

休闲文化与中国闲适散文
奠基篇

李漫天 著

中国社会科学出版社

中南财经政法大学新闻与文化传播学院文澜学术文库

休闲文化与中国闲适散文

奠基篇

李漫天 著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

休闲文化与中国闲适散文. 奠基篇 / 李漫天著. —北京:
中国社会科学出版社, 2016. 7
ISBN 978-7-5161-8737-1

I. ①休… II. ①李… III. ①散文评论—中国—现代
IV. ①I207. 65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 189989 号

出 版 人 赵剑英
责任编辑 陈肖静
责任校对 牛 玺
责任印制 张雪娇

出 版 **中国社会科学出版社**
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号
邮 编 100720
网 址 <http://www.csspw.cn>
发 行 部 010-84083685
门 市 部 010-84029450
经 销 新华书店及其他书店

印 刷 北京君升印刷有限公司
装 订 廊坊市广阳区广增装订厂
版 次 2016 年 7 月第 1 版
印 次 2016 年 7 月第 1 次印刷

开 本 880 × 1230 1/32
印 张 8.875
插 页 2
字 数 228 千字
定 价 38.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社营销中心联系调换
电话:010-84083683

版权所有 侵权必究

目 录

绪论：高速度与慢生活	(1)
第一章 休闲与休闲散文	(4)
第二章 天休——大休闲	(34)
第三章 休闲与防闲——中国古代休闲观辩证	(69)
第四章 仁者之乐	(91)
第五章 “逍遥游”	(135)
第六章 汉赋与休闲	(184)
第七章 “悠然见南山”	(249)
后记	(277)

绪论：高速度与慢生活

工业革命将世界变得高速运转。进入电子时代，人们生活在一个更加“快速”的节奏中。“与时间赛跑”、“出名要趁早”、快餐、闪婚、高铁、行军式旅游、一夜暴富……人们如飞速的陀螺一样生活，失去了感受生活的兴趣和能力。捷克作家米兰·昆德拉认为高速是人们出离自身、遗忘自身的方式，当人跑步时，他会时时感到自己的存在，如自己的体重、年纪，但当人把自己交给一辆高速运行的汽车时，他就不再能真切地感受到自身了。

另一方面，人们似乎对快节奏的生活也会心生厌倦，试图过一种无所事事的生活，认为理想的状态就是不工作。对这两种生活观念，米兰·昆德拉感叹道：“慢的乐趣怎么失传了呢？啊，古时候闲荡的人到哪儿去啦？民歌小调中的游手好闲的英雄，这些漫游各地磨坊，在露天过夜的流浪汉，都到哪儿去啦？他们随着乡间小道、草原、林间空地 and 大自然一起消失了吗？捷克有一句谚语用来比喻他们甜蜜的悠闲生活：他们凝望仁慈上帝的窗户。凝望仁慈上帝窗户的人是不会厌倦的；他幸福。在我们的世界里，悠闲蜕化成无所事事，这则是另一码事了。无所事事的人是失落的人，他厌倦，永远在寻找他所缺少的行动。”^①

我国正处于社会转型的重要关键时期，科技的飞跃发展，经济领域的变革，以及生活方式的变迁和人们思维方式与价值观的

^① 米兰·昆德拉：《慢》，马振聘译，上海译文出版社2003年版，第3页。

更新，带来了中国社会前所未有的大变局。在这大变局中，人们的心理状态、精神面貌也出现了一些负面的表现，其中最为突出的就是“焦虑”情绪的流行，我们正处在“焦虑的时代”。

焦虑（anxiety）不同于日常生活所说的焦急、着急、忧虑，后者往往是有具体对象、有时间性的。而作为一种病症的“焦虑”是无时无刻不在、无处不在，又是看不见摸不着，无法解脱的。日常生活中所说的焦急有时是一种警醒的、甚至甜蜜的感受，适当的紧张往往是人行动的准备。而焦虑是负面的情绪。

为了消除焦虑情绪，可以从社会环境入手，如发展经济，提高社会保障水平；建立公平、完善、持续的制度。同时，还应该从“软实力”方面入手，调整生活的节奏，适当地过过“慢生活”。“慢生活”（Slow Life）是西方现代社会针对竞争日趋激烈，生活节奏日益加快，以及焦虑时代的弊端而提出的一种生活观念。慢生活发端于意大利，最初出现在“吃”上，1986年卡罗·佩屈尼（Carlo Petrini）推动了反对麦当劳等世界快餐大户的“慢食运动”（Slow Food Movement）。后来拓展至生活的其他领域和方面。慢生活自20世纪80年代在意大利出现后，便逐渐受到越来越多注重生活质量的人的关注。国内健康专家洪昭光教授认为，慢生活体现在人们生活的方方面面，针对日常生活，他理解的慢生活体现在九个方面，除了慢吃、慢睡眠、慢工作，也包括慢运动、慢读书、慢休闲、慢音乐、慢社交、慢情爱。“慢生活”的“慢”，并不是“速度”上的绝对慢，像蜗牛一样地爬行，慢生活并非散漫和拖沓，而是自然、从容与淡定，是一种自然和谐的心态，一种掌控生活的能力，是相对于当前匆匆忙忙、急功近利的快节奏生活而言的另一种生活方式。慢节奏并不是抵制飞机、“动车”、“高铁”去坐牛车，倡导慢生活并不是要拒绝科技给我们的种种方便，而是对无限忙碌、“除了工作还是工作”的单调乏味生活方式的矫正。加拿大记者卡萝·奥诺德

(CarlHonoré) 说,“慢速哲学可以用一个词来概括,即平衡。如果快得有意义,就快;需要慢,则慢”。美国心理学家米哈伊·奇克森特米哈伊(Mihaly Csikszentmihalyi) 1990 年发表了休闲学专著《畅:最佳体验的心理学》(*Flow: The Psychology of Optimal Experience*),从心理学的角度对休闲进行研究,他认为,不应用外在的标准界定休闲,休闲是一种有益于个人健康发展的内心体验,不论是在工作中还是在闲暇时刻都能寻求到这种“Flow”的最佳心灵体验。“Flow”被译为“畅”,是一种介乎焦虑感和厌烦感之间的最佳状态,它是指“具有适当的挑战性而能让一个人深深沉浸于其中,以至忘记了时间的流逝,意识不到自己存在的体验”^①。

① 章海荣、方起东:《休闲学概论》,云南大学出版社 2005 年版,第 157 页。

第一章 休闲与休闲散文

第一节 休闲与休闲学

1. 休闲

汉字“休”甲骨文作，像人在树下休息。“休，息止也。从人依木。”（《说文解字》）“休，息也。”（《尔雅·释诂下》）“休，象人息木阴。”（《五经文字》）故“休”又作“庥”。《尔雅·释言》：“庥，荫也。”荫（yīn），树荫。《诗经·周南·汉广》：“南有乔木，不可休思。”郑玄笺：“木以高其枝叶之故，故人不得就而止息也。”

汉字“闲”金文作，（门）后有（木）。《说文解字》“闲，阑也，从门中有木。”闲本义指关上门并以木棒支住。疑是古人为了防御野兽或他人的进入而设置的防守设施。故“闲”引申为“防御”。《辞源》：“以木拒门也。防御也。”“虽收放心，闲之惟艰。”（《书·毕命》）人们防御的不仅是外部的侵扰，还有人自身观念的作祟，故“闲”又可引申为法度、道德等。如《论语·子张》：“大德不逾闲”，《汉书·武五子传》：“制礼不逾闲”等。《易·家人》云：“闲有家。”孔颖达疏：“闲邪存其诚者，言防闲邪恶，当自存其诚实也。”“治家之道，在初即须严正立法防闲。”“闲”在先秦主要防御、规范以及用以防御、规范的事物。

“闲”有时亦可通“闲”。如《诗经·十亩之间》：“桑者闲闲兮。”唐陆德明《释文》即引作“闲闲”。又《荀子·王霸篇》：“幽闲隐辟。”杨倞注：“闲读为闲。”故段玉裁《说文解字注·门部》：“闲，古多借为清闲字。”“闲，隙也。从门，从月。”（《说文解字》）清代段玉裁注：“闲者，门开则中为际，凡罅缝曰闲。”“闲”是“间”的古字，作间隙、空隙解。《楚辞·招魂》：“像设君室，静闲安些。”王逸注：“空宽曰闲。”有隙缝即有空余、空闲，而时间上的空闲即“闲暇”，“暇，闲也。”（《说文解字》）《说文解字》段注云：“闲者，稍暇也，故曰闲暇。”金文“闲”作或，像月印门户，或月光入户。入夜，人们停止劳作而安歇，故“闲”有安闲、安逸义。《集韵·山韵》：“闲，安也。”

“休闲”（英文“Leisure”）往往被理解为在闲暇中展开的自由的活动或游乐的心态，是挣脱了外在的必然性对人自身的束缚而获得的一种生活状态。“休闲是从文化环境和物质环境的外在压力中解脱出来的一种相对自由的生活，它使个体能够以自己所喜爱的、本能地感到有价值的方式，在内心之爱的驱动下行动，并为信仰提供一个基础。”^①

关于“休闲”我们还存在着种种模糊认识。首先，“休闲”与“闲暇”（free-time）有关，但不同于“闲暇”。“闲暇”是休闲的基础之一，但有了“闲暇”并不一定能获得“休闲”，有时甚至会“闲愁最苦”。

其次，人们往往将“休闲”视为与“劳动”相对立，这在异化的劳动状况下也许是成立的，但“劳动”与“休闲”都是人类解放自身的方式，两者并非必然对立。

① [美] 杰弗瑞·戈比：《你生命中的休闲》，云南人民出版社2000年版，第14页。

另外,在消费时代、娱乐化时代,人们往往将“休闲”视为游乐。的确,“‘娱乐’(recre-ation)和‘游戏’(play)在休闲研究中是比较重要的概念,是休闲的重要形式之一”^①,但休闲与娱乐、游戏、消遣又有分别。据考证,西方最早具有休闲含义的词语是古希腊语 σχολή,相应的拉丁文为 scholē。“school 在中世纪英语中写法为 scole,来源于古英语的 scōl, scōl 来源于拉丁语 schola,意为‘致力于学习、讲座、教育的空闲时间’,schola 源于希腊语 scholē,意为‘学术性讨论、演讲、教育’。”^②我国著名古希腊文学翻译家罗念生等编著的《古希腊语汉语词典》ΣΧΟΛΗ (σχολή) 条的解释是:“I①空闲的时间,闲暇,悠闲。②(+属)摆脱出来,停止。③闲散,懒散。II①悠闲的讨论,讲学。②讲学的地方:学园,学校。”^③德国学者约瑟夫·皮珀认为:休闲“在希腊文里原来叫作 σχολή,拉丁文叫作 schola,在德文中我们最早叫作 Suhule,其意思指的就是‘学习和教育的场所’;在古代,称这种场所为‘闲暇’,而不是我们今天所说的‘学校’”。^④法国学者罗歇·苏考证后认为:“休闲在希腊语中为 Scholē,意为休闲和教育,我们看到这两个概念的接近,一些人继续将它们紧密地联系在一起,认为发展娱乐,从中得益,与文化水平的提高相辅相成。休闲的这一精华含义以一定的受教育程度为前提,至今还存在,并将有社会价值的娱乐区

① 马惠娣:《人类文化思想史中的休闲——历史·文化·哲学的视角》,《自然辩证法研究》2003年第1期。

② Philip Babcock Cove, *Webster's Third New International Dictionary of the English Language Unabridged*, Merriam - Webster Inc., Publishers Springfield, Massachusetts, U. S. A. 1993. p. 2103.

③ 罗念生、水建馥编:《古希腊语汉语词典》,商务印书馆2004年版,第864页。

④ [德]约瑟夫·皮珀:《闲暇:文化的基础》,刘森尧译,新星出版社2005年版,第6页。

别于其他娱乐。A—scholē 指劳动，奴隶状况。”^①至于古希腊的休闲（σχολή）演化为后来的学校（shool），是因为，“在古希腊，休闲不是单纯的休息、娱乐，更不是无所事事，而是人们对善与幸福的一种追求，休闲的场所是人们学习、讨论、讲座、沉思的场所，这与我们现代意义上的学校极为相似，词义演进也由此而来”^②。西方休闲学的开创者亚里士多德将游戏、休息排除在休闲之外，“闲暇时人们应该做些什么？自然不应该是嬉戏，那样的话嬉戏就会成为我们的生活目的。如果不是这样，那么嬉戏就更多的是在辛勤劳作时所需要（因为辛劳之人更需要松弛，嬉戏就是为了放松，而劳作总是伴随着辛苦和紧张），那么我们只能在适当的时候引入嬉戏，作为一剂解除疲劳的良药。它在灵魂中引进的运动是放松，在这种惬意的运动中我们获得了松弛。然而闲暇自身能带来享受、幸福和极度的快活。忙碌之人与此无缘，只有闲暇者才能领受这份快乐”^③。“在亚里士多德看来，闲暇是一项十分严肃的、高尚的活动，闲暇并不等同于闲得无聊，甚至不包括恢复精力的游戏与休息，因为游戏与休息最终是为了更好地工作，是一种目的在行动之外的活动。亚里士多德反复强调闲暇本身是目的而不是手段，它是一种目的在自身的活动。”^④

休闲不是轻轻松松的休息，也不是无所事事，而是将人从外在的、强制性的劳动下解放出来，实现人的全面发展。美国学者

① [法] 罗歇·苏：《休闲》，姜依群译，商务印书馆 1996 年版，第 9 页。

② 张永红：《马克思的休闲观及其当代价值》，湖南人民出版社 2010 年版，第 32 页。

③ [古希腊] 亚里士多德：《政治学》，颜一译，中国人民大学出版社 2003 年版，第 269—270 页。

④ 张永红：《马克思的休闲观及其当代价值》，湖南人民出版社 2010 年版，第 37 页。

约翰·凯利认为：休闲应被理解为一种“成为人”的过程，是一个完成个人与社会发展任务的主要的存在空间，是人的一生中持久的、重要的发展舞台。^①“成为人”意味着：摆脱“必需”后的自由，获得人性的本真，在行动中发展共同体，树立完整自我，培养美和爱的能力。

2. 休闲文化与休闲学

(1) 休闲文化

休闲作为人们自主选择的社会活动，是基于特定的自然条件，在特定的社会结构中形成的，表现为各种休闲方式。休闲方式的演化体现出人类文明的进程和特定社会、民族性的特性。

从根本的角度看，文化的产生与发展是与休闲密切相关的。瑞典学者皮普尔在《休闲：文化的基础》（1952年）一书中论述了休闲作为文化基础的地位和作用。我国学者赵毅衡也认为，“‘休闲文化’似乎是同义反复：文化本身就是空闲的成果。‘游戏的人’，产生文化。真正的文化，是‘玩’出来的”^②。

劳动创造一切，这是我们接受的最根本的观念。而休闲往往被视为劳动的对立面。实际上休闲与劳动并非对立关系，亚里士多德认为“休闲高于劳动是劳动要达到的目标”。休闲与劳动一样构成文明的基础，特别是休闲与高级文化形式相联系。赫伊津哈认为，从本质上看，文化和文明是以游戏的形式出现的。“人们认为，那种着意远离‘日常’生活的自由活动是‘不严肃’的活动；但事实上，它却将游戏者完全吸引进来，使其充分地投入这项活动。这是一项脱离物质诱惑的活动，通过这种活动得不

^① [美] 约翰·凯利：《走向自由——休闲社会学新论》，赵冉译，云南人民出版社2000年版，第265页。

^② 赵毅衡：《人生苦闲》，《书城》2007年第10期。

到任何‘利润’。这种活动井然有序地在自己适当的时空域所内进行着。”^① 希腊时代早期，发明往往是在游戏中产生的。

在林语堂看来，休闲、闲适不仅仅是个体的一种享受，也是人类文明的条件。

文化也者，盖为闲暇之产物，而中国人固富有闲暇，富有三千年长期之闲暇以发展其文化。在此长长三千年中，他们围绕有闲暇时间以清坐而喝香茗，悄然冷眼的观察人生；……由于这样的闲谈熟虑，历史的意义乃始见伟大，它被称为人生之‘镜台’，它反映出人类生活的经验，俾资现代人民之借鉴，他好像汇萃的川河，不可阻遏，不尽长流。（《吾国与吾民》）

这与马克思对休闲在人类文明进程中的思考是一致的。马克思在论自由时间的作用时曾指出：“整个人类的发展，就其超出对人的自然存在直接需要的发展来说，无非是对这种自由时间的运用，并且整个人类发展的前提就是把这种自由时间的运用作为必要的基础。”^② 而自由时间正是闲暇的本质。在马克思眼中，“休闲”一是指“用于娱乐和休息的余暇时间”，二是指“发展智力，在精神上掌握自由的时间”。“休闲”就是“非劳动时间”，“不被生产劳动所吸收的时间”。在马克思著作的英文版中，“闲暇”一词为 free - time，在我国通常译为“自由时间”。值得注意的是，而西方休闲学研究者通常将 free - time 等同于“休闲”（leisure）。

① [荷] 赫伊津哈：《游戏的人：对文化中游戏因素的研究》，Boston：Beacon Press 1955 年版，第 22 页。

② 《马克思恩格斯全集》第 47 卷，人民出版社 1979 年版，第 216 页。

休闲不同于休息，休闲也不同于闲暇，它反映了不同民族、不同时代、不同人群的文化信息。休闲是衡量一个国家文明进程的尺度。对休闲进行文化审视可以拓展人们对休闲的观念。因而，“休闲文化”是休闲研究的必然趋势。我国休闲学者马惠娣认为：“休闲文化是将休闲上升到文化的范畴，指人在闲暇时间内，为不断满足人的多方面需要而处于文化创造、文化欣赏、文化建构的一种生命状态和行为方式。它通过人的个体或群体的行为、思维、感情、活动等方式，创造文化氛围、传递文化信息、构筑文化意境，从而达到个体身心全面、完整的发展。休闲的本质主要体现人的一种精神生活。”^①

（2）休闲学

对休闲文化的研究构成了休闲学。

休闲本是人类自古以来的一种生活方式，也有众多思想家（如亚里士多德、马克思等）对休闲问题予以思考，但将休闲作为科学的研究对象则是近百年的事情。

现代工业革命带来的技术进步将人们从繁重的体力劳动中解放出来，为闲暇时间和休闲生活提供了物质条件。同时，现代社会越来越细的分工，使得人们被切分在更加狭窄的活动空间，带来人精神的紧张，也促使人们产生比以前更迫切的休闲需求。休闲成为人们生活中的重要内容，相应地，休闲研究也走向系统和独立。

休闲学是一门研究休闲活动的学问。1899年美国社会学家、经济学家维伯伦（Thorstein Veblen）著有《有闲阶级论》一书，被视为最早涉及休闲的专著。1938年荷兰学者约翰·赫伊津哈（John Huizinga）所著的《游戏的人》（Homo Ludens）继承席勒等人的观念，以“游戏”为切入点阐述了游戏与文化的关系，

^① 马惠娣：《文化精神之域的休闲理论初探》，《齐鲁学刊》1998年第3期。

游戏作为文化的本质和意义对现代文明有着重要的价值，指出只有在游戏中人才是最自由、最具有创造力的存在。

西方休闲学起始阶段主要从社会学、经济学等角度研究休闲，20 世纪中叶开始对休闲作哲学、文化学、心理学等角度进行理论研究，1952 年瑞典哲学家皮普尔著有《休闲：文化的基础》，该书是西方最有影响的休闲学论著，作者强调“休闲和哲学的本质是相同的”，休闲作为文化的基础，具有重要的价值。他认为休闲是一种思想和精神的态度，而不是外部因素作用的结果，也不由空闲时间所决定。拥有这种的态度，人才能保持平和、宁静的状态，“温和的真实存在依赖于休闲”，拥有这种态度才能使自己感到生命的快乐。自 20 世纪末，西方的休闲研究重心又转向休闲经济上来。2003 年英国学者威尔逊出版的《休闲经济学》一书，运用相关的经济学原理和统计学的方法，对休闲行业及其对国家经济的影响进行了深入细致的分析。

西方的休闲学研究有两大中心，一个是美国，一个是欧洲大陆。相比较而言，美国比较重视休闲现象的描述和分析，欧洲重视对休闲进行本体探寻和理论研究。我国著名休闲学家马惠娣介绍说：

休闲学在英文中通常由“leisure studies 或 leisure science”来表达，笔者曾就此请教了美国乔治·梅森大学著名休闲学研究教授托马斯·古德尔，问及这两个词的区别是什么？据他介绍，leisure science 或 leisure studies 是休闲学在欧洲和北美两个不同的研究风格。

leisure studies 侧重于理论方面的研究，一般在哲学、社会学、心理学等方面，这一学派起源于欧洲；leisure science 侧重于定量研究，以数理统计模型、统计学、系统方法等研

究方法对休闲现象之间的相互关系为基础加以研究,这一学派主要起源于美国。但是 leisure studies 一般能涵盖 leisure science, 而 leisure science 往往不涵盖 leisure studies。近几十年来,这两种研究方法相互借鉴、相互融合。^①

中国传统文化中不乏休闲思想,特别是魏晋以降士人生活中富含休闲文化,但“休闲学”的产生则是近三十年的事情。经济学家于光远先生在1983年首先倡导对“玩”进行研究,认为“玩”是人类最基本的需求。于光远先生1995年成立了北京六合休闲文化研究策划中心。1995年以后,我国逐步增加法定假日,闲暇时间增加,刺激了国人的休闲热情,也引起了学人对休闲问题的广泛思考。

我国的休闲研究主要集中在以下三个方面:

其一,是西方休闲学著作、论文的译介。首先是大型丛书的出版,以2000年马惠娣主持翻译“西方休闲研究译丛”为开端。该丛书对美国休闲学研究进行了介绍。

其二,从社会学的角度研究休闲。以于光远、成思危、龚育之、马惠娣等为代表。著作有:于光远先生的《论普遍有闲的社会》(1996年)、陈鲁直的《民闲论》(2004年)。此书主要从马克思主义理论的视角研究了“劳”与“闲”的关系,劳与闲在人类社会不同历史阶段的发展演化。强调休闲对人的自由全面发展的重大意义,体现了马克思主义理论对休闲的重视。(于光远、马惠娣《于光远马惠娣十年对话——关于休闲学研究的基本问题》,重庆大学出版社2008年版。)

其三,从经济学、产业经济学的角度研究休闲。著作有马惠

^① 马惠娣:《人类文化思想史中的休闲——历史·文化·哲学的视角》,《自然辩证法研究》2003年第1期。

娣的《走向人文关怀的休闲经济》（中国经济出版社 2004 年版），另外旅游、旅游管理、服务产业的研究者，以各自领域为起点，逐步延伸到休闲。

第四，从哲学的角度研究休闲。如孙承志的《休闲哲学观思辩》（《社会科学家》1999 年第 4 期）、马惠娣《休闲——文化哲学层面的透视》（《自然辩证法研究》2000 年第 1 期）等。特别是从马克思主义和中国传统哲学出发研究休闲问题，产生了一批有影响大成果。如刘晨晔的《休闲：解读马克思思想的一项尝试》（中国社会科学出版社 2006 年版）。

第二节 休闲美学与休闲文学

1. 休闲美学

休闲学作为研究人类休闲活动的学科，起步于社会学、经济学，随后引进了文化学、哲学、心理学等研究视角。而美学视角的引入是休闲学的重大突破。这主要是在两种力量的作用下实现。

其一，休闲学者在研究休闲问题时注意到休闲中的审美因素。美国经济学家凡勃伦在《有闲阶级论》（1899 年）中发现了休闲的“非物质性”和“准艺术性”。荷兰学者约翰·赫伊津哈的《游戏的人》提出“游戏”与文化演进的相关性。美国学者奇克森特·米哈伊的休闲学专著《畅：最佳体验的心理学》（1990 年）从心理学的角度突出休闲的体验特征，这些对中国学者产生较大影响。马惠娣等学者从人文的视角看待休闲，《休闲：人类美丽的精神家园》一书将研究向精神、情感、体悟等方面拓展。

其二，传统的美学家、文学理论家在研究审美活动时对文学艺术的娱乐、休闲性质与功能的观照。康德、席勒提出“游戏