分隔而為它者之認知形態，也就是將涉及的眾生，先入為主地認知而斷定為它者。所謂的它者（the other; others），主要藉由分別式的知覺或認知（differentiating perception or cognition; consciousness）、語言方面的人稱代名詞、以及文化模式在身分區分的慣用，再透過二種方式所造成。<sup>23</sup> 第一種方式，無視於對象（或所緣、客體），凡是不在所給定的我者（或自我、主體）之領土（territory/疆域、地盤）範圍內的，即出之於最粗糙與扁平的分隔手法，一概認定為它者。第二種方式，以人稱代名詞做為世間地圖的坐標軸，凡是不在所給定的我者（或第一人稱）與對象（或第二人稱）之領土範圍內的，即出之於同樣粗糙與扁平的分隔手法，一概認定為它者（或第三人稱）。不論透過哪一種方式，只要不在所給定的我群、正統、正常、自然、合法、合格、主流、或主宰之領土範圍內的，例

---

<sup>23</sup> 有關它者，可參閱：蔡耀明，〈以菩提道的進展駕馭「感官欲望」所營造的倫理思考：以《大般若經·第十二會·淨戒波羅蜜多分》為依據〉，《臺大佛學研究》第16期（2008年12月），頁71-75；Eugene Thomas Long, "Self and Other: An introduction," *International Journal for Philosophy of Religion* 60/1-3 (December 2006): 1-7.

如胚胎、社會上的弱勢群體、難民、非法移民、異族、外國人、外星眾生、害蟲、動物，都很容易被認定為異己的或其他的，而抽象地且概括地給貼上各式各樣它者之標籤。此一異己化的認知形態，如果還能引發關懷，與其說成生命關懷，倒不如說成「身分之關懷」。理由在於，以剛剛發生的災難事故為例，新聞報導通常會優先確認國籍身分，述及該媒體所在國家的民眾是否在傷亡名單內，以此為基準，才決定關懷的輕重，以及所發生的事故，將用多少篇幅，報導哪些層面。至於閱聽大眾，針對傷亡者，也似乎用我群與它群的分界，在決定閱聽上的關懷與否或輕重比例。再以墮胎倫理爭議中的胚胎或胎兒為例，不少學者將爭論的焦點轉移到胚胎或胎兒在身分上是不是人，也就是要先確認胚胎或胎兒可劃歸人類之我群，還是應劃歸那些沒資格或沒必要予以道德對待的它群。<sup>24</sup> 諸如此類的認知，幾乎只在乎判定歸屬在我群身分或它群身分，由於如此地轉移焦點，以及挑起一般社會大眾在身分認同與身分區隔的敏感神經，生命關懷反而成為次要的或聊備一格的事情。

以上針對從事生命關懷者與所關懷的眾生之間的關係，粗略整理出來總共四個類別的認知形態。現實上，這四類形態既非窮舉，亦非互斥，而是呈現相當程度的重疊與混雜。然而，如上的鋪陳，對於世間較為常見的關懷形態，應可提供大略完整的輪廓。相較之下，佛法大致不用世間常見的方式，而以共構相伴的觀念，看待從事生命關懷者與所關懷的眾生之間的關係。之所以「共構相伴」，主要的理由有三。一者，佛法以廣大的生命世界為其視野格局，一方面，所有的眾生「共同構造」生命世界，另一方面，不應該先入為主地以任何意識形態將任何一位眾生排除在生命世界之外。二者，所有的眾生都以造作身口意三方面的活動所累積的造業資訊內容、以及從事德行實踐或生命修煉所累積的修行資訊內容，表現為對於世間或超出世間的追求、經營、維持、推動、進展、壓力、逼迫、驅使、與收割成果或承受果報的歷程，總括地透過緣起的方式，往流轉的方向持續奔流，形成生命世界之各個生命體在生命波段與生命形態皆不斷變化的景象，以及彼此的關係跟著不斷地變化的景象。換言之，同樣以造業、受報、修行、轉化之緣起的方式而各自且彼此不斷地變化的眾生，共同經歷在如此的流程，彼此的關係，

<sup>24</sup> Cf. Yao-ming Tsai, "How Does an Empty Buddhist Bioethics Work: The Example of Abortion," in the *Proceedings of 4th International Conference on Applied Ethics and Applied Philosophy in East Asia*, Kobe: Project Innovative Ethics, Graduate School of Humanities, Kobe University, 2014, pp. 152-153.

類似同舟共渡，基本上可稱為「相互伴行」。三者，眾生相互之間的關係，尤其從事生命關懷者與所關懷的眾生之間的關係，基本上就是共構而相伴，至於世間流行的褊狹的自我觀與僵化的眾生觀，以及訴諸歸屬的、對立的、敵對的、或它者的觀念在斷定與運作彼此的關係，不僅偏離於甚至無視於眾生行走在生命歷程確實的情形，而且往往成為世間層出不窮的謬見、執著、紛爭、漂流等問題之癥結所在。

佛法以共構而相伴之觀念看待眾生相互之間的關係；若用在生命關懷，從事生命關懷者與所關懷的眾生之間，基本上還是共構而相伴。如此的看法，不僅切合於眾生行走在生命歷程確實的情形，而且出之於相當單純的觀念，儘量不夾雜諸如概念蒙蔽的、情意偏執的、或態度敵對的東西。關懷生命，如同多數善良的情感，做得越單純，大致越好。如果夾雜一大堆的東西在內，所謂的關懷，幾乎難免於破毀在計較與糾結的漩渦。總之，正好以共構而相伴的關係為指導原則，關懷生命，即得以順著切要的認知與單純的心意，一貫地進行。

這一節從活出清醒的心念到共構而相伴的關係，鋪陳佛教經典以一貫可行的條理在關懷生命所施設的四個指導原則。佛法在教導如何關懷生命，當然不限於只是這四個類似主幹的指導原則。還有很多類似分支的理念，以篇幅的考量，在此僅能一語帶過。例如，關懷不等於擔憂或牽掛，發自慈心與悲心的關懷不等於愛戀或愛著，雖然關懷但是不執著、不沈溺，關懷生命卻不必然尊重活命，也不必然主張活命有其本身的價值，練習多樣地與善巧地表達關懷之感受。

## 伍、透過修行與救度帶動生命關懷的徹底實現

關懷生命，並非敷衍場面就嘎然結束，而是可施設為一貫地行得通的條理與道路。以生命關懷為志業（vocation）者，可能很常感受到相當困窘的一些方面，包括生命關懷專業能力的不足，認知不到事情的來龍去脈，給不出可適切脫離困苦的辦法，以及欠缺不再落入困境而可持續超脫的遠大目標。就此而論，佛法提供全套且徹底的修行道路，包括解脫道與菩提道，而且菩提道的修行，搭配修行水準的提昇，尤其強調救度眾生的全方位實踐與歷練。如此一來，關懷生命由於修行與救度皆專業且完整地實施，而得以持續地進展與次第地提昇。在佛教經典眾多有關的教導當中，僅引如下的二個片段，以窺其一斑。即將引證的第一個片

段，焦點在於顯發菩薩一詞的意義 (*padārtha/* 句義)：

具壽善現復白佛言：「所說菩薩摩訶薩者，何等名為菩薩句義？」佛告善現：「學一切法無著、無礙，覺一切法無著、無礙，求證無上正等菩提，饒益有情，是菩薩義。」<sup>25</sup>

如上的片段指出，由於就所有關聯的項目 (*sarva-dharma*)，在從事修行上的學習 (*śikṣate*)，皆無所附著 (*a-saktatā*)；以及由於目標在於隨順覺悟 (*anubodhanārthena*) 所有關聯的項目，而就所有關聯的項目，在從事現前平等覺悟無上的正確平等之覺悟 (*anuttarāṃ samyaksambodhim abhisambudhyate*)，亦無所附著 (*a-saktatā*)；總之，以覺悟為目標 (*bodhy-arthena*) 而從事修行，並且致力於帶給眾生豐富的利益，這即可說為菩薩一詞的意義。

至於即將引證的第二個片段，焦點在於出發而走上菩薩乘的行者 (*bodhisattva-yāna-saṃprasthitena*)，應該如何安住 (*yathā sthātavyam*)，應該如何修行前進，(*yathā pratipattavyam*)，以及應該如何攝持心態 (*yathā cittam pragrahītavyam*)：

佛言：「善現！諸有發趣菩薩乘者，應當發趣如是之心：『所有諸有情，有情攝、所攝——若卵生、若胎生、若濕生、若化生、若有色、若無色、若有想、若無想、若非有想非無想——乃至有情界施設、所施設，如是一切，我當皆令於無餘依妙涅槃界而般涅槃。雖度如是無量有情令滅度已，而無有情得滅度者。』何以故？善現！若諸菩薩摩訶薩，有情想轉，不應說名菩薩摩訶薩。所以者何？善現！若諸菩薩摩訶薩，不應說言有情想轉。如是，命者想、士夫想、補特伽羅想、意生想、摩訶婆想、作者想、受者想轉，當知亦爾。何以故？善現！無有少法名為發趣菩薩乘者。」<sup>26</sup>

如上的片段指出，出發而走上菩薩乘的行者，應該在心態的發起 (*cittam utpādayitavyam*)，要求如下的三個要點。一者，將所有的眾生完全納入菩薩乘的修行系統，而沒有任何眾生會被遺漏或排斥在外。舉凡以眾生之集合名稱而被集合

<sup>25</sup> 《大般若波羅蜜多經·第四會》，玄奘譯，T. 220 (4), vol. 7, p. 766b. Cf. P. L. Vaidya (ed.), *Aṣṭasāhasrikā Prajñāpāramitā: With Haribhadra's Commentary Called Āloka*, Darbhanga: The Mithila Institute, 1960, p. 9; U. Wogihara (ed.), *Abhisamayālaṃkā'ālokā Prajñāpāramitāvyaḥkhyā: The Work of Haribhadra together with the Text Commented on*, Tokyo: The Toyo Bunko, 1932, pp. 75-79; Edward Conze (tr.), *The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines & Its Verse Summary*, Bolinas: Four Seasons Foundation, 1975, p. 89.

<sup>26</sup> 《大般若經·第九會·能斷金剛分》，唐·玄奘譯，T. 220 (9), vol. 7, p. 980b. Cf. Edward Conze (ed. & tr.), *Vajracchedikā Prajñāpāramitā*, Rome: Istituto Italiano per il Medio ed Estremo Oriente, 1957, pp. 28-29; Paul Harrison, Shōgo Watanabe (eds.), "Vajracchedikā Prajñāpāramitā," *Manuscripts in the Schōyōen Collection: Buddhist Manuscripts*, edited by Jens Braarvig, vol. III, Oslo: Hermes Publishing, 2006, p. 104.

地納入眾生領域內的眾生 (*yāvantaḥ sattvāḥ sattva-dhātau sattva-saṃgrahaṇa saṃgrhītāḥ*)，不論出生世間的方式如何懸殊，包括從卵子出生 (*aṇḍa-ja*)、從母胎出生 (*jarāyu-ja*)、從潮濕環境出生 (*samsveda-ja*)、變化而出現 (*aupapāduka*)，不論帶有物質的外貌 (*rūpin*) 或不帶有物質的外貌 (*a-rūpin*)，也不論帶有概念認定 (*saṃjñin*)、不帶有概念認定 (*a-saṃjñin*)、既非有概念認定亦非無概念認定 (*naiva-saṃjñino nāsaṃjñinaḥ*)，<sup>27</sup> 也就是任何一個由於正在被施設而被施設出來的眾生領域 (*yāvān kaś-cit sattva-dhātuḥ prajñāpyamānaḥ prajñāpyate*)，通通容納在內。二者，應該出之於救度式的教學，將如此納入的所有的眾生，引導前往不具有剩餘的世間依附之涅槃領域中 (*an-upadhi-śeṣe nirvāṇa-dhātau*)，而助成完全的滅度 (*parinirvāpayitavya*)。三者，從事如此的修行與救度，還應該就所涉及的，做出智慧；而智慧得以做出的關鍵，一方面，在於通達地認清世界確實的情形並非存在為概念所對應的存在體，另一方面，則在於不拿概念套上有關的對象而運轉出概念認定。因此，一方面，縱使在如此地幫助無量的眾生達成完全的滅度之後 (*evam a-parimāṇān api sattvān parinirvāpya*)，確實的情形，並非存在著任何一個已經被助成完全滅度的眾生 (*na kaś-cit sattvaḥ parinirvāpito bhavati*)。同樣地，任何一個關聯的項目，皆非本身存在為所謂的出發而走上菩薩乘的行者。另一方面，以智慧之拓展為主軸在從事修行與救度的菩薩摩訶薩，不應該還運轉出諸如自我之概念認定 (*ātma-saṃjñā*)、眾生之概念認定 (*sattva-saṃjñā*)、活命者之概念認定 (*jīva-saṃjñā*)、或個人之概念認定 (*pudgala-saṃjñā*)。換言之，如果運轉出來的，依舊拿諸如自我、眾生、活命者、或個人等概念在投射、套用、或認定有關的對象，那在修為上，就不應該被尊稱為所謂的菩薩 (*na sa bodhisattva iti vaktavyaḥ*)。

如上的二段經文清楚地顯示，從平庸的眾生，出發而走上菩薩乘，不僅透過修行上的學習，開發生命內涵，打造生命力量，而且將所有的眾生完全納入修行的系統，予以考察、理解、以及提供可適切脫離困苦的出路，乃至助成全盤的超脫。如此走上菩薩乘，即從平庸的眾生，脫胎換骨而轉變成菩薩，在修行的學養與救度的事業，可以說創造雙贏的局面。至於以所有的眾生為格局的生命關懷，也隨著救度式教學的推動，得以廣大地開展與徹底地實現。

<sup>27</sup> 有關既非有概念認定亦非無概念認定，可參閱：蔡耀明，〈佛教「八解脫」之解脫學理的探究〉，《揭諦：南華大學哲學與生命教育學學報》第24期（2013年1月），頁241-246。

## 陸、結論

關懷眾生在世間的處境，以及致力於幫助眾生脫離困苦的情形，是佛法根本的立意與胸懷。如果不是出自如此的用心，也就無所謂趣求無上菩提的菩薩以及圓滿覺悟的佛陀。因此，探討何謂生命關懷以及如何關懷生命，可以說是體認佛法的核心工作之一。由於世間的概念用起來幾乎都是模糊的，這就有待盡可能精確的界說與嚴謹的反思，或可因而較為清楚概念關聯的內涵，以及帶出適切的行動。擺放在不同的脈絡與打開不同形態的世界觀，關懷所能付諸的行動，甚至可以天差地別。一般世人如果尚未打開生命歷程在時間與空間向度的因緣變化，則所謂的關懷，將難以貼切或深入；而即使很有意願幫忙、給予各種支持，卻由於不了解錯縱複雜的因緣網絡與心態變化，往往僅能在很表面的地方，給予聊表心意的關懷。甚至有時候，由於缺乏全面的了解或反求諸己的胸襟，以關懷之名的行為，反而可能成為對象難以承受的負擔；或者由於關懷當中夾雜太多隱藏的貪、嗔、癡、我執之毒素，導致以關懷為名的行為，不僅惡化對象的困苦，而且加重自己的煩惱與惡業。

佛法先從打開世界觀入手，了解生命歷程在時間線索的長遠與空間關聯的廣大，因此視野不停留在這一輩子褊狹的個體或自我。由如此開闊的視野所產生的關懷，也就能夠以既長遠且廣大的格局，正當地利益眾生。再者，將生命歷程解開為因緣變化，其骨幹是心路歷程；如果由心態切入，發出真實的關懷，首先要能夠平靜地覺察心態，而這樣的關懷，才可以長遠、深刻，並非出自一時的、廉價的衝動，等到事過境遷，又煙消雲散。佛法的教學，透過覺察心態，體認世間無常、諸法非我，從而盡可能不以抓住世間任何項目的方式在關懷，也不以自我為中心延伸去關懷。

生命關懷是切要於活在世間的重大課題，而佛法提供了很寶貴的看法、觀念、用心、與做法。本文從最初步的架構勾勒，以及最根本的概念界說，在正確的生命關懷奠定深思熟慮的基礎，以及在關懷生命邁出可走得長遠、深刻的一步。

