

需要多少才足夠

三坪小屋的樸門生活實踐

為什麼一位外科醫師，會住在沒水沒電、僅有三坪大的森林小屋？
都市的喧囂、過度的競爭，讓你煩躁不安嗎？
走入森林小屋，擁抱自然，來趟深層的心靈之旅……

自然文學作家 劉克襄、李偉文 · 大地旅人環境工作室 江慧儀
威廉·鮑爾斯 著 蘇偉信 譯 聯合推薦



Twelve by Twelve

by William Powers

A One-Room Cabin Off the Grid and Beyond the American Dream

心理勵志 | BP317

需要多少才足夠

三坪小屋的樸門生活實踐



TWELVE ON TWELVE

A One-Room Cabin Off the Grid and Beyond the American Dream

by William Powers

威廉·鮑爾斯 著 蘇偉信 譯

需要多少才足夠

三坪小屋的樸門生活實踐

作者 / 威廉·鮑爾斯 (William Powers)

譯者 / 蘇偉信

執行副總編輯 / 余宜芳

系列主編 / 張怡沁

責任編輯 / 陳秋雅·陳孟君

封面設計及內頁設計 / 江孟達工作室

出版者 / 天下遠見出版股份有限公司

創辦人 / 高希均·王力行

遠見·天下文化·事業群 董事長 / 高希均

事業群發行人 / CEO / 王力行

出版事業部總編輯 / 王力行

版權部經理 / 張紫蘭

法律顧問 / 理律法律事務所陳長文律師 著作權律師 / 魏啓翔律師

社址 / 台北市104松江路93巷1號2樓

讀者服務專線 / (02) 2662-0012 傳真 / (02) 2662-0007 ; (02) 2662-0009

電子信箱 / cwpc@cwgv.com.tw

直接郵撥帳號 1326703-6 號 天下遠見出版股份有限公司

電腦排版·製版 / 立全電腦印前排版有限公司

印刷廠 / 祥峰印刷事業有限公司

裝訂廠 / 明輝裝訂有限公司

登記證 / 局版台業字第 2517 號

總經銷 / 大和書報圖書股份有限公司 電話 (02) 8990-2588

出版日期 / 2012年8月27日第一版第1次印行

定價 / 350元

原著書名 / Twelve by Twelve: A One-Room Cabin Off the Grid and Beyond the American Dream

Copyright © 2010 by William Powers

Complex Chinese Edition Copyright © 2012 by Commonwealth Publishing Co., Ltd., a member of Commonwealth Publishing Group.

Published by arrangement with Dystel & Goderich Literary Management through Big Apple Agency, Inc., Labuan, Malaysia.

ALL RIGHTS RESERVED

ISBN : 978-986-320-018-5 (英文版 ISBN: 978-1-57731-897-2)

書號 : BP317



天下文化書坊

<http://www.bookzone.com.tw>

※ 本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換。

目錄

前言

第一部 林間隱者

世界的模樣

精確地說，最細微的東西

融化

雞群

勇士當關

美好生活

媽媽和莉雅來訪

斯坦·克勞馥的大蒜農場

野地工藝與鄉村牛排

白

寬恕

犧牲與誘惑

4

10

24

36

48

66

73

89

109

126

141

154

168

第二部 有光所在

創造力的邊緣

悠哉的大多數

龍

跟滅絕握手

本然如是

獨處

軟經濟

謙遜

噪音與戰爭

允許

上帝之足

圖珮之歌

後記

附錄：資源、文化和社群

致謝辭

364 360 352 341 327 314 302 289 274 260 247 233 215 200 184

心理勵志 | BP317

需要多少才足夠

三坪小屋的樸門生活實踐



TWELVE ON TWELVE

A One-Room Cabin Off the Grid and Beyond the American Dream

by William Powers

威廉·鮑爾斯 著 蘇偉信 譯

第一部 林間隱者

世界的模樣	10
精確地說，最細微的東西	24
融化	36
雞群	48
勇士當關	66
美好生活	73
媽媽和莉雅來訪	89
斯坦·克勞馥的大蒜農場	109
野地工藝與鄉村牛排	126
白	141
寬恕	154
犧牲與誘惑	168

第二部 有光所在

創造力的邊緣

悠哉的大多數

龍

跟滅絕握手

本然如是

獨處

軟經濟

謙遜

噪音與戰爭

允許

上帝之足

圖珮之歌

後記

附錄：資源、文化和社群

致謝辭



我之前在非洲與拉丁美洲待了十年，期間從事國際人道援助與自然環境保育的工作，於二〇〇七年初回到美國。回家對我來說一點都不輕鬆，除了文化衝擊，更對返家後的一切感到失望。雖然我在海外成功推動了許多脫離貧困的計畫，也加入保護當地雨林的工作，但全球生態體系，仍然在逐漸崩壞中。曾獲諾貝爾獎的科學家就預測，全球暖化會讓地球上半數以上的物種，在接下來的十年步上滅絕的命運。我奉行的座右銘：我們可以學習與彼此及大自然和諧共存，現在正瀕臨分崩離析的關頭。

回到紐約之後，我開始反思這個令人憂心的問題：人類要如何讓生活方式變得更溫和、更負責，以及如何與他人、大自然，還有自身之間，發展出更深刻的關係，以取代對物質的執著？

所幸我的運氣還算不錯，遇見了傑姬·本頓醫師（Dr. Jackie Benton），她對我的問題，正好有些想法。第一次見到這年約六十、嬌小苗條的醫師，就是在她的無電力供應小屋前。這間十二英尺見方（大約三點三坪）的小屋，位於北卡羅萊納州的無名溪畔，當時她正輕柔地撥弄一隻蜜蜂的翅膀。在這個價值混淆、令人無所適從的時代，潔姬本人的修練自持令我印象深刻，更讓我想深入探究，她究竟是如何辦到的？後來我才了解，這謎題的答案，其實跟她的小屋本身密不可分。

傑姬身兼詩人與科學家，她讓我明瞭既非純粹世俗，也不是全然靈性的一種哲學。人們用「智慧守護者」（wisdomkeeper）來稱呼她，而美洲原住民則以此稱呼能夠誘發人心中更深層問題的女性長者。「智慧守護者」並不等於我們所謂的「智者」（Wise One）。「智者」替我們把一切都規畫好，譬如規畫人的生命藍圖，但是，「智慧守護者」卻能夠深及「教育」的層面。「education」這個詞的拉丁字根，是「引導出」原本就存在於人內心裡的東西。同時，「智慧守護者」也象徵了「啟示」（revelation-revelar）這個字奇特又難解的原始意義：再一次以面紗遮掩。

我跟傑姬之間有長達十八個月的書信往返，期間也拜訪過她的社區數



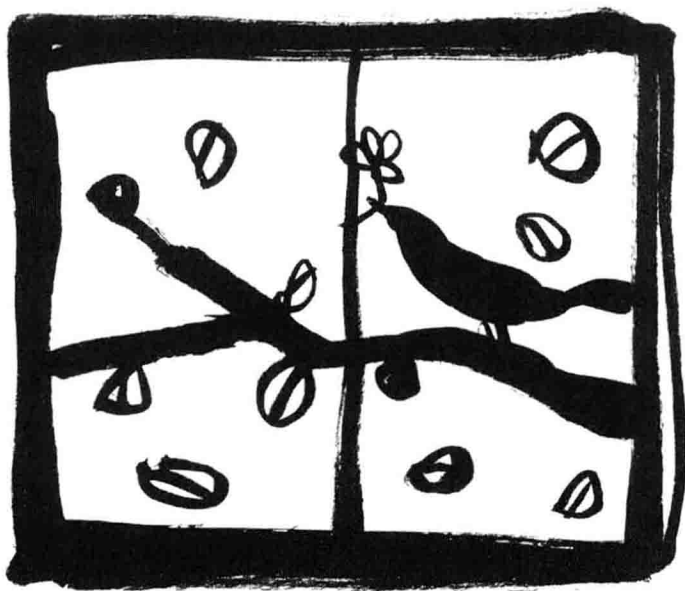
次。不過坦白說，時至今日，我仍舊難以置信，二〇〇七年春天，我竟然單獨住進她的小屋長達四十天。我原本並沒有打算住在那三坪三的空間，當然更無意寫下這段經歷。可當我跟朋友們談到傑姬，還有她那群釀造生質燃料、以有機方式務農的鄰居，以及無名溪野地讓人驚艷的環境，還有那段經驗如何深深改變了我，每個認識我的人，都不約而同鼓勵我分享這個故事。因此，謹以本書記錄我在森林小屋的時光，依照約略的時間先後編排成兩個部分，各為十二章，其間有傑姬個人蘇格拉底風格的思維菁華，也有我在重新消化過去十年的海外生活後，萃取的原住民族智慧與所見所聞。最後，這本書涵蓋的內容，遠遠超越了森林小屋的範圍。

傑姬只對我提出一個要求：書中不能透露她的真名。儘管她很高興故事能被傳頌，但她解釋一路行來，已愈發隱密低調，不希望受到不必要的干擾。基於尊重，她的姓名，以及周遭城鎮、鄰居名字等容易辨識的特定細節，皆做了化名處理。

我在本書最後，附上了一篇簡要的附錄，建議讀者可以進一步的參閱相關的書單與行動。同時，我也在個人的網站上（www.williampowersbooks.com），提供了定期更新的詳盡版本。

我希望能夠藉由與讀者分享這段特別的旅程，為大家提出新的思維及洞見，了解人類當下處境、未來何去何從，以及最後我們如何才能找到，讓個體和全世界療癒並復原的希望。





第 一 部

林間隱者

T W E L V E



世界的模樣

「我知道一位年收入一萬一千美元的醫師，」我母親告訴我。

這句話引起了我的興趣，我抬起頭看向她。

「我認識她，」她從餐桌那頭遞給我一籃麵包，繼續說，「她住在一間三坪左右，沒有電的小屋裡，距離這裡大約一個小時的車程。」

我留意到母親身旁的空位，父親理當坐在這裡，我胸口一緊。父親正在住院，我們還不確定院方能否順利拿掉他直腸的腫瘤。在玻利維亞待了幾年之後，我剛在紐約市安頓下來，這次回到北卡羅萊納州，就是希望爸爸康復時，自己能夠陪在他身邊。

我母親繼續說，「她拒絕繳稅。身為資深的醫師，一年收入可以到三十萬美元，可是她賺到一萬一千元就夠了，這樣可以不用繳戰爭稅。你知道每繳一塊錢的稅，其

中有五毛錢會繳給五角大廈嗎？」

「等一下，所以這位醫師——」

「傑姬·本頓。」

「——傑姬·本頓醫師，她住在三坪大小的房子裡？根本不可能嘛。那個書架算算也有三坪大小啊。」

「她也沒有接自來水，而是從屋頂收集雨水。她在地方上還挺有名的。你沒聽過她嗎？」

我放下餐點，轉頭朝窗外看去。我父母公寓上方的天空，呈現介於橘與紅之間的美麗鏽紅色，耳邊傳來冰箱馬達運轉的聲音，還有外面熙攘的汽車聲響。此刻，這片熟悉的天色，瞬間把我帶回玻利維亞的的喀喀湖（Lake Titicaca）畔，在類似的橘紅光芒下，耳邊迴響著巫師的提問：「這世界是什麼模樣？」

心裡突然有股衝動，我看著母親，問她：「妳有辦法連絡上本頓醫師嗎？」

「我有她的手機號碼，」我媽媽說。「手機都是關機狀態。不過她偶爾會查看留言。一直有很多人想要聯絡她，所以她就更低調了。」

傑姬並沒有回電。一個星期以來，我在她的語音信箱裡留了好幾通留言，但都沒有回音。這段時間裡，我不是到醫院探望爸爸，就是在鎮上到處打聽這位神祕的醫



師，發現人們對她的反應南轅北轍，從「共產黨」到「聖人」都有。後來我才知道，傑姬在一九七〇年代初期曾加入共產黨。有一次在格林茲波若（Greensboro）反對三K黨遊行的示威活動中，她有五位共黨朋友被三K黨徒開槍打死。警方知道誰是兇手，可是，行兇的那些「美國南方的白種保守男性」（good-ol'-boy）從來沒有被起訴。

後來傑姬嫁給一位左派朋友，生了兩個女兒，過著行醫的安定生活。她多半在州立體系裡工作，也到鄉村診所照護非裔美國人，以及沒有正式身份的拉丁美裔非法移民。當了母親之後，她適度隱藏個人較為激進的行動主義思想，但仍教導兩個女兒象徵性的抗稅方式，比方說不付電話稅，還有每年從她的一〇四〇納稅表單上扣除掉一〇・四〇美元，然後附上一張寫給國稅局的便條，說明這是為了抗議國防支出。離婚後，她依然跟前夫維持良好的互動。等女兒都上了大學，傑姬繼續行醫，不過把年收入降到一萬一千美元，就完全不用繳稅了。

即便是那些覺得傑姬的行為令人側目的人，也得承認，她的確是土生土長的南方女兒。大部分提到她的人都難掩敬佩之意，不論是發自內心，還是心不甘、情不願。畢竟，她放棄了優渥收入，奉獻她的生命，以醫術服務貧苦，而且生存在極端的邊緣，身體力行，告訴我們就算身在美國，也一樣能生活得十分簡樸。傑姬也獨特地融