

「人--造幸福」：看見社會面的福爾摩莎

鉅變：社會創新與永續發展電子報

張瓊婷

中山大學公共事務管理研究所

ctchang2013@mail.nsysu.edu.tw

台灣最豐富的資源是甚麼？

人，若不是唯一，也是其一答案吧。單看世界上人口數超過一千萬的國家，台灣的人口密度僅次於孟加拉。而我們的成人識字率 98.0%，遠高於孟加拉的 78.8%。換言之，台灣人不僅多，人力資本（潛在）素質亦頗高。

人數多，密度大，人和人互動的機會也高出許多。這時，富含另一項資本——社會資本——的機會也增加。台灣人的熱情、以家庭為重、尊敬長輩、疼愛後進等，皆是社會特有的資產。歐美福利國近年隨經濟不景氣，刪減社會福利項目，失去社會福利支撐者，苦於無家庭鄰居相互照應之網絡與倫理作為後盾。而家庭和社群之間的網絡和價值觀在台灣尚稱普遍，若不保存和傳承這些資產，甚為可惜。

「人」和「人和人」與幸福又有何關聯？若檢視既有之快樂研究，其相關因素不免脫離人本身、人和人之間的關係，加上人和大自然的關聯。當然，滿足基本物質需求是為必要，但物質消費的持續增加通常並非讓幸福感持續延伸的關鍵。

首先，聽聽自己的心怎麼說。工作重要，休閒對於自我成長而言也有其重要性。生命中許多美好體驗需先具備一定的技能、鍛鍊。例如徜徉在水天與山景間的海泳、以指尖體會巴哈工整且豐富的美、哼唱能將台語韻味發揮到淋漓盡致的歌仔戲、從種下種子到收成慢慢紅熟的番茄等。

其次，台灣人大半因過長工時、休假限制，普遍缺乏與自我，以及和家人朋友優質互動之時間。「健全國民身心發展，營造幸福家庭，以建立祥和社會」並非訂定家庭相關法律所能達成。除應矯正在台被扭曲的責任制外，宜再發起「爸爸回家吃晚飯+30」運動，三十年後重新提倡此運動，需納入身為職業婦女的媽媽，和得去補習的孩子，讓全家至少在晚餐時間都不當外食族，回家餐聚。這除了對於提升食品安全和邁向樂活的回應外，亦給予家庭教育一個重要且規律的平台，作為修復台灣家庭觀念之起步，進而延伸至身邊的社區和社群。

再則，於鳥語中甦醒，想必是許多人生命中曾有過或希冀擁有的恬靜經驗。這樣的經驗要從度假的短期變成生活中的長期，其實也不是那麼困難，鳥兒多喜造訪林木，有了樹木的綠地，易水到渠成。台灣平地的綠地不多，大城市的每人綠地面積僅為 2 m^2 、 3 m^2 ，遠低於荷蘭鹿特丹 28 m^2 、美國紐約的 23 m^2 、法國巴黎 12.6 m^2 、加拿大多倫多 11.5 m^2 ，且少於世界衛生組織(World Health Organisation, WHO)所建議的 9 m^2 。社區公園、河濱公園、學校尤其是大學校園常見民眾群聚在樹下運動、聊天，這樣的空間一方面為身處過度水泥化的都市居民提供了親近鳥語花香的機會，另一方面也給予人們聯絡情感與經驗交流的美麗平台。除應盡可能增加天然綠地外，既有綠地應盡予以維護和保存。

創始現代功利主義(Utilitarianism)的十九世紀英國學者邊沁(Jeremy Bentham)曾道：最棒的社會是人民最快樂的社會，最好的公共政策是能創造最大幸福感的政策。樂見台灣主計總處編制，並於今年公布「國民幸福指數」，是為將社會進步的衡量項目多樣化，並回歸重視人民幸福的第一步。接下來，政策要能協助且不阻礙人民能量的發揮。

以下分享摘錄自 W. Jäger 所著「生命無休止」(Das Leben endet nie) 的小故事：

一位老婦人正熨燙一大疊衣服時，死亡天使進了門，對她說：「是時候了，來吧！」老婦人回答：「沒問題，但我得先把這疊衣服燙好，家裡還有誰能做這件事？還有，誰來煮飯？我女兒在外辛苦工作一整天，她回到家得有東西吃。」天使聽完只好走了。過些時候，他又回來了。這次，老婦人正準備出門。天使呼喚道：「來吧！現在是時候了。」老婦人回他：「但我得先去養老院，一堆被遺棄的老人們正在等著我，我能放著他們不管嗎？」天使又走了。過些時候他再度回來，對老婦人說：「是時候了，跟我來吧！」老婦人回他：「我知道是時候了，但若我不在了，誰帶我孫子去幼稚園？」天使嘆道：「好吧，既然妳的孫子沒辦法自己去上學……」幾年後的某天，老婦人疲憊地坐在廚房，一邊想著：「天使這時候倒是可以來了。我一生做了這麼多事，死亡應該也是件不錯的事。」天使來了，老婦人問道：「你能帶我去極樂世界吧？」天使回她：「妳以為這麼多年來妳都去了哪兒？」

幸福，其實不難。

台灣社會現在看似有點慌亂地想追求幸福，其實幸福的元素近在咫尺。若真有需要革新的，是穩住腳步的內省和自信，善用既存的社會能量，而非汲汲營營怕跟不上別人的一昧抄襲。