

**講座報導 / 講題：從食農教育的角度來談「葷食」這件事**

格式化: 字型: 16 點, 粗體, 連字: 無

格式化: 置中

**以動物為食** 2024-2025 系列講座  
— 翻轉食肉的新可能？

從「食肉與教育、食肉與生態、食肉與永續經濟」三大單元出發，包含「歷史、倫理、教育傳播、健康、生態與氣候變遷、永續經濟、生活及政策」八大面向主題講座，歡迎讀者參與、討論、激盪多元火花。

**食肉X食農**  
從食農教育的角度來談「葷食」這件事

01/19(日)10:00-12:00  
總館5樓 好young館  
張明純 / 臺中教育大學通識教育中心兼任講師  
臺中市、苗栗縣食農教育推動會委員

主辦單位: 國立公共資訊圖書館  
協辦單位: 臺中教育大學通識教育中心  
臺灣動物與人學會  
國立公共資訊圖書館

**講者：張明純 / 台中教育大學通識中心兼任講師**

格式化: 字型: (英文)標楷體, 14 點, 粗體, 連字: 無

**講座時間：2025 年 1 月 19 日 (日) 10:00 — 12:00**

**紀錄：王鉉洵 (關懷生命協會 副研究員)**

格式化: 置中, 間距 套用後: 0 點

格式化: 字型: (英文)標楷體, 14 點, 連字: 無

格式化: 字型: (英文)標楷體, 14 點, 粗體, 連字: 無

格式化: 字型: 標楷體

格式化: 縮排: 第一行: 2.04 字元, 間距 套用後: 0 點

本場位於公共資訊圖書館舉辦的講座，題目為〈從食農教育的角度來談「葷食」這件事〉，邀請到台中教育大學通識中心兼任講師——張明純老師主講。

格式化: 間距 套用前: 0 點, 套用後: 0 點



▲張明純老師講座現場

格式化: 間距 套用後: 0 點

## 葷食的文化意義

在演講的一開始，張老師問了與會讀者一個問題：「為什麼當我們提到過年圍爐，我們都會想到大魚大肉（葷食）？」張老師指出，在過年大魚大肉（葷食）對華人來說是有生活環境與歷史脈絡的「文化意義」：第一，祭祖——以豐盛的葷食在重要節日展現對祖先的敬意；第二，富貴吉祥的象徵——葷食往往投射華人們對幸福的想像（比如「魚」象徵年年有餘）；第三，補充平時不足的蛋白質——在往時物資缺乏的時代，也只有過年時能夠好好吃頓營養的。張老師指出，人類在飲食中富含文化的建構，而從人類學、社會學的角度，張老師提問本場演講最核心的提問——我們該如何看待「葷食」這件事？

## 從歷史角度看食物生產

接著，張老師從歷史的角度闡述現代的食物生產體系。在第二次世界大戰後，全世界迎來戰後嬰兒潮，全球人口快速成長；而為了滿足快速增長的人口，食物生產走向「工業化」。在資本主義和食物生產「工業化」共同發展下，已開發國家國民的營養提升；食物生產的「工業化」看似解決了全球的糧食問題，但卻也衍生了更為嚴重的環境困境：溫室氣體排放量上升、食物浪費、生態破壞議題與動物福利問題等。這些議題都是 20 世紀的新興全球議題，由此張老師指出食物生產對於世界的影響，而「葷食」正是這些危機裡的關鍵因素。

## 從人類生理角度看「葷食」

接著，張老師以人類生理的角度來分析人類的飲食習慣。張老師指出，從人類的原始期即為「雜食者」，有幾個重要科學證據：第一，牙齒結構——人類的牙齒具備門齒（咬斷植物）、臼齒（磨碎植物性食物）、犬齒（撕裂肉類）；第二，腸道長度——人類腸道長度介於肉食與草食長度之間，適合多樣化飲食；第三，胃部——人類的胃部能分泌只會出現在肉類中的彈性蛋白的消化酵素；第四，代謝作用需求——人類必須從植物中攝取 Vitamin C，以及必須從動物性食物中攝取 Vitamin B12。張老師指出，若從生理的觀點來看，人類是雜食動物，和「葷食」有著長遠的關係。



▲張明純老師介紹原始人類的飲食模式

格式化: 間距 套用前: 0 點, 套用後: 0 點

## 現代素食的三大樣態與素食倡議

在介紹完人類生理角度與葷食的關係後，張老師接介紹了「素食」的現代三大樣態與現今的素食倡議。張老師指出現今的素食主要有三個因素，分別是宗教、環保與健康，此三種因素共同構成了現代社會素食文化的蓬勃發展。而在素食倡議上，張老師指出有一個重要的倡議脈絡——動物福利。動物福利的素食倡議是由哲學角度發展出來的，哲學家指出，人類是唯一發展出「理性」和「道德」的物種，從這個角度來看，人類對動物存在著義務關係；而完善動物福利、提倡不利用動物的素食倡議，則是人類履行其道德責任的具體實踐。

## 從文化角度看葷食

在接下來的演講，張老師再以文化的角度談論葷食的意義。張老師提問，早期的人類如何解決屠殺動物作為食物所帶來的不安？

張老師以台灣原住民族的狩獵文化為例。台灣原住民族透過文化祭儀對被捕殺的動物「表達敬意」，比如說達悟族有飛魚季、賽夏族有矮靈祭。儀式還具有社群規範的效果——社群的文化機制能夠節制族人對於野生動物的捕獵。但張老師指出，在社會進入現代性<sup>1</sup>主宰，強調理性與效率的時代後，當今的屠宰業並不存在如此的文化機制來規範人類對於動物的剝削；人類對於動物的敬意蕩然無存，

<sup>1</sup> 所謂現代性意指世界進入「現代」生活的特徵，比如民族國家、資本主義、工業化等。

商業模式的邏輯導致「降低食物成本」的思維成為主流，而動物在這個過程中成為蛋白質商品，而非應被尊重的生命體。

### 從生態觀點看葷食

最後，張老師指出，我們常從個體的角度來看待葷食，卻經常忽略了從「物種群體」和「生態觀點」的角度來看待食肉這件事。張老師以美國的生態學家和環境保護主義者奧爾多·利奧波德（Aldo Leopold）的《沙郡年記》裡所提到的「像山一樣思考」，提醒與會讀者，食物的選擇會牽動食物鏈的平衡，我們也應該從生態的角度來思考食肉這件事。



▲張明純老師介紹奧爾多·利奧波德（Aldo Leopold）的《沙郡年記》

### 結語

本場演講，張明純老師透過各個面向——文化意義、歷史角度、人類生理角度、文化角度、生態觀點——帶領與會讀者理解「以動物為食」的葷食文化會帶來的各種影響，最終讓與會讀者們自行思辨自己與葷食文化之間的關係。

Aldo Leopold (2024)。沙郡年記（二版）：像山一樣思考，荒野詩人寫給我們的自然之歌【世紀之書·自然經典系列】〔李靜滢譯〕。果力文化。（原著出版年：1986）

Michael Pollan (2012)。雜食者的兩難：速食、有機和野生食物的自然史〔鄧子衿譯〕。大家出版。（原著出版年：2007）