



老子「自然之道」對生物多樣性保育的啟發

李光中*

摘要

本文探討老子思想中「道」與「自然」的概念如何為現代生物多樣性保育提供哲學基礎，並透過里山倡議促進人與自然的和諧共生。整合《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》、生態系服務理論及老子《道德經》的核心論點，分析生物多樣性喪失的挑戰與解決之道。本文主張，老子的「有無」理論與「慈、儉、知足」等概念，不僅與現代生態學的動態平衡相呼應，還能作為環境倫理，指導永續發展策略。透過對老子原文的深入解讀，「道法自然」提供超越科學的視野，強調人類應順應自然規律，實現生態系統與人類福祉的長期平衡，進而透過價值轉型，邁向2050年「與自然和諧共生」的願景。

關鍵詞：永續發展、有無、自然、里山倡議、道

* 李光中，國立東華大學自然資源與環境學系教授

本文依據2024年11月7~8日法鼓文理學院舉辦之「2024自然的價值與保育：重探天地人關係研討會」專題演講內容改寫。

收稿日期：2025.05.24；接受日期：2025.09.03

Inspiration from Laozi's "Dao of Nature" on Biodiversity Conservation

Kuang-Chung Lee*

Abstract

This paper explores how the concepts of "Dao" and "nature" in Laozi's philosophy provide a philosophical foundation for modern biodiversity conservation, promoting harmonious coexistence between humans and nature through the Satoyama Initiative. Integrating the *Kunming-Montreal Global Biodiversity Framework*, ecosystem services theory, and core arguments from Laozi's *Dao De Jing*, it analyzes challenges in biodiversity loss and potential solutions. Laozi's theories of "being and non-being" and concepts like compassion, frugality, and contentment resonate with modern ecology's dynamic equilibrium, serving as an environmental ethic to guide sustainable development strategies. Through in-depth interpretation of Laozi's texts, "Dao emulates nature" offers a philosophical perspective beyond modern science, emphasizing the need to relinquish excessive intervention and align with natural laws for long-term balance between ecosystems and human well-being. By transforming value systems, it aims toward the 2050 vision of "living in harmony with nature."

Keywords: sustainable development, being and non-being, nature, Satoyama Initiative, Dao

* Kuang-Chung Lee, Professor, Department of Natural Resources and Environmental Studies, National Dong Hwa University

Manuscript received: 2025.05.24; Accept: 2025.09.03

一、從生物多樣性保育與里山倡議的視角出發

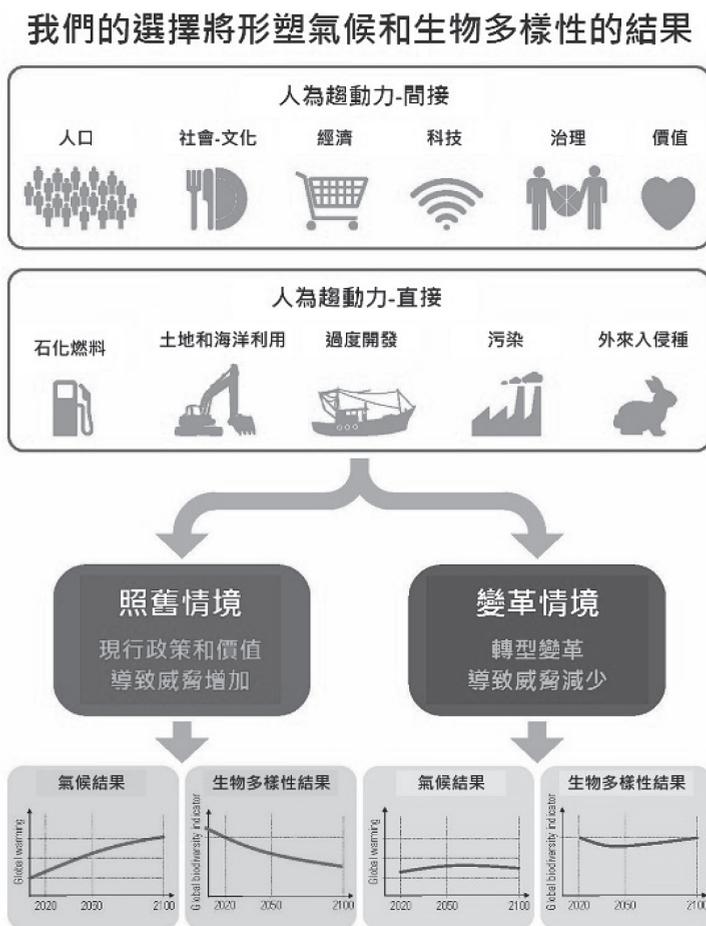
當今世界正面臨氣候變遷與生物多樣性喪失的雙重危機，這些問題的根源不僅在於直接的人為活動，如石化燃料的過度使用、土地的過度開發、環境污染及外來物種的入侵，更深層的原因在於支撐全球政治、經濟與社會運作的系統結構及其背後的價值觀（World Wide Fund for Nature [WWF], 2022）。這些結構包括人口壓力、社會文化變遷、經濟模式、科技發展，以及治理方式（圖1）。若僅聚焦於應對個別事件，如森林砍伐或海洋污染，則如同頭痛醫頭、腳痛醫腳，難以從根本解決問題。相反地，透過人口、經濟、文化與治理層面的制度性變革，轉變人類對自然的價值觀與行為模式，方能實現生態復育與永續發展的目標（圖2）。這正是2024年法鼓文理學院「自然的價值與保育：重探天地人關係研討會」強調思想與價值觀重要性的原因。

人類對自然的態度深受價值觀的影響，而這些價值觀往往源於對世界本質的哲學認知。老子的《道德經》提供了一種超越現代功利主義的視角，強調「道」作為宇宙萬物的本源，要求人類以謙卑的姿態順應自然，而非試圖征服或改造自然。這種哲學觀點與當代生態危機的解決之道高度相關，因為它提醒我們，任何短視的技術性解決方案，若缺乏價值觀的根本轉型，終將難以持久。

1992年，聯合國通過《生物多樣性公約》（Convention on Biological Diversity），至今已有196個會員國中的168個簽署加入。然而，全球生物多樣性仍持續下降，物種滅絕速度遠超自然背景速率。根據世界自然基金會（WWF, 2022）《地球生命力報告》（Living Planet Report 2022），全球脊椎動物種群數量在1970年至2020年間，平均下降了69%。報告中提出三種未來情境，闡述生物多樣性喪失與恢復的可能性（圖3）：

圖1

我們的觀點和選擇將形塑氣候和生物多樣性的結果

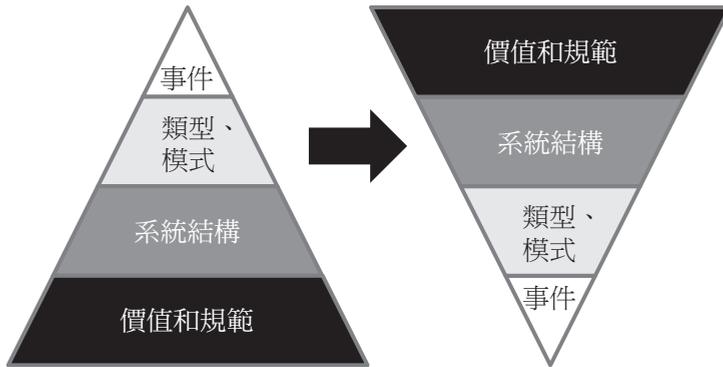


資料來源：WWF (2022: 71)。

(一) 「一切照舊」(business as usual) 的情境

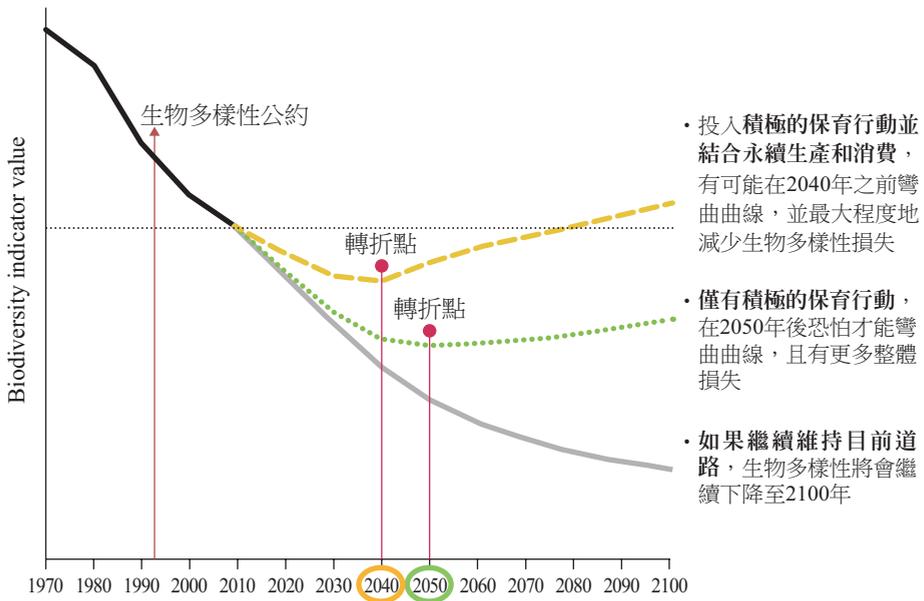
若人類繼續沿襲當前的發展模式，無視生態承載能力的限制，生物多樣性將持續下降至2100年所示的，許多生態系統將面臨崩潰，導致人類福祉的嚴重受損。

圖2
傳統保育方法與轉型變革方法的不同觀點



資料來源：WWF（2022: 86）。

圖3
減少生物多樣性喪失和恢復生物多樣性的未來情境



資料來源：WWF（2022: 73）。

（二）「僅有保育」（conservation only）的情境

若採取積極的保育行動，如保護棲地與減少污染，生物多樣性喪失的曲線可能在2050年後開始趨緩，但整體損失仍難以避免，且恢復速度緩慢。

（三）「自然正成長」（nature positive）的情境

若全球社會能夠採取雄心勃勃的保育策略，結合永續的生產與消費模式，則有望在2040年前扭轉生物多樣性喪失的趨勢，最大程度地減少損失，並促進生態系統的健康恢復。

這三種情境的提出不僅是對科學數據的分析，更是一種對人類選擇的哲學反思。老子在《道德經》中說：「禍兮福之所倚，福兮禍之所伏」（第58章）。這句話提醒我們，當前的生態危機既是挑戰，也是轉型的機遇。在生態保育的語境中，這句話啟發我們認識到，生物多樣性的喪失雖帶來嚴重後果，但也促使人類反思過往的發展模式，從而尋求更永續的道路。若能如老子所言「知常曰明」（第16章），即認識自然的常態與規律，便能在危機中找到轉危為安的契機。

為減少生物多樣性喪失並實現「自然正成長」的情境，聯合國於2022年通過《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》（Kunming-Montreal Global Biodiversity Framework），提出了23項目標（謝小恬等，2025）。其中，前8項目標聚焦於直接的保育行動，如有效保育至少30%的陸地與海洋面積、恢復退化的生態系統等。而目標10~23則強調系統性變革，特別是：1. 目標10（永續生產系統）：推動農業、水產養殖、漁業與林業的生物多樣性保護與永續利用，確保生產系統與生態系統的和諧共存；2. 目標11（生態系服務）：復育、維護與增進自然對人類的貢獻，包括生態系統的功能與服務，如水資源調節、空氣淨化、土壤肥力維持等。

里山倡議（Satoyama Initiative）正是在這樣的背景下應運而生。該倡議於2010年在日本名古屋舉辦的《生物多樣性公約》第十次締約方大會（CBD COP-10）上，由聯合國大學（UNU-IAS）與日本環境省共同啟動。其核心理念是透過保全與活用農業生物多樣性，實現鄉村地區的永續發展。里山倡議強調生態系統服務與人類福祉的緊密聯繫，提倡在鄉村地區恢復人與自然的和諧共生關係（李光中，2018）。

「里山」一詞源自日文Satoyama，原指農村水田等耕地周圍的次生林地，提供傳統農村之薪材、香菇、筍筍、野菜、水源、落葉堆肥等生活所需。目前「里山地景」一詞已擴大涵蓋農村聚落周圍的整體地景，包括：次生林、水稻田、菓園、草生地、灌溉溝渠、池塘等多元土地利用（UNU-IAS, 2010a），可謂典型的亞洲農業景觀。里山被視為具有支持水田的後院功能、生物多樣性熱點、永續自然資源經營型態、美麗的祖先地和文化等價值（Morimoto, 2011）。

類似日本里山的地景分布在世界許多地區並賦予各種名稱，例如：菲律賓的木詠（muyong）、烏瑪（uma）和大巴窯（payoh），韓國的毛爾（mauel），西班牙的德埃薩（dehesa），法國和地中海國家的特樂裡斯（terroirs），馬拉威和尚比亞的其特美內（chitemene），中國的風水林和田園等。其中的耕作方式通常被稱之為「生態農業」（ecological agriculture, ecoagriculture）或「永續農業」（sustainable agriculture）（UNU-IAS, 2012b）。

日本環境省對過去50年「里山—里海」（Satoyama-Satoumi，即鄉村與沿海地區）的回顧研究顯示，鄉村社區的福祉高度依賴當地生態系統的供給服務（如食物與木材）、調節服務（如水資源淨化與氣候調節），以及文化服務（如傳統知識與精神價值）。然而，現代化與都市化的浪潮導致人與土地的關係疏離，鄉村的傳統生計逐漸被全球市場經濟取代，許多地區因自然資源「使用率過低」而陷入生態與經濟的雙重衰退。例如，農田與林地的棄耕導致生物多樣性下降，同時削弱了社區

的經濟韌性（UNU-IAS, 2010b）。

老子在《道德經》中說：「聖人無常心，以百姓心為心」（第49章）。這句話啟示我們，鄉村社區的復興需要以在地居民的需求和智慧為核心，而非由外部強加統一的发展模式。「聖人無常心，以百姓心為心」強調無為治理，意味著真正的領導者應放下個人的私心和偏見，傾聽並順應民眾的真實需求。然而，里山倡議雖涉及國家介入（如政策支援），其核心是輔助社區自主，而非強加模式，呼應老子「以輔萬物之自然，而不敢為」（第64章）。當地方無力時，國家幫助如「輔萬物之自然」，確保發展順應在地需求，賦予鄉村居民更大的自主權，讓他們根據自身的傳統知識和生態環境制定發展計畫。

里山倡議因此提出，應鼓勵和協助鄉村社區活用自然資源，透過農林漁牧與狩獵採集等活動，恢復農業生態系統的健康功能，同時促進自給自足的生計模式。2011年日本311大地震後，《里山資本主義》一書的出版進一步闡述了此一理念，提倡以在地環境資本與社會關係為基礎的里山生計體系。相較於依賴全球市場的金錢資本主義，里山資本主義強調自給自足、韌性與永續性，使鄉村社區能夠更好地應對自然與人為災害（藻谷浩介、NHK廣島採訪小組，2016）。

老子說：「知足不辱，知止不殆，可以長久」（第44章）。這句話為里山資本主義提供了深刻的哲學支持。「知足不辱，知止不殆」強調人類應滿足於基本需求，停止無止境的欲望，以避免因過度追求而招致的羞辱和危險。里山資本主義正是經由減少對外部資源的依賴，鼓勵鄉村社區發展在地經濟，邁向「知足」與「知止」的狀態。然而，里山資本主義雖促成當地資源運用，但若無價值教育，人們可能過度開發。因此，里山倡議需搭配人地和諧共生的傳統文化價值觀及現代環境教育，透過社區治理的相關規範，確保資源的使用不逾限，降低貪婪風險。

臺灣，里山倡議的理念已被應用於國土永續發展的論述中。臺灣島的地理環境可分為三類：上游60%的森林覆蓋自然地區、中下游27%的

鄉村地區，以及面積僅占13%卻集中80%人口的都市地區。過去，臺灣的「城鄉均衡發展」政策往往以都市為中心，忽略鄉村地區的獨特角色，導致鄉村居民感到被邊緣化。

老子說：「小國寡民……使民復結繩而用之，甘其食，美其服，安其居，樂其俗」（第80章）。這句話描繪的是一種理想的社區意象，強調簡樸、自足的生活方式。「小國寡民」並非否定現代化，非絕對隔絕，而是提倡以小型社區為基礎，尊重在地文化和生態環境的發展模式。在臺灣的里山實踐中，這種理念表現為在短、中期程推動鄉村地區的生態旅遊和有機農業，吸引都市居民前來體驗。讓居民在保護自然環境的同時，獲得穩定的經濟收入，在實現城鄉互惠的過程中，不致破壞簡樸，仍能夠「安其居，樂其俗」。至於老子在同章形容的「鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死不相往來」，可以想像是社區在長久發展後，愈發自給自足的情境和狀態。

為此，里山倡議提出「重新連結自然—鄉村—都市地區」的永續策略（李光中，2016），包括：1. 自然地區：加強保護與保育，維護森林與水源地的生態完整性；2. 鄉村地區：促進農業生產地景和海景的保全與活用，恢復「森—川—里—海」的生態連結，推動永續農業與漁業；3. 都市地區：促進城鄉互惠交流，支持鄉村地區的供給、調節與文化服務，實現資源與文化的互惠共享。

正如老子所言：「千里之行，始於足下」（第64章），鄉村地區的永續發展需從每一個農村社區與原住民部落的經營開始。為此，里山倡議提出了五個行動面向，包括：1. 保全「森—川—里—海」的健康與連結，確保生態系統的完整性；2. 活用自然資源，促進永續的農、林、漁、牧生產活動；3. 發揚傳統知識，結合現代科技，提升生態管理能力；4. 增進社區本位的協同治理，賦權在地居民參與決策；5. 提升家庭生計與社區福祉，實現經濟與生態的雙贏。

這些行動面向呼應了老子「九層之臺，起於累土」（第64章）的哲

學，強調從小處著手，逐步實現2050年「人與自然和諧共生」的願景。生態系統服務與人類福祉的關係架構在當今已被廣泛應用，但如何理解地球生態系統的運作機制？人類如何在獲取生態資源的同時，維持生態系統的健康功能？這些問題不僅需要現代科學知識的解答，更需回顧各民族的傳統文化與環境思想。老子的思想，尤其是其對「道」與「自然」的闡述，為當代生態保育提供了深刻的啟發。以下將深入探討老子思想的哲學內涵及其與現代保育實踐的結合。

二、老子思想中的「自然」與「道」

老子思想的核心在於「道」，而「自然」為其重要的概念之一，與現代生態保育的理念有著深刻的共鳴。以下內容主要參考了《莊老通辨》（錢穆，1991）、《老子辛說有聲書》（辛意雲，2020）及《人人必讀的七本書》（辛意雲，2023）等著作中對《老子》的解讀，結合當代生態學視角，探討老子思想中的「自然」與「道」的內涵及其對保育的啟發。

（一）「自然」的概念與內涵

「自然」常被視為是道家思想的核心概念，然而，在《老子》與《莊子》的文本中，「自然」一詞的使用並不頻繁，且其含義與現代的「自然」概念有所不同。《莊子》內篇中僅有兩處提及「自然」，分別為《德充符》中的「常因自然而不益生也」與《應帝王》中的「順物自然，而無容私焉」，其文義偏向於順應事物的本性，屬於一般性的描述。而在《老子》中，「自然」出現五次，分別為：「百姓皆謂我自然」（第17章）、「希言，自然」（第23章）、「夫莫之命常自然」（第25章）、「以輔萬物之自然，而不敢為」（第64章），以及「人法地，地法天，天法道，道法自然」（第25章）。

其中，「道法自然」是最為人熟知的一句，被當代生態保育界廣泛引用。揭示了人、地、天、道與自然之間互相關聯和取法層次的概念架構。錢穆先生在《莊老通辨》中指出，老子所謂「道法自然」，並非指「道」之外或之上另有一「自然」之境，而是強調「道」本身即是自發、自在、自我完足的存在。「自然」在這裡不是現代意義上的自然界，而是指「道」的運行方式，即不依賴外力、不受約束的狀態。這種解讀將老子的「自然」與生態學的動態平衡概念聯繫起來。例如，森林的養分循環、濕地的水質淨化、海洋的碳匯作用，都是生態系統自發運行的表現，無需人類的干預即可維持平衡，這正是「道法自然」的體現。

「道」無需外在法則約束，其運行即是「自然」。因此，理解老子的「自然」，需從「道」的概念入手，而現代語境中的「自然」更接近老子思想中的「天地」或「萬物」，即具體的自然界與生態系統。

另一句與「自然」相關的重要引文是「以輔萬物之自然，而不敢為」。這句話強調人類在與自然互動時應採取輔助而非主導的態度。「以輔萬物之自然，而不敢為」意味著人類應順應萬物的本性，協助其自然發展，而不是強行改變或控制自然的規律。在生態保育的實踐中，這句話提醒我們避免過度的人為干預。例如，濕地的恢復應依賴自然的自我修復能力，透過保護其水文條件和植被多樣性來促進生態平衡，而非引入混凝土渠道等工程措施，這種做法正是「輔萬物之自然」的具體表現。

從生態學視角觀之，老子的「自然」不僅指物質環境，還包含生態系統的動態平衡與自我調節能力。例如，森林的養分循環、濕地的水質淨化及海洋的碳匯作用，皆體現「自然」自發運行的特徵。這種理解將老子的「自然」與當代保育目標緊密聯繫，強調人類應順應而非干預自然規律。

老子還說：「百姓皆謂我自然」。這句話描述了一種理想的治理狀

態，即領導者的作為如此順應自然，以至於人民感覺不到其存在，一切彷彿自然而然。「百姓皆謂我自然」意味著真正的領導者應以「無為」的態度治理，讓社會和自然在無形的引導下達到和諧。在里山倡議的背景下，這句話啟發了我們設計保育政策時應融入在地社區的傳統智慧，讓居民自然而然地參與生態保護，而非透過強制性的法規或外部干預，這種「無為而治」的治理方式能夠最大程度地調動社區的積極性，實現生態與經濟的雙贏。

（二）「道」的內涵

老子在《道德經》開篇即說：「道，可道，非常道；名，可名，非常名」（第1章）。這句話奠定了「道」作為老子思想核心的地位。「道」雖然可以透過語言描述，但任何描述都無法窮盡其全貌，因為「道」是超越常規認知的存在。「非常道」意味著「道」不是固定不變的實體，而是宇宙萬物的本源與運行法則，無法被簡單地命名或定義。

由於「道」超越語言與命名的限制，不可被完全地定義或描述，但為了便於理解，老子運用了多種比喻與概念來闡述「道」的特徵，其中最重要的是「有」與「無」的辯證關係。

在生態保育的語境中，這句話提醒我們，自然界的複雜性和多樣性遠超人類的認知能力，任何試圖將自然簡化為資源或工具的作法，都違背了「道」的本質。例如，現代農業常以單一作物種植取代多樣化的生態系統，這種作法忽略了「道」的整體性和動態性，導致土壤退化和生物多樣性喪失。里山倡議則通過推廣多樣化的農作系統，恢復生態系統的「道」，體現了對「非常道」的尊重。

老子說：「無，名天地之始；有，名萬物之母」（第1章），「有」與「無」同出於「道」，是「道」的兩種表現形式。「無」指「道」的本源與潛在性，如天地未分前的混沌狀態；「有」則指「道」化生萬物的具體形態，如山川、草木與人類。「有」與「無」相輔相

成，共同構成了宇宙萬物的生成與運作。這種辯證關係與生態學系統思維契合：生態系統的可見資源（如食物與水）可對應「有」，其背後的動態平衡（如養分循環）可對應「無」。

「道」與天地萬物的關係是生成與包容的。老子說：「有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天下母」（第25章）。「道」先於天地而存在，是宇宙의 根源與母體，具有「獨立而不改」的恆常性，同時又能「和光同塵」（第4章），融入萬物之中，與之共存共榮。這種獨立性與包容性的統一，使「道」既超越萬物，又內在於萬物，體現了老子思想的辯證智慧。類似生態系統의 整體性：每一部分獨立運作，卻相互依存，構成生生不息的整體。

（三）「道」的運作規律與特徵

老子常用流動的意象來形容「道」，如水、深淵與江海。例如：「道沖，而用之或不盈。淵兮似萬物之宗」（第4章）。「道」如水般無形卻無處不在，永遠流動、供給萬物，卻從不滿溢。「道」是萬物的宗主，其生生不息的化育作用猶如江海，包容一切。老子又說：「道之為物，唯恍唯惚。忽兮恍兮，其中有象；恍兮忽兮，其中有物」（第21章），這表明「道」雖無形，卻可經由其運行中的「象」與「狀」被人類感知與理解。

「道」的運作特徵在於其「周行」與「反復」。老子說：「大曰逝，逝曰遠，遠曰反」（第25章）。「道」的運行如宇宙的循環，從生成到消亡，再到新生，呈現出往復循環的規律。老子又說：「反者道之動」（第40章），「反」是「道」運行的核心特徵，萬物在「道」的推動下，從生到死、從盛到衰，最終回歸其根源。在生態學視角下，這與生態系統의 循環過程高度契合，例如森林中的落葉分解為土壤養分，滋養新的植被，這正是「遠曰反」的表現。里山倡議通過推廣有機農業，促進土壤養分循環，讓農田回歸自然的再生狀態，體現了「道」的循環

規律。

老子提倡「致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復」（第16章）。「致虛極」要求人類清空私欲，保持心靈的純粹；「守靜篤」則強調靜觀自然的運行，不以人為意志干擾。「吾以觀復」意味著透過觀察萬物的循環，理解「道」的規律，例如，動植物的生死更替與水循環的蒸發降雨。靜心觀察萬物的運行，體察其如何「各復歸其根」。這種「歸根」既是回歸無形的本源，也是為了更新的生命循環。正如何上公注釋：「萬物無不枯落，各復反其根而更生也。」「道」的運行是永恆的、生生不息的，其規律被老子稱之為「復命」，即萬物回歸本源的常態。

在生態學的視角下，「道」的「反復」與「歸根」可對應於生態系統的動態平衡。例如，森林中的養分循環、動植物的生死更迭，以及水循環的蒸發與降雨，都是自然系統在「反復」中維持穩態的表現。老子的「觀復」啟示保育工作應順應生態系統自然規律，而非強加人為干預。例如，濕地的自然淨化功能依賴微生物與植物協同，若過度引入工程措施（如混凝土渠道），可能破壞其自我調節能力。

（四）「道」對萬物的化育作用和特徵

老子說：「天下萬物生於有，有生於無」（第40章），揭示了「有無」相生的生態哲學。「有」是具體的資源與形態，如食物、水與土壤；「無」是這些資源得以發揮作用的基礎與空間，是這些資源得以持續的隱形功能，如土壤的養分循環與水質的自然淨化。

老子又說：「三十輻共一轂，當其無，有車之用。埴埴以為器，當其無，有器之用。鑿戶牖以為室，當其無，有室之用」（第11章）。老子以車轂、器皿與房屋為喻，說明「有無」的關係：車輪因中空的轂而能轉動，器皿因內部的空間而能盛物，房屋因門窗的空間而能居住。「無」雖不可見，卻是「有」功能實現的關鍵，體現了「道」的深層作

用。

「道」的化育作用常以「弱」、「柔」與「脆」的形式顯現。老子說：「弱者道之用」（第40章），又說：「人之生也柔弱，其死也堅強。萬物草木之生也柔脆，其死也枯槁」（第76章）。柔弱是生命的徵象，堅強則是死亡的表徵。「弱者道之用」凸顯了「道」的柔性力量。老子以「弱」比喻「道」的運作，強調其看似無力，卻能長久持續。

水是老子《道德經》中「道」的象徵，體現「上善若水」的核心理念。老子在第8章說：「上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道」。老子以水的特性比喻「道」，說明其謙卑、包容與滋養萬物的特質。「水善利萬物而不爭」意味水以柔弱之姿，順應環境，滋養萬物而不與之爭利，這與生態系統的無私貢獻相呼應；「處眾人之所惡」則指水居於低處，匯集汙濁，卻能借助微生物與細菌淨化水質，展現自淨功能。濕地被譽為「地球之腎」，因其匯聚汙物並淨化水質，維持生態平衡，與「處眾人之所惡」的描述相符。

水雖柔弱，卻具無可匹敵的力量。老子在第43章指出：「天下之至柔，馳騁天下之至堅」。這句話強調水的柔弱外表下蘊含強大力量，能改變堅硬的地貌，例如，河流經由長年沖刷和堆積，形成肥沃的沖積平原，支撐了農業文明，這是「至柔」的力量。

水的「至堅」會帶來摧毀的力量，為此老子說：「居善地」（第8章）。如花東縱谷平原的沖積扇，由自中央山脈而下的河川沖蝕砂石、堆積而成。山崩、洪水、土石流看似災害，卻也是創造宜居地貌的自然力量。人類應選擇資源豐富且災害風險低的地點居住，趨吉避凶，與自然和諧共處。

水的三態變化與高度適應性，使其成為生態系的生命之源，滋養生物圈，調節環境。這種特性與當今生態保育的「里山倡議」相呼應，強調人類社群的生產和生計活動，應順應自然規律，維護生態系統的自淨與平衡，而非依賴高強度工程干預。水的柔弱與強大，也反映老子在第

36章：「柔弱者生之徒，堅強者死之徒」的哲理，提醒人類避免「物壯則老」（第55章）的覆轍，遵循「復命曰常，知常曰明」（第16章）的原則，順應大道運行規律。

「復命曰常」指萬物回歸自然的常態，「知常曰明」則強調理解這一規律的智慧。在生態保育中，這句話啟發我們制定長期策略，尊重自然的運行節奏，例如，經由長期監測生態系統，確保保育措施與自然規律一致。里山倡議的社區監測計畫，透過居民參與生態觀察，確保了保育措施的永續性，這與「知常曰明」的理念相通。

人類若能效法水之「善利萬物而不爭」（第8章），守住「深根固柢」（第59章）的自然法則，便能實現與天地萬物的共生共榮，達成「長生久視」（第59章）之道。反之，若「不知常」或「妄作」（第16章），則易招致凶險。水的智慧在於其柔中帶剛、弱中有為，啟發人類在生態與生活中找到共生的平衡。老子以水喻道，教導我們以柔克剛、以謙處下，順應自然節奏，與大道同頻共振，實現永續共存。

三、老子思想對自然保育的啟發

老子的思想不僅為我們理解自然的價值提供了哲學基礎，還為當代生態保育實踐指明了方向。以下從三個方面探討老子思想對生物多樣性保育與里山倡議的啟發：自然的平等價值、生態系統的運作邏輯，以及人類的環境倫理與素養。

（一）自然的平等價值

老子說：「天地不仁，以萬物為芻狗」（第5章）。「芻狗」是古代祭祀用的草狗，祭後即棄，無任何偏愛。老子以此比喻「道」對萬物的平等對待，天地無私，無偏愛於某一物種或人類。這句話強調天地對萬物一視同仁，無高低貴賤之分，這與現代生態學中每一物種皆具有

「本質價值」相呼應。例如，昆蟲作為傳粉者，細菌和真菌作為土壤分解者，雖不起眼，卻對生態系統的穩定至關重要。這一思想與現代生態學的「生物多樣性」理念高度契合：無論大小，每一個物種在生態系統中皆扮演獨特角色，共同組成生態環境並維繫生態運作。

老子又說：「聖人不仁，以百姓為芻狗」（第5章），這句話延伸了平等價值至人類社會。人類社群的領袖應效法「道」，對待百姓一視同仁，不以私心干預，而是「無常心，以百姓心為心」（第49章），調和民心，回歸質樸，使百姓不過度追求耳目之欲，回歸嬰孩般的質樸。

老子的平等價值為現代保育提供了倫理基礎，強調治理者應順應民意，保育工作應尊重所有物種與人群的權利。例如，《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》強調原住民與地方社區的參與，確保保育行動融入當地的文化與知識，讓其根據自身需求與傳統知識參與生態管理，而非由外部強加統一的政策。這種去中心化的治理模式與老子的「無為而治」理念相呼應，強調順應而非強制，賦予在地社區更大的自主權。

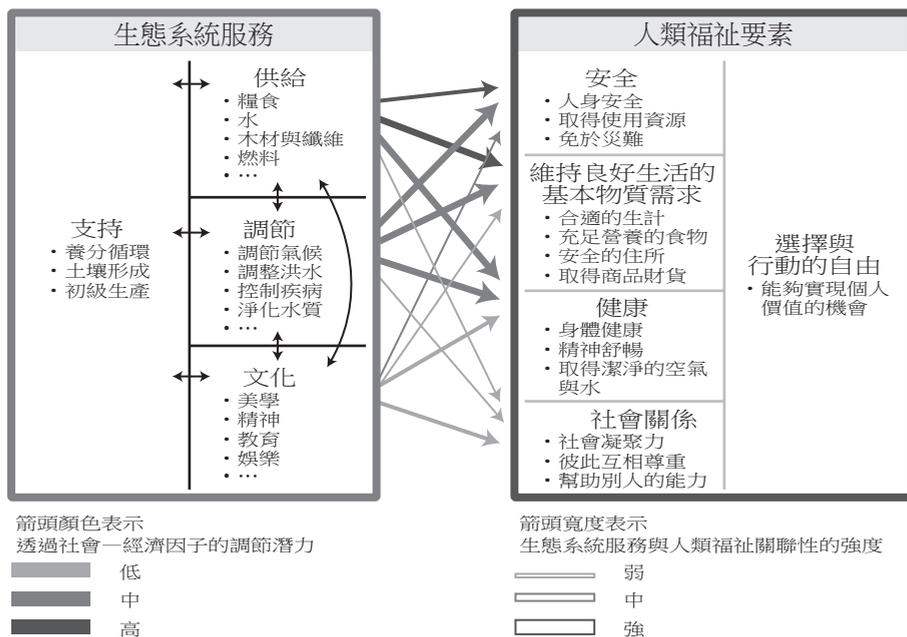
（二）生態系統的運作邏輯

老子的「有無」理論為理解生態系統的運作提供了獨特視角。他說：「天下萬物生於有，有生於無」。對應於生態系服務（ecosystem services）的架構（圖4）（Millennium Ecosystem Assessment, 2005），「有」可對應於生態系統的供給服務（如食物與水）與文化服務（如習俗、工藝美學與精神價值）；「無」則可對應於支持服務（如養分循環與土壤形成）與調節服務（如氣候調節與水淨化）。「無」是「有」得以實現的基礎，若人類過度追求「有」而忽視「無」，將破壞生態系統的平衡。

例如，過度砍伐森林以獲取木材（有），可能損害土壤保持與碳儲存的功能（無），最終導致生態系統的崩潰。老子的比喻「車轂之無」深化了「有無」理論的生態應用，「無」是「有」功能的基礎，保育工

圖4

生態系統服務與人類福祉之間的關係



資料來源：Millennium Ecosystem Assessment (2005)。

作應重視生態系統的整體組成和運作。例如，濕地的水域為魚類提供了繁殖空間。里山倡議的農業地景設計，經由保留田間的自然植被，保護了昆蟲的棲息空間，這正是「車轂之無」的體現。

因此，人類的生存價值觀及「經濟—社會—政治」運作體系，不能僅追求「有之以為利」，而忽視「無之以為用」的基礎，否則將損害萬物生存空間。例如，全球漁業過度捕撈破壞海洋生態系統的「無」（如魚類繁殖能力），威脅長期漁獲的「有」。里山倡議通過推廣永續漁業，恢復海洋生態平衡，體現「有無」理論的實踐。

（三）人類的環境倫理與素養

老子提出「慈」、「儉」與「知足」作為人類應秉持的三寶：「我有三寶，持而保之：一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先」（第67章）。這三者為現代環境倫理提供了深刻的啟示：

1. 慈

對萬物的愛與平等心。「慈故能勇」，慈愛激發人類面對生態危機的勇氣。里山倡議強調人與自然的和諧共生，呼籲以平等心對待所有物種，保護生物多樣性，這與老子的「慈」不謀而合。

2. 儉

簡約與節約的生活方式。「儉故能廣」，簡約意味著放下私欲，回歸質樸；節約則要求人類珍惜資源，避免浪費。里山資本主義提倡自給自足的生計，減少對全球市場的依賴，正是「儉」的實踐。

3. 知足

滿足於當下，知止不殆。老子說：「民之輕死，以其求生之厚」（第75章），欲望無止盡，「是以輕死」。輕死則易遭禍害，故老子提醒我們：「禍莫大於不知足；咎莫大於欲得」（第46章），又說：「知足不辱，知止不殆，可以長久」（第44章），「知足之足，常足矣」（第46章）。常足可以說是人類體認大道、順應大道的重要環境倫理。過度的欲望導致生態破壞與社會不公。里山倡議鼓勵鄉村社區發展在地經濟，滿足基本需求而非無止境的消費，這與「知足」理念高度一致。

「慈」要求人類以愛心對待萬物，這與現代生物多樣性保育倫理一致；「儉」強調節約資源，啟發現代社會推廣循環經濟；「不敢為天下先」則要求人類謙卑行事，避免過度干預自然。老子的「慈」、「儉」與「知足」亦非消極無為，而是要人「虛其心，實其腹，弱其志，強其骨」（第3章）。虛其心、弱其志的心志是指私心和私志，老子要我們消滅不知足、不知止的私心和私志，不讓自己迷失於五色、五音、五

味、馳騁田獵的快感，以及追求難得之貨的衝動，而是要人「為腹不為目」（第12章）。「為腹」就是「實其腹」，指真實的感受和享有生命的美好；「強其骨」則是指過健康生活，並增進事情的承擔力，以及順應災變的韌性。

「虛其心，實其腹，弱其志，強其骨」為現代環境倫理提供了實踐路徑。「虛其心」和「弱其志」要求人類放下消費主義的欲望，聚焦於生態與生活的本質需求。「實其腹」則強調滿足基本的生存需求，如透過永續農業確保糧食安全；「強其骨」則啟發人類培養生態韌性，如透過里山倡議的社區環境教育，推廣永續生活方式，幫助居民減少浪費，增強了生態與經濟的韌性，並提升社區應對氣候變化的能力。

老子又說：「治人事天，莫若嗇」（第59章），為生態治理提供了簡約原則。「儉」與「知足」即是「嗇」，然而「嗇」不僅指節約資源，還包含對自然的謙卑態度，強調以最小的干預實現最大的生態效益。里山倡議的永續農法，經由減少農藥與化肥的使用，保護了土壤與水系的生態功能，這正是「嗇」的實踐。

老子又說：「夫唯嗇，是謂早服。早服謂之重積德，重積德則無不克」（第59章），體認和實踐「儉」與「知足」等常德，即是早與大道服膺合一，若能持續累積深厚的常德，便能應對所有挑戰而不失敗。老子的「重積德則無不克」提醒我們，長期的生態保育需要積累自然大道的「德」，例如，透過長期復育森林的碳匯功能和生態功能，可促進野生動物的復原和森林資源的永續利用，體現「重積德」的哲理。

（四）轉危為安之道

老子說：「禍兮福之所倚，福兮禍之所伏」（第58章），這句話說明危機與機遇的相互轉化，提醒我們在生物多樣性喪失的危機中尋找轉型的契機。然而，面對人類和生物的生存危機，如何轉危為安呢？首先，我們需要「善為道者」、「有道者」，能夠明道、體道和行道的

人，能夠「晦以理之徐明、濁以靜之徐清、安以動之徐生」（第15章）的人，讓轉危為安的過程能夠「徐明」、「徐清」和「徐生」，順應大道和事物自然發展來解決問題，不急燥。這種思想為保育工作提供了漸進策略，強調以穩健、順應自然的方式解決問題，例如，濕地復育應逐步恢復水文系統，而非急於引入工程措施。里山倡議的生態修復工作，經由長期的植被恢復與水系管理，來實現生態的「徐清」與「徐生」。

同時，這樣的人要能夠「保此道者不欲盈」（第9章），「不欲盈」是不自滿，不剛愎自用，提醒人類避免過度自信，保持對自然的敬畏，這與現代生態學的謙遜態度一致。「不欲盈」也是指心中永遠保持「無」的空間。如同老子第1章所說：「常無，欲以觀其妙」，讓心境能夠永遠保持空間，使危機能「蔽而新成」（第77章）。

其次，在轉危為安、蔽而新成的方法上，特別要在源頭處、生發處著手，因為事物的源頭處和生發處，是較安定的、柔弱的、柔脆的，生機容易保育和復育，威脅容易處理和消散。所以老子說：「圖難於其易，為大於其細」（第63章），這句話為生態保育提供了預防原則，強調從小處著手，解決問題於萌芽狀態，這與現代生態學的早期適度干預理念一致，例如，在物種瀕危初期設立保護區，在森林退化初期種植原生樹種，恢復生態系統的穩定性。老子又說：「為之於未有，治之於未亂」，進一步強調預防勝於治療，在生態問題尚未惡化時採取行動，如保護未受污染的河流系統。

第三，這樣的善為道者要能夠「有餘以奉天下」，所以老子說：「聖人不積，既以為人已愈有，既以與人已愈多」（第81章），這些話為生態治理提供了分享原則，提醒倡導者應以生態福祉為優先，分享資源與知識。例如，里山倡議的城鄉互惠模式，經由都市和鄉村互相支持的生態系統服務，實現了資源的永續利用和共享，這正是「有餘以奉天下」和「既以與人已愈多」的實踐。當這樣的倡導者與國家增多，便能

影響人類社群的價值觀與系統運作，推動價值觀轉型，實現根源性變革，振衰起蔽，為地球與人類帶來新生機。

四、結論

本文整合《道德經》的哲學智慧、里山倡議的實踐架構及《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》，探討如何應對環境危機。老子的「道」與「自然」為生態系服務提供哲學基礎，其「有無」理論及「慈、儉、知足」倫理與現代生態學的動態平衡和永續理念相呼應。

老子的思想為全球生態治理開闢了新的哲學視野。老子的「道法自然」強調順應自然規律，這與《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》的2050年「人與自然和諧共生」的願景高度契合。「道法自然」不僅是哲學理念，更是實踐原則，啟發我們規劃以自然為本（nature-based）、順應生態系統的保育策略。例如，里山倡議透過保全「森—川—里—海」複合生態系的健康和連結，推廣農、林、漁、牧自然資源的永續生產，來實現人與自然的和諧共生，這正是呼應老子「道法自然」的思想。

《昆明—蒙特婁全球生物多樣性框架》提出2050年「人與自然和諧共生」的願景，與老子「道法自然」及「和光同塵」的思想高度契合。老子云：「合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下」。實現此願景，需從基層社區的每一步行動開始，積小成大。

里山倡議為此願景提供了實踐路徑，經由「森—川—里—海」的生態連結、永續生產及社區治理，鄉村地區成為銜接自然與都市的橋梁。老子「小國寡民」的理念啟示我們，永續發展應以自給自足的在地社區為核心，採取去中心化的方式，平衡經濟、社會與生態系統，實現人與自然的和諧共生。

老子思想中的「道」與「自然」為現代生態保育提供深刻啟發。「道法自然」強調順應自然規律，與里山倡議的永續目標一致；「有

無」理論揭示生態系統的動態平衡，提醒我們重視支持與調節服務，如土壤形成與氣候調節；「慈、儉、知足」的環境倫理則為人類價值觀轉型指明方向，倡導以慈愛對待萬物、簡約生活，並滿足於當下，減少過度消費對生態的破壞。

在全球生物多樣性持續下降的危機之下，里山倡議與老子思想的結合為實現2050年願景開闢了可行路徑。從鄉村社區出發，經由生態連結、永續生產及在地治理，我們可在「道」的指引下，逐步實現生態與人類福祉的平衡。老子言：「為之於未有，治之於未亂」。當下行動，猶未晚矣。

引用文獻

- 老子（戰國）著、Sturgeon, D.德龍主編。《道德經》，中國哲學書電子化計劃，2025.8.1，<https://ctext.org/dao-de-jing/zh>
- 李光中（2016）。〈森川里海：以里山倡議和生態農業強化國土綠色保育網絡〉，《大自然》，134：26-29。
- （2018）。〈里山倡議的核心概念、推動架構和實踐案例〉，釋惠敏、黃信勳（主編），《心靈環保講座選輯（三）四生和合之鄉村社區營造》，135-171，新北市：法鼓文理學院。
- 辛意雲（2020）。《老子辛說有聲書》，臺北：竹科廣播。
- （2023）。《人人必讀的七本書：《莊子》、《老子》【辛老師的私房經典課2】》，臺北：商務印書館。
- 莊子（戰國）著、Sturgeon, D.德龍主編。《莊子·德充符》，中國哲學書電子化計劃，2025.8.1，<https://ctext.org/zhuangzi/seal-of-virtue-complete/zh>
- 。《莊子·應帝王》，中國哲學書電子化計劃，2025.8.1，<https://ctext.org/zhuangzi/normal-course-for-rulers-and-kings/zh>
- 藻谷浩介、NHK廣島採訪小組（2016）。《里山資本主義：不做資本主義的奴隸，做里山的主人》，林宜佳（譯），臺北：天下雜誌。
- 錢穆（1991）。《莊老通辨》，臺北：東大圖書。
- 謝小恬、陳佳慈、石芝菁、林華慶（2025）。〈全球生物多樣性新局：CBD COP16關鍵決議與臺灣的行動展望〉，《臺灣林業》，51，1：5-12。
- Millennium Ecosystem Assessment. (2005). *Ecosystems and Human Well-being: Synthesis*, Washington: Island Press.
- Morimoto, Y. (2011). "What is Satoyama? Points for Discussion on Its Future Direction," *Landscape Ecol Eng*, 7: 163-171.
- UNU-IAS (2010a). *Biodiversity and Livelihoods: The Satoyama Initiative Concept in Practice*, Tokyo: Author and Ministry of Environment of Japan.
- (2010b). *Satoyama-Satoumi Ecosystems and Human Well-being: Socio-ecological Production Landscapes of Japan – Summary for Decision Makers*, Japan: Author.
- World Wide Fund for Nature. (2022). *Living Planet Report 2022*, Gland: Author.