

從追成長的農作課程到耕成長的 培農課程：USR 課程的反思

台東大學公事系 張育銓

摘要

在 USR 計畫中開設「社區農民力」課程，帶學生進入社區中租田農作，主要是發現兩個狀況；首先，社區非常多中低收入戶擁有小塊荒廢土地，如果培植再次農作的動力，是否可以降低社會福利依賴。再者，社區內許多不到文化健康站、日照據點的長者，自我照顧能力退化速度快，如果將家中的菜園改為復健型菜園，是否可以延緩失能與預防失智。這樣的原初動機所設計的課程是追成長（gogrowth）導向，但是，經過幾週的實作之後，發現過渡一廂情願的 USR 情愫與 SDGs 的國際情懷，並無法真正回應社區的問題，於是課程逐漸轉型為耕成長（cultgrowth）的培農課程，本文便是側寫這種轉變的歷程。

本文在理論上有個企圖，希望透過培養農夫的歷程，思索小型農業與家庭菜園是去成長（degrowth）的具體實踐，或者是追成長的另一種面貌，也就是說，邁向在地與永續的途徑中，文化的累積存在於與土地更深的連結，其中回歸食物生產是最直接的型態，而這樣的途徑是去成長或追成長，或者是一條正在越來越清晰的耕成長。耕成長強調的不是前進或後退、不是全球化或地方化、不是主流與非主流，不是二元與選邊站，更不是知識份子的理想美好生活，而是在日常生活中的實踐力，透過力量的引導注入土地中產生能量。

關鍵字：去成長、追成長、耕成長、USR

From Farming Courses for Gogrowth to Cultivation Courses for Cultgrowth

Department of Public and Cultural Affairs, National

Taitung University

Chang Yu-chuan

Abstract

"Farmer Power in Community" course is offered for USR project, which takes students into the community to rent farmland. Two situations are discovered. First, many low- and middle-income households in the community own small pieces of abandoned land. If it is cultivated and farmed again, whether it can reduce social welfare dependence. Furthermore, many elders in the community who do not have access to Indigenous Cultural Health Station or Community Care Station have rapid deterioration in self-care ability. If the vegetable garden at home is changed to a rehabilitation vegetable garden, can disability be delayed and dementia prevented?

The course designed with this original motivation was oriented toward gogrowth. However, after a few weeks of implementation, it was discovered that the excessive wishful thinking of USR and the international sentiment of SDGs could not truly respond to the problems of the community, so the course was gradually transformed. This article is a profile of the process of this transformation as a cultivation course for cultgrowth.

This article has a theoretical intention. Through the process of cultivating farmers, I hope to think about whether small-scale agriculture and family gardens are concrete practices of degrowth, or another aspect of pursuing gogrowth, that is, moving towards local in the path of sustainability, the accumulation of culture lies in a deeper connection with the land. Returning to food production is the most direct form, and this path is to degrowth or gogrowth, or it is an increasingly clear path of cultgrowth. The emphasis of cultgrowth is not on advancement or retreat, not globalization or localization, not mainstream and non-mainstream, not duality and choosing sides, and not even the ideal and beautiful life of intellectuals, but the practical ability in daily life, through the guidance of power, energy is injected into the land.

Keywords: degrowth, gogrowth, cultgrowth, USR

壹、去成長與追成長的連續與斷裂

去成長是法語 *décroissance* 的直譯，意思是減少，做為對成長的挑戰。去成長被定義為一種生活哲學或生活方式，要求有意識地努力減少、重複使用、回收和再利用。去成長也是一種基於生態經濟學的政治和社會運動，旨在減少消費主義和生產和殖民資源開採(Andreatta, 2021:49)。鼓勵擺脫以國內生產毛額衡量的資本主義驅動的經濟體系(D' Alisa et al., 2015)。去成長是一種重新設想的生活方式，強調生活品質、福祉和歡樂，作為應對成長限制困境的經濟策略(Andreatta, 2021:51-52)。拉丁美洲提出包括美好生活(Buen Vivir)、自然權利、文明危機和發展的替代方案(Escobar, 2015:451)，其中 Buen Vivir 被定義為一種整體的、去經濟化的社會生活觀，構成發展的替代方案(Gudynas, 2011)。Buen Vivir 使經濟目標服從於生態標準、人類尊嚴和社會正義成為可能(Escobar, 2015:455)。

相對於 1970 年代興起的去成長論述與實踐，以及以發展為導向的資本主義式成長外，更令人擔心的是追成長，一種要你快步跟上、回歸主流的追追追。根據觀察，經常導致令人失望、懷疑和窒息的不是成長，也不是滿懷希望與熱情的去成長，而是追成長。

教育部要求 USR 計畫要和 SDGs(聯合國永續發展目標)有所關連，也就是希望一個在地的實踐也能擁有全球的視野。以社區

農民力的課程而言，重點議題中的在地關懷、環境永續、健康促進與食品安全有關，因此，鼓勵中低收入戶參與農業生產，減少農地廢耕現象，並通過農作物收益幫助居民增強經濟自立能力，符合 SDG11「永續城鄉與社區」的目標；透過陪伴低中收入戶和學生投入友善農法的種植，符合 SDG12「永續的消費與生產模式」；與社區一起規劃、一起參與，符合 SDG17「促進目標實現的多元夥伴關係」。但是，聯合國的 17 項 SDGs 具有放諸四海皆準的普世價值嗎？這是不是一種朝向西方世界制訂的議題與目標前進的追成長。

去成長與追成長之間連續與斷裂是大學執行 USR 時，一個持續的拉扯，對於一個具有社會正義與社會改革理想的學術浪漫而言，帶著計畫進入社區，你想改變的是什麼？保有原本的自主愉快的生活或者拉入以生產與消費帶來生活品質的提升？

貳、USR 盤點出社區的兩個問題

2007 年台東大學帶著國家資源從台東市區遷入市郊的建農里，成為建農里內最大的人群集聚、經濟動能、知識社群、生態永續的地點，可惜的是，台東大學提供里民使用圖書館和健身房的善意，呈現出台東大學對建農里居民生活型態的陌生以及做表面上的社區關係。長期以來台東大學參與社區事務少到貧乏，如 2023 年建農里的開發隊土地公廟舉辦普渡，台東大學正是在土地

公祭祀圈內，據說是因為太晚登記普渡桌，額滿無法加入，就沒有參與普渡，也沒有任何行政主管參與，只有剛開始執行 USR 的團隊一位老師與兩位助理參與。當地幾位頭人對此表示已經習慣，台東大學像是一個租界，一個子孫們考不上的大學，彼此的距離比地理上的 2.5 公里還要遙遠。台東大學執行 USR 計畫（從我到我們：大學與社區跨域共作共好社會實踐計畫），場域設定在建農里具有為過去的冷漠和忽略進行贖罪與彌補的性質。希望透過長照、農業、空間營造，重新找到大學與社區之間共同投入地域活化發展。

一、計畫執行前，盤點出兩個問題：社會福利依賴、長照漏接人口。

- 1、社會福利依賴：建農里是全台東市中低收入戶比例最高，最多的地點，也是領有身心障礙手冊最多的里，許多障礙別具有代間遺傳的特性，對社會福利的依賴相當深。除了來自不同政府部門的社會福利外，私人基金會與各種協會的社工、志工、師兄姊不斷且重複曳注各項資源，導致不少中低收入戶和身心障礙者越加依賴社會資源，擔心失去獲得各項社會資源的條件，避免有可以追溯的收入與就業、增加家戶人口數、維持就學人口以避免增加工作人口等策略，多年下來，自立更生、重回常態都是他們極力抗拒的選項。

- 2、長照漏接人口：文化健康站是針對 55 歲以上的原住民族，日間關懷據點是針對 65 歲以上的非原住民族，透過族群區分構成長照的守護網，這兩個類機構的服務都是要五天前往，使得長者的時間自主性降低。如果請假不去會影響到承辦單位的到站率，會對不起照服員、照專與督導。兩個地點都需要參與課程，不能只是去找朋友聊天作伴，如果錯過課程才到，會被認為是去吃免費午餐的人。許多長者越來越不去這兩個地點，成為長照漏接人口，其中有很大比例是獨居老人，導致老化速度和失能速度不斷加快。

二、這兩個問題繼續盤點出：中低收入戶有小塊農地廢耕、獨居長者有家庭菜園種植。

- 1、不少的中低收入戶擁有一小塊農地或者住家旁的空地，有的是租來的房子有包括農地，幾乎呈現荒廢狀況。究其原因，自然因素包括：河川沖積地土地貧瘠、水圳末端灌溉水不穩定、颱風多容易災損。人為因素包括：不能有收入影響中低收入身份、沒有資金可以整地和買資材、身體不好無法承受農作勞動、就算會種也賣不出去也賺不到錢等。
- 2、不少獨居長者會在自家後院種植小小的菜園，種植的空間設計與種植的物種，有可能反而成為危害健康的來源。

三、聚焦問題：農地缺水、種東西也賺不到錢、獨居長者寧願在家孤老。

當三個問題和場域利害關係人確定後，便展開研提問題解決方案。

1、建置水資源管理系統

規劃出適合建農里位於河川沖積地以及灌溉水圳末端的多元水資源管理系統，以符合不同農地條件可以選擇採用類別。

2、旱作高經濟作物

希望號召中低收入前來一起農作，以勞力需求少的旱作高經濟作物為主，在農作物成熟前，以臨時工資支應，農作物收成後，收益全數歸中低收入戶，希望重拾自我協力，產生微型生產力的培植，成為再回到自己的農地上時，採用適合的水資源管理，種植有廠商願意收購的高經濟作物。

3、復健型菜園

希望依據長者的體適能檢測狀況，量身訂做搭設具有復健效果的棚架，長者可以在家中菜園種植便可以達到部份的復健和運動效果，種植的蔬果更是針對生理需求的類別。

表 1：兩項社區狀況的盤點、分析與對策

盤點	社會福利依賴	長照漏接人口
再盤點	中低收入戶有小農地廢耕	長者會在家庭菜園種植
找原因	缺水、種東西賣不出去、賺不到錢	不到長照據點寧願待在家
找解方	水資源管理、高經濟低勞動旱作	將家庭菜園改為復健型菜園
期待	自我改善的意願和動力	自我照顧能力的提升
願景	降低社會福利依賴	延緩失能與預防失智

針對表 1 的盤點與分析，決定在 USR 計畫中新開一門課「社區農民力」，也是 USR 計畫中唯一針對社區新開設的課程，希望學生與社區居民一起協同執行。

相對於專業農需要大面積農地、農事勞動時間長、體能消耗大、資金流動慢、資材成本壓力以及收入可能影響社會福利資格，課程設定在具有兼業農能力的中低收入戶，在自己的小塊農田之外，從事與農業有關的兼業項目，如割草、採收、授粉、田間整理、簡易加工等進行重拾農作技藝，以其增加領日薪的多元謀生能力與現金收入，也就是說，這是一種追成長的規劃，提供自立更生，擺脫中低收入戶的角色與位置。

相較之外，推動去成長的學者提醒要意識到殖民主義對南方的負面榨取及其影響，呼籲社會、經濟和政治轉型以實現公平 (Latour, 2018)。透過 USR 計畫提供脫離中低收入戶的角色與位置是否呈現福利殖民的再現，讓國家更可以使用節省下來的社會服務去套牢另一群社會福利依賴者。尤其，去成長者主張縮短工作日和工作週，甚至提倡透過工作共享計劃來實現，為每個人提供基本的最低生活標準 (Latouche, 2009)，培植中低收入戶的多項農業零工技能，勢必會透過增加工時來增加收入，陷入前述去成長與追成長的連續與斷裂的持續拉扯。

參、社區農民力的課程規劃

當決定要開設社區農民力課程，要以農地建置水資源管理系統和示範的復健型菜園時，遇到第一個問題，地在哪裡？建農里的最大地主是國軍退除役官兵輔導委員會台東農場知本分場，簡稱開發隊。透過開發隊的土地招租公告的從十幾塊田中，選擇有一塊距離學校三公里、近年才荒廢、鄰近有水圳通過、路邊可停車等條件的一塊兩分多農地。找到適合土地之後，遇到第二個問題，誰來標？因為教師身分不適合投標單，於是商請即將退休的教師以她的名義投標。接著第三個問題，誰來教？參與 USR 計畫的 13 位老師，只有 2 位有農作經驗，其中 1 位是病蟲害防治的專家，另 1 位是在農村長大的筆者，於是邀請在建農里耕作並經營農場的专业農夫呂宏文擔任業師進行共時授課。

當農地和師資確定後，遇到的第四個問題，誰會來選修？台東大學規定大學部至少要有 10 個人才能符合開課人數的最低門檻。

教學目標提到：過去與現在公部門推動的社區營造、農村再生、地方創生等政策，都是以地方菁英為增能對象，許多資源大多被菁英所掌握，經常導致社區內的政經地位與貧富差距越來越大。本課程希望從弱勢者的視角重新審視社區內的農漁牧資源，提供弱勢者可以參與並減緩生活困境與社會福利資依賴的處境。教學目標包括：1、提供學生探詢社區中不同土地利用模式及其田間管理模式。2、提供學生認識農村存在的不同類型社會力。3、提供學生與社區勾勒不同社會力之間的連結系統。4、建構弱勢者的社區參與模式。透過這門課預期的社會影響包括：1、透過盤點社區內土地、人力、資源，成為規劃社區農業復興的起點。2、尋找出社區內可以適合弱勢者參與的農漁牧業，創造新的就業機會與產業協力。

特別註記：注意！選修這門課之前，一定要仔細閱讀下列事項，並三思。

- 1、這門課需要經常在農田中上課、勞動，需要經常在社區內訪談、互動。
- 2、這門課需要自備雨鞋、手套、遮陽、遮雨、趕狗、防蟲、餐具等物品。

- 3、這門課需要自己處理交通問題，農田距離學校 3 公里，距公車站 2 公里。
- 4、這門課只限 20 人選修，而且要分組勞動、排班澆水，沒有偷懶的可能。
- 5、這門課偶爾會，其實是經常會超出表定的上課時間。
- 6、這門課偶爾會有野炊，需要埋鍋造飯。
- 7、這門課需要挖水池、搭棚架、土質改良、堆肥、清水溝，很累人喔。
- 8、這門課需要使用到銳利農具，請小心使用，注意自己與別人的安全。
- 9、這門課的農田可能出現爬蟲類、兩棲類、蜜蜂等，請儘快通報老師處理。
- 10、這門課的農田周邊沒有廁所，沒有商店、沒有飲水、沒有很多你想要的。
- 11、這門課有兩位老師共時授課，一個會扮黑臉，另一個會扮小黑臉。
- 12、這門課需要注意什麼，等我們想到再繼續增加。

表 2：課程進度安排

周次	日期	課程主題與內容	
1	02/19	課程介紹	
2	02/26	大學 USR 計畫介紹、農事介紹	
3	03/04	農業與社區政策、部落傳統耕作方式	上課地點：建農里
4	03/11	水資源管理 1	上課地點：建農里
5	03/18	水資源管理 2、樹豆育苗	上課地點：建農里
6	03/25	水資源管理 3	上課地點：建農里
7	04/01	種植實作 1：黑白樹豆	上課地點：建農里
8	04/08	堆肥實作	上課地點：建農里
9	04/15	種植實作 2：黑晶 6 號洛神	上課地點：建農里
10	04/22	種植實作 3：黑晶 6 號洛神	上課地點：建農里
11	04/29	復健型菜園搭設 1	上課地點：建農里
12	05/06	復健型菜園搭設 2	上課地點：建農里
13	05/13	復健型菜園搭設 3	上課地點：建農里
14	05/20	復健型菜園搭設 4	上課地點：建農里
15	05/27	調課至 4/01	調課至 4/01
16	06/03	調課至 4/22	調課至 4/22
17	06/10	端午節	放假日

18	06/17	水資源管理 4	上課地點：建農里
19	06/24	各項農作維護	上課地點：建農里
20	07/01	教育部 USR 委員訪視	上課地點：建農里

課程的週次和時數都超過一般課程，初選有 13 人選修，聽完課程介紹表 2 的課程進度安排後，無人退選，開啟了臺東大學第一次的農業課程。

肆、比預期還要糟的社區參與

在課程中，只給學生兩個要求：從農夫的角度思考解決方法、用中低收入戶可以負擔的農業資材。這樣的要求才能對應表 1 盤點的問題與需求，以及研提問題解決方案。

以四個工作項目來因應前述的盤點、分析與策略。

一、水資源管理之開源：通支流水圳取得細微的灌溉水、通馬路下涵管疏通大排水圳、架設水車取水圳水到水池、設置虹吸管取水圳水到水池、借用鄰田的地下水。

二、水資源管理之節流：挖水池鋪帆布儲水、以黏土鋪設天然蓄水池、架設集雨水系統、購置 2 噸儲存桶、設置太陽能滴灌系統、進行旱作。

三、高經濟旱作：種植有廠商契作的高經濟作物：黑樹豆、黑晶洛神。

四、復健型菜園：搭設三種棚架、兩種高架、一種地面的多層次復健系統。

原初動機所規劃的課程具有追成長的導向，經過幾週實作後，發現過渡一廂情願的 USR 情愫與 SDGs 的國際情懷，並無法真正回應社區的問題，中低收入戶和獨居老人的參與比預期還要糟的原因包括：

一、USR 計畫的課程之間沒有相互銜接與支援，前一個學期針對中低收入戶與獨居長者盤點的課程並未完成名冊的建立，因此，社區農民力的課沒有可以前往遊說的名單可以參考，因為農作佔滿每週的上課時間，無法分出人力重新對社區的低收入戶與獨居長者進行盤點。

二、USR 農田不在社區居民的生活動線上，儘管當初選地時，已經選擇最靠近社區的地點，很難讓位於 2 公里外的社區居民看到 USR 農田的變化。此外，這門課採用中低收入與農夫的思維選擇不辦成果發表會，確實會失去一個讓社區前來參訪的機會，但是，一個正常農田的規劃中，可以行走的路徑狹小，本來就不適合舉辦活動，而況且一旦成為社區頭人的宣傳與台東大學合作的成果對象，可能湧入上百人參加，到時候對農田設施的負擔，以及額外要花費上萬元的餐盒費用，決定不辦理，而是提供學生繼續農作。

三、中低收入戶還是擔心有收入會影響社會服務的資格。曾經透過里長、雜貨店、國小老師、人力資源訪員、社區農民等管道探詢中低收入戶的意願。得到的訊息一致指出中低收入戶傾向不改變比改變好，里長說可以介紹幾位外籍移工來一起農作，因為擔心是失聯移工有違法之虞，因此，沒有答應。

儘管在中低收入戶和獨居長者部分沒有取得進展，社區農民力課程還是有提升一些社區參與，包括：1、在授課部分：聘請建農里內自然主義農場負責人呂宏文擔任共同授課教師。修課的學生中，對農業產生在暑假期間到農場進行實習，並且擔任農作與行銷不同的工作支援。2、在農業機械支援部分：聘用在地的農夫協助整地、打土、除草、怪手等需要農業機械支援的項目，並且交流農作知識與農產品行銷的訊息。3、在失業協助部分：提供社區內休學返鄉學生，在失業之餘，透過農作的臨時工資，產生對農業的興趣，探索新的生涯規劃，在鄰近鄉鎮農場找到專職工作。4、在部落協力部分：去年帶領學生在 USR 農田之外，到卡大地步部落的追思園區，進行旱作種植。5、在餐車部分：為探索農地農產品的加工成為食物的可能性，邀請台東著名的餐車到農田邊，一起透過餐飲分享研討農產品如何創意料理。

為了面對參與的問題，決定再下一次開課，會在建農里活動中心外的空地上原有的平面型農地，與日照據點的長者一起實作出多層次的復健型菜園，將許多農事復健的概念融入，提供一個可以讓更多里民看到的實作案例。透過這個實作在引導更多里民

到 USR 農地參觀，有關水資源管理、多種復健型菜園，透過交流合作取代活動式的流程安排。

除了從現象的層次反思之外，做為大學教育單位，當然也要從概念與理論層面來反思。過去經濟學家普遍假設，只有經濟成長才能改善窮人的生活條件。有鑑於人們認為自願減少收入和再分配是不可能，解決貧窮問題的唯一策略是經濟成長，這將確保少量財富最終流向窮人。如果從相對消費的角度來看待貧困，那麼經濟成長永遠無法「消除」貧困，因為它只會改變個人擁有的財富的規模，而不會改變其比例。然而，需求可以由不同的滿足者來滿足(Max-Neef, 1991)。然而，和聯合國推動的永續發展概念不同，去成長並不期待被聯合國、經貿組織或歐盟委員會採納為共同目標。去成長反而挑戰「綠色成長」或「綠色經濟」的理念以及將經濟成長視為政治議程中理想路徑的相關信念(Demaria, Schneider, Sekulova, and Martinez-Alier, 2013:192-193)。誠如 Cosme, Santos, and O' Neill(2017: 331)提到，在去成長提案中，社會公平與環境永續性同等重要。

此外，作為一個 USR 計畫，計畫書都是由大學教師們共筆書寫，社區的各個合作對象僅出現在附錄的合作意向書中簽名和蓋單位章。然而，去成長運動源自於對更深層民主的呼聲，特別是去成長是對經濟發展、成長、技術創新和進步缺乏民主辯論的回應(Castoriadis 1988; Asara et al., 2013)。Cosme, Santos, and O' Neill(2017: 331)針對 2007-2014 年 128 篇關注去成長的學術論文，並對 54 篇包含行動建議的論文進行分析，這項分析是迄今為

止對去成長文獻最大規模的系統性回顧，作者們發現去成長通常被描述為自下而上的地方過程，但這些建議大多是自上而下的。誠如 Cosme, Santos, and O' Neill(2017：332)的建議，如果要實現永續的去成長，必須更好地理解自下而上的舉措與自上而下的政府行動之間的關係。還需要探討如何在提案的製定和實施過程中促進民主。中低收入戶和獨居老人的參與比預期還要糟的事實，提供一個重新思考 USR 主體與民主參與的問題。

伍、比預期還要好的學生農民化

相對於比預期還要糟的社區參與，學生的參與卻比預期還要好。三小時的課程，中間沒有休息，通常跟農夫一樣工作到天黑完全看不到之後，才進行簡短的工作討論，通常會上四個小時才下課。因為有育苗盤需要勤勞澆水，學生每天自願排班從上學路線來回多繞四公里來澆水，排班採自願制，沒有排到的人也經常在放學後，繞過看看農地。當蓄水池完成後，兩位喜歡釣魚的學生還利用課餘釣來吳郭魚和淡水石斑放養，成為農田增加另一筆經濟產出的可能。

學生一開始遵守勞動安全規範，戴手套、帽子、袖套，慢慢的開始在地農夫化，以方便透氣好工作為主。有美甲的女同學也主動修剪以方便農作。一開始學生習慣帶手搖杯來上課，後來習慣喝老師準備的白開水。女同學從擔任盤點與管理農具到自願從事耗體力的挖洞工作，試圖對自己農作中性別分工的界線。甚至

有同學做出興趣之後，找男朋友、室友、工讀的朋友一起加入農作。

這門課分組不是整學期的，而是在一項類型中的不同細項任務分工，而且是以志願認領工作，產生多次排列組合的分組合作經驗。不同分組彼此相互支援，形成微型的換工。甚至有多次是用數支的方式決定組長，提供對工作流程與進度掌握、溝通協調、組織領導的機會。

學生種植出興趣，對農業產生興趣可以從一個指標看出，扣除即將畢業的大四，在 7 位大三學生中，有 3 位選擇到建農里參與共時授課教師的農場進行暑期實習，投入農業、農產品加工與農產品行銷

當我們說推食農時，經常在於培養消費者，希望消費者更有意識地選擇食材，提供具有消費正義的使命感來守護土地。但是，當我們不斷鼓勵多吃米食時，有沒有發現台灣稻米的耕種面積與生產量逐年下降，除了是飲食習慣改變，調整米麵食比例以及主副食比例之外，相對於消費端，生產端才是面臨更加急迫的人力缺口。因此，食農若能同時著手於培養生產者，尤其是在家微型種植的生產者以及供應市場的生產者，食農才能完整。隨著農作人口老化，糧食自給率的危機不在於消費，而是生產。因此，在大學與其開食農課程來培養消費者，不如開課來培養農夫。當農地復興，許多相關維繫在第一產業的各項需求，也會產生更多就

業機會。讓沒有從事農業的學生也可以從事相關的加工、運輸、行銷、販售、產地旅行、社區營造等工作。

從永續發展的觀點，東部需要的是如何把荒廢的農地透過既有的人力資源重新盤點，相對於學生畢業後投入競爭激烈的就業市場，如果透過農業的課程培養出對農業的興趣，以及對提升糧食自主率的使命感，評估從事農業具有基本收入，如高經濟作物、割草、授粉、搭棚架、農產品加工等能力，可以獲得比初任高考公務人員更高的收入。

在台東大學公事系的教學規劃中，透過不同課程的培養公職、社運、非營利組織三種人才，希望這三者畢業後，搭設成一個陣線。經過十年的努力，逐漸產生這三者的連結，卻發現如果要因應當代社會的脈動，似乎少了重要的一塊拼圖，台灣的教育把會唸書的人培養成遠離農田的精英。透過 USR 計畫與課程轉向的機會，培養新一代農夫，學生參與社會實踐行動與未來生涯發展及就業之連結。相對於搶著當改革者、倡導者，學生練習做為一個更為基層的實踐者。

當學生從個人、自己開始時，就會與去成長有關；這使得去成長變得個人化，他們將其與影響環境、經濟狀況或生活品質的行為變化聯繫起來(Andreatta, 2021:58)。因為中低收入戶和獨居老人的參與比預期還要糟，於是課程逐漸轉型為耕成長的培農課程。學生慢慢融入農夫思維，也開始影響自己的生活消費與周邊朋友。

陸、從去成長與追成長到耕成長

剛進入社區時，對於中低收入戶善用自己的弱勢在數個不同公私部門的社工之間進行各項資源的利用與調配，而不是受制於社工所屬部門的經濟評估表，以長期推動「弱者武器」的角度，可以視為去成長的命題，中低收入戶不一定要成為單一社服機構所認知的模樣。也就是說，人不一定要進入就業市場來取得薪資以建立自己所歸屬的身分和認同，以及伴隨的階段品味。相對的，對於不願意跟子女同住，不願意到機構，不願意到日間長照的獨居長者，這是他一輩子唯一不用為別人而活的階段，是他辛苦多少或者忍受多久才得到的安靜生活。

畢竟執行的是教育部的 USR，總不能說，我推崇用自己的方式來過自己想要的生活，不一定要成為一個堂堂正正的人，或者是對社會有用的人。於是，規劃了社區農民力的課程，期待中低收入戶以及獨居長者，可以有不同的路徑選擇。

站在帶著學生的教育立場上，站在要說服其他 USR 成員，我有在「幫」社區的角度上。規劃了中低收入戶透過自力自強一起耕作，重拾對農藝的信心，並且由師生排除水資源的問題，期待擺脫過度社會福利依賴的角色，可以建立正面的力量給下一代看見。規劃了長者把原有的家庭菜園改為復健型菜園，避免長者營養不均衡、運動不足、缺少社會互動，在最熟悉環境和熟悉的勞動型態中，健康起自己。也就是，我們規劃出中低收入戶和獨居

長者要跟上主流社會的腳步，在社會不同的角落裡善盡自己的職責照顧好自己，減少對別人的依賴，也不要造成社會的負擔。這是很標準追成長的思維，社會上每個人都要朝同一個方向前進。

歷經前述還要糟與還要好的狀況，我們重新調整，如何回歸農作才是真正的，而不是從經濟和社會資源有效運用為導向，試圖減少社福支出。於是，先從強化學生的農作技能著手，才能具有和居民一起農作的基本能力。培訓時分為兩個方向，首先，中低收入的農田的水資源狀況與資材支應能力，以及長者的身體狀況與可用面積的多元使用。再者，培訓學生成為新農的可能性，做為在地農地復耕的動力源，邁向耕成長。學生要學會清溝圳、開水門、引水道、集水、抽水馬達、拉水線、太陽能滴灌、測距、撿石、排石、挖洞、育苗、播種、疏苗、拔草、割草、辨識可食野草、澆水、搭棚架等技能。

對 Latouche(2009)來說，去成長並不是成長的具體而普遍的替代方案，而是多種替代方案的矩陣，在除去經濟極權主義的外衣後，它將重新為人類創造力打開空間。確實，耕成長和去成長一樣涉及參與者和知識的複雜性和多樣性，知識建構是一個充滿不確定性和持續談判的過程。現代性的替代方案總是在醞釀中，並且處於一個開放的實驗過程中，以了解什麼是美好生活以及如何在實踐中實現它，透過圖像、概念和敘事來建構新的想像(Demmer and Hummel, 2017:614-615)。

在 Degrowth.info 的網站中提到，去生長的關鍵是為所有人有尊嚴的自主生活而奮鬥，維持生命自然基礎的經濟和社會。民主決策的延伸，以實現真正的政治參與。社會變革和自給自足的方向，而不是純粹的技術變革和效率提高，以解決生態問題，需要創造開放、連結和在地化的經濟（Degrowth.info, 2024）。但是，Andreatta(2021:53)提到，去成長所勾勒簡單的生活，充滿自我照顧和與他人的健康關係，沒有貪婪和競爭，似乎美好得令人難以置信。因此，相對於去成長，本學期的「社區農民力」朝向耕成長，落實在土地上真正的執行與實踐。

Demmer and Hummel(2017:616)提到，克服現代概念框架並不意味著用一種相反但同樣自然化的概念取代原本自然化的圖像。正如 Escobar(2012: xviii)建議，我們需要超越這個本體論來研究，因為它們避開自然與文化之間、個人與社區之間以及我們與他們之間的分歧是現代本體論的核心。對現代想像的這種解構將為學習將世界視為一個充滿不同轉型論述和與現代性、發展和資本主義相關的論述的多元宇宙開闢道路。

在一個學期中，一門課歷經追成長、去成長、耕成長的轉變，但是我們深切的理解，中低收入戶不想改變，不代表他們正處於美好生活的狀況。因此，我們不會停下耕成長的腳步，Andreatta(2021:64)提到，越來越多的校園和社區增加可食用花園，作為社區參與的一種形式，以分享生活技能，如種植新鮮農產品、烹飪、時間管理、財務限制以及正念。這是在台東大學的 USR

中學習到的歷程，並且我們將持續透過民主溝通的形式和社區一起走下去。

參考書目

- Andreatta, Susan. "Moving from Reading to Dialogue to Action Teaching Degrowth in Anthropology Courses." *Teaching and Learning Anthropology Journal*, 4(2):49-68(2021).
- Asara, Viviana, Emanuele Profumi and Giorgos Kallis. "Degrowth, Democracy and Autonomy. " *Environmental Values*, 22:217-239(2013).
- Castoriadis, Cornelius. *The Imaginary Institution of Society*. Cambridge: MIT Press(1998).
- Cosme, Ines, Rui Santos, and Daniel W. O' Neill. "Assessing the Degrowth Discourse A Review and Analysis of Academic Degrowth Policy Proposals." *Journal of Cleaner Production*, 149:321-334(2017).
- D' Alisa Giacomo, Federico Demaria, Giorgos Kallis 2015 Degrowth: A Vocabulary for a New Era. Routledge, London.
- Degrowth.info. "What is Degrowth?" Electronic document, <https://degrowth.info/degrowth>. Accessed 2024. July 30.
- Demaria, Federico, Francois Schneider, Filka Sekulova, and Joan Martinez-Alier. "What is Degrowth From an Activist Slogan

to a Social Movement. ” *Environmental Values*, 22:191-215(2013).

Demmer, Ulrich, and Agata Hummel. “Degrowth, Anthropology, and Activist Research the Ontological Politics of Science.” *Journal of Political Ecology*, 24:610-622(2017).

Escobar, Arturo. “New Preface.” In *Encountering Development: The Making and Unmaking of the Third World*. A. Escobar ed. Princeton: Princeton University Press(2012).

Escobar, Arturo. “Degrowth, Postdevelopment, and Transitions a Preliminary Conversation. ” *Sustainability Science*, 10: 451-462(2015).

Gudynas, Eduardo. “Buen Vivir: Today’ s Tomorrow.” *Development* 54(4):441 - 447(2011).

Latouche, Serge. *Farewell to Growth*. Cambridge: Polity(2009).

Latour, Bruno. *Down to Earth: Politics in the New Climatic Regime*. Cambridge, UK: Polity Press(2018).

Max-Neef, Manfred. *Human Scale Development: Conception, Application, and Further Reflections*. London: Zed(1991).

佛使尊者《生命之囚》的研究

國立中正大學 中文研究所 陳幸宜

摘要

《生命之囚》一書匯集了佛使尊者於修行林中的啟示，此書雖言簡意賅，卻饒富深意，從世出世間涵蓋眾生所有執著的通病，尤足為修行者所借鏡。故而希望藉由此書的傳遞與深入，能夠讓行者體認到，除了一般執著，如：生命、本能、六根、迷信外，和修行攸關的一切連結，如：道場、師父、神聖、善等……，也是極易讓行者墜入執著的對象，雖說型態各異，然其「性質」是如出一轍的，只要對其執著，在那個地方就形成了禁錮自己的囚牢。

本文從《生命之囚》所提到的囚牢型態，一一探討起，進而分析出它們的因果關係，歸納其共同的根源，即生起「執著」的關鍵在哪裏？這樣的推動是來自生命深層的煩惱，並將佛使尊者所談到的消除囚牢的方法，一併提出討論，這也是來自佛陀最原始的教導，透過出入息念，落實「正念」觀察，讓內心處在醒覺、

觀照的狀態中，即能不違於佛陀所說的「八正道」生活，即是趨向涅槃解脫的道路。

關鍵字：執著 出入息 正念 八正道 涅槃

A study of "The Prisoner of Life" by Venerable Buddha

Chen Xingyi

Abstract

The book "Prisoner of Life" collects the revelations of the Buddha's messenger in the forest of monastery. Although the book is concise, it is rich in profound meaning. It covers the common problems of all sentient beings' attachments from both the worldly and spiritual levels, and is especially worthy of reference for practitioners. Therefore, I hope that through the transmission and in-depth understanding of this book, practitioners will be able to realize that in addition to general attachments, such as life, instinct, six senses, superstition, all connections related to practice, such as temples, masters, sacredness, goodness, etc., are also objects that can easily make practitioners fall into attachment. Although their forms are different, their "nature" is exactly the same. As long as you cling to them, it will form a prison that imprisons yourself.

This article discusses the types of prisons mentioned in "Prisoners of Life" one by one, and then analyzes their cause and effect relationship and summarizes their common roots, that is, what is the key to the arising of "attachment"? Such motivation comes from the deep troubles in life, and the method of eliminating the prison mentioned by the Buddha's messenger is also discussed. This is also the most original teaching of the Buddha. Through the mindfulness of the in-and-out breath, we can implement "mindfulness" observation, keep the mind in a state of wakefulness and observation, and live in accordance with the "Eightfold Path" mentioned by the Buddha, which is the path to Nirvana and liberation.

Keywords: attachment, breathing, mindfulness, the Eightfold Path,
Nirvana

壹、前言

泰國佛使尊者¹，以「生命之囚」一書，羅列了生命當中所會陷入的盲點，總括為對世間的執著，和對修行層面的執著。我們容易在哪個地方生起執著，那個地方就會形成囚牢。如：對生命、六根、迷信…生起執著，以及對道場、師父、神聖…等修行的名目也生起了執著，那些執著的對象，就會形成禁錮自己的囚牢。人生有諸多的煩惱，它會產生各類的問題，而在佛教的角度言之，都是一種「執著」的滲透，修行者更要對這種不經意的修行細目，時刻明覺、擺脫執著，因為型態雖各異，然其「執著」是相同的，那還是與煩惱為伍。

佛法東傳，在與區域文化的融合下，已漸漸失去了它初始的模樣，時至今日，佛教的發展卻演變為一種與道相違的路徑，修行者不斷的在變換包裝，極盡表相的譁眾取寵，一種如同毒藥包裹著糖衣的發展，正如此地蔓延開來，蓬勃發展下的背後，卻隱含著搖搖欲墜的危機。這樣的方式，非但無法解決生命本質上的

¹ 佛使尊者為泰國一名深具影響力的比丘，其德行崇高和對社會貢獻的影響，因而有「尊者」的稱呼。法號為因陀般若(大智慧)，因發願成為佛陀的使者，遂更名為佛使。創建「解脫自在園」禪修中心，多有海內外人士接受其教導，其思想和學說遍及佛教徒，及非佛教徒人士。

痛苦，還會不斷的延伸擴展苦，這無疑正在塑造一座座牢不可破的囚牢。如果修行不從最本質的深處去下手，則如何的炫異惑人，那還是治標不治本，與修行之道相違。

佛陀最初始的教導，是從生命的本身做起，透過對自己身心的觀照，然後逐步逐次來解決煩惱，從而達到究盡苦邊，涅槃解脫。如果不深耕自己的身心，從源頭解決，那還是緣木求魚，與解脫道相去甚遠。佛使尊者藉由《生命之囚》切中時弊的提醒，來警醒行者，需要摧毀這樣的囚牢，達於心靈上真正的自由與解脫，必須回歸佛陀原始的教導，從自己的身心下手，不斷地進行身心的觀照，去除煩惱執著，讓生命醒覺，那才是真正的修行。

貳、囚牢展現的型態

佛使尊者認為形成生命的囚牢，總括有十種項目，這裏除了泛指一般的執著外，更有對修行的盲目執著，亦即是雖然已經進入修行的領域，卻仍還是沒有從解除煩惱的道路上走，將那樣的繫縛，依舊延續在修行的層面中，換言之，換湯不換藥。而哪些會成為禁錮我們的囚牢呢？端看是對什麼起了執著，那就是囚牢。行者容易在什麼地方形成囚牢？佛使尊者列舉十個項目：生命、本能、六根、迷信、道場、師父、神聖、善、見解、清淨，是行者極易對它們生起執著的地方，一旦有了執著，就會產生煩惱，所以它們也就成為禁錮行者的囚牢了。

本節中將分析書中的十種囚牢，了解到人們極易在這些地方產生執著而不自知，乃至對於修行範圍的執著，這都使行者的生命陷入囚牢中，與解脫道背道而馳。我們應該從這些盲點中警醒出來，並復歸到佛陀最初始解脫煩惱的教導，由內在全然的去領悟生命，如此即能勘破生命的本質，而不被囚牢所拘，達到心靈的真正釋放。

一、「生命」本身即是囚牢

老子(571BC-470BC)說：「吾所以有大患者，為吾有身；及吾無身，吾有何患？」所有的苦迫皆因有生命而來，所以佛教說：「純大苦聚集」，這是因為眾生對生命深深的愛著，所以生命也就成為控制我們的一座大囚牢了。我們對著外境迷戀、享樂、歡笑，甚而感到痛苦或是產生厭惡，這都是因為執著的意識，使我們產生喜歡或厭惡的情緒，喜歡的、厭惡的，都是一種執著之縛。我們令生命迷戀、令生命享受，這就是一種對生命的執著，於此，生命即成為一座囚牢，禁錮著我們，控制著我們。佛使尊者談到：

對事物喜愛的程度有多深，則因執著生起的囚牢便有多大的束縛力，這是屬於正面的執著；而當我們憎恨或厭惡某些事物時，

就形成負面的執著。只要是沈迷於事物中，不管是正面或負面的執著，同樣都是囚牢。²

當我們陷入了這樣的一個情境中，就有所謂苦樂的感受，樂雖非苦，但在無常的消逝中，它也成了一種苦，如兩情相悅，喜歡它永遠不變，但自然的法則是，所有的物質層面皆有「成住壞空」的性質，而心念遷遷滅滅，更難逃「生住異滅」的變異，「執著」若不散，欲令如是，不令如是，其伴隨而來的，將只有「苦」而已。在南傳中部經典記載佛陀所說的，即使是樂受，其最終結果仍是一種「苦」。通妙譯《漢譯南傳大藏經・中部經典》記載：

樂受實是無常、有為、緣起之法、滅盡之法、敗壞之法、……。³

又如，《漢譯南傳大藏經・中部經典》亦記載著：

彼之樂受滅者，由樂受滅而苦受生，彼得苦受，即愁、煩、悲憤、打胸而泣、墮於愚癡。⁴

²佛使比丘，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999 年，頁 6。

³通妙譯，《漢譯南傳大藏經・長部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991 年，頁 67。

⁴通妙譯，《漢譯南傳大藏經・中部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991 年，頁 239。

為什麼樂受過後會是苦呢？其癥結點還是在「執著」，執著一種永恆不消失的樂受，故如上所喻，煩惱、憂愁、悲憤…接踵而來，這樣的內心狀態，焉不是生命的囚牢呢？生命本非囚牢，因「執著」產生故。佛使尊者談到：

生命原本就不是囚牢，是人們起了執著，才使生命變成囚牢，
是我們自己的無明、愚痴和缺乏正見，才使生命有了執著，而
讓生命演變成一座囚牢。⁵

生命本身不是囚牢，是因為「執著」使生命陷落在囚牢裏，執著為因，痛苦為果，苦之集來自執著，欲要不苦，唯不執而已。在一份研究不執著量表與心理健康關係的論文中，明顯呈現出不執著導向正向，而執著趨於負向的兩個不同方向。

「不執著」與心理健康有密切的關係。「不執著」與「自我決定」、
「主觀幸福感」有正相關；與焦慮、壓力知覺有負相關。⁶

⁵佛使比丘，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999年，頁8。

⁶趙舒禾、陳秉華，〈不執著量表在台灣之中文文化信、效度分析及其與心理健康之關係〉，《國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教育心理學報》第45卷第1期，2013年，頁130。

佛使尊者指出，透過出入息念，便能去除對生命的執著，從而瓦解囚牢；另外能夠遵從自然法則，也是訓練自己去除執著的方式。如書中談到的，生命之所以成為囚牢，並不在於生命本身，而是內心的執著。

二、「本能」是囚牢

眾生所具有的本能，也是引起執著的對象，如性欲、炫耀…，等等，都驅使我們去進行發洩的行為，或是奢華的行為。「本能」，可以說是與生俱來的「欲望」，也可以說是一種「業力」。文中提到，如「性欲」這樣強烈的本能，即是禁錮眾生於輪迴生死苦海中，這樣的欲望，焉不是「業力」的展現？只是，人們總是認為這是再自然不過的本能，即使受其控制，也樂此不疲。眾生與生俱來的欲望太多了，希望展現自己、「炫耀」自己，這種欲望的趨使，迫使我們追逐名利、身陷聲色犬馬之中，我們一直服侍它們，也相對不斷地擴大自己的貪瞋癡。這本能說穿了就是一種業力，換言之，即是欲望的驅使，而所謂欲壑難填，何得有滿足的一天？既如此，又如何可獲致心靈的平靜？如此的「本能」又何嘗不是一座囚牢！印海的《佛教徒的信仰是什麼》一書中，談到了「業力」即是「本能」。

業力就是一種行動，生命體中有一種動力，名叫本能傾向或意識等等，這種固有的習性推動每一種意識，包括推動心理和生

理，這一動起來即成行為，這種行為的重複就是習慣，此習慣變成他的個性，在佛教中，這種過程稱它為業力。⁷

輪迴的主體長期以來被認為是「靈魂」，而實際上它並非是不朽主體的循環，更貼近佛教的說法是業力，是業力的過渡輪迴。在〈論輪迴觀在佛學思想中的重要地位〉一文中談到，輪迴的主體是業力，是人們執以為自我的東西，從而流出了自由意志，這種自由意志不是哲學所認為的是人性的基礎，而是我們愚昧執著的惡果，難以擺脫。⁸換言之，本能原非是囚牢，如果因執著而成了欲望的唆使，那就是一座牢不可破的囚牢。

三、「六根」是囚牢

六根，為什麼是囚牢呢？因為它是繫縛煩惱的門徑，所以它們也是囚牢。六根：眼、耳、鼻、舌、身、意，是佈滿在身軀之中的接收器，透過六根的管道，我們得以和外界溝通，但也因為在根塵識的交流中，助長了生死流轉的因緣。何以見得呢？如悅耳的聲塵，我們可

⁷達摩難陀，《佛教徒的信仰是什麼》，台北：慧炬出版社，1987年3月，頁52。

⁸莫寄台，〈論輪迴觀在佛學思想中的重要地位〉，《鵝湖月刊》第22卷第4期，1996年，頁18。

以百聽不厭的迴盪在耳際，這即是對聲音產生了執取，所以要不斷地去侍候著耳朵；眼根亦然，只要落入色境的喜愛覺受，就必然得服侍眼根，任一根皆有如此的習性，只要對所緣境，產生了執取，則必然得服侍著根身，我們要不斷地去追逐六根的所執境，而這中間的馳騁追逐，即是一連串煩惱的串習，貪瞋癡沒有削弱，卻反而滋長了它的肥厚度，如此六根焉能不是囚牢呢？在通妙譯《漢譯南傳大藏經・相應部》談到：

諸比丘！於色愛欲貪者，是即心之隨煩惱。於聲愛…香愛…味愛…所觸愛…法愛欲貪者，是即心之隨煩惱。⁹

六根：眼、耳、鼻、舌、身、意，對境色、聲、香、味、觸、法，產生六識(眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識)的作用，它有一套屬於它的迴路系統，這個系統受制於所起煩惱為關鍵，而有它不同的走向，這亦是六根成為囚牢或不成為囚牢的關鍵。楊中傑在〈身心靈和世界之結構及其主宰與生成機制〉一文中談到：

六根為身心靈與外界感測器，每一根都是心靈的獨立運作。六根與外塵接觸，生出「愛」或「惡」的感受…，生物的生老病死，或無生物的成住壞空，這即是完成一個眾生或世界的生命演化。一般所謂的情緒，如打罵摔物惡形，是六根對外界六塵

⁹通妙譯，《漢譯南傳大藏經・相應部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991 年，頁 234。

直接惡受的反應，未經心靈層面，只是腦或身體器官的反射，這種是低 EQ 的展現，如果反應是在六入以上的心靈層次，惡行未出，則可稱是高 EQ。¹⁰

這即可看出，六根原非囚牢，只有未經訓練的狀態，對境產生執著，煩惱增生，爾後人們就得受六根擺布，它就具有囚牢的性質了。記住，關鍵即在於執取，若沒有執取，則六根是無法成為囚牢的，大乘經典有謂：「迷時六根為六賊，悟時六根六波羅」，如同我們說：「水能載舟，亦能覆舟」，問題不在六根本身，而是執著的心，六根就成為禁錮的囚牢。《十誦律》裏談到：

觀無常、觀變壞、觀離欲、觀滅盡、觀捨離，當一其心念出入息。阿難！是名善道安樂行法，諸惡法生即能除滅，無有厭惡。

11

透過出入息的方式，則能遠離執著，如此則六根便非是囚牢。世間一切皆是「真空妙有」的存在，因知是無常變化，無一永恆的本質，而透過出入息的方式，則能知其無常、變異、進而捨離、滅盡，滌蕩執取之心。當執著滅盡，則六根也能從本能的反應掙脫出來，則六根

¹⁰楊中傑，〈身心靈和世界之結構及其主宰與生成機制〉，《佛學與科學》2013 年，頁 33。

¹¹弗若多羅共羅什譯，《十誦律》，《大正藏》冊 23，第 1435 號，頁 8 中。

只是六根，不再是囚牢了。鄭筱筠〈試論南傳佛教的生態倫理體系〉一文中，談到阿姜查法師的禪坐教學：

他不強調任何的打坐方法，或各種快速成就的內觀或者開悟的課程。他教人先觀出入息以調心，等心安住了，繼續觀察身、心的變化。生活簡樸、保持自然以及觀照內心，他主張「單純安住於當下，我們的心終會契入它原本的和諧狀態」。¹²

出入息是令心能遵從自然法則的方式，能令此心和諧，不再對境執著，屈從六根的繫縛，則六根也只是六根，不再是囚牢。

四、「迷信」是囚牢

佛使尊者談到，宗教處所是最多迷信的地方，他認為凡是和「解脫煩惱」無相關的祭拜儀式都是迷信。「迷信」違反科學的認知，是作繭自縛的東西，無疑是禁錮心靈的囚牢。世間存在著各式各樣的迷信，本文以泰文一語 *Saiyasatr* 解釋這樣的狀態，並於註解中指示出所謂 *Saiyasatr* 一語的涵義，即是科學尚在蒙昧的狀態中。

¹²鄭筱筠，〈試論南傳佛教的生態倫理體系〉，《宗教哲學》第 83 期，2018 年 3 月，頁 71。

泰文 Saiyasatr 中 Saiya 意指「睡眠」，Satr 意指「科學」，被當成「學」(ology) 使用。合譯為「睡眠學」(sleepology) 或「睡眠的科學」(sleepy science)。¹³

這裏有兩個地方值得被探討，即是文中佛使尊者所認為的「迷信」內涵，即在於「儀式」和「信仰」，並認為「寺院」和「教堂」是存在此類最多的地方。書中談到：

所有迷信的儀式及信仰都是 saiyasatr。……雖然科學的進步已破除大量的迷信，在教堂、寺院或其他類似的處所，是我們能找到最多迷信的地方。只要有祭壇、有人鞠躬膜拜神聖事物的地方，便存留著「睡眠者的科學」(science of the sleeper)。

14

宗教儀式亦或宗教信仰為何會是迷信呢？佛教或者其他宗教，不是充滿著信仰與儀式的元素嗎？這看似矛盾的說法，正是真理與迷信的關鍵。在《雜阿含經》裏佛陀說到：

¹³佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999 年，頁 9。

¹⁴佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999 年，頁 9。

我今不久亦當過去。是故汝等當知，自洲以自依、法洲以法依、不異洲不異依，謂內身身觀念住，精勤方便，正智正念，調伏世間貪憂。¹⁵

佛陀所說的自依、法依、不異依，是要「自」已依靠「法」為修行的方向，然後親身去實踐，而這樣的方法，是「四念處」的其中之一，即「身觀念處」，以此趨向正智正念，調伏自己的貪嗔癡煩惱。所以，在所謂脫離解脫煩惱的修行方式，在佛使尊者看來，都是一種「異依」，故所謂的祭拜儀式、信仰，則是與趨向解脫煩惱的道路背道而馳，故即為是迷信了。

迷信也包含了世俗的各種「禁忌」，佛使尊者談到了歐美人對於數字 13 的禁忌，是充滿著束縛自己的氛圍；再如華人社會中的「眼皮跳」，更成為一種不知所云的吉凶之判。這種令人揪心的迷信，強烈的衝擊著人們的身心，而根據醫學的報導，肌肉和神經在疲勞狀態中，即會有抽蓄的現象產生，此現象是散至身體各處皆然的，是身體自然的一個現象，當它成為了一種迷信的禁忌時，也變成了囚禁心靈的枷鎖了。

在唯識學認為，意識如同種子，遇緣定會起現行，我們認為一定會發生的不好的事情，這樣的心念必會感召相應的事物過來，所以陷入迷信的窠臼中，不只衝擊身心，更會導致命運的變化。真理不會在

¹⁵求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 177 中 1-7。

禁錮中顯現，它是很實際的可以經過科學的驗證去實現，所以去除煩惱達於涅槃解脫，從來不由它，而是要反諸身心的觀照去完成的。

五、「道場」是囚牢

道場是宗教修行的處所，藉著來此共修而凝聚對信仰的增上，然如果於此生起了優越感，尤其對那名聞遐邇的，那無疑是對道場生起了執著，一旦執著則與煩惱相應，道場也就成為了束縛自己的囚牢了。《生命之囚》提到：

那些莊嚴神聖、聲名遠播的道場、學會等，它們的名氣令人們只要登記為會員，就搖身一變和道場一樣響叮噠。便開始認為：「我們比別人優秀」、「我們是明智的一群，其他人都是愚痴的。」他們不經任何思索評論，便執持這些觀念。如此一來，這些道場就變成囚牢了。¹⁶

諸如此類的例子，可謂不遑多見。我們說「山頭主義」，可以代表這種情況。瞿海源談到，這些不過是「我執」的展現：

在佛教界山頭主義林立，欠缺組織聯合乃至配合的精神。組織也都以法師個人的名號為名。在興辦各種事業上不只各自為

¹⁶佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999年，頁12。

政，而都有強烈的「我執」精神，從種種做為來看，好像都是「『我』要蓋一個規模宏大的廟（或醫院、學校等）」「『我』要創辦一個功德會（或基金會、什麼會）」蓋廟之餘，又來「『我』要在……」。¹⁷

這樣的現象，在現今宗教團體多有所見，他們動輒豎立標竿，執著在自己道場的宗風，某某大師說、某某上人說，卻不見屬於佛陀的說法。宗教的目標，不是將人禁錮在某一道場、某一思想，而是能解脫煩惱，趨向心靈真正的覺醒與自由，不待命盡，即能此時此刻證入寂靜境界。所以務必認識到，只要起了執著，不管是多麼冠冕堂皇的設施，那都是囚牢。

六、「師父」是囚牢

我們也極易對師父產生執著，如對某某師父的崇拜，對某某大師的教法奉為圭臬，而不加以思索，景仰甚過於法義，而這其實是偏離修行的方向。佛使尊者告訴我們，執著的滲透是無所不在的，即使是站在出世間的角度，都無法避免這種「執著」的滲透，雖然美其名為出塵，但執著的內涵是一樣的。如文中提到了，緬甸有 Sayadaw 的善知識；錫蘭、泰國有所謂 Ajahn 稱呼的師父；乃至藏傳佛教的法王、活佛、喇嘛，以及中國漢系佛教的「大師」等等諸如此類的師父稱謂，

¹⁷瞿海源，《宗教企業化不應偏離宗教的基本精神》，
[http://www.ios.sinica.edu.tw/hyc/index.php?p=columnID&id=560\(2010\)](http://www.ios.sinica.edu.tw/hyc/index.php?p=columnID&id=560(2010))。

只要對他們起一丁點兒的執著，即刻陷入了生命的囚牢中——所謂「師父之囚」，聖嚴談到：

明師不以自我為中心，也不以特定的某一個人為權威，是以共同的原則、規律為依準。律教的法就是因緣法、因果法，如果一位老師所說的道理與開示，違背了因果和因緣的法則，就不是明師。…雖眾人尊其為聖人，也和邪師無別。¹⁸

佛陀「四依法」的「依法不依人」，即是教導上的準繩，即使亙古時空的流轉，真理不隨時空變異。行者要以「法」來檢視自己的修行，以法來實踐自己的修行，如此才能在法上增上，與真理相應。

七、「神聖」是囚牢

宗教常被訴諸於「神聖」的境域，並且有所謂「聖物」的出現，如經典、聖水、聖遺骸…等，這些聖物被認為有救贖的力量，如捧著聖水可以洗滌自己的罪惡，經典即代表著上帝的存在。我們執著這些聖物，認為它具有神聖的力量，這些所謂的神聖就拘束了我們，於此它也變成是一座囚牢了。佛使尊者談到：

¹⁸聖嚴法師著，《學佛群疑》，台北市：法鼓文化，1988年，頁201。

每一件神聖的事物之所以能神聖，都來自於人們自己的假設或捏造，即是由執著所產生的神聖，任何存有執著的神聖，就是囚牢。¹⁹

台灣在數年前就有迎佛牙舍利的活動，希望藉此聖物來為台灣祈福，然若以「法」的觀點來看，沒有實際的從身心下手，勘破生命的實際本質，是無法徹底根除掉煩惱根源的，若還存有佛牙能為自己消災解厄，那離真正的法就太遠了。法遵比丘尼在《滅苦之道》這本書提到：

中古世紀的歐洲人向教會購買贖罪券；中國佛教徒誦經拜懺以清淨業障，雖然能有對罪過與苦難的覺察與反省實屬難能可貴，但是那些期盼抵消罪報的方法卻皆非正道。…唯有認清事實真相才能生起厭離，一旦厭離之後，不再貪愛生命、不再染著五受陰，也就不再沒溺於煩惱執取而能清淨無染了。²⁰

聖物並非是滅苦之因，當然藉由聖物來提升自己的宗教情操，助長修行的增上緣，這是權宜之計，然若因此顛倒了修行的次第，就不免落入邪見的思想了。

¹⁹佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999 年，頁 11。

²⁰法遵比丘尼著，《滅苦之道》，高雄縣：淨蓮蘭若，2003 年，頁 251-253。

最神聖的聖物還是「法」，佛使尊者說：沒有比「因緣法則」更為神聖的事物了。了解「緣起性空」，實無一主體性的實物於中操控，一切現象無非是因緣的展現，這才是生命的實況，於此能消解掉執著的產生，即可達於煩惱的真正解脫。法遵比丘尼調：

見法就是見到生命的真相，從此以後再不會迷惑於生命的未知與茫然，這種經驗不借助任何外在的條件，諸如灌頂、加持、感應、降福、特殊儀式；…見法純粹只是看清了自己生命的實況。²¹

佛使尊者說：「因緣法則中沒有任何的執著」²²，只是因緣的生起與消滅，隨順因緣不再染著，如此才能去除煩惱，邁向清淨解脫之道。

八、「善」是囚牢

宗教一直勸人為善，教導人們要「樂善好施」，甚至以它為最高指導原則，而善在什麼情況下會變成囚牢呢？善行是好的，是值得嘉許的，但如果我們執著在善，善就變成是囚禁我們的囚牢。因為執著，

²¹法遵比丘尼著，《滅苦之道》，高雄縣：淨蓮蘭若，2003年，頁25。

²²佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義：香光書鄉，1999年，頁11。

非善不可，對於不善就會加以排斥，憎惡，有所謂「嫉惡如仇」，可以說是執著善的結果了。所以佛使尊者引用亞當夏娃偷吃禁果一事來比喻。

上帝禁止亞當、夏娃去吃能使人辨別善惡的果實。不要去吃果實，否則它將導致你懂得如何分辨善和惡，如此一來，對於善和惡便會產生執著，於是善與惡就成了囚牢，這段教義非常微妙深奧而且極富睿智，但似乎沒有人真正瞭解它。²³

人的思考模式很難擺脫二分法的對立模式，因之我們有黑白、長短、高矮胖瘦的形容詞，這不都是一種對立的思考嗎？這樣的思考模式會形成我們執持一方，然後拒斥一方，如「執善拒惡」、「執瘦拒胖」，這不是與煩惱相應嗎？黃家樹指出：

我們所思、所見、所起的概念，一定是落於相對性的。有高便有矮，有醜便有美，說一就有異出現，說白同時便想到黑，總之，沒有一法是絕對的。如果我們隨意落於一邊，或有或無，或善或惡，就等於兩邊都落下去了。為什麼這樣說呢？因為抓住一端和抓住兩端並無分別。執著善，等於執著惡，在你強調善的時候，你對不善就一定很排斥。換句話說，你有善的觀念時，其實就有強烈的不善觀念在一起。²⁴

²³佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義市：香光書鄉，1999 年，頁 15。

²⁴黃家樹：《中觀要義淺說》，台北：全佛文化，2002 年，頁 68。

闡述佛法實相的真理，告訴我們，世間任何現象，皆沒有一個真實的體性，它是藉由相資相待的因緣輾轉而生，而這即是「緣起性空」的真理。善與惡皆有其因果關係，善觀因緣，就不會只在事相上打轉，善惡是有的，但不能執著在那個善，因為依之而來的，就是產生煩惱痛苦。禪宗有調：不思善、不思惡，意即在此。

九、「見解」是囚牢

我們每個人都有自己的見解和思想，或是有某些觀念，認知等，這都是各各不同的；因為每個人的環境、學習背景不同，所以每個人的見解都會不一樣。見解會形成囚牢，乃是我們堅持己見，亦即是對自己的見解產生執著，然後它就箝制著我們的思考，無法聽取、採納別人的意見，始終認為自己的想法才是正確的，這不是思路的囚牢是什麼呢？自古以來有太多見解不同的思想產生了紛爭，甚或引起了戰爭，可謂牽一髮而動全身。宗教也有所謂的「見諍」，即因思想不同而產生的爭論。例如佛教的宗派，如天台、華嚴、唯識…等等，這些宗派之見，都有屬於自己的思想體系，每個人都會固執在自己的見解而產生優越感，然後不能認同別人的思想。殊不知，所謂的宗派之見，只是某個佛法角度的呈現，它不能概括佛法的全部，我們說殊途同歸，雖然不一樣的方法，但是同歸於一個方向，有何可爭呢？

佛法本來就該契理契機，如孔子的因材施教，所以必須多元教學，固執己見，非但走進死胡同，也與智慧不相應。我們的見解就一定是正確的嗎？聖嚴談到：

佛說普通人的私心我執太重，對於任何事物的價值判斷，往往都是秉持著偏頗見和顛倒見，所以把世間的問題，演變得治絲愈紊，治事愈亂，治心愈煩。…如果大家都來虛心採用佛法的正見，而不剛愎自用地堅持偏見和倒見，我們的世界就會天下太平了。²⁵

佛說人們的見解都是偏見與顛倒見，所以引發各種人事物的矛盾與衝突，小至家庭，大至社會、國家的紛爭，無不是見解思想上的我執太重，執著在自己的見解上不變通，就是自設囚牢，不僅無法見到事物的全貌，也喪失掉利益。印順談到：

意見不同而引起多少論爭，原是不可避免的。然而在論爭時，只有自己是對的，抹煞對方的一切，這種「見諍」，就是最嚴重，最危險的思想問題。只有我的意見、我的思想，才是對的、好的，可以存在；別的都是錯的、壞的，不應該存在的：這就是最惡劣的「見諍」。世間是因果的存在，是極複雜的關係的存在。即使有主要的原因，也不是絕對的，唯一的原因。²⁶

²⁵聖嚴著，《抱疾遊高峰》，台北市：法鼓文化，1999 年，頁 293。

²⁶印順，《佛在人間》，台北市：正聞出版社，2003 年，頁 182。

我們應該要「善觀緣起」，如此才符合「緣起性空」的法則，拘泥一己之見，並不能完全符合無常變異的現象事物。

十、「清淨」是至高無上的囚牢

宗教常有淨穢的對比，例如這世間是濁惡的，出塵的才是清淨的；地獄是污穢的，天堂才是清淨的。清淨成了許多宗教渴望，甚至要求的一個目標，例如從遠的目標來說，我們要厭離此岸，而欣求彼岸，乃至在日常事物中，我們也希望能有淨化的一個儀式或動作，為的即是滿足內心那份對清淨的渴求。佛使尊者說：如果我們認為要透過外在的儀式，如洗滌沐浴、念咒、灑淨…等方式才能獲得清淨，這不過是一種假相的清淨。²⁷因為內心已然對清淨生起了執著，當自我意識生起，則不管淨與穢，它同樣在綑綁我們。在清淨當中，並沒有一個執著的清淨，所有執著而來的清淨，都非是真的清淨，已經有所染的清淨，怎還有清淨可言呢？只要有所自我執著，即是與煩惱痛苦相應，因為執著在清淨，則也必然隱藏著一個對汙穢的拒斥，這樣又如何有真實清淨可言呢？佛使尊者說：想逃脫、突破這清淨的囚牢，必須要空掉自我，全然沒有自我，才是真正的清淨。²⁸所以「我」必須到

²⁷佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義市：香光書鄉，1999年，頁14。

²⁸佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義市：香光書鄉，1999年，頁14。

達清淨的國土，這事值得商榷。因為五蘊非我，是誰到達清淨之處？如說有我，我的生起，又如何到達真正清淨之處？法遵在《滅苦之道》中提及：

有許多佛教徒將涅槃當作一種境界，以為只要能斬斷對塵俗境界的貪著，便能進入無為、永恆的涅槃境界…，涅槃不是毀掉生命，而是止息痛苦，並沒有哪個「誰」入涅槃去了，有的只是生老病死憂悲惱苦純大苦聚的生命現象嘎然止息。²⁹

佛教說「無我」，所以並沒有一個真實的「我」要到清淨的去處，「我」的說法，不過是一個「方便」說法，因為人離不開「我」的概念。但真實而言，自我的生起，就是與執著煩惱掛勾了，何來清淨呢？真實的清淨必須空掉自我，那才是真正的清淨，自我在清淨處，既違背佛法教義，也非真的清淨，那只是處在囚牢中-清淨的囚牢。

參、遣蕩「執著」的關鍵 - 「摧毀自我」

「執著」既是成為「囚牢」的關鍵，那麼遣除執著即是當務之急。執著來自於「自我」的生起，也就是這個虛妄的「自我意識」，故佛使尊者說：「摧毀執著，即是摧毀自我」，亦即是「無我」。可是「我」的念頭根深蒂固，自我意識強烈，要如何「無我」呢？要達到無我，並非有一蹴可幾的捷徑，佛使尊者在書中舉出幾個要項：要透過「出

²⁹法遵比丘尼著，《滅苦之道》，高雄縣：淨蓮蘭若，2003 年，頁 313-314。

入息念」，要保持「正念」覺察，必須過「八正道」的生活，才能讓「我」及「我所有」不再生起，如此是讓內心保持在「醒覺」的狀態中。而這幾個要項，可說是同一內涵的延伸，更正確來說是同一件事。

佛陀說「以戒為師」，以「四念處」為住，它的下手處，即是從四個方面－「身受心法」如實地去觀照，而「出入息」念即是「身念處」的一種。通妙譯《漢譯南傳大藏經・中部經典》記載：

諸比丘！如何修習入出息？如何廣修而令圓滿四念處耶？諸比丘！有時比丘之或正在長入息，覺知『我長入息』；或正在短出息，覺知『我短出息』。〔如是〕身正在隨觀於身。我於此諸身中，稱為身，即入出息也。是故諸比丘！其時，比丘於身隨觀身，有精專、有正知、於世間調伏貪、憂而住。³⁰

覺知出入息，即為正念、正知，這是一種促使內心在醒覺的觀照中，「我」及「我所」不能生起，如此則能調伏對色身及外境的執著，從而徹底解離煩惱，達到苦的止息與滅盡。佛使比丘談到：

任何時刻只要生起「我」、「我所有」的念頭，人就會「生」為這或那，並且執著著它，苦也因而產生，…保持覺醒與觀照，

³⁰通妙譯，《漢譯南傳大藏經・中部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991年，頁68。

脫離「我」、「我所有」的念頭，就能解脫苦，好好地維持這種境界，直到永遠不變時，就是真實究竟的涅槃。³¹

所以出入息念，正是佛陀教導弟子應該依四念處而住的修學方法，如此則能調伏、進而滅盡煩惱，也是摧毀自我，摧毀執著的方法。如此執著不生，則什麼都不能是羈絆我們的囚牢。聖嚴在《禪的世界》一書中說到：

觀四念處得力，才知道四聖諦的苦諦究竟是什麼。能夠瞭解到苦諦的實義，才能真切地生起不退的信心，…出離三界，永斷生死。³²

故而透過「出入息」的「身念處」修習，是摧毀囚牢的方法之一，摧毀囚牢即是摧毀生死輪迴。

如上的修習方式，即是行在「八正道」的生活中。八正道為正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定，不僅透過出入息念保持正念，而是所有身口意三業都在正道中，以正見為引領，收攝三業不離佛法的範疇，所以奉行八正道就可以防止我、我所有的生起。在《雜阿含經》裏，有人問舍利弗，要如何斷除執著？舍利弗說到，從正見到正定，此即為八正道完整的奉行。

³¹佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義市：香光書鄉，1999 年，頁 17。

³²聖嚴法師著，《禪的世界》，台北市：法鼓文化，1987 年，頁 28。

閻浮車問舍利弗：「所謂取者，云何為取？」舍利弗言：「取者，四取，謂欲取、我取、見取、戒取。」復問：「舍利弗！有道有向，修習多修習，斷此取耶？」舍利弗言：「有，謂八正道——正見乃至正定。」³³

所以摧毀囚牢，如佛使尊者所說，必須透過出入息念令其摧毀自我，而這亦是八正道達到正念、正知的操作方式，進而身口意三業都在八個正道中，故終極來說，八正道的生活，才是完整能摧毀囚牢的方法。

肆、「苦」的根源 - 「無明」與「渴愛」

為什麼會有「我」和「我所有」的執取？歸咎之因，即肇因於「無明」，再引發渴愛之動力，這一連串行走的軌跡，即是「苦」的根源，也是生死輪迴的陷落。佛使尊者談到：無明為父，渴愛為母，加上執取，我就出生。而生指的是「我慢」的出生，也就是自我的產生。在《佛陀的啟示》一書中談到：

苦的根源，就是「渴愛」。它造成「來世」與「後有」；與強烈的貪欲相纏結，隨地隨處拾取新歡。這以各種形式表現的渴

³³求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 127 上 10-14。

求、欲望、貪婪、愛著，就是生起一切痛苦及使得生死相續不斷的根源。³⁴

由此可知，「我」的出生，後面的推動者就是「渴愛」與「無明」，所表徵的樣貌，就是「執著」。我們要斷除執著，須先了解造成執著的源頭，才能徹底離「繫苦」的逼迫。佛法的核心是，一切都是相對緣起的，沒有單一的主宰物，故而「渴愛」的生起，當然也離不開這樣的法則，而這個背後，就是「十二因緣」的流轉。在《雜阿含經》裏記載：

於十二因緣逆順觀察，所謂是事有故是事有，是事起故是事起。謂緣無明行，緣行識，緣識名色，緣名色六入處，緣六入處觸，緣觸受，緣受愛，緣愛取，緣取有，緣有生，緣生老、死、憂、悲、惱、苦，如是純大苦聚集。³⁵

「十二因緣」即是：無明、行、識、名色、六入、觸、受、愛、取、有、生、老死，這是說明生命流轉的過程。順觀十二因緣，是生死輪迴的軌跡；逆觀十二因緣，則是解脫輪迴的道路。

「無明」是我們意識下潛藏的許多煩惱，這些煩惱促使我們在身口意下造作種種的「行」為，「無明」與「行」為「因」，造就我們

³⁴羅喉羅著・顧法嚴譯，《佛陀的啟示》，台北市：佛陀教育基金會，1972年，頁 47。

³⁵求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊 2，第 99 號，頁 156 下 21-26。

今生為何而來的一個因素。「行」為過後並不會就此謝滅，它會在我們的八識田中產生業「識」，這些業識像是一顆顆的種子，落在可滋養它發芽長大的因緣中(投胎)，在母親的肚子裏，形成基礎的「名色」，即是有識、有胎形的一個生命。爾後「六根」(眼、耳、鼻、舌、身、意)在胎內逐步成長完備，即「六入」成形。六根會與外境接「觸」，接觸後會產生或苦或樂的感「受」，感受到快樂，會產生喜「愛」的心理狀態，若想再進一步追求，即是進入「取」的身口意行為中，即是造下了「有」，有了再次流轉的輾轉因緣，就有了再次生死輪迴的動力，趨向生命的「生」起，然後經歷「老死」。

佛陀告訴我們，這十二因緣的關鍵，主要來自「渴愛」，因為渴愛的緣起，而形成一連串煩惱的增生，只要滅卻「渴愛」，十二因緣即會逆轉它的方向，從生死輪迴的流轉門，趨向解脫生死的還滅門。通妙譯《漢譯南傳大藏經·中部經典》記載：

欲愛之渴愛、有之渴愛、無有之渴愛也。此謂苦之集。如何是苦之滅？曰：彼之渴愛完全離滅、捨棄、除去、解脫、無執，此謂苦滅。³⁶

³⁶通妙譯，《漢譯南傳大藏經·中部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991年，頁49。

這種生命型態所展現的囚牢，其追根究柢的癥結點，即在於「渴愛」，因為內心的「渴愛」，促使我們不斷執著在生命的各種型態中，因而有各方形成的囚牢，囚牢雖各異，歸咎原因卻只有一個，那就是內心觸受所引發的「渴愛」，進而追求執取，也就是內心無法明白實相，一種「無明」狀態的展現，故渴愛即是痛苦的原因。

遠離渴愛的執取，佛使尊者告訴我們，必須透過佛陀最原始的教導，觀照自己的出入息念，覺察感受變異、生滅、無常，從而勘破世間萬物，不過是暫存假有的存在，進而滅卻愚痴無明的渴愛執著，從流轉到還滅，解脫自己的生死輪迴。也唯有這樣，執著才不會四處攀緣，四處建造囚牢，我們才可以說是走在道上了。

伍、結論

如果沒有透過一種真正離苦的方法，則即使進入修行的領域，則仍然停頓在世俗的層面，那即是由執著不斷繼起的煩惱。《生命之囚》這本書，無疑給予修行者，一個最強而有力的棒喝，因為真正與世俗有差別的，不是在於表象的改變，而是能從煩惱的葛藤裏掙脫出來。如果修行者仍舊自我意識強烈，那表示還未真正走入修行的領域，不過是以一種異包裝來填充所謂的修行。所以在看得到的與修行有關的名目，都成為了修行當中煩惱的對象，使修行走入了囚牢的桎梏，所以摧毀自我是修行者有別於凡夫的方式。佛使尊者這樣提醒著修行人，如果沒有透過出入息的方法，覺察所有的諸受都是一種無常、變

異之苦，則依然難以逃脫這種「渴愛」的網綁，而處處延伸觸角，造成一種假象修行的包裝，這才是一種最為盲目、也是最難以突破的障蔽。生命循環的軌跡，都是相同的，「渴愛」、「執著」！不會因為走上了修行，它就會消失或就此鬆綁，還得必須要落實身心的觀照，逐步走出「渴愛」的盲點，而達於「執著」的釋放，而這才能真正的離苦，所謂不二法門的「解脫之道」。

參考書目

一、古籍文獻(大藏經)

弗若多羅共羅什譯，《十誦律》，《大正藏》冊 23，第 1435 號。

求那跋陀羅譯，《雜阿含經》，《大正藏》冊 2，第 99 號。

通妙譯，《漢譯南傳大藏經・中部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991。

通妙譯，《漢譯南傳大藏經・長部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991。

通妙譯，《漢譯南傳大藏經・相應部經典》，高雄市：元亨寺妙林出版社，1991。

二、專書

印順，《佛在人間》，台北市：正聞出版社，2003 年。

佛使比丘著，《生命之囚》，嘉義市：香光書鄉，1999 年。

法遵比丘尼著，《滅苦之道》，高雄縣：淨蓮蘭若，2003 年。

達摩難陀，《佛教徒的信仰是什麼》，台北：慧炬出版社，1987 年 3 月。

黃家樹：《中觀要義淺說》，台北：全佛文化，2002 年。

聖嚴著，《明日的佛教》，台北市：法鼓文化，1990 年。

聖嚴著，《抱疾遊高峰》，台北市：法鼓文化，1999 年。

聖嚴著，《禪的世界》，台北市：法鼓文化，1987 年。

聖嚴著，《學佛群疑》，台北市：法鼓文化，1988 年。

羅睺羅著·顧法嚴譯，《佛陀的啟示》，台北市：佛陀教育基金會，1972 年。

三、期刊論文

莫寄台，〈論輪迴觀在佛學思想中的重要地位〉，《鵝湖月刊》第 22 卷第 4 期，1996 年。

楊中傑，〈身心靈和世界之結構及其主宰與生成機制〉，《佛學與科學》2013 年。

趙舒禾、陳秉華，〈不執著量表在台灣之中文文化信、效度分析及其與心理健康之關係〉，《國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系教育心理學報》第 45 卷第 1 期，2013 年。

鄭筱筠，〈試論南傳佛教的生態倫理體系〉，《宗教哲學》第 83 期，2018 年 3 月。

四、網路資源

瞿海源，《宗教企業化不應偏離宗教的基本精神》，
<http://www.ios.sinica.edu.tw/hyc/index.php?p=columnID&id=560>(
2010)。

建構真實生活： 文化中介者的觀光實踐

台東大學公事系 蕭鄉唯

摘要

觀光是由訪客、在地人、旅行社與政府部門等多重行動者所交織的複雜社會現象，經由人群移動使地方經濟、自然環境以及社會組織被重新塑造。然而，過往研究多聚焦於外來旅客與在地接待者之間的關係，試圖在發展（**development**）框架中探索人群互動所衍生的社會文化交流與變遷，卻忽略了推動觀光活動的文化中介者（**cultural broker**）如何將觀光視為文化實踐，並促成不同行動者間的相互認識。由於既有文獻多著重於理論建構，缺乏民族誌資料的累積與分析，本文透過剖析國立臺東大學人文創新與社會實踐中心與排灣族啦里吧部落居民攜手規劃社區遊程的案例，探討異質的文化中介者如何互為主體，在產製和控制遊程的過程中，共同摸索與形塑在地文化的「真實性」（**authenticity**）。本研究揭示了文化中介者如何在建構觀光體驗時，既呈現在地的多樣面貌予外來遊客，同時編織內部對於文化與生態永續發展的

多元觀點，進而超越單一「傳統」框架，打造融合當代與傳統、內部與外部視角的「多重真實」在地樣貌，賦予在地社群更多自主性與發展動能。

關鍵字：觀光、文化中介者、排灣族、社會實踐、真實性

Constructing Authentic Lives: Tourism Practices of Cultural Brokers

Department of Public and Cultural Affairs,
National Taitung University

Hsiao Hsiang-Wei

Abstract

Tourism is a complex social phenomenon interwoven with multiple actors—including visitors, local residents, travel agencies, and government departments—through which the movement of people reshapes local economies, natural environments, and social organizations. Previous research has predominantly focused on the relationship between foreign tourists and local hosts, seeking to explore socio-cultural exchanges and transformations arising from interpersonal encounters within development frameworks. However, such studies have tended to overlook the role of cultural brokers who facilitate tourism activities, perceive tourism as a form of

cultural practice, and foster mutual understanding among diverse participants. While existing literature emphasizes theoretical construction, it often lacks sustained ethnographic accumulation and analysis. This paper addresses that gap by examining how the Humanities Innovation and Social Practice Center at National Taitung University collaborated with residents of the Paiwan Laleba tribe to co-develop community-based tours. The case study explores how heterogeneous cultural brokers function intersubjectively, collectively navigating and shaping the "authenticity" of local culture through the design and management of tour itineraries. The research demonstrates how cultural brokers, in constructing tourism experiences, simultaneously present multiple facets of local life to external visitors while embedding various perspectives on cultural and ecological sustainability within the community. This approach transcends singular notions of "tradition," producing a "multi-authentic" local landscape that integrates contemporary and historical elements as well as internal and external viewpoints. In doing so, it endows local communities with enhanced cultural agency and developmental momentum.

Keywords: Tourism, Cultural broker, Paiwan, Social practice, Authenticity

壹、前言

「你覺得我們這邊的特色是什麼？」某天啦里吧部落青年問道。

因應國家科學及技術委員會（簡稱國科會，原科技部）所辦理之人文創新與社會實踐計畫（簡稱人社實踐計畫）的季工作會議（簡稱季會）慣例——場域參訪，臺東縣台坂村啦里吧部落（簡稱啦里吧部落）青年會由會長董又瑋領軍，陪伴國立臺東大學人文創新與社會實踐中心（簡稱東大人社實踐中心）以透過人類學田野調查與文化研究為基礎的行動方案，一同扮演文化中介者，二度（2021 年初與 2022 年初）嘗試規劃部落遊程。為「探索大學與地方居民如何共同以理論結合實踐回應當代社會議題發展行動方案」，執行人社實踐計畫的各所大學所辦理的場域參訪，相較於常見的族群觀光行程普遍以體驗在地人文與自然地景為主軸，季工作會議更著重於呈現大學與場域居民共學共作的成果，嘗試突顯二者（大學與在地社群）如何攜手結合理論與實踐、回應特定在地與全球議題。因此，東大人社實踐中心企圖展現：1. 如何偕同啦里吧部落文化健康站（簡稱文健站）建構貼近文化脈絡的照顧行動，以及 2. 如何結合青年會共同透過與文健站長者互動而學習在地知識。同時，以上述二項目為主軸規劃季會遊程的「過程」也成為東大人社實踐中心與啦里吧部落文健站、青年會攜手探索永續在地知識、創建社區觀光的多元可能，進而建構「回應特定在地與全球議題」的社區動能。

儘管啦里吧部落從未辦理過社區遊程，但因當代多數原住民社區已展現觀光發展可成為文化與生態永續發展的管道，促使在地居民於協助東大人社實踐中心辦理季會的同時，亦把握機會探索建構社區觀光的多樣可能。然而，如何結合文化與生態、於包含多重行動者（青年會、文健站、東大人社實踐中心，以及其他在地居民）的網絡中刻畫包含異質想像的在地面貌？本文將以觀光人類學的視角，討論文化中介者的多樣身分（東大人社實踐中心與啦里吧部落居民），如何共同以實踐在地知識為目的規劃部落遊程，刻畫囊括傳統價值與當代活力的地方樣貌、建立在地居民與外來遊客對於啦里吧遺產（heritage）的認識，進而實踐想像中的社區觀光模式。藉由剖析異質的文化中介者何以互為主體，本文將闡述生產與控制遊程的過程中，多重行動者如何共同摸索與形塑在地文化的「真實性」（authenticity），並探討各行動者基於何種意圖打造具有代表性的地方生活真實樣貌，進而理解觀光怎麼經由中介者成為文化實踐的媒介，進而營造文化與生態永續發展契機。

貳、文獻回顧：觀光與動態遺產

東大人社實踐中心於啦里吧部落推動社會實踐的成員皆具有人類學訓練的相關背景，並長期致力於排灣族社會文化研究。早期人類學研究與原住民觀光發展的共通之處，在於由找尋、塑造他者的過程中凝視（gaze）異國情調的高貴野蠻人（noble savages），並伴隨殖民與帝國主義的眼光，忽略地方生活的動態

性、將文化本質化，使得地方文史調查成為文化中介者構建地方樣貌的依據，且促使被觀光的在地居民自我他者化，營造與再現過去留下的刻板印象（Nash, 1977; Salazar, 2013; Bruner & Kirshenblatt-Gimblett, 1994）。因此，有些研究者指出觀光將破壞族群文化與生態（Wood, 1997; Hipwell, 2007），並侵蝕與解構地方主體性（吳宗瓊，2003；Klieger, 1990）。然而，也有學者主張觀光藉由提供族群文化再實踐的平台進而強化在地認同（Boissevain, 1996; 賴兩陽，2015），並成為地方經濟接軌、甚至對抗資本主義的管道（Notzke, 1999; 陳文德，2014）。針對臺灣原住民社群觀光發展的研究更進一步顯示，若將觀光視為推動永續發展的媒介，必須更深層地由在地視角剖析社會文化與生態環境如何相互作用（陳毅峰，2008; 梁炳琨，2006; 包正豪，2009）。因此，相較於遊走在二元對立的彼端、忽略在地日常的群族互動，當代觀光人類學強調經由剖析文化概念與文化互動的層面理解多元行動者所交織的觀光情境，並透過關注永續性（sustainability）將觀光時空的界線由過去往未來延伸（Smith & Bent, 2001; Picard, 1997; 張育銓，2013）。

為藉由打破空間與文化框架、挑戰以族群為範疇的觀光型態，進而形塑契合當代脈絡的文化與生態永續發展模式，張育銓（2011、2016）認為觀光研究的焦點必須由「遺產」（heritage）觀念出發，並藉由強調遺產「可轉讓的不可讓渡性」（alienability of inalienable possessions）跳脫文化商品化的範疇，思考社會文化如何經由被參觀、學習、欣賞，以及被帶走知識與想像的過程

中，持續維持遺產與在地生活的連結，進而強化文化由社群內部不斷詮釋而生的活力，以回應社群生活的轉變、傳統文化的更新以及集體記憶的重塑。現代性的影響促使有形（建築、廣場和遺跡）與無形（語言、傳統生態知識和節慶）遺產所體現的懷舊感（*nostalgia*）與真實性（*authenticity*），成為遊客所追求、經驗時空交錯的管道，並逐漸發展為當代重要的旅遊模式之一（MacCannell, 1999; 曾慈慧等，2011; 張淑娟，2011）。然而，透過舊好茶聚落的遺產觀光規劃案例，許功明（1994）強調除了尋找懷舊與真實感，遺產觀光不應僅止於提供美感、娛樂和服務，更應思索物與現象所要傳達的訊息為何。因此儘管有形的遺產較容易提供具體的凝視與想像，無形遺產的發掘與創建，以及如何藉由突顯遺產所承載的價值與思維強化社群回應當代生活的韌性，都是建構地方觀光須深入探索的問題。

在這種遺產觀光的脈絡下，「真實性」（*authenticity*）的概念更顯關鍵，尤其當觀光逐漸成為傳達文化價值與地方認同的媒介時。「真實性」並非單純指涉某種本質不變的文化特質，而是在動態社會關係中持續協商與建構的過程。對此，Cohen（1988）提出「協商的真實性」（*negotiated authenticity*）概念，指出真實性並非靜態既定，而是由遊客、當地居民及文化中介者共同參與形塑。Wang（1999）進一步區分了「客觀真實性」（*objective authenticity*）、「建構真實性」（*constructive authenticity*）與「存在真實性」（*existential authenticity*），展現了真實性在觀光脈絡中的多重面向。觀光情境中的真實性往往與觀光客及在地居民的

期待與想像密切相關。MacCannell (1999) 早期指出，現代觀光客渴望逃離日常生活的表象，尋求「真實的」他者體驗，卻常遇到「舞台化的真實性」(staged authenticity)。然而，這種二元對立的視角忽略了地方社群主動建構與展演文化的能動性。如 Chambers (2019) 所論，無論是透過觀光打造他者期盼的印象、重構已逝去的傳統，或呈顯當代生活的轉變，關鍵在於社群成員如何掌握塑造自我的「主動性」，自主建構在地認知中的真實。

無形遺產的真實性建構尤為複雜，因其往往涉及記憶、實踐與詮釋的過程。李威宜(2019)援引 Arizpe 的「文化工地」(cultural worksite) 概念指出，無形文化遺產可透過在地社群的創造性與持續加工而生產，使真實性呈現動態本質。這與 Taylor (2001) 提出的「過程真實性」(processual authenticity) 相呼應，強調真實性並非固定於時空中的特質，而是經由社群不斷演繹與實踐的過程。遺產的意義與價值因此並非天生既定，而是透過詮釋、敘事與展演被持續重新建構與協商。空間與場所在真實性建構中亦扮演關鍵角色。Urry (2007) 的「觀光凝視」(tourist gaze) 概念說明了觀光經驗如何透過特定空間安排與視覺再現被建構。地方感(sense of place)與空間經驗的真實性不僅涉及物質環境，更包含社會關係與文化意義的鑲嵌(Tuan, 1977)。在地方觀光發展中，地方社群常選擇特定空間作為文化展演場域，透過空間敘事傳達地方認同與文化價值，因而使真實性與空間政治緊密交織。

在文化中介者的角色上，Salazar（2013）提出中介者如何透過「想像工程」（*imagineering*）建構地方形象，連結全球想像與在地實踐。不同立場的文化中介者（如學術機構、地方政府與在地社群）常在真實性建構過程中產生協商與張力。如張瑋琦（2010）所論，有效的文化中介需理解在地知識系統與社群動態，從「文化設計」角度促成真實性的在地詮釋與實踐。如此，遺產觀光才能超越「再現」競爭，轉向強調動態交流與文化永續的「多重真實」建構。因此，建構地方觀光不應僅聚焦於呈現凝固的「真實」文化，而應關注如何透過觀光實踐促進社群自主性，使遺產成為連結過去與未來、回應當代挑戰的動態資源。遺產的真實性價值不在於其原始性或完整性，而在於其如何持續被賦予意義，並為社群提供文化韌性與創新能量，進而達到文化與生態永續發展的目標。

儘管觀光舞台上的聚光燈多半投射於外來遊客與在地居民身上，但文化中介者（*cultural brokers*）——企業、媒體與地方政府等，卻扮演了策畫此一劇目的關鍵角色（MacCannell, 1999; van den Bergheeg, 1995）。他們有時剝削了被觀光者的權益，但也具備突顯文化多元性、促進尊重與理解地方社群的重要動能（Hughes, 1995; Wood, 1997; Fainstein & Powers, 2005）。文化中介者透過政策引導與媒體形塑，可促使原民社會的信仰、飲食與自然環境轉化為經濟資本，於增加就業機會的同時促使青年回流、改善隔代教養與文化斷層的困境（賴兩陽，2015）。報章雜誌、電影戲劇以及新聞媒體中所描繪的地方遺產價值與思維，往

往呈現的是非在地文化中介者所感知與再現的他者樣貌，並於藉由異國情調刺激遊客的獵奇心態動身前去拜訪的同時，促使被觀光者自我他者化，試圖維繫與滿足外界想像中的自我（Urry, 2007）。誠如 Picard（1997）所論，當觀光的影響力日趨強大，在地人已不再只是於歌舞表演、製作工藝品、展示生活等觀光活動中被凝視對象，而是充滿主動性地通過多元管道塑造他者對於自我的想像，進一步成為自我文化的中介者。

不同層級與立場的文化中介者（跨國組織、地方政府，以及本文中的大學與在地居民）對於觀光的想像與實踐皆有差異。雖然當代觀光可謂重量級產業之一，但誠如 Chambers（2019）所論，東大人社實踐中心所扮演的文化中介者並非僅限於促進「經濟」發展，而是期盼將社區遊程的構建過程轉化為打造文化與意識形態的工具，並透過主張文化與生態永續的論調，將社會與環境的多樣模式灌輸給外來觀光客與在地接待者。同時，為避免營造一個封閉、脫軌的科幻劇場，文化中介者應思考如何組織一齣具有主體性的實境節目，促使「觀光原住民」轉化為「原住民自主觀光」，賦予地方選擇的權利（Cf. Debes, 2011）。然而在地的主體並非單一，且對於觀光懷抱不同想像。如何於建構「以在地居民為基礎」的觀光發展論述兼顧內部異質性的張力，仍是觀光研究需要持續探索的議題。因此，本文企圖藉由剖析不同立場的文化中介者（外部的東大人社實踐中心與在地的啦里吧部落居民）如何於攜手發展社區觀光的過程中，超越單純呈現傳統在地生活或滿足懷舊感的框架，轉而是在既合作又互相挑戰的情境中，共同

扮演季會遊程的文化中介者。這種互動一方面呈現在地的多樣面貌予外來遊客，另一方面編織內部對於文化與生態永續發展的多樣觀點，藉此突顯包含當代與傳統、內部與外部的「多重真實」在地樣貌，嘗試打造動態且具自主性的觀光情境，讓在地社群持續擁有編織包含外部與內在異質的想像能力。

諸多研究者已針對遊客、被觀光者與中介者等視角所交織的觀光「真實性」構築豐富討論（Cohen, 1988; MacCannell, 1999; Waitt, 2000），而本文則嘗試由 Chambers（2019）針對自主性與真實性辨證，以及，進一步反思不同的文化中介者（東大人社實踐中心與啦里吧居民）如何藉由與彼此的互動，建構具有在地主體性與自主性的地方樣貌。由於真實性的形塑因社群內外權力的張力而有動態的本質，Chambers（2019）認為無論是透過觀光打造他者所期盼的刻板印象、藉此重構已逝去的傳統，或是呈顯當代生活的變遷、促進來訪者對於地方社會的理解，並非所有社群成員都會一致同意他們在觀光情境下所再現的社會文化皆為真實，但關鍵在於社群成員如何掌握塑造自我的「主動性」，進而自主地構建在地認知中的真實。因此，本研究探討異質文化中介者（東大人社實踐中心與啦里吧部落居民）如何互為主體地合作與挑戰，共同打造超越傳統懷舊框架的社區觀光模式，不僅呈現多樣面貌予外來遊客，更透過遊程規劃賦予地方社群自主性，突顯「多重真實」的在地樣貌，進而促進文化與生態的永續發展。此外，傳統文化不應被視為懷舊的靜態存有，而是隨著遺產建構與使用的過程持續生產與更新特有價值，刻畫原住民族在地、動

態，且具適應性與實踐性的知識體系，藉此回應當代社群處境（de Cunha, 2001）。透過遊程體現彼此何以於互動中建構遺產，促使多重行動者交織而成的社會動能不僅提供銜接過去、認同彼此與自我的基礎，更持續生產地方居民對於未來的想像。

由於遺產並非靜止於某處並等待被發現，而是經由論述與詮釋而生（Smith, 2006），使得文化中介者於遺產建構的過程中扮演了關鍵角色。藉著關注馬來西亞檳城的遺產中介者，李威宜（2019）以 Lourdes Arizpe 的「文化工地」觀點指出，無形文化遺產可透過在地社群的創造性、於不斷加工修飾的過程中持續生產，而人類學者則可透過「參與式的決策制定」（participant decision-making），陪伴地方居民於當代脈絡中將遺產重新定位。檳城的遺產中介者透過田野調查的過程，摸索在地無形文化遺產的定義，並跳脫博物館式的「保護」（protection）與「保存」（conservation）概念，進一步藉由舉辦走讀促發參與者於文本與持續轉變的時空之中以「非再現想像力」與遺產互動，轉以「護衛」（safeguard）的立場於動態的人地關係中激發復返傳統、連結當代的想像，趨近文化永續的目標（同上引）。就如同張育銓（2016）透過花蓮豐田社區的例子所論，對於社區的懷舊與溯古必須搭配居民對於現在與未來的想像，方可凝聚連繫未來的集體動能。因此，誠如李威宜（2019：32-33）解析遺產中介者的走讀行動所論，探索與構建遺產的目的並非為確立歷史證據，而是沿著多重感官的參與路線，創造一種社群對於遺產的想像工作。

相較於視觀光情境中的真實性為靜態的存有，Chambers（2019）所論述的自主性與 Arizpe（2015）的文化工地觀點，皆突顯在地居民如何動態地在好比觀光市場和遺產政策等外部的張力中描繪自我樣貌；而張育銓（2016）與鄭瑋寧（2010）的研究更進一步注意到社群內部異質性何以於觀光情境中相互拉扯、產出對於地方社會文化的不同認知。因此，社區遺產觀光的發展方向猶如申論題，往往隨著不同世代、階級與立場，於源自內在與外來的權力中持續轉變。因此，為建構可適切地回應外部需求與政策的地方動能，社會資本的建立應先於觀光發展，以增進住民與社區福祉為最優先考量，避免盲目複製成功案例，並發掘更多元的自然與文化運用模式，方可逐步形塑永續發展的基礎（包正豪，2009；黃馨慧，2016）。張瑋琦（2010）以排灣族佳平部落的行動研究指出，社區發展應強化社區參與資源調查的過程，並確保居民對於觀光掌握充分的觀光認知，且同時檢視土地所有權、財產、決策權與資源掌控等多面向，了解社群關係與行動邏輯、嘗試平衡不同行動者的權力義務，以文化設計的方式逐步構建契合地方脈絡的實踐方案。因此，檳城的文化工地與佳平的文化設計都藉由剖析在地社群的行動，例證文化中介者如何經由內外知識的辨證，促使以懷舊為核心的「再現」競爭轉向不斷更新的異質「交流」，進而成為地方當代遺產觀光的重要建構者（張瑋琦，2010；李威宜，2019）。綜上所論，本文企圖透過東大人社實踐中心與啦里吧部落居民共同規劃社區遊程的案例，進一步解析地方遺產如何透過來自「外部」與「在地」的文化中介者於

觀光的情境中逐步營造、呈現，並藉由分析遺產觀光的發掘與建構「過程」，探索真實性如何於動態的社會關係中持續轉變，深化觀光研究知識地圖上的在地視角。

叁、呈顯「多重真實」地方生活

自 2019 年執行國科會人社實踐計畫迄今（2023），東大人社實踐中心與啦里吧部落居民經由探究文化照顧與傳承在地知識的過程，媒合青年會與文健站長者共同搭建涼亭、開闢田園並製作具有在地時序觀點的月曆，逐步通過彼此間以及與環境互動，勾勒出地方記憶的輪廓（蕭鄉唯，2021a、2021b）。東大人社實踐中心與啦里吧部落居民曾共同緊鑼密鼓地籌組兩次季會（2021 年 1 月與 2022 年 1 月），卻因面臨 COVID-19 疫情升溫而接連被迫取消。因此，本文僅就東大人社實踐中心如何藉由規劃第一次季會遊程，以外部文化中介者的身分開啟在地青年對於遺產觀光的想像進行探究；並剖析啦里吧居民如何於協助辦理第二次季會遊程扮演在地文化中介者，藉此反思不同立場的文化中介者何以於互為主體的脈絡中為可能來訪的旅客描繪我們的（包含東大人社實踐中心與在地居民）啦里吧部落樣貌，並討論如何透過建構遺產觀光於排灣族社群打造文化與生態得以永續發展的基礎。2020 年 10 月初，東大人社實踐中心便開始籌畫隔年 1 月將到來的季會，並積極與場域協力者們接洽參訪活動事宜。於從未推行社區觀光的啦里吧部落辦理季會，一方面為外部文化中介者（東大人社實踐中心）企圖突顯如何與場域居民共同推動社會實踐提

供了良好範例，另一方面似乎也成為在地居民嘗試發展社區觀光的契機。

由於啦里吧部落不曾辦理相關遊程，於首次籌畫季會的過程中需由東大人社實踐中心扮演文化中介者，並藉由邀請曾推動「原住民部落活力計畫」、現為文健站負責人——古明哲，與身任賓茂國小教師、以推動社會教育為宗旨帶領部落青年的董又瑋，共同商討可能的社區遊程模式，嘗試將大學推動社會實踐所刻畫的人文與自然地景，透過社區導覽、製作排灣族傳統美食齊納福（排灣族語：*cinavu*，為以月桃葉與甲酸漿葉包裹的長型米粽），以及享用田園與餐桌連結的風味餐等行程，規劃成兼具文化與生態的觀光活動。古明哲雖非啦里吧部落居民，但因其具有原住民語言推廣人員以及土坂村傳統領袖家臣的身分，促使其長期投入文化紀錄與復振。古明哲擁有豐富的文化知識，過往的經驗使其體悟在地青年應為社區發展的基石，進而將社區長者照顧行動結合董又瑋所領導的青年養成教育，企圖連結不同年齡層的在地居民，將社區遊程賦予「以社區為主體的照顧活動」面貌，安排遊客與在地青年共同向長輩學習，藉此讓與會者體驗東大人社實踐中心與部落居民共學共作的歷程。

即便過去的外來的社區發展輔導單位對於部落人文與自然地景有著一定程度的認識，東大人社實踐中心以長期田野工作結合行動研究所推動的社會實踐，其特殊性在於熟稔在地族群文化與生態知識的同時，更深層地理解當代地方社會面對政治經濟變遷的轉變與延續，並積極地由在地借鏡 J. K. Gibson-Graham (2006)

針對基於有利條件的社區發展取徑 (**Asset-Based Community Development**) 論述，藉由與社區共作的過程中，理解整體社區既有的社會文化與自然資源如何使地方發展產生獨特可能，進而避免以「需求導向的社區發展取徑」(**Needs-based community development method**) 視角弱化地方主體性，導致為填補外界所定義的不足而過於仰賴資源導入與分配所可能深化的內部糾紛。然而，受 COVID-19 疫情影響，原定 2021 年 1 月的季會在前一周臨時改為線上舉行，使得場域參訪必須延期舉辦。然而，儘管由東大人社實踐中心扮演主要中介者所規劃的遊程無法如期執行，但籌備過程中青年會會長的積極投入，似乎引起了啦里吧青年會其他成員對於推行部落遊程的興趣。本文開頭提到的部落青年之提問便是發生於第一次季會取消後，在地青年彼此間、以及與東大人社實踐中心成員共同討論的反思。

時間來到 2021 年末，東大人社實踐中心與在地協力者共同以「*ljinengan I Lalepaq*：永續美好啦里吧」為主題，開始籌組即將於 2022 年 1 月所舉辦的國科會季會遊程。然而，由於此次規劃遊程的參與者極為多元（包括旅外部落青年、社區發展協會理監事、青年會成員、文健站負責人等），使得「美好」的定義並非單一，促使眾人於合作過程中逐步編織各自對於啦里吧的不同想像。因前次由東大人社實踐中心扮演主要的文化中介者，社區遊程的主軸是為突顯大學如何透過與場域居民共同推動食農保健計畫和文化課程等行動，實踐學術關懷的文化照顧與傳統生態知識等議題，進而體現由東大人社實踐中心所刻畫的啦里吧部落樣

貌。藉由平凡且積極的行動研究和社區參與，東大人社實踐中心在一定程度上確實擾動了地方生活，使社會實踐成為真實部落日常的一部分，然而倘若觀光的真實性如 Chambers (2019) 所言，應奠基於在地自主性之上，那麼對於啦里吧部落樣貌的描繪，仍須取決於場域中的參與者如何理解與呈現他們認知中，包含東大人社實踐中心與啦里吧居民的在地生活。

故第二次的遊程雖同樣是應東大人社實踐中心辦理國科會季會的需求而生，但主要的文化中介者已改由董又瑋以及其他青年自主扮演，逐步探詢如何透過觀光遊程體現在地視角的的啦里吧部落。然而，啦里吧部落青年的提問：「我長期都在部落，不知道外界怎麼看待我們？」、「遊程只吃山地飯（以多樣野菜所熬煮的粥），觀光客會不會覺得我們很遜？」透露出將日常觀光化的疑惑。為了重新檢視在地生活、瞭解部落周遭適合進行參訪的活動空間，東大人社實踐中心跟隨啦里吧青年著手盤點部落觀光的自然與人力資源，並藉由實地踏查在地居民認知中的私房秘境，嘗試於走動的過程中互為主體地交換雙方對於參訪路線的想像，並藉由東大人社實踐中心所經驗的「文化震撼」，以及啦里吧部落青年會的「文化工地」行動，透過曾經的外部文化中介者與在地社群分別闡述各自對於啦里吧的認知，並攜手經由具創造性、不斷加工修飾的遊程生產過程，編織多重中介者對於遺產光觀的想像、發掘在地吸引力，將地點轉化為景點。

即便同為啦里吧部落居民，以不同觀點檢視相同空間的過程中，仍可發現隨著年齡、性別與職業等差異，在地文化中介者對

於「真實的啦里吧」有著多樣的詮釋。例如，中壯年（1975 年左右出生）的居民一方面透過木造、磚造，以及水泥洋房等不同形式的建築追憶社區空間的轉變，另一方面更藉由當代社區交換日常訊息與交易生活所需的雜貨店，強調過去居民共同於社區內唯一的雜貨店觀看電視的記憶；而青少年（1995 年左右出生）則著重在穿梭於山林的記憶，熱情講述遊山玩水的童年。不同年齡層的差異顯示出人與環境的關係之轉化。對中壯年者而言，穿梭於山林僅是日常生活的一部分，而商店與電視反倒是其童年時特殊的地景。然而，隨時代而逐漸普及的電視並未於青年們的生命歷程中扮演特殊角色，反倒是已逐漸疏離的山林生活成為其津津樂道的在地獨特性。具有人類學背景、關切文化與生態永續發展的外部文化中介者——東大人社實踐中心成員，於部落走讀與聆聽在地文化中介者對於環境的多樣記憶後，鼓勵在地居民於突顯日常生活與自然生態的互動之外，更應嘗試跳脫文化的「傳統」框架，進一步運用那些看似當代（相對於排灣族「傳統」砌石家屋）、卻體現時代軌跡的建築遺產，講述在地社區如何逐步地生成今日樣貌。除了透過外部與內部文化中介者的互動描繪多樣視角下的啦里吧部落，為強化異質的交流、反思習以為常的特殊性，在地文化中介者開始盤點生活周遭具有歷史與當代意義的特定空間，企圖編織不同視角所認識的相同空間，並積極探索生活周邊可運用的觀光資源，期盼將過去（歷史）、現在（當代生活經驗）與未來（社區遊程）相連，形塑包含不同想像的在地生活樣貌。

相較於第一次季會的參訪焦點多半著重在外部文化中介者較為熟悉的社區空間，由在地文化中介者所推動的社區觀光則聚焦於社區後方的山林環境，藉此突顯在地生活經驗與意義空間，其中包含兩處：山上工寮和一處可俯瞰大竹高溪出海口、凝聚眾人記憶的風景地——禱告山。在地所稱的工寮，不僅是族人於山上工作暫時休憩的小屋，更可能是因家族人口眾多而成為長者長期居住的空間，因此生活設施已相當完整。在地青年所選擇的第一個工寮能聽到不同老鷹的叫聲，使之成為青年們試圖講述排灣族社會如何透過配戴雄鷹羽毛呈顯階序差異的重要場域。該工寮擺設許多自製的南田石造景和木製工藝品，並設有現代化廁所可供與會者稍作休息，因此被預想為適合「來自都市」的旅客駐足休憩的地點。對部落族人而言，可沖水的廁所並非工寮的必要設施，然而為顧及不同生活慣習的來訪遊客，在地青年企圖找尋兼具部落與都市元素的景點與設施，嘗試互為主體地滿足來訪者既期待凝視原鄉真實性、卻又無法真實體驗在地生活的多樣需求。

為滿足族群觀光客對於部落的自然地景之期待，在地青年另擇一處屬於傳統領袖的農地與工寮。由於排灣族收穫祭圍繞著小米農事而轉動，並由傳統領袖執行 *kasatja* 儀式——向族人收取作物執行祭儀，持續推動與社會階序緊密扣連的歲時祭儀。然而因生計活動的轉變以及宗教信仰的變革，當代啦里吧部落須由傳統領袖自行種植小米，以私人的收成持續實踐公共事務——收穫祭中的分享與共食。因此，傳統領袖家族的農地一方面以販售小米支持家中生計為主，二方面成為部落收穫祭所需之儀式品——小

米的重要生產空間。除了透過社區遊程的景點安排體現小米如何成為部落信仰與社會關係的重要基石，在地青年更期盼讓遊客透過務農與土地互動，藉此突顯當代農耕所具備的經濟與文化意涵。

除了上述二處工寮，啦里吧青年認為在地景點應包含可居高望向大竹高溪出海口、曾為青年聚會談天的主要場所——禱告山。之所以名為禱告山，是因「全球基督徒禱告院」已收購此地並設立「歌珊地禱告園區」，並僅開放該空間予信徒使用，導致即便在地青年經多次與負責管理員區的在地居民進行交涉，但礙於園區的產權歸屬於外來機構，仍無法獲得空間的使用同意。因此，儘管在地文化中介者希望與來訪遊客分享其社區生活的重要地景，卻因國家治理所驅動的土地所有權政策，限縮了人與土地的親密關係，並使本為共享的山林資源淪為以買賣為基礎的經濟資本。當然，青年們於規劃遊程的過程中，不僅面臨使用禱告山空間正當性的問題，且近乎所有的自然地景皆成為私人、機構或是公部門所有，導致遊程規劃失去彈性，迫使在地記憶隨土地私有化逐漸與當代生活產生裂痕。

土地所有權與使用權雖侷限了社區觀光的發展，但「與山林密切互動」一方面仍是在地文化中介者描繪部落輪廓的重要媒介，另一方面也被預想為來訪遊客所期盼經驗的部落面貌。因此，青年們與東大人社實踐中心積極找尋體驗製作狩獵陷阱的合適空間，並討論地點的易達性、安全性，以及思考如何藉由實作體驗傳達人文與自然地景相互交織的樣貌。過去狩獵前必須進行 *palisi*（祭祀）、稟告神靈並乞求保佑，然而當代多數啦里吧居民已改

信基督宗教，導致傳統慣習與當代信仰相互牴觸。東大人社實踐中心為兼顧並突顯在地信仰的異質性，提議邀請具有牧師身份且專精於傳統狩獵活動的啦里吧耆老——王成良牧師，帶領青年們與遊客共同體會不同信仰如何並存。雖然參與遊程規劃的部落青年可自主扮演狩獵文化的文化中介者，但也認同可經由王牧師的參與，促使不同信仰的在地居民相互理解，將為外來遊客所辦理的社區遊程，轉化為凝聚社區內部動能的契機。

啦里吧部落遊程的輪廓逐漸成形後，地方青年們邀請其他居民再次實地勘查欲造訪之地點、計算停留時間，共同討論如何調整行程路線，嘗試更加全面地呈現大家對於在地的不同想像。討論過程中，除了部分景點因土地私有化問題或路途遙遠而被排除，部分在地協力者認為應添加清晰可見的排灣族意象，打造更容易使外來訪客感受身處部落的氛圍。例如，將「旅客抬禮品至傳統領袖家」納入社區導覽，藉此突顯傳統領袖家屋特色，讓遊客認識階序體系的重要性，並教育遊客尊重排灣社群組織。曾任部落主席的壯年者進一步表示，遊程結束、旅客離開部落時，應請文健站長者身著傳統服飾，於遊覽車旁吟唱古謠、歡送觀光客離開。儘管刻意形塑宛如文化園區的遊程模式，令受人類學訓練的東大人社實踐中心成員感到不自在，但可以發現社區居民為使遊程更具「在地」風采，分別嘗試由儀式、歌謠與服飾突顯「排灣」特色，試圖滿足想像中觀光客對於「部落」的期待。

然而，不同於西部排灣族群多半於婚禮中由男方以竹竿將聘禮抬至女方家，啦里吧的婚禮儀式已相對簡化；再者，根據部落

長者的說法，直到近年多數青年由西部購買傳統服飾，啦里吧部落才有「排灣」服飾的出現，而過去多數村民僅穿著簡單布料、植物。即便是有著較多資源的傳統領袖，也多穿著卑南族的服飾。看似體現排灣文化、具有鮮明在地文化特質的遊程內容，其實並非啦里吧居民日常生活的一部分，雖然一方面是於「滿足他者對於自我的想像」脈絡中，嘗試將同為排灣族群的「他者」色彩妝點於自身，但在文化工地的觀點下，在地的「真實」具有動態的本質，嘗試使社區觀光成為建構排灣認同的管道，方更貼合「真」的意旨。然而，即便眾人有意嘗試將「抬禮物製傳統領袖」的項目納入行程，卻無從得知該準備哪些禮物，導致此一流程不了了之。此外，當東大人社實踐中心成員提出「妳（你）願意讓自己長輩為遊客表演歌謠嗎？」的疑問時，有鑑於以先長為尊的部落慣習，參與討論的成員隨之意識到不應要求長者「表演傳統」。綜上所述，儘管原住民自主觀光具開放性，但文化工地所強調的創造性仍需遵循特定文化脈絡，而非毫無根據地捏造真實。

相較於外部文化中介者為避免過份干擾在地生活，而未將社區遊程緊密鑲嵌於部落日常，在地文化中介者皆期盼將社區觀光塑造為在地公共事務。就排灣社群而論，雖然傳統階序體系為在地公共的真實面貌之一，國家治理也同為不可忽視的當代社群真實處境。因此除了將「造訪」傳統領袖家屋納入主要行程、以階序組織突顯地方色彩之外，在地文化中介者更主張應囊括村長與部落主席等國家權力所延伸的地方治理代理人共同參與，藉此強化遊程規劃所應具備的多重（包含傳統與當代的）公共性。由於

在地文化中介希望遊程可成為部落日常的一部分，以回應因生計轉型所衍伸的人口老化問題，因此期盼藉由遊程串起維繫公共事務運轉的多重行動者。為達目的，將傳統領袖家屋規劃為「景點」之一、安排領袖接待外來訪客的同時，在地文化中介更積極邀請村長與部落主席承擔接、送客的任務，藉此深化二者於社區遊程中所扮演的角色。即便傳統領袖與國家於地方治理的代理人皆為地方公共事務的代表人，但由於其涉及的公共範疇有異同之處，雙方的關係有著微妙的張力。藉由實踐歲時祭儀肩負傳承文化的傳統領袖，雖以其行動堅守在地認同的重要價值，但若與公部門政策與資源接軌、減輕當代政治經濟轉型所導致的文化消逝窘境，仍須倚賴村長與部落主席向公部門申請經費，以及招開具有法源依據（原民綜字第 10500032481 號令）的部落會議，進而於國家治理框架中推動部落公共事務。因此，為契合地方公共的不同層面，在地文化中介期盼藉由多元行動者的參與，使社區觀光成為「大家」的事。

肆、編織多元想像

除了描繪啦里吧內部對於社區遊程的多樣認知，為組織與確認外部視角如何感知與想像部落面貌，在地文化中介者邀請東大教職員提前體驗社區遊程。由公部門發包、彩繪於部落入口牆面的意象本與在地居民無強烈連結，因著社區遊程的發展，董又瑋重新詮釋牆上彩繪的儀式作物——小米、經濟作物——火龍果以及當代信仰——基督宗教等內容，於突顯在地文化多元性的同

時，藉由在地自主建構觀光的過程，重新賦予既有的硬體設施在地意涵。漫步社區的過程中，透過介紹多樣的建築形式、道路與圍牆的發展，董又瑋談論部落生活空間、土地私有化的產生如何隨著時代變遷、影響人際關係，並特意駐足停留雜貨店、教會與傳統領袖家屋等公共空間，闡述記憶中的部落生活。隊伍浩浩蕩蕩抵達傳統領袖家屋後，家族耆老便招呼訪客入座、向眾人「報告」部落與家族歷史、在地階序慣習，並自主地訴說與東大人社實踐中心共同製作族譜、紀錄傳統祭儀等行動，體現大學的計畫如何融入當代啦里吧地景。隨後，傳統領袖邀請眾人進入祖靈屋祭祀，向祖靈告知訪客到來、祈求遊程順利，突顯多元行動者（青年、傳統領袖與祖靈）如何作動於遺產觀光之中。

由於參訪時間有限，無法於遊程當日帶領遊客實際上山採集製作齊納福所需的材料，必須事先備妥月桃葉與甲酸漿葉，於當日讓與會者學習挑選與裁剪，嘗試重現部落生活的真實樣貌。除了透過簡報解析齊納福的製作過程，董又瑋更準備當初「點亮達人圓夢計畫」的紀錄片，闡述傳統料理的商品化如何成為反轉地方產業邊緣化的媒介，並經由拓展婦女收入來源減緩人口外移而產生的隔代教養問題。儘管當代多數排灣族部落都有著類似的遊程活動，在地文化中介者所規劃的齊納福製作不僅是讓遊客體驗、品嚐在地食材，更期盼藉此觸發外界對於當代原住民社群處境的反思。

結束居住空間走讀與手作活動後，大夥動身前往部落居民實踐文化的重要場域——山上，向王牧師學習狩獵相關知識。在規

劃遊程的過程中，王牧師再三強調將傳授「最傳統」的陷阱製作方法，然而他所準備的並非如同部落青年預先所想、以樹枝與繩索為主要材料的「傳統」陷阱，而是使用近代較常見的獵捕用具。儘管有別於「想像中」以自然資源為主要製作材料的陷阱，王牧師依舊講述了如何以米酒祭祀、辨別獸徑、埋藏陷阱，以及與動物搏鬥的無形遺產。部分訪客們表示見到近代獵捕用具有些失望，突顯其期盼體驗部落「天然、原始」的風貌，但王牧師所推動的文化中介非以懷舊為目的，而是期盼體現持續存活於其記憶與身體的過去，於教導觀光客的過程中使在地無形遺產得以永續。

結束了陷阱教學，部落青年帶領遊客徒步於產業道路上，一方面沿途介紹說明道路兩旁的植物用途，另一方面前往每年收穫祭皆會舉辦祖靈祭祀的舊部落。該部落名為 *kiubansia*，為過去（民國 18 年至 43 年間）啦里吧村民的居住地。雖然一直以來部落青年都期盼能活化這片祖居地，但礙於土地私有化的限制，舊址目前並非公共財，因此無法任意使用，僅能期待未來由有心人士購買之後，方可成為遺產觀光的潛在資源。儘管本次遊程規劃的參與者（部落青年、傳統領袖家族、村長與部落主席）皆認同社區遊程具備一定程度的公共性，但不同程度的參與以及土地私有化的問題，仍尚未使現階段的社區遊程產生完備的公共性。由於如今山林的資源已屬於土地所有權人的地上物財產，並非可隨意取用的共有資源，因此當訪客們好奇地走入產業道路旁的叢林、採摘一旁的植物時，令部落青年十分緊張。是以，雖然期盼能帶領

遊客理解共享的自然地景如何孕育「我們的」部落文化，現階段卻只能運用遊程規劃參與者「自己的」私有土地。

鋪設水泥的產業道路盡頭，是替代因土地問題而無法造訪禱告山的一處工寮，也是本次遊程的最後一個景點。此處也可遙望大竹高溪的出海口，是觀賞、拍攝美景的絕佳地點。除了天然的景觀外，此工寮使用南田石堆砌步道，並陳列主人家自行創作的雕刻作品。於觀賞奇石、奇木的同時，部落青年沖泡自家栽培的咖啡，為水光山色增添風味。在此遊客們喝著咖啡、在山林中所搭建的相對安全區域自由行走。「進入山林」可謂是部落遊程的賣點之一，但環境中充滿動物、植物，以及陷阱並不適合讓不熟悉山林、無法辨別獵人印記的遊客自由走動。為了迎合訪客對於山林的想像，部落青年選擇於可控制的環境中滿足外界對於部落環境的期待。

遊程踩線除了期盼獲得東大教職員的反饋、理解外界對於部落遊程的想像與認知外，同時也邀請因從事部落旅遊相關工作而旅居外地、同為啦里吧青年的成員一同參與，希望透過多元視角獲取更多異質想像。在遊程結束後，長期為其他部落規劃遊程的旅外青年表示，社區遊程應更加尊重在地慣習，例如傳統領袖不應如向長官報告的形式向訪客進行簡介，以及必須叮嚀遊客不可任意採摘作物、進入他人家屋（前庭）空間等注意事項。此外，更進一步建議必須掌控成本，並質疑教育意涵如此強烈的遊程，是否適合以獵奇、遊玩為主軸的旅遊客群推廣？多數原鄉部落發展觀光多半以活化部落產業為主要目的，但規劃啦里吧遊程的外

部與在地文化中介者所評估的成本並非「資金」，而是著重於避免發展遊程而付出過多「社會關係」的成本。如何維繫良好社會關係對不同立場的文化中介者皆是啦里吧發展遺產觀光的重要課題。對外部文化中介者而言，執行計畫的根本奠基於大學與場域居民的信任關係。有鑑於其他部落於受外部單位輔導發展遊程過程中，往往因無法負荷「品質」壓力而打退堂鼓，東大人社實踐中心嘗試隨著地方居民所習慣的節奏，於既有的基礎上探索發展觀光的可能性。同樣的，在地文化中介者因著不同的職業，所能付出的資金與時間皆不相同，唯有於配合彼此腳步的過程中，方可找尋永續發展的模式。此外，包含外部與本地文化中介者雖共同期盼藉由建構啦里吧遺產觀光促進「經濟」發展，但更重要的是如何以「文化與生態永續」為目標，將社區遊程轉化為打造文化與意識形態的工具，重新建構啦里吧的「真實」樣貌。

伍、代結論：促進異質交流

相對於早期主題樂園型（如九族文化村）、純表演型（烏來風景區）與傳統祭典型（花蓮原住民族聯合收穫節），部落觀光藉由既有的自然與人文地景吸引遊客，逐漸成為改善地方經濟的主要策略（梁炳琨，2008；侯宜凱、梁炳琨，2010）。然而，投入規劃啦里吧季會遊程的部落青年皆為軍人、教師與記者等收入穩定的職業，因此相對於改善生活、追求經濟利益等目標，傳達地方知識與文化價值、分享記憶中的美好在地樣貌，似乎才是驅動參與的主要因素。本文並非否認經濟於發展觀光脈絡中的重

要性，而是偏向 Syrett (1995) 所主張的地方經濟新概念，強調部落必須掌控權力、自主運用資源與規劃路徑的能力，以達永續性的經濟再生。就如同包正豪 (2009) 比較宜蘭縣南澳鄉金洋部落與武塔部落的例子所論，觀光發展必須奠基於完善的社會資本，思索整合自然與人文的模式、回歸部落傳統文化根基，否則將落入發展主義 (developmentalism) 的框架中，使部落發展受限於經濟成長與改善物質環境。

為打造以人為基礎的社群動能，東大人社實踐中心與啦里吧部落青年共同藉由文化課程重新組織社群關係、建構當代的在地認同，使文化課程超越純粹建構歷史文庫的目的，轉向以新的方式重構集體意識 (蕭鄉唯, 2021a)。本文所探討之部落遊程便於此一基礎下，經由強化觀光脈絡中的地方主體性，促使社群文化與在地經濟擁有自我更新的生命力。因此，啦里吧部落青年由走讀建構遊程內涵就如同 Tim Ingold (2012) 所論述的想像地景 (imagining landscapes)，是由行動者於自我世界重塑認知，令永續跳脫再現過去的框架，以想像力沿著多重感官使知覺持續更新。文化課程與部落走讀的過程儼然成為積極的社會行動，串聯過去與現在、結合不同個體的情感，藉此營造符合當代變遷與文化脈絡的遺產觀光模式 (Halbwachs, 1980)。因此，誠如李威宜 (2019) 提出「走動式的遺產凝視」的論述，啦里吧遺產所乘載的不僅是靜態的空間、物件或住民，更是由中介者經文化工地連結文本與空間、於移動中將抽象價值具體化，搭建穿越時空縫隙的橋樑，藉以形塑動態的想像視野。

東大人社實踐中心與啦里吧部落青年共同規劃的季會遊程雖然偏向學術觀光（謝世忠，1991；West, 2008）的路徑、將研究者的視角套用於參訪者立場，卻時刻避免將文化本質化，並重視社群內部異質性。例如社區導覽中藉由牆面彩繪所談論的作物型態改變與宗教信仰轉換，以及傳統美食齊納福如何由祭儀、共享的重要物品轉化為商品支持婦女經濟，皆是透過外部與在地文化中介者共同於觀光情境中建構詮釋與行動，企圖體現啦里吧遺產的豐富生命力。因此，觀光可成為原住民族抵抗變遷的力量，並藉由遺產的創建回應當代生活處境（Timothy & Boyd, 2003; Salazar, 2010）。同時，透過邀請傳統領袖、村長、部落主席以及其他部落居民等在地行動者參與遊程的討論與實踐，啦里吧部落觀光不僅是向外界呈現地方樣貌的管道，更是重構內部認同的行動，使觀光活動於在地的傳統與當代脈絡中運作。

不可否認東大人社實踐中心的陪伴是為了展現計畫的運作成果，但相較於由上而下地描繪社區的文化實踐、物化並他者化在地社群的集體記憶，啦里吧部落遊程的規劃是透過人類學者對於社會文化的敏銳度、察覺並反思內部與外部權力關係如何拉扯，進而藉由如 Robert Fisher（1999）所探究的「介入方法論」（intervention methodologies）參與結構中不斷對話的過程，於不同階段與協力者共同思索遊程的觀點與做法，構築多樣化的選項並促使權力實質地掌握於當地人手中。因此即便於第一次季會籌備過程，由於地方缺乏辦理遊程的相關經驗而以東大人社實踐中心扮演主要中介者、突顯與人社實踐計畫相關的地方樣貌，第二

次的操作轉由部落青年主導，嘗試呈顯、介紹在地認知中的啦里吧部落予外來遊客，藉此強化觀光情境中的地方自主性。雖然礙於疫情的持續阻撓，季會遊程未能施行，但此過程使東大人社實踐中心與參與籌備的青年們對啦里吧部落空間、遊程籌備與規劃皆有了更多基礎認識，為「Ijinengan i Lalepaq：永續美好啦里吧」埋下希望的種子。

參考書目

一、中文文獻

包正豪，〈原住民部落觀光發展的困境與策略——宜蘭縣南澳鄉金洋及武塔部落個案研究〉，《台灣原住民族研究》，2(4)，2009.12，頁 87-109。

李威宜，〈朝向一種想像人類學的遺產研究：檳城案例〉，《臺灣人類學刊》，17(2)，2019.06，頁 1-46。

侯宜凱、梁炳琨，〈原住民族地區觀光與地方發展之研究——以鄒族來吉部落為例〉，《台灣原住民族研究季刊》，3(1)，2010.03，頁 105-148。

陳毅峰，〈生態旅遊中的自然與文化——以花蓮三棧為例〉，《台灣原住民族研究季刊》，1(1)，2008.03，頁 83-105。

張育銓，〈族群觀光研究對觀光人類學的貢獻與限制〉，《觀光休閒學報》，17(1)，2011.03，頁 25-48。

張育銓，〈書評：觀光思維下的文化與權力〉，《文化研究》，16，2013.09，頁 226-231。

張育銓，〈社區遺產的記憶形塑、失真與再現——以花蓮豐田社區的地名與範圍為例〉，《歷史人類學刊》，14(1)，2016.06，頁 107-133。

張淑娟，〈從世界文化遺產觀光經驗思考臺灣文化觀光的發展〉，《文資學報》，6，2011.06，頁 101-126。

張瑋琦，〈以原住民知識為基礎之社區總體營造——應用人類學在佳平部落的實踐與挑戰〉，《台灣原住民研究論叢》，7，2010.12，頁 155-180。

梁炳琨，〈原住民族觀光發展的地方建構：鄒族山美社區個案〉，《地理研究》，44，2006.06，頁 35-58。

梁炳琨，〈部落觀光相關文獻的「部落」地方概念〉，《鄉村旅遊研究》，2(2)，2008.12，頁 29-45。

許功明，〈遺產觀光與經營的省思——從舊好茶聚落談起〉，《博物館學季刊》，8(2)，1994.06，頁 19-24。

陳文德，〈文化產業與部落發展：以卑南族普悠瑪（南王）與卡地布（知本）為例〉，《考古人類學刊》，80，2014.12，頁 103-140。

曾慈慧、沈進成、陳麗如，〈礦業遺產觀光中真實性對觀光意象、地方感與遊後行為意圖之影響〉，《戶外遊憩研究》，24(3)，2011.09，頁 79-111。

黃馨慧，〈原住民的美麗與哀愁——談原住民地方文化產業發展的可能性〉，《發展與前瞻學報》，11，2016.12，頁 17-31。

鄭瑋寧，〈文化形式的商品化、「心」的工作和經濟治理：以魯凱人的香椿產銷為例〉，《台灣社會學》，19，2010.06，頁 107-146。

蕭鄉唯，〈依循過往擁抱未來：地方感的再建構〉，「2021 排灣學研討會」會議論文，2021.08。

蕭鄉唯，〈成為排灣族：要活就要動〉，「臺灣醫療人類學學會 2021 年會：後疫情時代——生命政治的經驗與探究」會議論文，2021.12。

賴兩陽，〈以社區為基礎推動原住民族部落觀光產業的過程與成效——部落推動者的觀點〉，《社會政策與社會工作學刊》，19(1)，2015.03，頁 45-90。

謝世忠，〈學術觀光與人類學田野倫理〉，《臺灣史田野研究通訊》，21，1991.06，頁 78-85。

二、翻譯文獻

Chambers, E. 著，李宗義、許雅淑譯，《觀光人類學：旅行對在地文化的深遠影響》（台北：游擊文化，2019）。〔原著出版於 2000 年〕

Urry, J. 著，葉浩譯，《觀光客的凝視》（台北：書林出版有限公司，2007）。〔原著出版於 1990 年〕

三、外文文獻

- Arizpe, L. (2015). *Culture, Diversity and Heritage: Major Studies*. Springer Publishing.
- Boissevain, J. (1996). *Coping with Tourists: European Reactions to Mass Tourism*. Berghahn Books.
- Bruner, E., & Kirshenblatt-Gimblett, B. (1994). Maasai on the lawn: Tourist realism in East Africa. *Cultural Anthropology*, 9(4), 435 – 470.
- Chambers, E. (2019). *Native Tours: The Anthropology of Travel and Tourism*. Guerrilla Publishing. (Original work published 2000)
- Cohen, E. (1988). Authenticity and commoditization in tourism. *Annals of Tourism Research*, 15(3), 371 – 386.
- de Cunha, M. C. (2001). The role of UNESCO in the defense of traditional knowledge. In P. Seitel (Ed.), *Safeguarding Traditional Cultures: A Global Assessment* (pp. 143 – 148). Washington D.C.: UNESCO-Smithsonian Center for Folklife and Cultural Heritage.
- Debes, T. (2011). Cultural tourism: A neglected dimension of tourism industry. *An International Journal of Tourism and Hospitality Research*, 22(2), 234 – 251.

- Fainstein, S., & Powers, J. (2005). Tourism and New York's ethnic diversity: An underutilized resource? In J. Rath (Ed.), *Tourism, Ethnic Diversity and the City* (pp. 143 – 163). Routledge.
- Fisher, R. J. (1999). Anthropology and community forestry in Nepal. In S. Toussaint & J. Taylor (Eds.), *Applied Anthropology in Australasia* (pp. 63 – 87). University of Western Australia Press.
- Halbwachs, M. (1980). *The Collective Memory*. Harper & Row Colophon Books.
- Hipwell, W. T. (2007). Taiwan aboriginal ecotourism: Tanayiku Natural Ecology Park. *Annals of Tourism Research*, 34(4), 876 – 897.
- Hobsbawm, E., & Ranger, T. (Eds.). (1983). *The Invention of Tradition*. Cambridge University Press.
- Hughes, G. (1995). Authenticity in tourism. *Annals of Tourism Research*, 22(4), 781 – 803.
- Ingold, T. (2012). Introduction. In M. Janowski & T. Ingold (Eds.), *Imagining Landscapes: Past, Present and Future* (pp. 1 – 18). Ashgate Publishing.

- Klieger, P. C. (1990). Close encounters: “Intimate” tourism in Tibet. *Cultural Survival Quarterly*, 14(2), 38 – 42.
- MacCannell, D. (1999). *The Tourist: A New Theory of the Leisure Class*. University of California Press.
- Nash, D. (1977). Tourism as a form of imperialism. In V. Smith (Ed.), *Hosts and Guests: The Anthropology of Tourism* (pp. 33 – 47). University of Pennsylvania Press.
- Notzke, C. (1999). Indigenous tourism: Development in the Arctic. *Annals of Tourism Research*, 26(1), 55 – 76.
- Picard, M. (1997). Cultural tourism, nation-building and regional culture: The making of a Balinese identity. In R. E. Wood & M. Picard (Eds.), *Tourism, Ethnicity and the State in Asian and Pacific Societies* (pp. 181 – 214). University of Hawaii Press.
- Salazar, N. (2010). *Envisioning Eden: Mobilizing Imaginaries in Tourism and Beyond*. Berghahn Books.
- Salazar, N. (2013). Imagineering otherness: Anthropological legacies in contemporary tourism. *Anthropological Quarterly*, 86(3), 669 – 696.
- Smith, L. (2006). *Use of Heritage*. Routledge.

- Smith, V. L., & Brent, M. (2001). *Hosts and Guests Revisited: Tourism Issues of the 21st Century*. University of Pennsylvania Press.
- Syrett, S. (1995). *Local Development: Restructuring, Locality and Economic Initiative in Portugal*. Avebury Publisher.
- Timothy, D. J., & Boyd, S. W. (2003). *Heritage Tourism*. Prentice Hall.
- Tuan, Y. F. (1977). *Space and Place: The Perspective of Experience*. University of Minnesota Press.
- van den Berghe, P. L. (1995). Marketing Mayas: Ethnic tourism promotion in Mexico. *Annals of Tourism Research*, 22(3), 568 – 588.
- Waite, G. (2000). Consuming heritage: Perceived historical authenticity. *Annals of Tourism Research*, 27(4), 835 – 862.
- Wang, N. (1999). Rethinking authenticity in tourism experience. *Annals of Tourism Research*, 26(2), 349 – 370.
- West, P. (2008). Tourism as science and science as tourism: Environment, society, self, and other in Papua New Guinea. *Current Anthropology*, 49(4), 597 – 626.

Wood, R. E. (1997). Tourism and the state: Ethnic options and the construction of otherness. In M. Picard & R. E. Wood (Eds.), *Tourism, Ethnicity and the State in Asian and Pacific Societies* (pp. 1 – 34). University of Hawaii Press.

《臺東大學人文學報》撰稿格式

一、分節標題方式

- (一) 中文標題以「壹、一、(一) 1. (1) a. (a)」為序。
- (二) 英文標題以「I. A. (A) 1. (1) a. (a)」為序。

二、引語用例

- (一) 直接引語，用冒號（：）時

【格式】中文加單引號「」，英文加雙引號“ ”

- (二) 直接引語，不用冒號（：）時

【格式】中文加單引號「」，英文加雙引號“ ”

- (三) 直接引語，但另起一段

【格式】不用引號，字體改為標楷體，左右縮排

- (四) 引語中復有引語，或特殊引用時

【格式】中文加單引號「」在外，雙引號『』在內，英文加雙引號“ ”在外，單引號‘ ’在內

三、附加原文專有名詞用例

中文稿引用外國機構名稱、著作、專有名詞時，應譯成中文，並於「第一次」出現時以「括號附加原文全名」。

- (一) 一般用語

【格式】括弧、小寫、正體

(二) 專有名詞

【格式】括弧、首字大寫、正體

四、注釋用例

(一) 文中註明出處的註釋

【格式】(作者、年代：頁數)

(二) 文中已有作者姓名時

【格式】(作者、年代：頁數)

(三) 若有必要以附註說明行文涵義時，請用腳註

【格式】於標點符號後，以插入註腳方式自動產生於右上角

五、圖片

(一) 必須在正文有所陳述。

(二) 配合正文加以編號，如「圖 1」、「圖 2」……，並將編號分別至於圖版下方。

(三) 說明置於圖版編號之後。

六、表格

(一) 必須在正文中有所陳述，並補助文意時使用。

(二) 表格配合正文加以編號，如「表 1」、「表 2」，並將編號分別至於表上方。

(三) 說明置於表格編號之後。

七、參考資料

(一) 在正文撰述過程所徵引的所有參考文獻資料，均需一一

編列於參考書目，另起一頁置於正文之後。

(二) 內容首分中、西文；中文在前，西文在後，並按姓氏筆畫或字母順序編列。

(三) 引用之參考文獻格式如下例：

1. 專書

(1) 葉石濤，《臺灣文學史綱》（高雄：文學界雜誌社，1996.02）。

(2) 下村作次郎，邱振瑞譯，《從文學讀臺灣》（臺北：前衛出版社，1999.01）。

2. 論文

(1) 期刊論文

邱貴芬，〈「發現臺灣」：建構臺灣後殖民論述〉，《中外文學》21 卷 2 期（1992.02）。

(2) 學位論文

柳書琴，〈戰爭與文壇——日據末期臺灣的文學活動（1937.7-1945.8）〉（臺北：臺灣大學歷史研究所碩士論文，1994）。

(3) 研討會論文

陳芳明，〈臺灣現代文學與五〇年代自由主義傳統的關係：以《文學雜誌》為中心〉，政治大學「現代主義與臺灣文學學術研討會」論文，2001.06。

3. 報紙文章

丁樹南，〈歐坦生不是藍明谷－讀范泉遺作〈哭臺灣作家藍明谷〉〉，《聯合報》，2000.06.13，第 10 版。

4. 電子媒體

呂美親，〈「多音交響」與「族群共榮」的實踐〉，（來源：

<http://ws.twl.ncku.edu.tw/hak-chia/l/li-bi-chhin/to-im-sit-chian.htm>.2004.10.31）

八、附錄

凡屬大量數據、或其他冗長備考之資料，不便刊載於正文者，如作者生平、作家作品目錄、訪問紀錄等，均可分別另起一頁，編於附錄，置於正文之後，參考資料之前。

九、其他注意事項

- （一）參考文獻之排列，先列中文文獻，以作者姓氏筆劃依序排列，再列西文文獻，以英文字母順序依序排列。
- （二）一作者有多項參考文獻時，請依年代先後順序排列。
- （三）一作者同一年代有多項參考文獻時，請依序在年代後面加 a b c 等符號。

《臺東大學人文學報》徵稿啟事

一、分節標題方式

- 1.本學報為半年期學術性期刊，歡迎人文領域之研究論文及書評。
- 2.本學報接受中、英文稿件，撰稿格式請參考本學報撰稿體例。每篇文稿以中文一萬五仟字、英文八仟字（含附錄及注釋）為原則，摘要三百至五百字為限。
- 3.投稿時請繳交文稿一式三份，以及以word格式儲存的電子檔光碟一片。論文需檢附：中文英文題目、中文英文摘要、關鍵詞、姓名與職稱。
- 4.來稿以未曾發表於任何正式發行之刊物者為限，如發生抄襲、侵犯他人著作權等情事，文責由作者自負。

二、審查方式

本學報採雙匿名制度，若兩審意見相左，則送第三審，但文稿刊登與否，概由編委會參考審查意見決定。

三、刊登、授權

- 1.來稿無論採用與否，均不予退件，作者請自留底稿。
- 2.獲得刊登之文稿，致贈當期學報二本及作者論文抽印本十本，不另奉稿酬。
- 3.經本學報刊登之稿件，作者簽署授權同意書，授權本學報提供

其他資料庫業者，酌作格式之修改，進行重製，以透過網路服務，授權用戶瀏覽、下載，以及列印。

四、截稿日期

本學報常年徵稿：6 月及 12 月出刊。

五、投稿方式

來稿請寄至：

1. 電子郵件請寄至 coh@nttu.edu.tw 電子信箱。
2. 或以掛號寄至 95092 臺東市大學路二段 369 號國立臺東大學人文學院《臺東大學人文學報》編審委員會收。

六、聯絡方式

本學報編審委員會聯絡電話為 089-517631。

電子信箱：coh@nttu.edu.tw