

探索新知

優雅簡樸 的生活



Graceful Simplicity

—Toward a Philosophy and Politics of Simple Living

新世紀極簡主義的生活藝術，
脫社會階級制度與金錢主義的桎梏，
由自在地享受生活中每一個時刻。

Jerome M. Segal◎著
洪誠政◎譯



優雅簡樸的生活 / Jerome M. Segal 著 ;
洪誠政譯. --初版. --臺北縣新店市 : 探索文化,
民88面 ; 公分. -- (精裝本 ; 7)
譯自 : Graceful simplicity : toward a philosophy
and politics of simple living
ISBN 957-615-234-8 (精裝)

1. 簡化生活 2. 精神生活

192.5

88006940

ISBN 957-615-234-8 (精裝)

版權所有・翻印必究

精裝本 07

優雅簡樸的生活

作者 / Jerome M. Segal

譯者 / 洪誠政

總經理・總編輯 / 劉秋鳳

編輯主任 / 張晉倫

責任編輯 / 許玉鈴

校對 / 王蘭芳

出版者 / 探索文化事業有限公司

地址 / 台北市基隆路一段一八〇號六樓

電話 / 二七六一三一五

傳真 / 二七六三二六五八

E-Mail / dos123@ms8.hinet.net

郵撥帳號 / 一九一七一四九二 探索文化事業有限公司

發行 / 學英文化事業有限公司

地址 / 台北縣新店市中正路四維巷二弄五號五樓

電話 / 二二一八七三〇七

登記證 / 行政院新聞局版臺業字第 六六三三〇號

初版 / 八十八年八月

定價 / 三二〇元

Graceful Simplicity: Toward A Philosophy And Politics of
Simple Living (Copyright notice exactly as in Proprietor's
edition) Chinese translation copyright © 1999 by Dis-
covery Culture Co., Ltd. Published by arrangement with
Henry Holt and company, Inc. through Bardon-Chinese
Media Agency

博達著作權代理有限公司

ALL RIGHTS RESERVED

目錄

前言 003

致謝的話 014

第一部分 極簡主義 019

第一章 關於錢的兩種看法 020

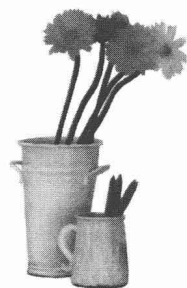
第二章 簡樸生活的個人策略 048

第三章 我們所需的金錢 080

第四章 極簡主義 121

第五章 我們是如何走到目前這個地步的？

182



第二部分 簡樸生活的哲學

235

第六章 優雅的生活 236

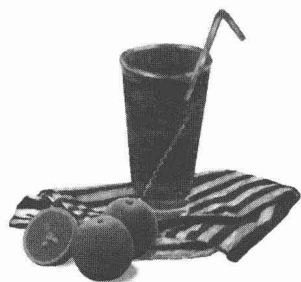
第七章 遠離塵世，優雅地生活 266

第八章 優雅的簡樸VS優雅的富裕 294

第九章 我們是單純的生物嗎？ 314

第十章 金錢的幻象 332

結論 二十一世紀的經濟生活 357



優雅簡樸的生活

Graceful Simplicity

—Toward a Philosophy and Politics of Simple Living

Jerome M. Segal◎著
洪誠政◎譯



前言

這一本書所談論的主題是：時間、工作以及金錢；即便當我還小的時候，我便覺察到這些東西是一些麻煩事，它們困擾我的父親、母親，也令我感到混淆。

在一九四三至一九六四年之間，我和雙親以及妹妹住在一起。在那一段時間裡，我的父親都很早起床，通常是一個星期內有六天，他會穿上一件在中國人開設的洗衣店送洗回來的筆挺白色襯衫，打上領帶，穿上西裝，然後穿上一雙擦得晶亮的皮鞋，然後他會離開我們在Bronx（紐約最北部的一端，主要是住宅區）的公寓，搭上地鐵前往布魯克林（1956年，他學會開車，並且買了第一部車）。我現在才知道，當年的他在抵達工作場所之後，便會將襯衫、領帶、西裝以及皮鞋脫下，換成工作服。他是一位藍領階級工人，受僱於一家製造女性上衣的小工廠。

在那一家工廠裡，他先是擔任裁剪師的工作，然後是負責做衣版（一位思考在纖維紙上如何畫出圖形，以便不造成浪費的人），然後是店面的領班。他總是加班，而通常是在星期六，他會將裝滿十元或二十元的黃色信封帶回家，那便是他工資。回來時都已經很晚，我們都已經吃飽，他通常吃我們的剩飯，然後，當他吃完飯，他便會



開始講故事。

故事通常是關於當天所發生的事情，而在故事裡，他自己總是一位抵抗身邊愚蠢事物的現代武士：抵抗他的老闆、他的同事，或是工會（他是一位優秀的會員）。然而，有時候，故事是關於另一個世界，一個他所成長的世界。

他出生於波蘭的一個小鄉村，是著名的 Hassidic rabbi（譯注：波蘭貴族）的曾孫（幾年之後，他和我一起參觀了國會圖書館，並且經由一些紀錄他的祖先的小卡片得到查證）。在他的內心角落，他認為自己是一位王子——在他的家鄉，大家都知道他是 Hassidic rabbi 的曾孫。身為一位年輕人，他反叛自己的宗教背景，並且成為一位狂熱的社會運動份子。他是一位天生的領導者及公開演說家，在他二十一歲的時候，他已經被選出來負責公共事務，並曾以政治犯的罪名入獄服刑。

身為年輕人，他以 Isle de France 上的觀光客身分來到美國。他前來探望他已移民美國的父親、母親，以及妹妹。他來的時候還穿著一件手工裁製的西裝，並且還計畫著回到波蘭過自己的生活。但，他卻留下來了。

他在此地的生活適應，剛開始——我猜——應該不太困難。在紐約，有很活躍的猶太人社會運動，每一個人都說意第緒語（Yiddish。譯注：德語和希伯來語的混合語，為中歐、東歐各國以及美國的猶太人所使用的一種猶太國際語），還有一個意第緒語劇院（他有時候在那裡表演），也有意第緒語報紙（他有時候在那裡發表文章）。



他認識了我的母親，她教他英語，而她自己也是一位社會運動者。她很漂亮，並且是一位舞者。他有朋友、親戚，他有理想，他有政治運動。他住在曼哈頓。

漸漸地，所有的事情都改變了。我父親從未創立事業，也未曾進入大學。他將自己奉獻在「運動」中，並且做些工作，只爲了賺一些錢。當我長大後，一切都不一樣了。經濟蕭條結束了，第二次世界大戰結束了。他結婚，育有兩個小孩，並且住在Bronx市裡。我母親停止了舞者的工作，她照顧家務，以及四個小孩。我父親，幾乎也停止了她的政治活動。朋友變少了，幾乎，生活似乎變成只是謀生和撫育家庭。他很努力工作，賺很多錢，但是，他痛恨自己的工作，他痛恨發生在自己身上的一切。我記得他對於我在學校的成績非常在意，他常對我說：「現在好好用功，以後就不用做苦工。」

我的確在學校很出色，但是我童年中最棒的事情卻都跟學校無關。我和我媽媽的親戚一起過暑假。我媽媽的大姐沒有結婚，因爲沒有自己的小孩，她便成了自己妹妹小孩的乾媽。她有一間小木屋，是紐約市北邊四十哩遠的夏日消費合作社中的一部分。有好幾年的夏天，我們家會在七月份前往小木屋度假，我阿姨和她的家人則在八月份前往。我父親對於模稜兩可的接待感到焦慮和憤怒，感覺自己既不像客人也不是主人。終於，我們家留在Bronx過暑假，很多時間是在公園附近度過。

還好，我被安排繼續在小木屋度暑假，和我阿姨她們家一起住。如果我們家的收



入水平屬於中產階級，她們家便是一般所謂的「勞工階級」。但是我的姨丈並不像我父親一樣是一位工廠工人，他是一位藝術家。我的表兄弟他們住在格林威治（Greenwich Village），一個月的房租是美金六十元。

我的姨丈有一點像小丑，但是他也真是一位魔術師。他能夠在最稀鬆平常的事物中看出魔幻，他並且可以喚醒你注意到那份魔幻。他在樹林中挖了一個小小的池塘，在裡面養青蛙，是一個可以坐在大石頭上，觀看蝌蚪漸漸長出腳的地方。小木屋位於一個斜坡上，他花了十年，或許是二十年的時間，將房子前面的髒東西移到屋子後面去，所以後來有了一條平坦的道路以及可以迴轉的區域。和他在八月天的太陽下一起工作，汗流浹背地用力將屋前的髒東西抬上自製的小拉車，這是最好玩的了。附近的小孩也會過來加入我們的行列。

在小木屋的周圍我們可以採到一些野生的木莓。在七月清晨的陽光下，我們會走出門外一步或多步的距離，並且採集一些石頭來擊碎穀類。小木屋沒有電話、電視，也沒有收音機。它只有一間臥室，晚上要睡覺時，我們便將將所有可以睡覺的地方當作臥室，一起使用僅有的沙發和床墊。大部分的時間，我們沒有車子開。我姨丈是一位很棒的廚師，雖然在餐桌上沒有人說出一句好聽的話，但是在吃飯的時間總有一股異教徒似的謙敬。一種我們全都融入在一股對食物的情感中，它和節制無關，也和感謝神對食物的賜予無關。它是關於食物本身的——關於麵包有多棒，甚至是關於我姨



丈用來切麵包的祖傳刀子有多實用的事情。在我們的生活周遭，處處可在普通的活動中發現無窮的樂趣及事物，並且就充滿在我們的生活之中。

但是，情形也不盡是甜美和光亮。家家有本難唸的經，有好幾年的時間，我媽除了在家之外，外頭並沒有工作，阿姨也是一樣。她們兩人都遭受疏離之苦。對她們兩人而言，錢總是一件重要的事情。有好幾年的時間，我父母都在為錢而奮鬥。我察覺到我阿姨非常注意我所花的每一分錢。事實上，在整個夏天中，她記下我所吃的每一樣東西，並且確定我的花費沒有超過我父母所提供的額度。事實上，家中一段最糟糕的時期，以及那些最後造成家庭成員彼此疏離好幾年的時期，都呈現了金錢現實以及窮困的結局。

好幾年的時間，在這兩個於工作、時間及金錢方面採取不同態度的家庭中，我往返其中，兩家都無法平衡以上三者。這項纏繞他們的事情從未消失。當我讀大學時，我完成了兩個主修學位，哲學和經濟。我的經濟論文是關於加布瑞斯（John Kenneth Galbraith）的《The Affluent Society》，那已經是二十五年前的事了。而現在，在掙扎著是否要送我的八歲兒子進公立或私立學校的問題上，我仍然遇到時間和金錢彼此拉扯的問題。在過去這二十五年間，我已經在很多的領域上工作過。首先，是一位學院哲學教授，然後是白宮預算委員會關於經濟政策分配衝擊的專案國會助理及行政，然後是美國政府國際部門中的政策分析師，現在則是一位關心巴勒斯坦和以色列之間衝



突的和平提倡者，並且在馬里蘭大學擔任哲學及公共政策的研究員。在這些職務的歷程中，關於金錢的話題，以及金錢在我們生命中——不管是以一個人，或是一個社會成員的角色——所扮演的角色，這些問題一直跟著我。對於多年來一直存在心中的關於在生命中所追求的是什麼？以及如何獲取這些東西？這本書是我的嘗試性回答。

在前言中，我已經分享了這本書中大部分的自傳性材料。但是在方式上，這本書的所有內容又非常強烈地貼近每一個人。它是關於一些我們每天不斷感受、掙扎的事物，以及根據我們所想要的工作及生活型態所做的一些選擇。

在今日的世界，關於如何生活，特別是在受到經濟領域強烈衝擊的生活面向，充滿了相當的混淆及難題。不管它是超載的問題、快節奏的生活型態或是焦慮的存在狀態，或是物質主義及消費取向、事業主義、超時工作、缺乏休閒，或是缺乏安全感，所有這些，對於我們快速及大量消費的社會是否可以代表人類社會發展中的最高形式，它們已經造成了一股分布廣闊的懷疑主義論調。在最內在的部分，對我們大多數人而言，就是感覺出某種不對勁了。我們已經失去了優雅的存在狀態。我們已經感受到了，即便我們無法清楚將它們說出來。

身為美國人，我最了解的便是西方傳統及美國文化，因此，雖然上述這些東西是全球性的議題，在我的討論中，美國中產階級生活卻提供了大部分當代的時空脈絡。但是，除了我所使用的一些主要用來說明美國生活的例子之外，這份對於簡樸生活的



要求，對於那些活在富裕國家之中，像是法國和日本之中的人，他們應該會特別感到興趣，因為他們所鍾愛的事物也都處於壓力的威脅之下，不管是一頓兩小時的午餐，或是給予城市街道生命的小店舖，或是提供生命週期意義的家族傳統和連結關係。同樣地，這裡所討論的一切，對於生活在低收入國家的人也有特殊的相關性。頂多是順序先後的問題而已，美國以及其他一些富裕的國家，都已經轉錯了彎，走錯了路。雖然，即便是尚未完全診斷出我們自己的狀況，但是對於我們所已經做的，卻存在著明顯的錯誤，而那也是別人可以引為借鏡的。

本書的副標是「簡樸生活哲學與極簡主義」。取了這樣的標題，這本書的計畫和一般對標題的期待卻剛好相反。我從政治主義開始，以哲學做終結。我的用意是藉此說明，有一股廣泛對於簡樸生活的欲求存在著：關於簡樸生活的書籍充斥市面；雜誌不斷地報導人們如何想要過簡樸生活的故事；網路也有不少簡樸生活的網站；以及支持簡樸品味的團體。本書的第一部分是關於如何邁向我們所渴望的簡樸生活，它的主要論點是——這些簡樸生活不只是某種透過自己可以獲取的事物。天秤上的另一邊便是極簡主義。和那些提供廣告、消費文化，或者是將我們的不滿足解釋為人之本性的說法剛好相反，我認為我們所創造的是一個非常匱乏的社會——我們正常的基本經濟需要只能以高水平的收入來達成。在這樣的情況下，結果便是必須不斷地工作，因為工作代表收入的提升。這是我們身為一個社會的成員，必須經由對經濟及社會政策的



新思考方式來重視的一個問題。

在第二部分，我探討了簡樸生活的哲學元素。我主要的關注是，不管是不是，至少，我們都是簡樸的生物，我們只有簡樸的需求。我認為大自然才是真正財富。我期盼一種我稱之為「優雅簡樸」的生活形式，這本書的標題便是這樣產生的。「優雅」是對於巨大能量的誤解之一，就像「愛」一樣，它不太容易被說明它到底是什麼，但是如果它不見了，就像心痛一樣，我們便可以感覺得到。對於優雅的喪失導致了我們的生活方式上的不對勁，以及我們對於事物變「硬」的感覺，它們包括了目標的達成困難、和家人相處的時間不易，或是日常互動之間的僵化。這些都不是可以輕易被導正的問題。要獲得優雅一直是一項挑戰。優雅地生活——內在和外在面向——就像是一件必須熟習的技藝。

除非我們將經濟性的事物放在人類存在的寬廣概念之中來看待，不然的話，我們便無法有條理地來思考經濟生活，這便是本書的主題。既然這本書不是我們對於經濟的一般思考方式，我們便必須回到最基本的點上面，並且自問：「經濟的作用是什麼？」我想，除非我們可以回答那些曾經激發哲學家的，諸如「人類幸福的本質什麼？」以及「什麼是真正的財富？」這類的問題，不然，這個問題是無法被恰當回答的。

有讀者建議我應該讓所有需要的討論發生，而不要太在意那些限制或是給予書本



一個特定主題的熟悉疆界限制。因此，在探究的過程中，我顧慮到許多通常不會在同一本書中出現的材料；舉例來說，亞里斯多德對於金錢的看法、放下工作的策略、遵奉安息日的美德，以及從一份收入到兩份收入之間所隨之而來的額外開銷。雖然這樣做是有一點無法連貫的可能，但是我相信我所碰觸的多元議題給予了討論的力量，它讓討論變成一個網絡，構成不同觀點的交鋒。

在本書中會有兩個交叉的主題不斷重複出現：生命美感層面的重要性，以及存在人們彼此之間的對待，也就是服務的角色。以下讓我分別來說明。

對於「優雅簡樸」選擇，是爲了強調美感層面的重要——我所指的意思遠遠超過只將自己放在美麗的事物之中。優雅是一種處世的態度，而當我們匆忙地生活、當我們的生活是一連串的活動組合、當我們的生活像是超級市場的大採購比賽時，某種美感的時光便被侵犯了。美好的生活意味著給予事物充分的時間，也就是和小孩、自己的配偶或是愛人、自己的朋友，或是花園，擁有充分相處的時間。

多花一些時間把事情做得仔細一點，這將可以加強我們強化簡樸生活的能力。將生活步驟慢下來，回到人類應有的節奏上，這將會引出我們所擁有的以及正在做的事情中的價值。活在一個美麗的環境之中——不管是在美麗的都市，或是在未受污染的鄉村之中，它們都具有一種相似的力量，可以將我們自消費的決定性命令中解放出來，那不是指將自己隔絕在一個自我創造的封閉環境之中，反而，我們是被拉向一個



公共分享的空間。

另一個在書中不斷出現的第二主題便是「服務」，有酬勞或是無酬勞——人們彼此之間的幫助，它是美好生活的主要重點。它之所以發生，其時空脈絡是很明顯而正當必需的。在最後一章裡，當「什麼是真正的財富？」的問題出現時，我的回答是：真正的財富存在於服務別人，或是存在於你可以真正付出自己的活動型態之中。

在亞里斯多德那個時代的希臘，對那些既得利益者而言，要以小康的收入，過一種優雅的生活的確比較容易，因為那時的優雅生活來自於三種不均等的形式：女人的附屬性、奴隸，以及廣大的貧富不均。在那個時代中，有很多人的生命被歸類到只爲了奉獻、服務別人的歡樂及需要而存在。即便在今天，在第三世界國家中，我們也發現他們國家中的中產階級，比起美國的中產階級，要能夠活得更加優雅一些，因為他們請得起傭人。其實，優雅生活是人們在追求財富時所想要的東西。但是在這樣的情形下，一個富裕的社會便不可能產生，因為不管經濟多麼發達，如果每一個人都想要一個僕人，而自己卻不當僕人，那根本是不可能的事情。

在過去兩千年來，人類所達成的最進步的事情便是道德概念的提升。在思想上，以及，在實際上，我們已經相當程度地推翻了只有少數人具有可超越的潛能的這種限制性臆測。今天，每一個人都可以肯定地說出自己要尋找真正成就的權利。在某個水平上，這是當代許多對於家事及女性角色的抗爭的中心主旨；但是它也促成對簡樸生



活的訴求，它是一種並不會在服務別人時引發過多需求的生活方式；而且，也因此，它啟動了對於可以被廣泛獲取的優雅生活的尋找。這便是極簡主義政策的首要目標。

再深入一點來談。總之，人類所需的不僅是作為被別人服務的對象，或是去避開成為一個服務提供者的角色；反而，我們需要一些經由對別人的服務而產生的意義及創造性表達。透過這樣的方式來看事情，這份極簡主義便提供了對於什麼是外求的經濟的一份清楚的了解。與其將外求的經濟活動視為是對物質的巨大累積，或是勞力不斷輸出的工作，經濟其實可以被視為是生命角色的創造者及毀滅者。物質的流通是我們生存的基本管道，但真正重要的是，我們彼此之間的交互服務形式，在社會上所提供的形式是——酬勞或無酬勞。

這個圈圈終究繞回到時間的議題上。當我們給予事物及人應有充裕時間，活動的服務意義便不一樣了；當我們匆忙地行動，不管是在工作上，或是和朋友相處上，我們的活動以及最後，我們的本性就會變成僅僅是某些期待中結果的工具。當這種方式變成我們生活在世界上的普遍方式，我們便無法抵達梭羅（Thoreau）稱之為偉大事業的生活方式：過一種詩意的生活。