

# 主題：文學與生活

## 生活美學的起點

作者：蔣勳

什麼是美？

美的定義是什麼？美的範圍是什麼？

我們可以從哲學的角度去談論美的定義；也可以從藝術史切入來介紹古代埃及產生了哪些優美的藝術品，或者古代中國、印度有多美好的雕像或書法作品。如果現在不是從哲學切入，也不從藝術史切入，我想可以從一個非常好的角度，就是從「生活」切入。我特別將「生活」兩個字放在美學前面，是希望美學不要太理論，不只是在大學裡的一堂課，不只是一些學者、專家拿來做研究的題目，而希望美學，最後能真實體現在我們的生活裡。

我常常有這樣的感覺：現在社會已經相當富有了，各式各樣藝術活動非常頻繁。七〇年代以後可以在台灣看到很多表演活動，甚至包括了國外最頂尖的團體。巴黎、紐約、或東京可以看到一些最有名的音樂家如傅尼葉(Pierre Fournier)的大提琴演奏，而台灣也辦過多次裝置展覽(Installation)，所以在藝術上我們好像也不見得遜色；最好的舞蹈團體向德國的碧娜鮑許(Pina Bausch)，或者美國重量級的康寧漢(Merce Cunningham)都曾經來過台灣。可是我所懷疑的是，如果從生活美學的角度來談，我們會覺得台灣現在有這麼豐富的畫展、音樂會、表演等藝術活動，許多大學設有舞蹈系、音樂系、美術系、戲劇系，都是跟藝術相關的科系，但為什麼常有朋友忽然就會提出一個疑問：

「我們的生活品質為什麼沒有相對地提高？」

我想我們講這句話其實心裡蠻沉重的，我們不希望它是一種批判，因為到世界各地旅遊時，我只要離開台灣大概兩、三個禮拜，就會開始想念台灣了。其實我們對這個地方有很深的情感，所以不至於會用比較惡意或不負責任的批判來看待這個地方，可是的確會很有感觸。這個感觸是說，一方面想念台灣，一方面每次從國外一些重要的都市回到台灣的時候，飛機低飛到一個程度，你看到了底下的街道、看到的底下的建築，你會開始覺得：這就是我要回到的地方嗎？

特別是建築。

台灣大學裡有不少建築系所，現在一些重要的大學也設立一些建築設計相關的科系。可是走到街道上抬頭看看建築物，我們自己居住的建築究竟是什麼樣子？相信當我們很誠實去面對這件事時，其實是蠻感傷的，我想這個感傷是源於聽到來台灣的外國朋友有時候會說：

「你們的城市真醜。」

你心理面會有點生氣，因為覺得這句話從一個外國人的口中講出來，有點歧視或污辱的感覺。可是，我相信很多朋友私底下聚在一起時，也會說到這句話。

我想大家可以一起來建立一個夢想：我們是不是能夠把「美」放到現實生活當中來？舉個例子，如果你現在從窗口看出去，會看到什麼樣的景象？是不是很多被稱為「販厝」的四樓到五樓公寓建築，底下是騎樓，有一些商店，很多的招牌，那招牌大小小小，晚上常常會亮起各式各樣的霓虹燈。

我們還有一個最奇特的景觀，就是鐵窗。如果你不曾到世界各地去，大概無法瞭解台灣的鐵窗有多特別。我們看到大家剛搬進新公寓，就習慣性找人來裝鐵窗。鐵窗材質其實非常粗糙，大概不到一、兩年油漆就已經斑駁了，然後就開始生鏽，非常的難看。釘入的方式，就是把整個房子像監牢一樣地籠罩起來，我想不管從外面來看，或者坐在房間裡面往外眺望，都沒有景觀可言了。我要強調的是，鐵窗當然反映出一定的心理因素，就是防盜吧！簡單來講就是沒有安全感，我們覺得隨時都會有小偷闖進來，所以加上鐵窗、鐵門、兩三道的防盜鎖，甚至再加上警鈴。可是很多朋友也說，其實好像也沒有什麼防範的作用。也許現在竊盜的科技比我們住家的科技要好太多太多了，他要打開這個鎖、剪斷那扇鐵窗，都是輕而易舉的事情。可是鐵窗已經變成某一種習慣，大家一住進去就開始裝鐵窗，沒有經過反省，也沒有經過思考。

記得自己住進一間靠近河邊的簡單公寓時，我沒有裝鐵窗，所有的鄰居都來訝異地問說：

「你怎麼沒有裝鐵窗？」

好像這是一個非常奇特的現象，變成我也坐下來問自己說：

「為什麼我沒有裝鐵窗？」

我想這是一個好問題，也許是生活美學裡開始質問自己的一個問題：

「我為什麼要裝鐵窗？有什麼幫助嗎？如果不裝鐵窗，我會不會有一些更好的心靈視野？」

## 給自己一個窗口

我們希望在生活美學裡，「美」不再虛無飄渺，不再只是學者專家口中的一些理論，我們希望「美」能夠踏踏實實在我們的生活裡體現出來。

西方人常常講「景觀」，就是說你的住家有沒有 View。當坐在窗口可以眺望出去的一個空間，例如可以看到河、看到山、甚至是一條漂亮的街道，行道樹綠油油的，這些都叫做「景觀」。大家可以來檢查自己的住家，看看從窗口望見的是什麼？

七〇年代後期我剛從歐洲回來，有個好朋友將台北南港附近一棟公寓的四樓免費讓我借住。那棟公寓取名為「翠湖新城」，聽到這名字就知道 View 一定很好，雖然鋁門窗做得粗糙，房間也不怎樣，可是我打開窗戶，可以看到不遠處有一個小池塘，其實稱不上湖，但水面全是布袋蓮。布袋蓮是一種浮在水面的綠色植物，夏天會開出漂亮的紫花。我很高興地住下來，寫作、讀書、聽音樂時，都可以從窗口看到這個翠湖。

接下來一段時間因為在編雜誌，我花了一點時間到南部採訪，大概不到一個月後回家時，發現回家有點困難，因為那區域正在施工。然後我爬上四樓打開窗戶，覺得好像在做夢，因為那個湖不見了——它被泥土填滿，上面已經開始在蓋大樓了。大樓很快就蓋好，變成我窗口新的 View。結果朋友到我這兒來做客喝茶的時候，都會問說：

「你們家好奇怪！為什麼叫『翠湖新城』？旁邊根本沒有湖啊！」

我不知道該怎麼回答這個問題。

這樣的故事，其實變成我心中對生活美學裡居住環境改變的一種沉痛回憶，我們的環境可以在一夕之間改變的，而且好像所有的自然都沒有辦法被好好地保護下來。所以後來我在淡水河口也是四樓的居所，設計了十二扇窗子，全部可以往外推開。我當時心裡面有點賭氣，心想：「看有誰多厲害，可以把我的河填掉！」這十幾年我住在這個河口，每天可以看到河流的漲潮退潮、黎明光線在河上的倒

影，還有滿月時分月亮從大屯山主峰後面升起來，滿滿月光全部映照在河水裡。

最早朋友們來拜訪時都會指責我：

「你幹嘛住到這麼遠！找你都不方便。」

因為那時還沒有關渡大橋，得坐渡船來。可是現在他們非常喜歡過來，當他們在台北受傷的時候，覺得太過忙碌的時候、或是心情煩悶了，他們覺得有一個地方可以坐下來跟我喝茶、聽一聽音樂，然後我也可以不要那麼花時間照顧他們，他們自己坐在窗口看著河喝著茶，過一會兒會說：

「我心情好了！我走了。」

大自然真的可以治療我們，可以讓我們整個繁忙的心情放輕鬆，找回自己。

我們不要忘記漢字裡有一個字是非常非常應該去反省的，就是「忙」這個字。大家寫一下「忙」，是「心」加上死亡的「亡」，如果太忙，心靈一定會死亡。

我覺得如果給自己一個窗口，其實是給自己一個優閒的可能，有一個空間你可以眺望，你可以在那邊看著日出日落，看著潮水的上漲與退去，你會感覺到生命與大自然有許許多多的對話。我覺得生活美學的重點是，你甚至不一定要離開家，不一定每天去趕音樂會、趕畫廊的展覽、趕藝術表演。我很大膽地說一句話：

「藝術並不等於美。」

台灣富有之後，這些年來也特別重視文化工作，舉辦許多藝術的活動。例如市政府、文建會這些主管單位舉辦的藝術節，加上私人企業主導的展覽等，於是有些朋友會說：

「好忙喔！住在城市裡，我每天都要趕畫展，晚上要趕音樂會。」

像藝術季常常維持一個月的時間，由於覺得應該支持藝術季，而且這些活動很多是從世界各地請來的表演團體，錯過了蠻可惜，所以每天晚上就去看表演。幾天後往往就和坐在旁邊的人熟悉起來，因為大家買的位子都差不多，見面就會打招呼。我印象很深的是大概連續一個多禮拜，我每天晚上都在劇院碰到一個朋友，他也見到我，然後有一天他坐下來以後就跟我說：

「好累喔！今天晚上又有表演。」

我忽然笑出來了。因為去看表演、聽音樂會其實是放鬆，結果我們卻變成了匆忙。如果變成了匆忙，這個藝術有沒有意義？藝術其實是要帶給我們美的感受，到最後如果藝術多到好像我們被塞滿而沒有感受了，其實是適得其反。

所以我一直希望在生活美學裡，我們要強調的美，並不只是匆忙地去趕藝術的集會，而是能夠給自己一個靜下來反省自我感受的空間。你的眼睛、你的耳朵、你的視覺、你的聽覺，可以聽到美的東西、可以看到美的東西，甚至你做一道菜可以品嚐到美的滋味，這才是生活美學。我會從這樣的基準點去重新審視「美」在現實生活面的角色。

## 天空線

生活美學裡包括周遭所有存在的事物，像之前提到的鐵窗與公寓建築，是與建築藝術相關的。在一個城市的發展期，我們會發現好像到處是工地，許多許多的房子匆匆忙忙地蓋起來，如同雨後春筍。外來的朋友曾批評說：

「為什麼台灣的城市這麼醜？為什麼沒有自己的風格？」

我們知道巴黎有它自己的建築風格，倫敦、紐約也發展出建築上的特徵。有一個名詞叫做「天空線」，在紐約的曼哈頓，會有人問：

「在什麼地方看紐約的『天空線』會最美？」

「哈得遜河口那幾座大樓的剪影是最美的！」

我常常用「天空線」的觀念回過頭來審視我們自己的城市，我在想應該從哪裡來觀看我們的「天空線」？好像這個城市是從來沒有被規劃過的，它的混亂狀態可以新舊雜陳，老建築與新建築之間產生這麼多的矛盾與尷尬。

這幾年大家意識到要保護古蹟，認為台灣有很多古考傳統留下來的民居、廟宇其實非常珍貴，應該予以保護。可是，我記得有一次擔任某個保護古蹟委員會的委員，當時感到最痛苦的一點是，古蹟的確被保護下來，可是古蹟周遭近到只有兩公尺的地方，就蓋起一些大樓，這廟宇被整個包圍在一片奇怪醜陋的建築當中。當時我們的感覺是：

「為什麼西方沒有這樣的問題？」

你沒有辦法想像羅浮宮四周會有奇怪的大樓出現，所以法國的朋友到台灣會問：

「怎麼你們故宮的對面，會出現這麼一棟奇怪的大樓？」

他說如果羅浮宮的周遭有這樣的建築，將是不得了的事情，全民都會起來抗爭的！我們才意識到我們不只是要保護古蹟，其實還要保護古蹟周遭空間裡，可能兩百到三百公尺之間所有「天空線」的乾淨。如果這個天空線被破壞了，這個空間被破壞了，等於是這個古蹟被淹沒掉，也被擠壓死掉了。

很多朋友應該還記得台北市有個古蹟是「北門」，大概是幾座古城門裡最漂亮的一個。在日據時代拆掉很多清朝的城牆和城門的時候，這個「北門」被當時的建築史學者認為應該要保留下來。可是有一段時間為了新城市的交通，建造了一條快速環道從「北門」旁邊擠壓而過，甚至連半公尺的距離都沒有，壓迫到了這個古蹟——你會覺得「北門」是一個年歲很老的老太太了，然而旁邊的年輕人呼嘯而過，似乎騎著重型摩托車把她震得搖搖欲墜。這個環道現在已經拆掉了，因為越來越多的人認為它讓我們難堪，讓我們覺得我們的歷史沒有被好好對待。

所以我相信生活美學的確是要回到生活的周遭。相信很多朋友的周遭都有類似的情況存在——不管在美濃、鹿港、新竹、台北——到處都有老房子，這些老房子是怎樣被對待的？如何被對待的？我們過去有沒有善待傳統美學的正確、健康的態度？我們應該知道我們怎麼對待前人，後人就會怎麼對待我們。我的意思是說，我們生活在一個城市裡，一個市鎮中，因為我們尊敬之前的歷史和傳統，以後的人才會尊敬我們留下來的東西。如果我們對所有過去人留下的東西如此草率、如此踐踏、如此糟蹋，可以想像下一代人也會把我們留下來所有的東西，隨便地糟蹋和踐踏，如此這個地方就存留不下任何美的情感。生活的美學是一種尊重，生活的美學是對過去舊有延續下來的秩序有一種尊重。

如果這種尊重消失了，人活著再富有，也會對所擁有的東西沒有安全感。所以現在回到了一個問題點，是不是生活在台灣的朋友非常缺乏安全感？才會用一道一道的防盜鎖，一層一層的鐵窗鐵門把自己關起來。我們在害怕什麼？這種安全感的缺乏，是社會上真實存在許多竊盜、許多不安全的威脅嗎？還是說我們心理上已經對人根本不存在尊敬了，我們覺得所有的人都可能是竊盜。這種防範，使得大家的心理在一個不安全的狀態，最後生活要談美，恐怕就難上加難了！

我的意思是說，美應該是一種生命的從容，美應該是生命中的一種悠閒，美應該是生命的一種豁達。如果處在焦慮、不安全的狀況，美大概很難存在。

我在「生活美學」這樣的題目裡，跟大家談談的內容可能是：我們在吃什麼樣的食物？我們在穿什麼樣的衣服？我們所有的交通工具是如何去設計而和人產生情感關係的。我們的住，房子是怎樣被設計的？所謂的食、衣、住、行，不過是人活著最基本的一些條件而已。可是我們知道所有先進的國家，生活美學是實際在食、衣、住、行當中體會出來的。在歐洲一個傳統城市的居民，對食物的講究是有品味的；服裝的講究，價格不一定貴，可是穿出個人的風格。我們知道所有的交通工具在設計時，考慮點都是跟人的空間感有關的，所以當交通設計沒有弄好時，人在都市中就變得匆忙與擁擠。當然，更重要的還有居住的空間，所以城市的美學才會如此清楚地展現在我們面前。我們試試看把生活美學拉近到食、衣、住、行，開始實際改善這四個層次。

## 搬到城市邊緣

談到生活美學這樣一個課題，我還是會回到我自己的窗口。多年前在都市裡的居住受到了很大的創傷，覺得為什麼一個城市二十四小時都充滿了噪音？為什麼周遭的空間是這麼混亂？有時候你坐在窗口泡了一杯茶，希望安靜下來可以讀一本書，忽然就看到一包垃圾從上面的樓層丟出去了。我們無法理解垃圾為什麼是這樣丟的？這個街道是誰的？垃圾可以這樣丟出去！當然這樣的現象這些年慢慢好轉了。可是十多年前這個受傷的經驗，使我搬到城市邊緣，居住在河流的旁邊，自己有了了一個小小的簡陋公寓，四樓，可以看到外面的河水，我決定不要釘鐵窗，雖然所有的鄰居、朋友好意地提醒我：

「你怎麼可以不釘鐵窗？」

在台灣買房子，第一個就是釘鐵窗、鐵門，但我還是堅持找了朋友設計十二個木頭材質往外推的木窗。我在巴黎居住過，巴黎在一八五〇年代以後，曾有一位市長叫豪斯曼(Hausmann)，設計出很多現在仍然留存的建築：大概是五層樓到六層樓，那時候也沒有電梯，每間房間都有一個小陽台、落地窗，落地窗外面有木頭做的百葉窗。這個木頭百葉窗其實並不完全為了防盜，基本上是為了隔離陽光，晚上睡覺的時候可以關起來。我也曾經到西班牙的馬德里和巴塞隆納，觀察到有些街上的鐵窗做的非常漂亮，幾乎變成藝術品，以粗重的鑄鐵或是銅條設計出非常美的花樣，有的是藤蔓，有的是百合花。巴黎沒有鐵窗，巴塞隆納有鐵窗，可是做成了藝術品。所以我會希望當我坐在窗口眺望河水的時候，能夠有一個不同的景觀和視野出來。

剛搬過去時還沒有關渡大橋，回家還需要坐一個小小的渡船，過河大概要三分鐘到五分鐘，不定期地開船。可是我也覺得下了班以後為什麼要這麼匆忙，坐在碼

頭上等渡船來的時候，我就在那邊讀書，看一看四周的河水，看一看夕陽的反光，看一看紅樹林的生長，然後渡船的人來了，我跟他聊一聊天，他說：

「今天都沒有什麼人，所以我來得比較晚。」然後跟我抱歉說：「你是不是等很久？」我說：「沒有關係！」他就划著船帶我過河，我在家前面一個小碼頭上岸返家。

我覺得其實生活的美學，好像如果你心情改變了以後，並不會覺得這樣不方便，也不認為這種不方便剝奪了自己；相反地，你反而覺得每一天最美好的時間，是下班以後回家的這一段渡船的經驗。可是後來因為決定要蓋關渡橋讓交通更方便，渡船被取消不存在了，我反而很懷念那艘渡船。

我們的一生，從生到死，其實可以走得很快，也可以走得很慢。如果匆匆忙忙，好像沒有好好看過自己走過的這條路兩邊到底有什麼風景，其實是非常遺憾的。我覺得這一條路可以慢慢走得曲折一點，迂迴一點，你的感覺就不一樣了。

一個城市裡為了求快，就把所有的馬路都開得筆直。可是不要忘記，我們如果去國家公園或古代的園林裡，所有的路都是彎彎曲曲的。為什麼彎曲，因為它告訴你，你到了這個空間不要匆忙，讓自己的步調放慢下來，可以繞走更大的圈子，因為這是你自己的生命。你越慢，得到的越多。所以在生活美學裡所體會到的意義，會和現實當中不一樣。我們在現實當中希望一直匆匆忙忙，每天打卡、上班、賺錢，都是在匆忙的狀況。可是我常常跟朋友提到說，我最喜歡中國古代建築的一個名稱，叫做「亭」。也許大家都有印象，爬山的時候忽然會有一個亭子，你發現有亭子處就是讓你停下來地方。它是一個建築空間，但也是一種提醒和暗示說：

「不要走了！因為這邊景觀美極了。」

所以那個亭一定是可以眺望風景的地方。研究中國美術史的人都知道，宋代繪畫裡凡是畫亭子的地方，一定是景觀最好的地方，絕對不會隨便添加上去。因為這個亭子表示說：你人生到了最美的地方，應該停一停，如果不停下來就看不到美。所以生活美學的第一課應該是：懂得停一下。

我們白天上班真是夠忙了，可是下班以後時間是自己的，我們停下來吧！去聽一些自己要聽的東西，去看一些自己要看的東西，一個禮拜上五天班真的也夠忙夠辛苦，壓力極大。現在不是有周休二日嗎？那麼這周休二日可不可以停一下？停下來其實是回來做自己，問一下自己說：



「這兩天我想做什麼樣的事情？」

坐在河邊發呆也好，或者帶著孩子去看山上的一些樹葉，可能在天氣寒冷的時候變紅了；或者去聆聽下雨時雨水滴在水面上的聲音……套用蘇東坡《赤壁賦》的句子：

惟江上之清風，與山間之明月，耳得之而為聲，目遇之而成色，取之無禁，用之不竭，是造物者之無盡藏也，而吾與子之所共適。

意思是說，這些大自然的美，是不用一分錢買的，你甚至可以不用去畫廊，不用去博物館，不用去趕音樂會、趕表演。

你就是回到大自然，回到生活本身，發現無所不在的美。

這就是生活美學的起點。

……………資料來源：遠流出版事業股份有限公司  
出版日期：2005年12月1日

導讀：

蔣勳，臺灣知名的畫家、作家，畢業於中國文化大學歷史學系和藝術研究所。於1972年到法國留學，1976年返台。曾任教於東海大學等校，近年來，以演講、廣播、著書推動美學生活與閱讀，獲得好評。

生活是一種學問，生命是智慧的積累，如何讓生活有簡單而有品味，是現代人積極尋找並追求的目標。在這篇〈生活美學的起點〉文章，作者從生活出發，從觀念的釐清開始，舉出在生活週遭中建築、城市、飲食、文化等空間視點，連結我們的生活方式、內容，一一檢視「美」與「不美」之處，對現代人「速食化」下的文化觀點、人文修養、美學品味都有深入的剖析。而「美」其實就是「存乎一心」，小小的用心就會讓生活變得不同。這才是美的重點。現代人喜歡「外求」，將美放在外在的修飾，衣服、居室而根本忘記內在自身的「心靈」，一種單純而又簡單的需求。他說：

**「你就是回到大自然，回到生活本身，發現無所不在的美。」**

不論是清風明月、山川流水都是生活之美，只要用心體會，美就在你身邊。

品味時間：

1. 請分享自己生活中「美」的感覺。
2. 請說說自己生活中「不美」的景物。
3. 請分享如何用最簡單的方法，讓自己的生活有「品味」？