



生活美學的理念與實踐——

談蔣勳《天地有大美》

臺北縣清傳高商校長 ◎ 歐宗智



天地有大美
蔣勳著 / 遠流
9412 / 280元 / 平裝
ISBN 9789573256885

◆ 生活美學的窗口

古希臘伊碧區烈安斯 (Epicureans) 哲學家們，將人間的快樂區分為「激動的快樂」(Dynamic Pleasure) 和「寧靜的快樂」(Static Pleasure) 二大類，「激動的快樂」係透過感官所獲得的快樂感覺，如聲、色、美味為人人所喜愛，也是人們夢寐以求的；「寧靜的快樂」指透過理性和靈性的追求而獲得的快樂，亦即在不俗氣、不浮華的粗茶淡飯或竹籬茅舍中也能夠過得自在快活。此「激動的快樂」大約是康德美學的「快感」，「寧靜的快樂」則為所謂的「美感」，而快感當然不等於美感，在這短視近利、講求速成的社會，於生活中盲目追求「激動的快樂」或「快感」，結果在短暫的感官刺激結束之後，內心深處卻充滿了緊張、苦悶、落寞和空虛，形成無法彌補的慾望黑洞。所以，如何建立正確的美學態度，並且在生活中落實，求得物質生活與精神生活的平衡、和諧，真正享受

到美感以及寧靜的快樂，乃是現代人生活極其重要的課題，自云「美之於自己，就像是一種信仰一樣，而我用佈道的心情傳播對美的感動」的蔣勳，其主持電臺「美的沉思」節目談話內容所整理而成的《天地有大美》，則為生活美學開啓一扇美麗的窗口。

美學終究要落實於生活才有其意義，而且誠如漢寶德所言，高價格與高美質之間沒有必然的關係，美之發現只在於心靈之間。換言之，生活美學的關鍵在於「生活的態度」。

◆ 生活美學應有的態度

《天地有大美》提出的幾個有關生活美學的態度，深入淺出卻又振聾發聵，深具參考價值。首先，面對生活應有「悠閒」的心境，才有欣賞生命之美的可能。悠閒，是先把自已心靈上的急躁感、焦慮感，轉換成比較緩慢的節奏。如果內心無法維持一個比較悠閒的狀況，那麼衣食住行各方面即使擁有再多物質性的改善，也不見得就會帶來滿足感。蔣勳強調，美應該是一種生命的從容、生命的悠閒，以及一種生命的豁達。如果處在焦慮、不安的狀況，美大概很難存在。蔣勳在書中一再拿「忙」字為例，不厭其煩地加以闡釋說明（見《天地有大美》第16、42、94、222、264、287頁），「忙」字是「心」加上死亡的「亡」，如果太忙，心靈一定會死亡，也就是說，如何讓自己的心境悠閒就變得十分重要。

讓自己的心境變得悠閒，當然要先把生活的腳步放「慢」下來，這也是生活美學第二個應有的態度。蔣勳舉道路和涼亭做例子，令人印象深刻。我們的一生，從生到死，猶如一條不能回頭重走的路，可以走得很快，也可以走得很慢，如果匆匆忙忙，好像從來沒有好好觀賞自己走過的這條路，兩旁到底有什麼風景，這將錯過生命中多少豐富的、美好的事物。這一條路，可以慢慢走，走得曲折迂迴一些，如此生命可以拉到更長的距離，感覺也一定大不相同。而「亭子」就是讓我們停下來暫時休息的地方，來到亭子，表示人生到了最美的地方，當然應該停一停，如果不停下來，就看不到美了。生命的確需要停下來觀賞、體會，唯其如此，才能夠留出一些跟自己對話的空間、一些讓自己靜下來反省自我感受的空間，真正的接觸到美。

接著，就是要「用心投入感情」，如此才能夠創造美感、體會美感。由於在生活中把腳步放慢了下來，所以有足夠的時間和輕鬆的心情來經營生活，比如有些人只有房子，並沒有家，因為房子不等於家，家不只是一個硬體，必須有人去關心、去經營、去佈置過，有了人性的溫暖，對它產生內在認同感，這才叫做家。此外，美不必來自於昂貴，只要用心投入感情之後，物質一定會變美，對我們也開始有了不可取代的意義，像擁有好幾代歷史傳統的風味小吃，一件手織的毛衣，或合腳舒適而深具自己生命風格的舊鞋都是。

最後是「保持和諧與平衡」，世界上沒有絕對的好或絕對的壞，總是在和諧與平衡當中取得一種搭配。比如油膩與素淨、苦澀與甘甜、快與慢、油門與煞車……等等，都要能和諧平衡才好。蔣勳提醒大家，速度越來越快，一旦緊急煞車，很容易出事。人生需要不斷準備煞車，才能維持一個穩定的方向。最好的生命，不是一個速度不斷加快的

生命，而是在加速和緩慢之間有平衡感的生命。再以穿著為例，我們大可不必迷信名牌，因為名牌之所以成為名牌，乃是它們背後有深遠強大的歷史文化做支撐，若是本身跟這個文化並不協調，硬要將之搭配在身上，有時候會很勉強，反而弄巧成拙。每一個人還是多花一些心血去了解，自己適合什麼樣的顏色、什麼樣的造型，選擇和什麼樣的服裝搭配在一起，最能表現自己的風格、最具美感。推而廣之，建築乃至整個城市亦復如是。

◆ 享受生活之美

另值一提的是，此書談生活美學，內容深入淺出之外，作者的文字亦深具魅力，如「食之美」，友人來訪，作者如此白描：「你讓他坐在窗台邊，看著外面河流的風景，你給他泡這杯茶，跟他解釋這茶的來源，然後放入一片綠色的薄荷葉，他會看到綠色的薄荷葉在燙水裡慢慢變成透明，然後釋放出薄荷清清淡淡的香味。這時好像他進門時跟你嘮嘮叨叨抱怨那些生活裡的不快樂，也隨著那一陣輕煙就散掉了。」（頁76）又如「衣之美」形容一件純棉的襯衫：「真像一個愛人，因為它會讓你覺得整個皮膚上有一種非常好的質感。」（頁107）諸如此類，可以說是感性美的細膩筆法，充滿詩意，值得品味再三。

綜觀之，美學素養深厚的蔣勳，其《天地有大美》刻意避談理論，從日常生活中的衣食住行出發，提出生活美學應有的態度，以國內外許多生活化的實例來佐證說明，搭配楊雅棠慧眼獨具的攝影作品，圖文並茂，美不勝收，讓讀者輕易了解到，「美」不再虛無飄渺，美無所不在，只要我們轉換心境，放慢生活的步伐，保持悠閒的態度，用心投入感情來經營生活，注意到和諧與平衡，必定能享受生活美學的成果，有效提升生活品質與人生的境界。