

The art of life

THE ART OF LIFE

掌握能够放弃某些东西的艺术，
是享受的一个重要的先决条件。
对于一个人来说，真正的贫困或者贫穷，
不是因为他缺少某种物质的东西，而是由于他的
那种无休无止地追求完美的愿望。

生活中美好的东西不要因为油价上涨股市下跌财富缩水而减少甚至荡然无存

反对极端物欲主义的宣言书 拥有幸福生活的消费指南

生活 可以这样过

[德国] 亚历山大·冯·舍恩堡
王德峰 王威 译



后工业化时代的生存艺术

正确的幸福观念认为，一个人的幸福与否，并不取决于他积攒了多少钱和拥有多少物质上的东西。只有有了正确的观念以及在这种正确观念指导下的正确态度和正确行动，人们才可以谈论关于幸福或者是富有的问题。

真正能给人们带来享受的东西，都是一些同钱财无关的东西。真正的奢侈品，如果丢失了的话，世界上任何保险都赔偿不起。

如果能够正确对待相对的贫困，那么这样的贫困毋宁说更能显示出一个人的格调。



The art of life



生活可以这样过

生活中美好的东西不要因为油价上涨股市下跌财富缩水而减少甚至荡然无存

[德国] 亚历山大·冯·舍恩堡
王德峰 王威 译

图书在版编目(CIP)数据

生活可以这样过/[德]亚历山大著;王德峰译.—北京:华艺出版社, 2008.4

ISBN 978-7-80142-741-0

I.生… II.①亚… ②王… III.消费生活—通俗读物 IV.C913.3-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第053145号

著作权合同登记号:图字:01-2005-6169

Originally published under the title.DIE KUNST DES STILVOLLEN
VERARMENS 原版书名

Copyright 2005 by Rowohlt Verlag GmbH. Reinbek bei Hamburg

生活可以这样过

作 者:[德国]亚历山大·冯·舍恩堡

译 者:王德峰 王威

特邀编辑:赵莉

责任编辑:刘泰 海涛 史宁

出版发行:华艺出版社

社 址:北京北四环中路229号海泰大厦10层

邮 编:100083

电 话:82885151

印 刷:北京顺义兴华印刷厂

开 本:700×1000 1/16

字 数:130千字

印 张:13.5

版 次:2008年6月第1版 2008年6月第一次印刷

书 号:ISBN 978-7-80142-741-0/Z·394

定 价:25.00元

华艺版图书,版权所有,侵权必究。

华艺版图书,印装错误可随时退换。

第一部分

原来的情况

关于节约的必要性..... 2

第二部分

要钱还是要生活

少干些工作，多一些生活..... 24

爱你的家

关于住房的价值..... 38

吃饭是为了不饿

吃“好的”和其他不良习惯..... 51

健康是为了自由

作为新出现的贫困阶层怎样保持自己的健康体魄... 67

汽车梦魇

不要让汽车成为自己的负担..... 73

度假会使人变得愚蠢

过一个不疲倦的假期..... 84

目录

目录

关于穿着时尚	卷一 第一
为清除旧物品辩护	98

阻碍文化发展的种种现象	103
-------------------	-----

孩子，孩子	卷二 第二
教育孩子养成清心寡欲、安贫乐道的品质	116

好的购物方法	卷一 第三
怎样购物才不是瞎买	127

第三部分

精神上贫穷的富人	卷二 第三
为什么钱财反而成为妨碍人们幸福的绊脚石	144

什么东西将是不可或缺的	卷二 第四
哪些东西可以使人富裕起来	168

附录

贫穷的英雄	卷二 第五
在没有钱的情况下如何保持自己的良好形象	186

“。世对美书去曾以可籍口册科友。观大指七种业时制中可也中可。



那部出来就
主要必的然于关

第一部分

室公依的亮票册回一五坐登曾既，眼相荣薰干仅五符登此

育常非相此否案一县既普已上凡各，凡各盒一普效上桌公依，里
能站那个友，站站既的案固口既普章。昆那的业全兼封的户各
既既，眼相立蛋个一长登要只，景前的既册个一育会既既五册那

原来的情况

关于节约的必要性

。系关”参跟”知站立岗非工的既同会

既的出出册册下禁，的整工常非份一普效，上栗汁的中案五

既单既育，既眼宝会既晒既站既的既，宝既颜即中同合。同合既

既出。古古京巨 000I 既拿毫平一上出会既既大平既，高既潮不

中同合五，然此。来站既富既既既既既育既，既此蛋会既既既既

，县既。等剑册既既，剑册业犬，剑册麻寒，金孝养吸普普合既五

既由既，用费既关既既已既因。小既既用不籍本既相此五站五

的相此既干此既毫不差站一五既剑册此五。丁既交既余主康既

。水落

既既五登站。本。吕菊奥，知景前既美普既既既五站，县既

“人们在生活中最好能够习惯失败。这样他们就可以省去许多忧伤。”

赫尔穆特·贝格尔

原来的情况 关于节约的必要性

当经济还处于繁荣时期，我曾经坐在一间很漂亮的办公室里，办公桌上放着一盒名片，名片上写着我是一家在当时非常有名气的传媒企业的职员。靠着我们国家的劳动法，这个职位能够保证我将会有一个很好的前景，只要经过一个适应时期，我就会同我的工作岗位结成“姻缘”关系。

在家中的书架上，放着一份非常工整的，装订得很出色的劳动合同。合同中明确规定，我的劳动报酬将会定期地、有规律地不断提高，每年大约都会比上一年多拿到 1000 马克左右。也就是说我将会逐步地、很有把握地慢慢富裕起来。当然，在合同中还包含着诸如养老金、疾病保险、失业保险、护理保险等。但是，这些在当时根本就不用我操心。因为与此相关的费用，都由我的雇主给我交纳了。这些保险加在一起差不多相当于我当时的薪水。

但是，就在我憧憬着美好前景时，奥萨马·本·拉登在纽约

的行为,使企业对大量的投资变得谨慎,我的雇主突然急踩刹车,那些在20世纪90年代最后两年里被雇用的人,在这种紧急制动情况下一下子全都被从“车”上甩了下来。

刚被雇用时,我们为之工作的那家报纸登满了广告,报纸很厚,每到周末报纸就变得更厚了,连送报的人都很难把这么厚的报纸塞进订户的报箱里。那些对招工广告不感兴趣的读者,在接到星期六版报纸时,随手就把广告部分给扔掉了。印制这么多的广告需要大量纸张,为了得到这么多的纸张,一年差不多要毁掉一片中等大小的森林。而把这些木材运输到目的地,做成纸浆,造出纸来,还得使用很多的古生物资源,而这些资源是用了几百万年的时间才形成的。

那时,报社自然相信一切都会正常运转。社会上各个阶层似乎也这样认为。当时,每个人好像都担心自己错过发财致富的良好机会,担心自己搭不上财富的快车,跟不上这种发展势头。从大型联合企业老板到退休老人,都把自己多年以来的积蓄抖搂出来,购买基金,参加股市交易。所有的人都害怕自己没有参加到繁荣的进程中去。大公司争着抢着进行投资,普通百姓则争相购买“大众股票”。市场购销两旺,到处呈现出一片繁荣景象。

这一切在经济走向下坡路时自然盛景不在,在媒体工作的人更是最先感觉到了这种巨大的变化。如果销售额减少,企业自然就要节省开支、裁减人员,砍掉广告部则是首先要采取的措施之一。减少广告预算,不会引起社会上的强烈反应,也不会增加管理开支,最主要的是可以马上就节省几百万马克的支出。我和几个同事是被一家观点保守的报纸招雇来办副刊的,报纸

打算对副刊进行改版、更新。我当时的收入很不错。但在经济走势发生转变时，我们这些挣钱较多的人，有一些自然就成了首先被裁减的对象。我成为第一批大量裁员举动的牺牲品，也是合乎当时逻辑的。

我被解雇之初，处境相当艰难。要养活一个小家庭，就得有一份固定的收入来保证家庭的正常开销。诚然，我曾试图去理解、正确看待我所在公司的裁员做法，包括解雇我个人的举动。实事求是地说，在当时情况下，公司确实没有办法继续雇用我们这些新员工。我只好接受被解雇的严酷事实。我相信，这对于我的人生来说是个非常重要的时刻，在这种时候我要很好地保持自己的形象。在尚未离开工作岗位的几个星期里，我对自己说：在办公室里要保持乐观的态度，不要通过自己的外表让别人看出来自己好像被解雇给压垮了，或者总是在抱怨自己命运不济。我甚至比以往更注意自己的外表打扮，我每天都打着领带来上班。在我最后一次走进编辑部的时候——那是一个风和日丽、阳光灿烂的秋季里的一天——我把办公室里可能留下的所有痕迹，哪怕是很小的痕迹，都给清除掉了。我把办公室里的盆栽植物交给了女主编，然后我又到每个办公室跟同事们告别。

在被解雇的人中占主导地位的看法是：公司对我们这些人不够尊重，刚招雇过来马上就又解雇了。这一切来得太突然，反差又太大，让人始料不及。虽然这是我第一次同时也是唯一的一次被解雇，从个人经验的角度无法进行比较，但是我觉得，人们解雇我不存在“人为的”、“卑鄙”的解雇行为。在一些新自由主义占统治地位的国家里，比方说像在英国，根本就没有具有法

律约束力的规定来规范雇主如何解雇就业者的行为。如伦敦的一家保险公司是通过发短信来通知职工被解雇的消息的。另外一家企业则采取一种更为奇特的办法来解雇自己的多余员工：这家公司发出火警警报，这样它的职工便都集合在公司的大门前。然后公司有关负责人让员工使用自己的出入卡，凡是出入卡不能顺利打开公司大门的人就是被解雇了。在伦敦的一家美国投资银行，甚至采用抽签的办法，来决定其英国员工的去留问题，凡是抽到尾号为零的人，都得被裁减。对于企业而言，被裁减下来，从来都不是一件令人开心的事情。但是，我被解雇的方式算是比较文明和稳了。在领导人办公层的一间办公室里，我坐在一把非常舒服的黑皮圈手椅里，我的上司向我保证说，我的离开对公司是一个非正常的损失。在领导解雇谈话之后到我离开公司之前，还有几个星期的时间。在这段时间里，这次公司裁员没有殃及到的同事对我的态度也都非常小心谨慎，他们都设法避开我被解雇的话题，好像我被解雇是得了不治之症一样。在同事范围外，我也得到同情。在联邦总统举行的夏季节日庆祝活动上（这是我被允许作为我们报纸的代表参加的最后几次活动中的的一次），我有机会大快朵颐。甚至是柏林市市长，那个迄今从来都没有正眼看过我一次的市长，都向我走过来表示慰问。别的人则向我表示祝贺。

果当时的社会气氛，几乎使所有的柏林人都清醒地感到将有一场新的裁员浪潮滚滚而来。世界一流建筑师们设计的大型宫殿式建筑物的玻璃窗上，到处都可以看到“办公楼出租”的字样。这样的豪华办公大楼，在上个世纪 90 年代里，在热烈高涨的经济繁荣气氛中，如同雨后春笋，一个接着一个拔地而起。在“办

“公楼出租”的告示下面，还有用小字体写的“价格优惠”的补充说明。甚至租金低得简直就是把房子白白提供给那些拿不出租金的公司创建者。柏林的弗里德里希大街被装修一新。人们希望经过翻新使这条大街成为一条证券大街，或者是巴黎郊区的奥诺雷大街。在弗里德里希大街的两旁全都是珠宝店、高级豪华饭店、昂贵的高档服装店，以及各种各样最高级商店，真可谓鳞次栉比。这里曾经是柏林乃至整个德国的一个主要购物中心，在德国经济繁荣时，购物者摩肩接踵，甚至离柏林很远的乌尔姆或者是菲林根—施文宁根等地的购物狂们，也不辞辛劳地来到这里。人们手里提着一个又一个装得满满的购物袋，在步行街上走来匆匆。可是现在的情况如何呢？人迹寥寥。在昌内尔、赫尔梅斯或者是路易斯·维东等现代化大商店里，女售货员们几乎一整天都见不到一个顾客，即使有人进来，也是个迷路的人，在这里到处瞎转悠。她们感到十分惊奇，以至目瞪口呆，从她们张开的嘴巴中，让人能够看出日益严重的经济危机深渊。在上个世纪90年代初，像大众汽车公司、德意志银行这样的大公司，在柏林菩提树下大街黄金地段花大价钱购买了地皮。现在用这样的价钱，差不多可以把半个柏林城给买下来。

大批年轻力壮的人被解雇。这样的情况同我们的福利社会制度不相吻合。情况已经相当明显了，一个年纪轻轻、身体健康的男人，受过良好的教育，一直被认为是社会所需要的有用之人，现在却被解雇，被社会抛弃了，人们必然会对此大惑不解。但是应该承认，在刚刚被解雇的时候，国家发给每个被解雇的人相当数目的失业金。我当时所领取的失业金相当于我薪水的大

部分。但这种情况并没有维持多久。过一段时间,我就得提出补助申请,至于补助数目的多少,则根据我最后的引以为自豪的收入来确定。当然,失业者还可以用别的办法来多领些钱,比如可以说自己是一个单身生活,就能得到一些额外的补贴。这样他每个月所领到的钱,就会有一个印度飞行员一年的薪水那么多。

当然,有些情况又不同了。我有一个朋友是位女士,原在一家电视台当编辑,差不多和我同时被解雇,她的父亲是一家大型企业的董事会主席。但是,她在被解雇之后照样领取所谓过度时期失业金补助,她认为自己这样做是理所当然的,天经地义,无可厚非。她经常开着父亲送给她的高档宝马汽车,从柏林去慕尼黑不远处的格吕恩瓦尔德的一个富人区。她父母在那里有一座像宫殿一样的别墅。她就在这座宫殿式的别墅里,向自己的董事会主席父亲诉说自己被解雇的命运。她认为领取自己的失业金心安理得。正如她亲口对我说的那样,她“有权这样做”。既然是合理合法的,那就是不错的,就是理所当然的事情。

我开始的时候也领失业金,如同前面曾提到过的那样,甚至是一个不小的数目,以至让我觉得,自己虽然是一个失业的父亲,但我的失业金还可以允许我去作一次远途旅游。当我旅游回来之后,在一大堆邮件中发现有一封劳工局给我的信函。信中说,由于我没有在规定的时间内亲自去劳工局说明有关情况,所以失业金就停止发放了,当然我有权就这个问题提出申诉。但我没有利用我的这个权利——我没有去申诉。

真是太伟大了,如同彼得·斯罗特蒂季克所说的,我们生活在一个“保证它的五分之四公民都能过上幸福生活”的国家里。

现在令人不安的是,能否像当年艾哈德在创建“让所有的人都富裕起来”的理论时所设想的那样,由国家提供的失业金、失业补助的做法能够长期维持下去,各种社会的不和谐现象能够被长期掩盖起来。绝大部分专家,遗憾的是其中还有些非常严肃的专家,都持有这样的看法:当前大批解雇员工的现象,只不过是更大规模解雇行动的开始,一年中还将会有十万家企业和个体经营者陷入无偿付能力即破产状态,投资企业将把资本转移到工资成本低廉的国家和地区,这种现象将会继续下去,而且还将不断加快这个进程。根据谨慎的估计,到2010年,在工业部门里,每四个工业劳动岗位中就有一个,在零售贸易中每三个劳动岗位中就有一个要“下岗”。这就是说到那个时候,将会减少25%的工业劳动岗位和33%的商业岗位。另外,还有正在席卷各地的企业合并热潮推波助澜,使这种危机形势雪上加霜。目前德国各地共有四十多万家银行机构,那么今后将会剩下多少家,还能剩下今天数目的一半吗?我们的工资结构面临着巨大的全球化压力,这种压力如此之大,就是那些目前尚未被解雇的人,要维持住当前的生活水准也很困难,甚至可以说是不可可能的。我们一部历史书为《中世纪和近代欧洲企业史》的结尾写道:“当最后的油桶被打开,最后一滴汽油被用尽的时候,资本主义就要开始崩溃了。马克斯·韦伯在他同维尔第·佐姆巴特进行的那次著名谈话中就这样说过:‘我们当中的绝大多数人将会经历这么一天。’科尔宾·埃贝尔被认为是一位无可争议的关于石油储藏量方面的权威评论家,他在2004年时强调:‘从目前情况看,明年我们就将达到石油开采高潮。’埃贝尔直到前不久还到处说,世界各地已经查明的石油储量,可以开采到2010年。

当时他就被认为是个悲观主义者。果真如他所说的那样,这就又是一个使“整个世界经济头疼的问题”。届时,整个世界经济
发展进程就将靠所谓储备油罐中的汽油来向前推进了。可就在
这样的情况下,人们却没有丝毫危机感,对石油的需求依旧不断
地增加。美国石油产量不断加大,苏联石油产量也不断增加。大
家如果真如此的话,目前的石油涨价,就是对面临资源枯竭者
所进行的最后一次汽车拉力赛所发出的起跑信号。我们目前正
站在一个具有划时代意义的转折关头,下一次世界经济危机将
会使1929年的那次经济危机相形见绌。用不了多久,我们就会
把那种无忧无虑地圣诞节采购,为洗几双袜子也开一次洗衣机,
有第二处住宅,有第三辆汽车,如何去突尼斯度周末,当做
一去不复返的遥远时代来加以回忆了。在将要进行的新一轮
竞赛中,电、暖气、水、运输等方面的价格,都会出现爆炸性的膨
胀,从而带动我们各方面开支,整个家庭生活的费用都将大幅度
上涨。那时,即便你很认真地进行节约,连洗酸奶瓶子的水也舍
不得扔掉,或者是使用节能灯泡,开始注意废物的回收利用等,
恐怕也为时已晚,无济于事了。我们经济的稳定,说到底只能同
约什卡·菲舍尔的婚姻相比,其实是很不稳定的。我虽然非因
美好的年月终于过去了,这是无须争论的事实。但我们不
能不承认,对于我们这些已经被殃及到的被解雇人员来说,当然
也还有好的一面。那就是被解雇的事实使我们有了新的认识。
几十年来资本主义总是不断地对我们说,贫穷是一件令人汗颜
的事情,贫穷就意味着“你没有抓住机会,你没有好好去干”,就
说明你是个笨蛋,是头懒猪。资本主义经常向我们灌输“每个人
都能够做到”的观念。然而就是资本主义的这些观念,现在已

经被证明是不灵的了。事实上并不是每个人想做成什么就都能够如愿以偿的。那些拼命往上爬,一心追逐功名利禄的人当中,有的人是会沮丧的,因为有的人能够功成名就,如愿以偿,但也有人名落孙山,事与愿违。总的来看是失败者的队伍会越来越壮大。在今天,谁要是个失败者,那他大可不必过长时间地去过多责备自己,抱怨自己是个失败者,因为这种情况并不是他个人所能左右的。他变得贫穷了,他只不过是在一种规模很大的贫穷队伍中的一分子。这样一来,他的命运便同个很大的历史背景结合起来,由此是可以得到某种安慰的。

如果一个人同个时代、同整个阶层的人一起退出历史舞台,那么拿这种情况同只是个别人遇到挫折或者失败的情况相比,后者就要悲哀多了。如果是那么多的人都命途多舛,都遇到了坎坷,作为个人就应该,而且也可以对此从容镇定,泰然处之了。比如1945年时,很多贵族被从宫廷、庄园里赶了出来,他们也就是这样来面对新的现实。一位来自波罗地海东岸的伯爵,一次用波罗地海地区非常滑稽的方言对我说:“BETH-ITZ, MEIN LIENER, BE-TH-ITH-TZUFALL”(意思是:财产无非是身外之物)。虽然所有的财产都被没收了,但是这些财产并没有消失,而是散落到世界各地了,比方说巴黎、马德里、南美洲等地。如果这些东西总是留在爱沙尼亚,从长远观点来看确实也没有多大意思。”

根据个人经验,如果能够正确对待相对的贫困,那么这样的贫困毋宁说更能显示出一个人的格调。我的家庭从几个世纪以来就贫穷了,因此,在当前这样的时代里,我理所当然地能够给别人出些主意,告诉人们怎样在置身贫穷的情况下仍能能够觉

得自己很富有。我的父亲是主理人，所以他的办公室设在城堡里。我的家庭繁荣昌盛那是很久以前的事了。一直到18世纪，我的家族都统治着今天的西南萨克森地区，在此期间被封为侯爵。但是，我们家的势力、地位逐渐开始衰弱，财富越来越少，开始变穷了。这里要强调的是，我们学会了如何习惯于承受失败、损失等状况打击的本领。这一点后来被证明是非常有益的。不只是我的父亲，连我的母亲，都可以当之无愧地被认为是高档次的、很体面的穷人。在德国经济繁荣的中期，我的父母结了婚，他们的婚礼很寒酸，甚至连起码的日常生活所必需的东西都没有能力置办。我父亲作为驻非洲记者，工资虽然微薄，但靠这些工资我们可以在当地像侯爵那样生活。我父母的生活过得非常节俭。但我们家里却经常布置得非常整洁、温馨、舒适，非常引人注目。我的母亲常常动脑筋，找窍门，想出新的办法，新的主意，在板式家具的外面钉上好看的布料，廉价床的上面铺上干净整洁的枕头和被褥。我父母在俭省节约上越做越精明。通常情况下我父亲总是穿着一件缝补过了的夹克衫，为了保护他的那条料子裤子还常常在外面套上一条皮裤。我父亲除了是德意志电波电台的记者之外，他还是一位发展援助人员，是位自然保护者。在他生命最后的几年里，他还是故乡穆尔登兰地区推选出来的联邦议院议员。但他经常穿着那套有些破损的西装坐在议席上，我觉得他要比他的那些衣冠楚楚的同事更加令人肃然起敬。这期间我知道了，我父母他们的节约习惯和做法，不单是符

合当时我们家的实际经济状况，而更主要的是他们这样做还符合美学原则。日本作家铃木爱作在他所著的《禅与艺术禅宗》(Zen in der Kunst der Bogenschießen)中描述了日本武士的幽居安闲理想时就说过，**少些就是美，是经济学的美学。**我父母把日本人的这种幽居安闲的理想加以欧洲化，所以他们就采取了节俭持家的做法，养成了节约的美德。对我父亲来说，如果是一个茶壶有裂缝小小的裂痕，或者是修补过，他总觉得这样的茶壶才是最美丽的，一件衣服很不得在别人穿过了甚至淘汰之后，他穿起来才觉得舒服。德国贵族全属，贵族阶级被毁，他们现在，德国90%的贵族住在出租屋里，最好的情况是他们住当地的排房里。如果他们有一份工作，也是提心吊胆，生怕什么时候自己的工作岗位丢掉了。他们大都有一辆小汽车，但通常都是一辆二手车。当我的工作岗位丢掉之后，一位同仁对我说，您根本就用不着担心的，好像每个名字前面加“冯”是德国贵族封号，一个人的名字中如果有“冯”字就表明他本原是贵族或者是贵族的后裔(辛译著注)的人，都在俾尔施附近拥有大庄园，而且是可以回到那里去享受荣华富贵似的。现在人们已经非常习惯于这样的说法：德国的贵族，除了很少留下来的贵地主之外，都已经融合在联邦德国的现实社会当中了。这就算是对我父母节约做法的逆反吧。同时也为了自己模仿一下所见到的别人的豪华生活，我曾经渐渐地产生了一种乘坐头等车厢旅行的癖好。我外出时，母亲经常送我到车站，她看着我上了二等车厢，等到我母亲看不见时，我再到一等车厢，我得偷偷地保持住我的爱好，如果让家里人知道了，他们会笑话我的。如果我母亲在什么地方发现了一张我的发票，比如说能够