

# 從道德心理學的進路初步探索

## 「限肉令」的正當性

### The Justifiability of Meat

### Restriction Orders:

### An Exploration from Moral

### Psychology

楊家頌 錢展成

Lorraine K.C. Yeung and Arthur C.S. Chin

---

楊家頌，香港浸會大學國際學院哲學課程統籌及講師，中國香港。  
Lorraine K. C. Yeung, Academic Co-ordinator and Lecturer (Philosophy), College of International Education, Hong Kong Baptist University, Hong Kong, China.  
錢展成，香港大學哲學系助理講師，中國香港。  
Arthur C. S. Chin, Assistant Lecturer, The University of Hong Kong, Hong Kong, China.

《中外醫學哲學》XXI:1 (2023年)：頁 93-112。  
*International Journal of Chinese & Comparative Philosophy of Medicine* 21:1 (2023), pp. 93-112.

© Copyright 2023 by Global Scholarly Publications.

## 摘要 Abstract

本文旨在初步探索「限肉令」作為應對傳染病大流行和由工廠化畜牧業帶來的其他威脅的預防措施的正當性。「限肉令」並非指全面禁肉，而是以法律限制市民的人均肉品消耗量在滿足基本營養需求的範圍內。本文採用的進路是緩解一些可能阻礙對此提案進行更宏觀、理性的思考的潛在心理拘繫。此進路參考了福柯「日常經驗」(everyday experience)的分析，和佛家倫理學回應全球環境倫理問題的策略。我們先以香港社會為主要案例研究，檢視形成「肉是必需的」一想法和嗜肉情結的社會模式。接著我們引入葷食心理學研究，討論嗜肉情結如何成為正面考慮「限肉令」的障礙。我們也嘗試回應一些反對此提案的理由，包括來自自由主義(Liberalism)的批評。

This paper explores the preliminary justifiability of a meat restriction order as a preventive measure against the risks of pandemic and other forms of harm posed by factory farming. A meat restriction order seeks to limit citizens' meat consumption to the level of meeting individuals' basic nutrient needs. Inspired by Michel Foucault's analysis of "everyday experience" and Buddhist responses to global environmental issues, the paper investigates the social patterns that account for the formation of people's meat commitment based on a study of Hong Kong society. The paper also addresses a number of objections to the proposal discussed in the paper, including the critique from liberalism.

**【關鍵字】** 限肉令 人畜共通傳染病 氣候變化  
工廠化畜牧業 新冠疫情

Keywords: meat restriction order, zoonotic disease, climate change, factory farming, COVID-19 pandemic

## 一、引言

多年來，人類消費由工廠化畜牧業生產的動物製品引發不少道德爭議。就肉品而言，雖然仍有哲學家為消費肉品辯護 (Hsiao 2015, 277–91)，但是反對的理由也為數不少。反對理由包括跟動物的道德地位、動物福祉或權利相關的考量。例如在大部份的已發展地區，人類可從肉品以外的食物獲得足夠的營養。然而，工廠化畜牧殘忍，令動物受不必要的痛苦折磨。此外，畜牧業所產生的溫室氣體估計佔人為排放的溫室氣體 18%，是全球暖化的主因之一。<sup>1</sup> 它也造成嚴重的水源污染和人為毀林。生產肉品耗水量之高，跟其營養效益嚴重不符，故畜牧業的永續性極低等等。(Kleenman 2020) 正如 Jeff McMahan 指出，「從道德的角度來看，的確沒有什麼可以合理地為這種做法辯護。」(McMahan 2010) 儘管這些理由未必能令葷食者付諸行動，減少吃肉或成為素食者，亦足以讓一些葷食者接受「吃肉是不合理的」此結論。(Kleenman 2020)

Peter Singer (2021) 指出，在全球爆發的新冠肺炎為反對消費肉品再添一個具份量的道德理由。就如大多數自上世紀出現的傳染病，包括瘋牛症、伊波拉出血熱、禽流感、豬流感、SARS 等等，新冠肺炎是一種人畜共通傳染病 (zoonotic disease)，病原體經動物傳播到人類。這些傳染病的出現及廣泛傳播的主要風險因素之一，正正是已發展地區（如香港）對肉品需求龐大，導致畜牧工廠內的動物衛生環境惡劣；加上畜牧業濫用抗生素，工廠養殖場因而成為培養新型（甚致有抗藥性的）病毒和細菌的溫床 (Benatar 2021)。另一風險因素是活家禽市場。以 2019 新冠疫情為例，儘管研究指新冠病毒的病原體來自野生蝙蝠，活家禽市場中的非野生動物被認為是令病毒得以廣泛傳播的中間宿主 (Zhang

---

(1) “Livestock’s Long Shadow: Environmental Issues and Options,” United Nations Food and Agriculture Organization, 2006. 見 <https://www.fao.org/3/a0701e/a0701e.pdf>.

and Shen 2020, 882–3)。換句話說，正如世界衛生組織及一眾科學家一再警告，工廠化畜牧業及人類對肉品的龐大需求，是新型傳染病爆發的主要風險因素 (Greger 2020；Espinosa et al 2020, 1019–44)。

儘管如此，本地社會似乎並未因而對其嗜肉文化有所作為。<sup>2</sup> 例如香港特區政府對各種社交限制和疫苗政策等相對短視的反應措施 (reactionary measure) 的宣傳，便遠超於如教育公眾消費肉品跟新型傳染病大流行的關係，和勸喻公眾為減低新型流行性疾病風險而減少消費肉品等長遠的預防措施 (preventive measure)。<sup>3</sup> 另一方面，儘管各項強制防疫措施在本地引起不少爭議，一般市民似乎也能大致遵從。這不禁讓人思考，若強制檢測及限聚令等措施是可接受的話，何不來個「限肉令」——即以法律限制香港市民的人均肉品消耗量在滿足基本營養需求的範圍內，<sup>4</sup> 而非全面禁肉——從而「治本地」減低人畜共通傳染病大流行的風險和其他環境傷害？

可以預期，「限肉令」此提案會在本地社會招來眾多反對聲音。它亦牽涉道德、法律、政治、文化、經濟、可行性等十分複雜的問題，故不可能在本文的篇幅全面回應。與此同時，我們相信若能先處理（葷食）反對者的深層心理因素，或有助社會開放地考慮「限肉令」的合理情度。故本文的主要目標是嘗試從道德心理學的進路，初步探索「限肉令」的合理程度，藉此開闊社會的討論空間。

此進路參考了 Michel Foucault 「日常經驗」(everyday experience) 的分析，和佛家倫理學回應全球環境倫理問題的策

(2) 港大環境科學研究指，「香港是其中一個人均肉類消費量最高的地區，每人每日的平均攝入量達 664 克……是英國人的四倍多。」見 [https://www.hku.hk/press/press-releases/detail/c\\_17940.html](https://www.hku.hk/press/press-releases/detail/c_17940.html)。

(3) 本地勸喻公眾減少吃肉的政府宣傳片強調的是減碳排放。另見衛生防護中心〈應對氣候變化行動對健康的協同效益〉一文 <https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/460/47436.html>。

(4) 若根據衛生防護中心的健康飲食建議和港大的研究，現時香港人平均攝入肉量超出健康建議近三倍。

略。在此略述。首先，Foucault 視我們的「日常經驗」為「在一定文化中各知識領域、規範種類和主體性形式的關聯」(Foucault 1994, 2)。個別的「日常經驗」模式的構成物是歷史上的可變項，是偶然的。他認為透過展示構成我們日常經驗的歷史、文化進程，可引發不同的思考，轉化固有的「日常經驗」。此種轉化可令我們從自身抽離，在世界中重新定位及改變行動方式。它有助我們解開因偶然的進程而產生的思想、行動和自我理解模式聯繫起來的束縛，從而達至 Foucault 倫理思想中的自由。

佛家倫理學視緩解慾望的深層生理及心理制約為離苦解脫之道，是處理當今人為的環境災難所帶來的道德挑戰的寶貴思想資源之一。以回應消費主義帶來的環境災難為例，Stephanie Kaza 建議我們直視令人支持或反對一事物的個人拘繫(personal hooks)，作為緩和不道德的消費水平的方法 (Kaza 2018, 432–51)。另基於「緣起」說，佛家思想視「個人」的行為選擇為各種因緣相互作用的果。故當今世界面對如生物多樣性喪失、水和空氣污染、棲息地破壞和碳排放等重大危機時，難以透過聚焦在個人於既有的制度內的道德選擇的理論進路解決；更可取的是以一種社會倫理學作為政策和法規等理論基礎 (Kaza 2018, 439)。作為一社會倫理學，佛家主張找出那些「驅動消費主義社會模式，環環相扣的影響和條件」，包括家庭、同伴、學校、政治、經濟等社會背景 (Kaza 2018, 443)。可以說，佛家環境倫理學主張從宏觀而非個人的層面「對症下藥」，從而就著「人們的能力與情境，作出『相對最好的選擇』。此即『中道』。」(釋昭慧 2019, 64)。

有鑑於此，下文先分析各知識領域和規範種類如教育、官方宣傳，以及消費文化等背景條件 (conditionality) 如何塑造社會對動物的「日常經驗」，並將大眾束縛在過度消費肉品的桎梏中，希望藉此緩解我們對肉食的執著。接著引入葷食心理學研究，探討嗜肉的情結如何阻礙我們看清現實，限制思考一些可能更合理的防疫措施的自由。過程中也嘗試回應一些反對「限肉令」的理

由，例如肉是必需的、「限肉令」侵犯個人自由、其他解決方案如公眾教育或肉品稅更為可取；或來自更積極的素食主義者的質疑，如：「何不來個禁肉令或全民強制素食日？」等等。

## 二、為何「肉是必需的」？

相信「肉是必需的」此說會是反對「限肉令」的主要理由之一。「必需」可意指「生存和足夠的營養的必要條件」。可是，假設「肉是生存和足夠的營養的必要條件」為真，亦未能為本地消費者食用超過生存或營養所需的肉量提供充分的理由。此外，如上文提及，在已發展的、營養來源多樣化的社會如香港，此說也難以成立。<sup>5</sup> 可是，就作者們在課堂、公開講座及日常生活的觀察，「不吃肉便會營養不良」、「不吃肉何來蛋白質和鐵質？」，甚致「不吃肉便會死」<sup>6</sup> 的想法仍相當普遍。下文嘗試分析這不為理由所動的經驗判斷 (non-reason-responsive empirical judgment) 如何形成。

相信不少人在兒時便被告之，肉含人體賴以為生的蛋白質，是生存和足夠營養的必要條件，對發育中的兒童尤其重要。對於曾經歷過飢荒戰亂、貧窮，或在未能提多元營養來源時代成長的人，吃肉也許跟害怕饑寒、疾病死亡、渴求安全感等基本慾望情感有強烈連結。他們堅持「肉是必需的」，並將之傳遞給下一代，是相對上可理解的。可是，儘管現今社會資訊發達，坊間有不少來自醫學研究、素食運動員、素食名人家庭作反證，不少在營養充裕環境下成長人士仍堅持「肉是必需的」。作者之一就曾經目睹一位年輕父親告誡其九歲的女兒多吃肉，要求當時食慾不振的女兒把牛腩全吃掉。在那位女孩所用的教科書有一個均衡飲食清

(5) 這限於一般身體狀況正常人士，不包括因特殊身體狀況或疾病（如愛滋病）而有額外營養需要人士。

(6) 摘自劉彥方：〈為何吃肉〉。見 <https://philosophy.hku.hk/food/meat-c.html>。

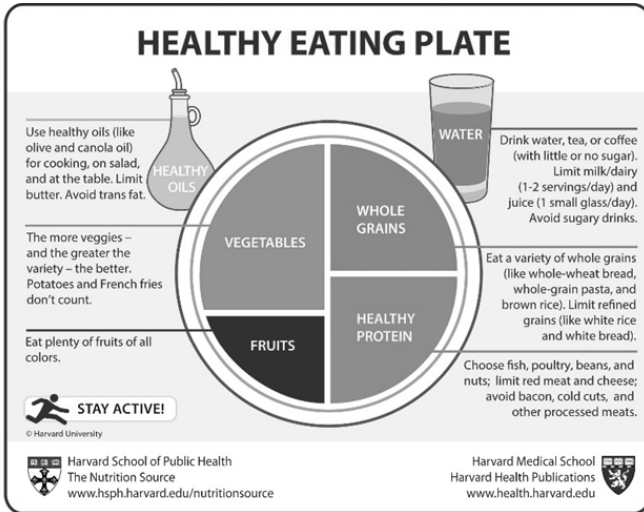
單；當中以圖像標示「蛋白質」一欄的位置，就只有一只雞脾和一隻豬。

在作者們成長的年代，類似的教材和官方宣傳也相當普遍。例如當時坊間常見的健康飲食金字塔均標示動物製食品為不可或缺的一欄。儘管近年香港衛生防護中心更新了的健康飲食金字塔，在「肉、魚、蛋」一欄加上「代替品」（圖一），文字上依然主打動物製食品。圖片中能為一般人提供足夠蛋白質的植物性食物則以非主流、次等選項般的「代替品」一詞呈現。我們可比較美國農業部在2013年更新的均衡飲食圖。它不以動物製食品而用上「健康蛋白質」作主欄之一（圖二）。<sup>7</sup>雖然它的文字標示仍以肉、魚先行，但沒有把豆類、堅果類列為「代替品」，並提醒大眾少吃紅肉和加工肉。假設一直以來的教育或官方宣傳沒有標榜動物製食品而用上「健康蛋白質」作主欄之一，文字圖片以豆類、堅果類先行並讓動物製食品以「代替品」一詞呈現，再加上提醒大眾少吃紅肉和加工肉品一項，甚至提供一個素食版的清單，社會對「肉是生存和足夠的營養的必要條件」的想法會否有所不同？



圖一

(7) <https://cdn1.sph.harvard.edu/wp-content/uploads/sites/30/2013/04/HEPApr2013.jpg>.



圖二

即使接受吃肉不是生存和足夠的營養的必要條件，亦不代表反對者會接受「肉不是必需的」。對反對者來說，「肉是必需的」可意指生活樂趣或傳統文化上的「必需」，故個人有吃肉的自由。無容置疑，吃肉是本地的傳統文化，滲透在社交聚會、週年晚宴、節日喜慶、祭神祭祖等各種場合中。如此的社會背境亦是作者們接受全面禁肉不可行的考量之一。然而，即使個人有自由追求吃肉的樂趣，吃肉是傳統，也不代表這種自由或傳統完全不應受限制。(有關「限肉令」和自由主義的考量，詳見本文第四部份。)

不論視肉食為哪個意義下的「必需品」，這已預設動物是食物。葷食心理研究指出，什麼動物被歸類為「食物」，是由個別社會定義的。例如在法國馬是「食物」，在英國則不是 (Dhont, Leite, et al. 2020, 29–49)。此類定義亦往往隨著偶然的歷史進程而改變。在中國社會中，牛便是一個很好的例子。牛肉是本地最受歡迎的食物之一，餐飲業廣告充斥著“*No beef, no life*”諸如此類的口號；現實情況卻更接近“*Less beef, more life*”。事實上，牛的溫室氣體排放量是畜牧業者之冠。(Petrovic et al. 2015, 235–8) 龐大的牛肉



需求也在各地造成如亞馬遜森林大火等環境生態災難。<sup>8</sup> 有報道指 2019 年港人人均牛肉消耗量為全球第三，平均每人一天吃掉約兩個雙層漢堡的牛肉份量；不少本地食客視日本和牛為勞力士般的奢侈品追捧。中國的牛肉進口量也由 2001 年加入世貿後倍翻，超越美國。<sup>9</sup> 該報道亦提及，在十八世紀的中國，牛肉是罕用的食材。正如歷史研究員盧淑櫻指出，在中國古代農耕社會中，人民與牛一起工作，共同生活。牛是人類的合作伙伴；出於惻隱之心及感激之情，故「有食牛肉之禁」。近代中國宗教社會研究亦顯示，自唐宋以來，吃（即使是已死去的）牛被視為不道德（盧淑櫻 2018）。類似的價值觀亦可見於先秦儒家思想和中國佛教思想。例如孟子視齊宣王不忍牛隻被屠宰之情為仁之展現，並引導齊宣王將其對牛的惻隱之心，擴而充之至羊及人民（《孟子·梁惠王上》）。有「菩薩皇帝」之稱的梁武帝則受佛家思想影響，禁止人民在某些日子殺生。

然而，人牛關係隨著社會現代化、人民減少與耕牛合作而改變。另盧的分析指，歐美商人在十八世紀引入中國的牛乳風，形成了「除卻營養價值和美容功效，牛乳更是西化、都市化和摩登生活的象徵」（盧淑櫻 2018，97），這跟香港食客追捧日本和牛的消费意識類似。至十九世紀，中國牛乳商為謀利及提高牛乳質素，開始建牛舍將人牛分隔。牛乳業繼而將乳牛歸類為「人的賺錢伙計」（盧淑櫻 2018，102）。葷食心理研究指，把動物製品從其動物來源分離，可令人減低對該動物所受之苦的道德關切。（Benningstad et al. 2020）不難理解，在此環境條件下，社會對牛的看法，由清代的《食鑑本草》「牛：耕田。大功於人。不可食。」逐步演變成是可供人任意支配、剝削圖利的消費品。

(8) 〈亞馬遜雨林持續大火，與港人吃巴西牛有關？〉，綠色和平，2019。見 <https://www.greenpeace.org/hongkong/issues/forests/update/>

(9) <https://cنالuxury.channelnewsasia.com/experiences/why-are-hong-kongers-eating-so-much-beef-183151>.

借用哈拉瑞的用語，這是「由想像所建構出來的[新]秩序」(哈拉瑞 2018, 131)。縱觀歷史，要維持此類建構出來的秩序的慣常手法，就是「對外的說法絕對要堅持它是千真萬確、絕非虛構」；「在教育上也要徹底貫徹同一原則」；將之融入「一切事物」，「不管是童話、戲劇、繪畫、歌曲、禮儀、政治宣傳、建築…或是時尚。」(同上)盧亦指出，1930年代民國政府教育部認可的學校課本便出現如「因為人類最聰明，能把植物、礦物和人類以外的動物供自己利用，所以人類就成了這個世界的主人」(盧淑櫻 2018, 104)等視環境動物為工具資源，並將之合理化的論述。若如郭齊勇所言，人與天地萬物為一體乃是中國傳統文化中的生命智慧(盧淑櫻 2018, 104)，這類論述就像在人與天地萬物之間劃上一道分界線，並塑造我們作為人類的「日常經驗」及自我理解模式。這類論述大概是上文提及的教育宣傳把動物製食品歸類為營養必需品的前身。哈拉瑞的觀察也在一定程度上概括了「牛是食物/消費品」在中國近代社會的建構維持過程。

從上文已可見，「肉是必需的」這種想法也跟消費主義環環緊扣、互相滋長。「消費主義」意指「沉迷追求物質、服務，以滿足身份認同、安全感和被接納等情感需求」，主張追求消費品、服務為成就美好人生的途徑(Kaza 2018, 442)。然而，粗略地說，消費主義也是從工業文明和資本主義的衍生而來，是偶然的思想產物。它旨在增加對消費品的需求，好讓市場能消化由工業革命帶來的過度生產的消費品及服務。(哈拉瑞 2015)另外，在工業革命的社會背景下，要提高市場需求，「就得製造新的消費需求，方法有二：計劃性報廢(planned obsolescence)和廣告。」(Marks 2015, 182)可以說，消費主義也是被建構出來的倫理秩序，由工業策略和商業利益驅動的宣傳維持。

在消費主義的秩序下，本地肉食的廣告宣傳琳琅滿目。有的更以企圖扭曲/罔顧事實的手法作招徠，例如以大型卡通廣告版展

示一群豬牛愉快地浸在火鍋中待用(圖三)。<sup>10</sup>除此之外，數碼科技革命帶來的社交媒體熱潮也在為「動物是消費品」推波助瀾。舉例說，社交媒體上常有大有大肉的飲食人生的相片和貼文。有的更以在家抗疫為題，展示佈滿餐桌的肉食。堂食限制放寬後，隨即出現一波外出品嘗各類美食、刺激朋輩消費肉食的動態；當中包括來自熟悉畜牧業帶來的種種道德挑戰、「擁護」動物福祉的有識之士的貼文。除了反映公眾對消費肉品跟疫情的關聯意識薄弱外，此等現象或亦反映消費主義式地追求使用數碼媒體服務的影響力。



圖三

### 三、葷食道德心理學

綜上所述，本地的嗜肉情結很大程度上是被偶然的歷史因素、社會模式和被建構的秩序塑造制約。這些條件(conditionalities)也構成我們與食用動物相遇的主要方式，和把牠們當作消費品的「日常經驗」。葷食心理學研究指，一旦一只動物被歸類為食物

---

(10) 作者攝。

或消費品，與該類別相關的特質如味道、口感、賣相、售價等便會在個人的意識層面變得顯著，掩蓋該類動物具有感受痛苦能力等跟道德考量有關的屬性。

(Bratanova et al. 2011, 193–6) 此等意識已主導社會談論食用動物的方式，滲透在日常語言用字中。舉例說，當人們談論牛是否草食飼養的或雞是否「打針雞」時，關注的往往是食品質素，而非雞牛的生活質素。又如本地的「預防禽流感」的官方宣傳(圖四)<sup>11</sup>，不但沒有提及減少家禽需求是更治本的預防方法，當中「選購」、「處理」、「進食」等動詞均理所當然地把家禽物化、去生命化。如此的語言習慣跟「雞牛是食物」的想法相互加強，成為反思「肉是必需的」一說和嗜肉文化的障礙。<sup>12</sup>



圖四

此外，葷食心理學家指，把個別動物分類為食用和非食用動物(如寵物)也是葷食者化解「肉的悖論」(the meat paradox)的思考策略之一。「肉的悖論」是一屬於「認知失調」(cognitive dissonance)的心理現象，指某些葷食者愛動物卻吃肉，參與並延續傷害動物的做法(Aaltola 2019, 1125)。分類令人傾向低評食用動物的感知痛苦能力，降低對其的道德關懷，使「肉的悖論」帶來的不快得到緩和。葷食者的知識行為不一致——即他們知道食肉的問題，卻無意改變食肉習慣——也吸引不少心理學家研究。Dhont et al. (2021) 便從已有的心理學研究綜合了嗜肉情結如何成為改變行為的障礙的面貌。例如由於肉食是被推崇、由文化薰陶

(11) 作者攝。

(12) 關於人類和動物的相遇方式和語言如何塑造對動物道德地位的思考哲學分析，可參考(Coeckelbergh and Gunkel 2014, 715–33)。

而來的產物，故葷食者可能對之持類似政治心理學中「神聖價值」的態度。「神聖價值」指「任何對象 [例如聖地]、信念或做法的偏好，並認為它們與世俗或經濟商品不相容，或是不可替代的。」(Atran and Ginges 2017, 70) 正如持政治上的神聖價值的人會動用認知上的資源保護而不開放地質疑它，持類似態度的葷食者也會用上一系列的合理化 (rationalization) 策略，保護食肉的價值。策略正正是堅持上文探討過的想法，包括「吃肉是必需的、自然的、正常的和很棒的」、「人是萬物的主宰」等 (Dhont and Piazza et al. 2021, 2)。此外，嗜肉的人會不自覺地進行有動機的認知/推理 (motivated cognitive process/reasoning)，令他們迴避，漠視或扭曲衝擊其食肉習慣的資訊，包括畜牧業跟各種疫情和全球暖化的關係。

根據 Daniel Kahneman 的雙軌認知系統理論和 Jonathan Haidt 的社會直覺道德心理模型 (Social Intuitionist Model)，此類認知過程和道德推理由意識層面下的直覺、情感系統驅動主導，幾乎無處不在、難以避免 (Kahneman 2013; Haidt 2013)。Haidt 的理論指，我們的道德直覺很大程度上是由演化而來，並隨著成長的環境修正。個別道德直覺模組 (如[惡]傷害/[好]關懷；[惡]欺騙/[好]公平) 的強弱和展現方式，會因置身和參與個別文化習俗而改變。他稱此修正機制為「習俗情結」 (the custom complex)：它由我們身處社會中的「習慣做法，和跟它關聯的價值、信念、制裁、動機及滿足感組成。」(Haidt 2001, 827) 上文所述規範種類、社會模式和倫理秩序，大概也是弱化我們對食用動物的[惡]傷害/[好]關懷的道德直覺的環境因素。

與本文更相關的心理研究結果，是葷食受試者傾向認為食用野生動物和政府防疫準備不足是 2020 新冠疫情的成因，並低估或否認畜牧業跟疫情的關聯。此傾向跟受試者的嗜肉程度呈相干關係。(Dhont et al. 2021) 嗜肉情結亦影響了他們對防疫措施的取向。Dhont et al. 的研究發現，即使受試者細閱畜牧業與各種疫症

的關係的科學研究後，他們仍傾向支持禁止食用及販賣野生動物，或為疫症爆發作準備等反應措施，多於針對畜牧業的預防性的方案。此傾向在嗜肉程度高的受試者更為顯著。「個別人士的嗜肉程度侵擾其為防止傳染病爆發而糾正畜牧業的意願……嗜肉者有動機的認知推理成為認清畜牧業跟人畜傳染病的關係的障礙」。(Dhont and Piazza et al. 2021, 8)。可以說，它構成「故意無視」(willful disregard)真相的現象(Dhont et al. 2021)，一個類似佛家所說的「癡」的情況。(Harvey 2000, 47)

#### 四、食肉的個人自由

以上的心理研究也令其他較溫和的方案如公眾教育的效率、肉品稅的成效存疑。在這意義下，「限肉令」或是較能及時緩解各種迫在眉睫的環球健康危機的策略；似乎更接近「就著人們的能力與情境」的「相對最好的選擇」。<sup>13</sup>然而，我們仍須考慮一個在理論層面看來很強的反對理由：「是否吃肉、吃多少肉是個人自由，政府無權干預及加以限制」。究竟「個人自由」是否真的如很多人所想般，顯而易見地能為反對「限肉令」提供一決定性的理據？

相信即使是高度重視個人自由的人，都不會認為免於干涉或強迫的消極自由(negative liberty)是絕對的。值得爭議的是在什麼情況下，政府可以法律手段對個人自由作出合理的限制。哲學界雖然對政府能否以一類型行為不道德(即使該行為沒有傷害他人)、又或以一行為會對行動者本身造成傷害為由，而合理地限制個人自由有所爭議，但大體上接受哲學家 J.S. Mill 在《自由論》中提出的「傷害原則」。根據「傷害原則」，若一行為在沒有合理理由(justifiable cause)的情況下對他人造成傷害，那麼我們就

(13) 我們大致同意 J. Deckers 在衡量全面禁肉、肉品稅、公眾教育和限制消費肉品等選項後，得出最後者為減低溫室氣體最適切的政策的分析，見(Deckers 2010)。有關各種干預肉品消費的措施成效，可參考(Kwansy 2022)。

有初步理由認為可對相關自由作出限制（雖然在綜合考慮所有因素——如個人私隱等價值——後，該理由或被推翻）(Mill 1985, 119)。

因此，「個人自由」是否能決定性地推翻「限肉令」，很大程度取決於食肉會否對他者造成傷害。工廠化畜牧業之殘忍、施於動物身上之痛苦及折磨，證據確鑿。即使退一步，假定動物的福祉在道德上本身沒有絲毫的價值，我們仍要問：食肉真的不會傷害他人？由食肉引發的各種疫症及氣候變化不止影響人類健康，如新冠肺炎及其他呼吸道疾病；世衛估計，每年約有 15 萬人因全球暖化而死亡，<sup>14</sup> 而在 2030 至 2050 年，此數字會上升至每年 25 萬。<sup>15</sup> 有學者粗略估算一個普通美國人終其一生排放的溫室氣體，會為一至二人的一生帶來嚴重痛苦 (serious suffering) 及/或死亡 (Nolt 2011, 3–10)。香港的年計人均二氧化碳排放量約為美國的三分之一，<sup>16</sup> 那我們是否可初步推算，一個香港人終其一生排放的溫室氣體，令得一或二人有三分之一的人生受到嚴重傷害？當中的溫室氣體又有多少是源於我們日復一日、無肉不歡的飲食習慣？

面對「食肉會傷害他人」的說法，可以預期不少人會作此回應：「如果有足夠多的人停止或減少食肉，爆發新型傳染病的風險、全球暖化及其造成的傷害的確會顯著下降。但如果要以傷害他人為由，而限制市民食肉的自由，必須先證明我個人的食肉行為能左右結果 (make a difference)。工廠化畜牧業的規模、新型疫症大流行及極端天氣等現象均是數以千萬、甚至以億計的人的行為的結果積累而成，當中每一個參與者均只是滄海一粟。當已有足夠多的人食肉，我個人嗜肉與否，對事態的發展均不會有任何

---

(14) “The Health Effects Of Global Warming: Developing Countries Are The Most Vulnerable”, United Nations Chronicle. 見 <https://www.un.org/en/chronicle/article/health-effects-global-warming-developing-countries-are-most-vulnerable>.

(15) “Climate Change and Health”, World Health Organization, 2021. 見 <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>.

(16) Our World in Data. 見 <https://ourworldindata.org/co2/country/hong-kong>.

具道德重要性 (moral significance) 的影響。既然任何一個人的生活選擇都不會對結果帶來分別，『傷害他人』又何從說起？」

上述看法相信大家絕不陌生。<sup>17</sup> 但它是否真的如表面般看來理所當然呢？是否真的可能存在一類行為，當有足夠多人從事時，便會導致一在道德上明顯地很壞的情況出現，但同時沒有一個涉事者的行為，對事態發展有著具道德重要性的影響？據此說法，如果世上只有一人做該行為，便不會有任何人的利益受到傷害。而因為「多一個不多，少一個不少」，即使有兩人、三人…做該行為，局面依舊不變。但若此推論成立，最終又怎可能因有足夠多的人從事同一行為，而出現傷害的情況？<sup>18</sup> 還是我們用「觸發點」(trigger) 或「臨界點」(tipping point) 的概念，可以更好地理解此類牽涉集體傷害 (collective harm) 的情況？其他因素不變，假使全世界沒有葷食者，那全球因疫情、環境污染或氣候變化而受傷害的情況將較現在有明顯的改善。只要葷食者的數目少於  $n$ ，此行為並不會造成任何傷害。但當第  $n$  人加入肉食行列，便會觸發連鎖效應並造成具規模的傷害。由於我們未能確實掌握此臨界點何在，加上一特定葷食者碰巧是第  $n$  人的概率十分低，所以才誤以為每一個肉食者的行為均不會造成傷害。在此理解下，即使任何一個特定個體的行為成為觸發點的機會甚低，考慮到其可能觸發的傷害是如何之廣及深，我們仍有理由相信每一個肉食者的行為皆會造成一定的預期傷害 (expected harm) (Kagan 2011, 105–41)。

對「食肉會傷害他人」另一可預見的反對理由為：「葷食者一方面沒有存心藉此對任何人造成傷害，另一方面亦只是做著普羅大眾都會做的事。如果這樣也認定他的飲食習慣可預期對他人造成傷害並加以譴責，不公道之餘，更會帶來反效果。這令那些

(17) Sinnott-Armstrong 按同一思路，推論出諸如純粹為了享受「遊車河」之樂、而駕駛排放大量廢氣的汽車等個人行為皆不會造成任何傷害。見 (Sinnott-Armstrong 2005, 293–302)。

(18) Kagan 認為這類型的推理隱含矛盾，見 (Kagan 2011, 105–41)。對 Kagan 看法的批評，可參考 (Nefsky 2012, 364–95)。



肆意對環境及他人造成更直接及更大規模傷害的人，失去改變行為的誘因：『反正我如普通人般過活，也難逃被責難的命運，為什麼要改變？』」（Sinnot-Armstrong 2005，297-8）

對此批評，筆者們認為接受一類行為會傷害他人，並不代表認為該行為是應受譴責 (blameworthy)。雖然葷食行為是出於我們的選擇，但如上文所述，我們亦需意識到該選擇背後是由多重的社會背景條件所塑造的，並且要作出偏離被社會普遍接受的規範的行為——如和一眾葷食友人外出用膳時堅持食素——個人往往要付出一定代價。反之我們有什麼理由相信，但凡一類行為被普遍接受、涉事者沒有惡意，便不應被挑出 (singled out) 視為傷害的原因？

至此讀者或質疑：「按筆者們的邏輯，政府是否亦應考慮『限煲水令』(Sinnot-Armstrong 2005，301-2) 及『限呼吸令』？畢竟煲水時產生的水蒸氣、呼吸時排出的二氧化碳亦為溫室氣體。」誠然並非所有(可預期)傷害他人的行為都不道德及應予以限制。如本節開首引述 Mill 的言論，要有一初步理由對自由作出限制，該行為需是在沒有合理原由的情況下傷害他人。由於篇幅所限，本文無法就何謂「合理原因」作出有系統的分析，在此只能簡單列出數個因素，嘗試指出「即使食肉會傷害他人，也是有著良好的理由支持」這看法並非如表面看來明顯為真。首先，和煲水及呼吸不同，肉食並非人生存及維持健康的必須品，消耗多於滿足基本營養需求的肉品完全是可避免的。第二，畜牧業造成的大量碳排放及環境污染並非偶發，而是可預見的。第三，肉食行為所造成的傷害並沒有得到全面的回報 (full reciprocation)。消耗大量肉品的人多身處富裕社會，而被傷害的則主要活在貧困落後地區；後者的肉食量及碳排放量和前者均不可同日而語 (Broome 2012，55-6)。換句話說，「個人自由」是否足以推翻「限肉令」仍有大量爭論空間；其決定性絕不應被視為當然。

希望本文有助社會放下食肉的執著，重新思考有關「限肉令」在義理的爭論。同時探討「限肉令」是否有利於環境健康和人體健康以及實現限令在當今香港社會的可行性。<sup>19</sup>

## 參考文獻 References

- 哈拉瑞：《人類大歷史》，天下文化出版社，2018。【Original Work: Harari Y. N. *Sapiens: a brief history of humankind* (Vintage Books: London, 2014).】
- 郭齊勇：〈重釋「人與天地萬物為一體」的生命智慧〉，《大疫當前：建構中國生命倫理學》，城大出版，2021。GUO Qiyong. “Reinterpreting the wisdom of life in the notion of “the Oneness of human and the world,” *Facing Pandemic: Constructing Chinese Bioethics* (City University Press, Hong Kong, 2021).
- 盧淑櫻：〈近代中國飲牛乳風與人、牛觀念的變遷〉，《「牠」者再定義》，三聯出版，2018。LO Sukying. “The trend of drinking milk and the changing concepts of humans and cows in modern China,” *Redefining Others* (Joint Publishing, Hong Kong, 2018).
- 釋昭慧：〈將人與動物作「平等考量」的理據〉，《應用倫理學評論》，2019年，第66期，頁61–76及64。SHIH Chao-hwei. “The Rationale for “Equal Consideration” between Humans and Animals,” *Applied Ethics Review* 2019(66):61-76 and 64.
- Aaltola, E. “The meat paradox, omnivore’s akrasia, and animal ethics,” *Animals* 2019(9):1125.
- Atran, S., and J. Ginges. “Devoted Actors and the Moral Foundations of Intractable Intergroup Conflict,” *The Moral Brain*, edited by J. Decety (Cambridge, Massachusetts: The MIT Press, 2017).
- Benatar, D. “Animals, the Environment and Global Health,” *Global Health: Ethical Challenges* (Cambridge University Press, 2021).
- Benningstad, N.G.C et al. “Dissociating meat from its animal origins: A systematic literature review,” *Appetite* 147, 1045554, 2020.
- Bratanova, B., and S. Loughnan et al. “The effect of categorization as food on the perceived moral standing of animals,” *Appetite* 2011 (57):193–6.
- Broome, J. *Climate Matters: Ethics in a Warming World* (New York: W.W. Norton, 2012).
- Coeckelbergh, M. and D. Gunkel. “Facing Animals: A relational, Other-oriented approach to Moral Standing,” *Journal of Agricultural and Environmental Ethics* 2014 (27):715–33。

---

(19) 感謝陳成斌博士在我們撰文初期提供的寶貴建議。

- Deckers, J. “What policy should be adopted to curtail the negative global health impacts associated with the consumption of farmed animal products?” *Res Publica* 2010(16):57–72.
- Dhont, K., and A. Leite, et al. “The Psychology of Speciesism,” *Why we love and exploit animals: Bridging Insight from Academia and Advocacy* (New York: Routledge, 2020).
- Dhont, K., and J. Piazza, et al. “The role of meat appetite in willfully disregard factory farming as a pandemic catalyst risk,” *Appetite*: 105279, 2021, p.2.
- Espinosa et al. “Infectious Diseases and Meat Production,” *Nature Public Health Emergency Collection* 2020(75.4):1019–44.
- Foucault, M. *The History of Sexuality 2: The Use of Pleasure*, translated by R. Hurley (London: Penguin Books, 1994).
- Greger, M. *Bird flu: a virus of our own hatching* (New York: Lantern Books, 2006).
- Haidt, J. “The emotional dog and its rational tail: a social intuitionist approach to moral judgment,” *Psychology Review* 2001(108.4):827.
- Haidt, J. *The Righteous Mind: Why Good people are divided by politics and religion* (New York: Vintage, 2013).
- Harvey, P. *An Introduction to Buddhist Ethics* (Cambridge University Press, 2000).
- Hsiao, T. “In defense of eating meat,” *Journal of Agriculture and environmental ethics* 2015(28.2):277–91.
- Kagan, S. “Do I Make a Difference?” *Philosophy and Public Affairs* 2011(39):105–41.
- Kahneman, D. *Thinking Fast and Slow* (Farrar, Straus and Giroux, 2013).
- Kaza, S. “Buddhist Environmental Ethics: An emergent and contextual approach,” *The Oxford Handbook of Buddhist Ethics* (Oxford University Press, 2018).
- Kleeman, J. *Sex Robots and Vegan Meat: Adventures at the Frontier of Birth, Food, Sex, and Death* (Pegasus Books, 2020).
- Kwansy et al. “Towards reduced meat consumption: A systematic literature review of intervention effectiveness, 2001-2019,” *Appetite* 2022(168).
- Marks, R. *The Origins of the Modern World* (Maryland: Rowman & Littlefield Publisher, 2015).
- McMahan, Jeff. “The Meat Eaters,” *New York Times*, 19/9/2010.
- Mill, J.S. *On Liberty* (Penguin Classics, 1985).
- Nefsky, J. “Consequentialism and the Problem of Collective Harm: A Reply to Kagan,” *Philosophy and Public Affairs* 2012(39):364–95.
- Nolt, J. “How Harmful Are the Average American’s Greenhouse Gas Emissions?” *Ethics, Policy and Environment* 2011(14):3–10.
- Petrovic, Z., and V. Djordjevic, et al. “Meat production and consumption: Environmental consequences,” *Science Direct* 2015 (235):235–38.
- Singer, P. “Pandemic Ethics: Five Lessons,” on-line lecture at CUHK, 23/9/2021.
- Sinnott-Armstrong, W. “It’s Not My Fault: Global Warming and Individual Moral Obligations,” *Perspectives on Climate Change: Science, Economics, Politics and Ethics, Advances in the Economics of Environmental*

*Resources*, vol. 5, edited by W. Sinnott-Armstrong and Richard B. Howarth (Amsterdam: Elsevier, 2005).

Zhang L., and F-M Shen, et al. "Origin and Evolution of 2019 Coronavirus," *Clinical infectious diseases* 2020(71):882–3.