

<<生活越簡單越富足>>

图书基本信息

书名：<<生活越簡單越富足>>

13位ISBN编号：9789866285332

10位ISBN编号：9866285332

出版时间：2010/03/16

出版公司：商周文化事業股份有限公司

作者：David Wann

页数：304

译者：李宜真

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<生活越簡單越富足>>

### 前言

作者序：回歸康健思潮的世代 本書乃關於如何從過度消費的衰頹病中復原。雖然富裕病的起源至少可追溯至誕生於若干世紀前的自由市場資本主義，這個疾病直到過去五十年間才爆發為傳染病。

但如同其他傳染病一般，它最終會消聲匿跡，而且我們會創造一個更加永續與健康的文化 不論人為干預抑或順其自然。

本書提出的建議，包括十七項打敗富裕病的重要資產，能夠助你退燒、恢復元氣，並且增強免疫力。

1960年代，筆者正值青少年時期，當時我已感覺到潛伏在美式生活喜樂中的隱憂。

甘地曾說：如果你往錯誤的方向前進，速度已經無關緊要。

很顯然對我而言，美式生活中逐漸加速的步調並沒有一個真正的方向。

凡事都變得自動化、舒適與「便利」，但是除了登陸月球、發明廚房清潔劑、對抗共產黨以外，我們彷彿漂浮的肥皂泡沫般，漂離了現實。

我們每個人都想盡可能花最少的力氣，得到最大的報酬，然後在撒手歸天之前能夠過著美好的生活。

但是美好生活的成本與面向不斷在改變，從「改善的新生活」，到「更好」的生活(每次都有一種更好的生活)。

美國人開始把家中成員送到職場，不久之後我們比全球其他國家的雇員工作時數還要長。

事實上我們每年的工時比中古世紀的農夫還要長！

在1950與1960年代，政治人物提出聯邦法規定縮短工作週數，因為科技使得產量增倍，我們減少工時以後仍可維持同樣的生活水準。

但是我們選擇了開啟金錢／物質的那扇門，而非通往生活／時間之門。

我開始注意到那些生活型態不以金錢為重心的人，他們的身體比較健康，生活比較有趣。

他們似乎更關懷別人、更無私，而且熱衷從事活躍、歡樂的活動。

例如玩音樂、跳舞、下棋或打橋牌、刺繡、飛繩釣魚、烹飪美食、研讀歷史、作園藝，以及吸收政經新知。

電視機並非他們生活中的主要部分；他們比較不會被廣告噱頭干擾，也比較不會繞著所有的產品團團轉。

賺多少似乎不比學多少更重要。

我觀察他們對於手邊事務如何專注，並且完成的既巧妙又技藝出眾。

值得思考的是，一般人的美國大夢生活，遠比這些獨特有創意的人士過的不凡生活還要昂貴，後者活出了他們自己的生命，而非用錢財買來。

他們擁有真實的財富，或者可以說他們的生活就是很對味。

而令人疑惑的是，我看到大多數人伸展觸角，奮力的跨越好生活，覬覦更加美好的生活。

所謂更加美好的生活是真的更好，還是主題不變的微幅修改：當專家與說客的創意都可以被收買成為商品，然後推出暢銷的黃金海綿蛋糕、空調、彩色電影，牽動我們的思緒。

看來似乎所謂新的或者改良的，僅僅是產品的顏色與外型、街上逐漸增加的車輛，還有.....好吧我承認，重要科技的引進，有些確實非常卓越。

(曾幾何時我用安德伍打字機開始寫作，用目錄卡彙整研究資料，再以橡皮筋網綁，現在我們能使用電腦與網路，真是感謝眾神。

) 儘管有了這些科技奇蹟，讓我感到詭異的是，我們的世界是被企業投資的報酬所塑造，而非因為那些積極政治領導人仔細聆聽我們這些人民所造就。

我懷疑企業界怎能對未來提供一個人性化的整體願景，以及邁向未來的策略，因為他們的焦點既狹隘又早已預設。

而逐漸被大企業牽著鼻子走的聯邦政府，對於提供願景似乎有所禁忌。

而且我懷疑這個持續加速的經濟體是否配備煞車.....？

我很困惑，每天早上七千五百萬人約莫同時趕著去上班，塞滿高速公路、火車與公車 情況有些類似我們動脈中的膽固醇。

## <<生活越簡單越富足>>

很少人能察覺我們在建立什麼 更慘的是，鮮少有人能自覺我們在破壞什麼。我們好像在把地球最豐富、最優良的資源轉化為品質不詳的產品，忙著在環境與生態體系中鑿洞取走資源。

這所有的交通往返與消費的意義何在？

經濟之目的何在？

我們燃燒了自己的時間與生命，旨在追求快樂，但似乎我們在開始追求之前還比較快樂。

比方說，我父親的事業愈成功，他週末陪我參加童子軍活動，甚至到附近森林溜狗的時間就愈少 同樣的故事發生在數百萬家庭之中。

我們曾經身為驕傲辛勤的生產者，憑藉本能與技巧過生活，然而從我的年代就變成被動的消費者，生活在一億一千五百萬戶過度填充的家庭中，被聯邦機構呼為「消費單位」。

我看過許多人將精力耗在賺錢與花錢，卻忽略了生活中其他重要面向！

因為追求更好的生活佔據他們所有的注意力，所以他們不去學習其他文明與物種的生活方式；不吃新鮮食物，也不烹調傳統家庭美食；不去國家公園、甚至居家附近的公園走走；不關心選舉候選人；不去投票。

他們不會節省，而且不學怎麼修理東西。

他們丟棄所有需要修理的物品，然後去平價連鎖賣場購買新貨。

## <<生活越簡單越富足>>

### 內容概要

本書的緣起在於現代社會生活方式的重大問題，我們現在的生活方式，並無法滿足人類的物質需求，但是，卻不斷毀滅我們稱為家的這個地球。

尤其是全世界過度消費最嚴重的主力國家：美國，過去始終抗拒改變，大量擴張信用與消費，美國工業與消費民生用品都是往大而美發展，從不考慮環保節能或效率問題，但現在必須低頭面對，過分浪費石油與消費物資，我們所要面對的問題已經不單是環保激進派的抗議與道德罪惡感，而是我們的環境生命週期無法延續，經濟發展速度已經飆到將短期毀滅地球的地步。

幸好有個好消息，那就是我們現在開始做，還有機會挽回一些生機，再讓生態與我們的物質生活找回平衡，並且同時解決不斷升高的海平面、呆帳、經濟衰退、資源浪費、戰爭與通膨。

很多人不相信健康幸福的生活其實可以從很簡單做起，我們已經過度依賴文明物質，包括用菸酒咖啡、電視網路當作生活延續必需品，但其實很多東西並不是真的需要。

我們可以活得更健康、清靜、充滿希望、關懷、參與、有意義、更多互動，只要我們能夠願意稍微改變心態起身而行，拔掉插頭、重新思考取捨所謂人生重要事物的優先順序。

我們都想要用錢買到財富，但總是迷失其中，只因為最本質的快樂條件與金錢無關，而是無價的，錢買不到值得回憶的時光、自由自在無拘無束的心情，人生最有價值的莫過於身心舒適愉快、平靜自在，因此最珍貴的財富就是找到自然循環的韻律，而能夠躍入其中、悠遊其中，心領神會這個世界的運轉替代與資源重生的美妙設計。

本書所要提倡的生活型態：減少資源使用、使生活效率與品質倍增、產生更多關懷互動、互信、團隊合作的啟發，書中會教你很多秘訣，降低對於能源使用的依賴，包括避免用鋁罐、少搭飛機、少吃肉等，就能降低對生態的破壞。

透過更能滿足基本身心所需的生活方式，我們會過得更舒適，而且會感受到現在與未來之間的聯繫，因為我們能夠確信這個地球，不會在我們這一代就消耗殆盡、陷入死寂。

<<生活越簡單越富足>>

作者簡介

大衛?旺恩 (David Wann) 為永續未來協會會長；美國互助式住宅協會理事；簡樸論壇會員；長年推廣永續發展，多次獲得終身成就獎。

二十五年來熱中園藝，目前在他居住十一年的互助式住宅社區 和諧村莊，位於科羅拉多州的果登市 (Golden) 協助策劃社區花園。

大衛?旺恩擁有許多著作，包括與人合著的暢銷書《富裕病：過度消費的傳染病》。

他於2008年初在科羅拉多州、加州，及其他地區巡迴演講。

譯者簡介 李宜真 東吳大學英文系學士，英國愛丁堡大學文學碩士，德國波茨坦大學語言學碩士。

曾任職商場數年，現為自由譯者。

譯著包括《管理最佳實務》、《拉攏對手》及其他有聲出版品。

<<生活越簡單越富足>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>