



中華民國十三年

南丁格爾格言錄

上海廣學書局發行

MG
K835.616.2
1



3 1764 1925 1

GEMS
FROM THE WRITINGS OF
FLORENCE NIGHTINGALE

TRANSLATED BY
WU CHIEN AN

吳 建 庵

Illustrations from STORIES OF FAMOUS WOMEN,
published by the Oxford University Press.

PUBLISHED FOR THE
NURSES ASSOCIATION OF CHINA
BY THE
KWANG HSUEH PUBLISHING HOUSE
SHANGHAI
1925

明燈女神



圖 南丁格爾女士于夜間持燈巡視傷兵之神

南丁格爾格言錄

生命——生命之意義與目的

一月一日

要作成一種生命的藝術。這是一切美術中最好的藝術。

一月二日

生命不是放假日的遊戲、不是聰明的書、不是教訓人的學校、也不是眼淚的流域、乃是力戰、奮鬥、與惡主義角力、手足並用。

一月三日

青年——這是愚昧而未脫奴隸的時候、抱着不能實踐的希望、和失望的無經驗。這時人一無所有、即自己亦非他所有。

一月四日

你們有生命的時候、當度你們的生命。生命是光明的禮物。這裏面沒有小的、因為

依上帝的律法、最大的事、是從最小的裏面生出來的。但是要度你們的生命、必須訓練他。你們不可以公正的目的、錯誤的行動、和不相合的志願、將他虛耗、但應當使你們的思想、你們的言語、你們的行爲、都趨向同一的目的、這個目的不是自己的、乃是上帝的。這就是我們所稱的品格。

一月五日

一個人的生命、能使一切大不相同、一切都比較他沒有生的時候好、這個好是常久的、並不隨他同死、這就是生命的真價值。

一月六日

一個職業或營業或需要的業務、凡能充滿與用我所有能力的事、我常覺得必要、常常企望。

一月七日

凡生命中強健的意志、應當決定進行公共的善、不論個人犧牲如何、和逐日的犧牲。

一月八日

這是奇怪，一個人對於友人怎樣的缺乏信仰。我們知道如果我們能夠，可以使他們成爲何等溫柔的人啊。

生命的律法

一月九日

上帝以他的律法教育世界。

一月十日

上帝的律法，是用經驗、研究、分析所能發見的，上帝的律法，是生命的律法，是用小心和確立的查究所能確定的。

一月十一日

人類的歷史，當有一日，成爲人類企圖增加真理和公正的天性的歷史。

一月十二日

上帝爲我們所定的計策，不是他應當將我們所要的給我們，乃是人應當從人類

去取得他。

一月十三日

競爭、或各人爲顧自己、那反對我們全體的魔鬼、或者便要少不了、但這是健康的仇敵。聯合是他的解毒藥。聯合的利益、和游息、聯合以取得最好的空氣、最好的食物、一切皆可使生命有益、康健、快樂。沒有像獨立這樣一件事。我們成功到如何地步、我們的成功、都在聯合裏面。

一月十四日

疾病或病症、是天然的法子、去掉妨礙健康的結果。

一月十五日

不論清潔一個溝、或爲醫院的病室通氣、或提倡房屋健康的建築、或節制、與有益的職業、或陰溝自來水的設備、我常以爲我是服從上帝直接的命令、因爲我對於上帝的律法的熱心和尊敬、纔去提倡他。

護病爲一種職業

一月十六日

爲國家如此服役，是我生命的目的。我所能記憶的第一個思想和最後的思想，就是護病事業，除了這個，便是教育事業，但多半是教育惡人的，不是教育青年的。

一月十七日

護病是一種藝術，但若要使成爲一種藝術，必須有絕對的專心和刻苦的預備，如畫家的工作一般。畫家在死畫布和冷大理石上所做的工作，與護病者對於活人——上帝靈魂的廟宇——的工作一般無二。

一月十八日

世間沒有所謂初學的藝術，也沒有所謂初學的護病。

一月十九日

護病不是一種冒險之事，如有人所想像的。凡愚人所闖入的，天使不敢踏步。這是一件極嚴重極快樂的事，如同生命一般，須要訓練、經驗、虔心、忍耐，不能或行或止，須有積聚的能力，不可喪失，這許多都是必要的。

一月二十日

我以歐洲二十五年的經驗說，那最快樂的人民，那最喜愛他們所有的職業，和最感謝他們的生命，就是從事於護病的一班人。

一月二十一日

必須爲衆人的幸福，常常犧牲自己。但他的分別就是生命並不是犧牲，——這是最快樂的一件事。

一月二十二日

世界上有比這個更高的事業麼。婦女有願得比這個更合於女子的工作麼。人能以爲最優秀的婦女，不配去做這事麼。

護病是什麼

一月二十三日

婦女人人可爲一好護士，這是已經人說過並寫過幾十次了。但我的意思卻相反，以爲護病的真正分子，除了未知的以外都是的。

一月二十四日

組成良好護病的原素，為病人和為強健的人，都不十分明白。健康律和護病律，實際本來相同，在強健的人和病人中間都可得到。破壞此律，在前者的影響，不如在後者的烈，但這是有時的，非常常的。

一月二十五日

護病是什麼？兩種護病，皆使我們能處於最好的光景中，使天然恢復健康或維持健康，——預防或療治疾病和損傷。

一月二十六日

護病的本身，所以是幫助有病的病人生活，——正如健康的護病，乃是令健康的兒童或大人的身體組織，處於這種光景，不致生病。

一月二十七日

護病的本身，除了給藥和外科治療之外，就是適當使用新鮮空氣、光、熱、清潔、安靜、和適當選擇飲食，一切在使病人耗費最少的生活力。

一月二十八日

世人以爲給藥乃是給與一點東西、或者竟是給與一切、給空氣溫暖清潔等等、便如沒有一般、這種思想、已經根深蒂固、普徧衆人。

一月二十九日

護病是一種藝術、與世界上家家人家都有關係的。

護病做些什麼

一月三十日

什麼是疾病？疾病或病症、是天然的法子、除去妨礙健康的結果。這是天然想去醫治、我們應當幫助他。

一月三十一日

我們是不是應當把他做一個普通原則、說各種疾病、不論在那一期、多少是一種復原的作用、不必定受苦、這是天然救治日積月累、不早覺察的中毒或腐敗作用的方法。

護病做些什麼

二月一日

假使病人受寒、假使病人發熱、假使病人暈倒、假使病人食後致病、假使病人發生褥瘡、這大都不是病的錯處、乃是護病的錯處。

二月二日

人常以為醫藥有治療作用、實則並不如是、內科是身體各種官能的外科學、外科的本身、乃是屬於四肢和各器官的。

二月三日

內科外科、在除去阻礙以外、並不能作什麼、兩者都不能治療、祇有天然能治療。內外科護病所作的事、就是令病人處於最好的光景中、使天然可以醫治他。

二月四日

護病的目的、最初本為人道主義、意在救人生命、減少痛苦。凡從事於護病事業的、都是人類的救星。

二月五日

一般人都以發熱爲疾病的症候、——十有九成、是臥牀的症候。

護病需要什麼

二月六日

護病需要我所知道的最不分心的注意、和身心的強健有力。

二月七日

一般人的普通思想、以爲使女子成良好的護士、不需別的、祇要有愛心、有目的、不喜歡或不能做別的事情。這種觀念、實在足使病人受可怕的傷害。

二月八日

護士的工作、實在是醫學中極重要的一部份、若要得相當的運用、對於健康和疾病定律、必須有極大的智識。

二月九日

凡生物之不能有一定方程、沒有過於護病的。護病須看護生活的肉體和靈魂、不

能如工程學一般，有一定的方程。

二月十日

護病不是初學的工作，尤其是在貧苦家庭中看護病人，這是護病最重要的一部份。

二月十一日

不論是藝術、或是護病，如果初學的意義，乃是做着玩的，這就不是藝術，這就不是護病。

二月十二日

且不論醫院，就是一個大病室的逐日管理法，知道人生死的定律是什麼，病室健康的定律是什麼，（病室的健康和不健康，大抵要看護士的有知識與無知識而定），這些事豈非已經很重要，很困難，須用經驗和小心考究去學習，如同別的藝術一般麼？他們並不由靈感來到愛戀失望的女子，也不來到貧民工場中力謀生活的苦工。

護士的資格

二月十三日

若不是一個良好聰明的女子，決不能成一個良好聰明的護士。

二月十四日

護士必須有方法、肯犧牲、愛工作、注意活動、虔心服務（即爲好的服務）有軍士的勇敢和冷靜、與爲母的慈愛、而沒有自誇之意、（即決不自以爲已經達到完美的地步、或沒有比他再好的。）

二月十五日

然而我們嘗聽人說、護士祇要專心與順從。這個定義、可用之於門房、也可用之於一馬、但不能用之於巡警。

二月十六日

凡不能醫治的必須忍受、這是護士所有最惡最劣最危險的格言。忍耐和放棄、就是疏忽與冷淡的別名、對於自己這樣、則爲可鄙、對於病人這樣、則爲有罪。

二月十七日

第二樁必要的，就是對於病症，須有強固切實的（亦可為智慧的）興味，觀他如何進行。這就是做成真正護士的地方。否則我們若不以護病為一如何有興味之事，病人將無異家具，我們亦如同侍婢。

二月十八日

凡女子當病人受苦的時候，這樣事須等待婢去做，那樣事須等女傭去做的，在他們裏面，沒有做成護士的材料。

二月十九日

要照着應當去做的做這件事（就是護病），需有知識、實驗、克己之心，直接服從最高的主人，和在他手下活動，並抱着最高的主義。

護士與他的病人

二月二十日

病人於我們可有三層注意，（一）智識的注意，如一病症，須有最密切的實事觀察，

以講演和臨症教授說明，(二)道德的注意，病人與我，同屬人類，當他受我們看護的時候，我們若不給與他道德的益，便是給與他道德的害，(三)技術的注意，我們受醫生的命令，可以學習為病人做些什麼，並如何做。

二月二十一日

「如何生病」當然是「如何護病」的一個必要的補詞。兩個中缺了一個，那一個便不完全。但是就全體論起來，第一個職務，每每較第二個做得好。

二月二十二日

護士所必要的條件，是堅定而輕快的腳步，和穩而且快的手，不是遲緩瑟縮的腳步，和膽小不定的撫摩。遲慢常誤認為溫柔，實則並不是溫柔，輕快和溫柔，是適合一致的。

二月二十三日

護士必須常有仁愛和同情的心，但切不可為感情的，病人在他的護士裏面，必須能得真正的鎮靜，不是強裝出來的。

二月二十四日

以感情引起病人的感情，是最酷虐的，因為無益的消耗他的氣力。這是叫他擔負你的煩惱憂愁，和他自己的煩惱憂愁了。

二月二十五日

世界最空廓的譏諷，沒有比接連不斷的教訓病人更大的了。

二月二十六日

凡思想到腦海以外的人，他思想的全部作用，在隱秘的技術，如同荷謨一般，他們所說的事，忽此忽彼，飄忽無定，這種人決不能和病人在一起。

研究病人

二月二十七日

凡護士應當明白他病人面部的一切變動，他態度的一切變動，和他聲音的一切變動。他應當研究他的病人，直到他覺得沒有人比他更明白為止。

二月二十八日

但是不知道病人日常生活的需要、困難、引誘、和疲倦、不嚴重考察他們的世界、我們便不能幫助他們。

二月二十九日（閏年）

有人問南丁格爾、他優美的生活的祕決是什麼。南丁格爾道「我曾經工作甚苦、甚苦、但從沒有拒絕上帝什麼事。」

研究病人

三月一日

護士必須分別病人的癖性。有的人喜歡獨自的病着，愈少照看他愈好。有的人喜歡時常去照看憐惜他，並須常有人在他的身旁。這兩種特性，必須觀察，多多的順着他。

三月二日

稟性問題，在英國除了醫界中人以外，於實用方面，幾乎完全不去研究他。有的病人以為他所受的苦較實在少，有的以為較實在多。我曾經知道有一個開爾德人，因為他的足趾寒冷，就把全院的人多驚了起來。若是一個盎格魯撒克遜種人說他的背冷，大概他去死已不過二十四點鐘了。

三月三日

又有許多種類的疾病，發生腦感的力，而與他的生活力或消化力，並不平衡，這是極容易使人誤會的。和這個相反的病症，當他的生活力耗竭時，不再能發生腦力，

熟睡飲食、而生命則因此保全着。

三月四日

但是第一種病人、在他睡眠飲食的能力、早已完了之後、尙能思想、病人和他人、均不知道他的病勢如何。他祇因生命的力完了纔死。

三月五日

就普通說、凡病人是真病的、不願講論他們自己。但是在屬於腦經病的病人、卻喜歡把他虛想的危險、告訴護士和他人。

觀察病人

三月六日

護士的真諦、在能認識病人面容的一切變動、不必他用力訴說自己的感覺怎樣。

三月七日

良好的護病、祇不過觀察小事、爲一切病人所同有、和各個病人所獨具的。正因爲觀察這些小事、這些不難明白事情、使婦女能救入生命、別的人沒有法子可以做

到，就因為缺乏這種觀察。

三月八日

觀察常可因訓練而進步，須知觀看不常是觀察。

三月九日

護士照護病人，已有十年或十五年的，人家都稱他為有經驗的護士。但使人有經驗的，乃是觀察，婦女若不觀察，雖與病人在一起至五六十年，仍不能更有見識。

三月十日

不但如是，經驗有時或指相反的意思。一個農夫，照着他先人的錯誤去做，人每稱他做實驗家。一個護士，遵守着前輩的錯誤，人每稱他為有經驗的護士。

三月十一日

要知健全的觀察的根本重要，切不可忘卻觀察是為什麼的。觀察並不為積聚許多雜亂的報告或離奇的事實，乃是要救人生命、增進健康和安適。

三月十二日

護士的眼與手，必須訓練觀察並對付健康的危險。思想若不與實物相接觸，在無論何事，均不能有切實的學問。

新鮮空氣

三月十三日

如果確知道一個屋內的空氣停滯，疾病必定要跟着到來。

三月十四日

護病的第一要義，護士所應當注意的第一事和最後一事，並且爲病人的第一必要，若沒有他，其餘爲病人所做的一切，都像沒有做，若有了他，幾乎可以說，其餘的事，都好不問，這就「是使病人所吸的空氣，與外面的空氣一樣清潔，卻並不使他受寒。」

三月十五日

無論什麼人，不要依賴熏煙法和消毒藥去清潔空氣。因爲必須除去的，乃是有害

之物，不是他的氣味。我願一切發明的消毒藥水，放出極可厭的氣味，使你們不得不開窗，容新鮮空氣入內，這便是一個有益的發明。

三月十六日

護士除非覺得靜止的時候，空氣輕輕拂過他的面，便切不可讓空氣的新鮮爲滿足。

三月十七日

我在此不必重申警告，勿將寒冷和新鮮空氣，觀念不清。你們或並不以新鮮空氣給與病人，卻使他受寒致命。你們也可以新鮮空氣給與病人，而不使他受寒。這就是好護士的試驗。

三月十八日

通氣法最好最通俗的試驗，爲人人所可覺察的，就是膳食的氣味，留在室中，有少時候。

三月十九日

使人避免毒空氣、比較避免毒水、更爲困難、因爲他們終夜在臥室中所吸受的、要以加倫計算、白天亦往往這樣。

光亮

三月二十日

黑暗的房屋、就是一個不康健的房屋、常常是一個空氣不流通的房屋、是一個污穢的房屋。

三月二十一日

人常在黑暗的房屋內失去健康、他們若生了病、就不容易在裏邊復原。

三月二十二日

這是和病人在一起的一切經驗的結果、病人第一需要新鮮空氣、他的第二需要、就是光亮。除了緊閉的屋子以外、最使他們受害的、就是一個暗室、他們所需要的、不單是光、乃是直接的太陽光。使他們多受直接的太陽光、從日出的時候、直到日落。

三月二十三日

這是一件奇怪的事情，看那些病人睡着，幾乎個個都是面向光亮，恰如植物常常向着光亮一般。

三月二十四日

深谷的陰面，是獸子生長的地方，土窖和狹街不見太陽光之處，住着那羸弱的人種，身心一樣的墮落。將那慘白枯樵的植物和人放在太陽光裏，若不是太過，一般都能夠回復健康和精神。

三月二十五日

小孩若不光明快樂，生長在新鮮空氣和太陽光中，圍繞着愛——就是靈魂的陽光——他們決不會強健。

三月二十六日

光——不單是日光和陽光——實則新鮮空氣，必須為太陽所溫暖的，為太陽所透過的空氣。

清

潔

清潔

三月二十七日

惡怕污穢，是一個好護士的發端。

三月二十八日

無論叫他做細菌、微生物，或是污穢，他的治法總是一樣，就是清潔。

三月二十九日

清潔是惟一真正的消毒藥。沒有一種流行病能夠抵抗清潔和新鮮空氣的。

三月三十日

乾的污穢，是比較的安全的污穢。溼的污穢就危險了。

三月三十一日

「臭」是一個極好的字眼，可以「氣味」兩字代替。但是氣味祇顯出何處有臭氣，卻並不是「臭」的本身。若祇除去氣味而不除去有害之物，這是極危險的事情，因為上帝放氣味在那裏，就是顯示我們危險。

清潔

四月一日

在無經驗的眼光，司枯太利（地名在克列米亞）的建築，是極華美的房屋。在我們看起來，照他的污穢情形，實在是粉刷的冢墓，是疫癘的冢宅。

四月二日

我不知道許多家主的經驗，是不是同我一樣，就是在倫敦地方，房屋牆壁和器具的更新，乃是把一張新鮮的紙，加在污穢的紙上面，把一層新鮮的紗，加在污穢的紗上面，甚或加至三四層。若清潔祇是這樣，無怪有的倫敦人家，常顯得黴舊了。

喂哺病人

四月三日

記着，爲病人烹飪，應當替他們薄弱的消化力，做去一半的工作。

四月四日

若病人進飲食後嘔吐，或發熱，或暈倒，或遲鈍，這個往往不是疾病的症候，乃是護

病的錯誤。

四月五日

凡小心觀察病人的，都知道一年中有幾千病人，因不注意使他們可以進食的惟一方法，以致食物雖多，竟至餓死。

四月六日

沒有化學的規則，可以作他斷然的定例。病人的胃，就是實驗室，也就是化學師。醫生的吩咐，是否正當，他是惟一的評判員，護士應當注意觀察，告訴醫生病人的胃說甚麼。他必須訓練培養，明白胃所說的是什麼。

四月七日

你們不能照著書本為病人規定飲食。你們不能造人身體，如配藥方一般。

四月八日

應當令病人勿見勿聞別人的食物，或比他一次所能吃的更多的食物，並且勿令他聽見人講論食物，或看見食物在生的時候。我知道上面的規則沒有例外。違背

這個規則，常使人多少的不能進食物。

四月九日

醫生以爲軟弱病人能否進食或同化食物，往往靠着護士能以病人所歡喜的方
法，給與病人食物。

明白病人

四月十日

疾病的真苦痛爲人所知道或明白的，何其少呢。健康的人，假想他自己若爲病人
的生活又何其少呢。

四月十一日

心靈於身體的影響，現在所著的書，已經不少了。內中固然真確的多，但我願人再
略想到身體於心靈的效果。

四月十二日

強健的人，有一極普通的錯誤，以爲病人若稍微能自制，即可斥去增加他們疾病

的痛苦的思想。你們當相信我，不論那個病人，凡品行優美的，幾乎沒有一個不時刻自制，過於你在自己患病以前所能知道的。

四月十三日

強健的人，有一奇怪的習慣，忘記在他們祇有一些不便，可以忍耐的，在病人就是苦痛的源，縱然不促他死，也要耽誤他復原。

四月十四日

我實實在在信病人所受的煩惱，沒有比他的親友所抱無法可治的希望更大的。我至嚴重的請求病人親友，一般望病的和服侍病人的，切勿輕視他們的危險，和誇張他們復原的希望，借此安慰病人。

四月十五日

從又一方面說，大約除了輕信的病人的輕信之友以外，再沒有比輕信的病人更輕信的了。

四月十六日

病人的親友，容易就病人的身體狀況，作那不公平的判斷病人的靈心狀況。

病人的心理的護病法

四月十七日

若照護病人的身體完善，就是慈善，則照護有病的心理，厭倦的病人，完善而有耐心，這是更大的慈善。

四月十八日

切勿令病人行走，不論故意的或偶然的，這是好護病的必要條件。

四月十九日

普通人以為護士在那裏，所以免病人為自己用力，我卻要說，護士在那裏，應當免病人為自己。我很確定的以為，病人若能免除為他自己的一切思想，卻不免除一切的用力，於他反而有益。

四月二十日

恐懼、不定、等候、盼望、憂疑、比較用力於病人更爲有害。記着、病人常與他的仇敵相對、在裏面與他角力、與他作冗長的想像的談話。迅速除去他的仇敵、這是爲病人的第一要則。

四月二十一日

簡明與決斷、是和病人說話少不了的條件、比一切的事情更要。你們向他們所說的話、必須簡明而有決斷。你們自己的心裏、雖有疑惑、猶豫不決、但切不可通知他們、雖小事亦不可。使你們的疑惑、爲你們自己所有、你們的決斷、卻不妨給他們。

四月二十二日

我曾經見過急性的病症、那天平正在生死之間、上下不定、若醫生缺乏決斷、護士失其鎮靜自若的態度、便令天平傾向死的方面了。

四月二十三日

所稱爲「神奇」的、多是由於心理、當鎮定自若、一無憂急、使身體爲必要的努力以

生活着。

休息與安靜

四月二十四日

不需要的聲響，雖然輕微，他的損傷病人，比需要而更大的聲響，愈來得多。

四月二十五日

蹣跚不定的護士，為病人所畏怖，雖然他不知道為甚麼。綢布的翻弄，漿衣的作聲，鎖匙的鳴響，衣服的綽綽，靴鞋的輾軋，使病人所受的害，比較世界上所有醫藥能給他的效力更大。

四月二十六日

矯飾和附耳低語與躡足而行相同，於病人異常痛苦。矯為沉靜，和矯作同情的聲音，如同出殯時司葬儀的聲音一般，使他們的腦經都震動。

四月二十七日

若教人與病人同在的時候，矯為安閒沉靜，這種教訓，害多於利，不如用汝天然的

聲響。

四月二十八日

病人在那裏行動時，不可面晤他，或追上他，以便向他說話，或遞信息給他。這樣，無異給他一拳。

四月二十九日

切不可突然向病人說話，但同時也不可使他殷殷盼望汝說話。這一條規則，適用於有病的人，其實也可適用於無病的人。

四月三十日

積年受人家時常勸告，而到底能不喪失他們的智慧的，我從來不知道有這樣的人。

變換

五月一日

除了一個老護士或老病人之外，病人久困在一二間房內，對於同樣的牆壁、同樣的天花板、同樣的環境，他腦經所感受的程度不同，很不可解。

五月二日

美麗的物件、各種不同的物件，尤其是色彩光明的物件，於疾病的效果怎樣，人幾並不知道。

五月三日

我所受形態、色彩、光亮的影響，雖然知道的不多，但卻知道他們於身體上有實在的效果。

五月四日

詩人盛言天然的美。我疑問那天然所感覺的最濃厚的快樂，是不是像病人在倫敦的後園中，自一顆橡實或七葉樹的果子，種成一株六英寸高的小樹一般。在一

世的旅行中、或者從不見歐洲有這樣的事。

五月五日

病人確喜歡聽那好消息、比方戀愛求婚的事、正向着好結果進行。你若祇告訴他何時結婚、他就失去一半的快樂、上帝知道他還不夠。

五月六日

病人也極喜歡聽實在有益的事、與公義正確的實際的勝利。他已經有許多書籍、小說、原理、教規、理論、所以不可用他至少已經聽見過五十次的教訓去教訓他、卻告訴他一樁仁愛的行事、實際得成功的、在他就不啻得到一日的健康。

五月七日

嬰孩和病人彼此同處、沒有比他們更好的社會了。自然你們應當爲之照料、使他們勿彼此受害、這是完全可能的事。一個嬰孩睡在病人的牀上、比你們一切的雄辯、於他更爲有益。一片好消息、也是這樣。

職業與遊戲

五月八日

音樂於強健的人，即應當活動的，使他們能享受活動的生命，無需他們自己去得到他。音樂於有病的人，即不能活動的，也使他們能享受，而除去他們無能力的腦經激惹。

五月九日

音樂於病人的功效，少受人注意，我在這裏祇能說，管樂器，包括人類之聲在內，和弦樂器能發連續的聲音的，大都於病人有益，洋琴和那不能連續發聲的樂器，恰正相反。

五月十日

我的經驗，當病人病的不能自己讀書的時候，罕能忍受別人讀給他聽的。

五月十一日

向病人朗誦，應當是緩緩的讀，並且非常的清晰，但不可大聲，應當是單調的，不可

歌唱、應當是響亮的、但不可喧鬧、尤其要緊的、乃是不可過長、應當確知你們病人所能忍受的什麼樣。

五月十二日

你們當不能想到手工於你們的寬慰怎樣、許多病人因失去手的作用、而增加他們特殊的易激惹性到何程度。病人若能動作、則略做針線、略略書寫、略為清潔、使他們可以得到極大的寬慰。

五月十三日

這種期望、平常稱為病人的幻想、往往病人希望兩種矛盾的事情、這是幻想無疑。但是常常有所稱為病人的幻想的、乃是最有價值的表徵、顯明他們的復原需要什麼、護士應當密切注意這種幻想。

五月十四日

若沒有變換去幫助病人、要他自己改變思想、正和折斷一腿的人要移動他的腿一樣、這實在是病人一大受苦的地方。恰像折斷一肢的人、在那固定的姿勢、不能

轉動一樣。

漸愈

五月十五日

有人以爲這個問題並不重要，那種人說，病人漸愈，就是見好，疾病已終止了。他們從不想到漸愈也有他的程期，和疾病一樣，有許多病症，若非小心護侍，將變爲不可救藥。

五月十六日

身體在患病的時候除去死或毒質，在漸愈的時候則修補耗廢。一到生力可以由活動，即趨向健康。

五月十七日

護士人人應當注意察知什麼是近漸愈的跡象。護士必須研究病人的漸愈，和研究他的病人一樣忠實。

漸

愈

五月十八日

實在有許多關於疾病的暗示，不適用於漸愈的時候，比方病人對於飲食的幻想，是一個有價值的指徵，可以遵從，那漸愈之人的幻想，卻往往相反。

五月十九日

更換空氣，是病有轉機時候的第一要事。病人必須另換地方，或另換一房間。光是搬到病人所認為漸愈的病室中，便可以給他一種興奮。

五月二十日

我自己的斷定是，除非將醫院完全遷至市外，再沒有比這個更能增加醫院的效力，並於同時為貧苦病人最大的幸福的，就是把漸愈看作一種光景，需要特別的情形和管理，如同疾病一樣，當即依此設備。

五月二十一日

這種貧苦病人漸愈的虧欠，因早出醫院，而居於惡空氣中，缺乏一切需要之品，最後使死亡冊中的人數增加。

社會的病原

五月二十二日

有的人以為那逐日發見的最大奇蹟，便是我們居然能生活在我們的愚昧與疎忽所創造的環境中。

五月二十三日

傳染真確的定義，乃是傳佈疾病的方法，由於個人、醫生、護士、或親戚的疏忽或愚昧，或是他發見的地方，不適宜於居住，不論有病之人或無病之人。

五月二十四日

在健康的區域，他的死亡率低，每年的生產比例亦低，但是在不健康的區域，他的死亡率升高，他的生產比例，亦於同時增加，足見此種地方生命的循環短。

五月二十五日

在歷代工廠的工人名冊中，可以時常看見相同的姓氏，一見再見，這是人人都知道的。足見他們一代復一代的人，已經生長和將來仍要生長在造成貧民的境况

中。

五月二十六日

死與疾病、和工廠一般、他們來自同一的家庭、同一的房屋、換一句話說、就是同一的境遇。我們爲甚麼不觀察他們是什麼呢。

五月二十七日

工人應當謹記康健就是他們的資本、他們應當互相約定、在工作地方取得清潔的空氣、這是康健最重要的一個原因。他們值得爲這事組織工會、也值得爲這事罷工。

五月二十八日

雇工的人、罕想到這些事件。健康的工作室、在他們與工人所訂的契約中、並不註明。他們給付工資、這就算爲雇主一方面的交換品。因此工資、男女工人、便須以價值、健康、與生命付給他們。

預防疾病

五月二十九日

以衛生作文明的侍女，這是新時代高尚的發端。

五月三十日

照護無病的，比照護有病的更為重要，所以防病的衛生，比治病的醫藥更為重要。

五月三十一日

我們應當不再聽見說奇怪的死和瘟疫，是操於上帝之手。就我們所知道的，他已經交付於我們自己的手中了。

預防疾病

六月一日

我們所說的工作、與護病無關、但卻與維持健康、除去擾亂健康的事有關係、那擾亂健康的、可以總括起來說、就是污穢、飲食、潮溼、猛風、溝渠。

六月二日

若使普通的陰溝、流入泰姆士河、祈禱從疫癘得救、又有什麼用呢？

六月三日

「託上帝的福佑、他必能復原、」這是一般人普通的說話、他們卻始終忽略上帝使健康或復原所倚賴的方法。

六月四日

個人或全國、都願意爲了恢復出錢、因覺得不健康的不便、有疼痛或局部不能動的更甚。但是個人或全國、都不願意爲預防出錢、使他們免除毒害、此事雖然他們不覺得、但是科學的預告、可以確定指明的。

家庭與健康

六月五日

個人的健康，就是社會的健康，沒有個人的健康，便不能有社會的健康。

六月六日

國家健康的祕訣，即在人民的家庭。

六月七日

惟有家庭跟隨着我們，自襁褓直到老死。

六月八日

婦女、優秀的婦女，很可憫的缺乏關於健康的知識，但就家庭保護健康而論，我們從始到終，必須望婦女能應用這種知識。

六月九日

若說人民所住的什麼房屋，並不重要，這真是兒戲。健康與人民的住屋，中間實有最重要的關係。

六月十日

壽險公司等，若不用醫生檢查人的身體，而去檢查這種人的住屋、境遇、和生活方法，他們能得怎樣更真確的結果呢？

六月十一日

我們必須始終倚靠婦女，維持個人和家庭的健康，免得一家的墮落。把那保護自己康健的技術、教導人類，他的真實方法，不就是在學校和醫院中的實習教授、和簡單的試驗、教導關於婦女方面的一部份事嗎？

母親與小兒的保護

六月十二日

雖然人人必須生產，但是關於生產的智識，大約沒有比他更忽略的，在大多數的婦女，也沒有比以下的事情更重要的，就是如何喂哺小孩，為小孩洗浴和穿衣服，並如何為產母和嬰孩得到極端的清潔。

六月十三日

不論害死或醫好，在成人幾天不能做到的，在小孩祇須幾個鐘頭，已經夠了。

六月十四日

傷害小孩最大的，乃是污濁空氣，在夜裏邊更甚。將他們所睡的房间，門窗緊閉，卽是毀滅他們。

六月十五日

這些小孩的早病和早死，都是免不了的麼？還是學習洋琴比學習保全兒女的方法則要更好呢？

六月十六日

我們希望有一日，爲母的人人都爲一健康的護士，凡貧苦的病人，都有機會有一個護病之人在家內。

六月十七日

分娩不是疾病，也不是意外之事，如有死亡，不能說有幾成是必不能免的。並且恰

正和他相反、在產牀上身死、是可以研訊的一件事。這正是一種災禍、我們應當知道他的一切、以免將來再見。

六月十八日

給他們爽亮寬廠有太陽的課堂、陰涼的臥室、充足的戶外運動、以溫暖的衣服和充足的運動、抵抗寒冷與風、並充足的娛樂與遊戲（不用命令而任其自由、隨着兒童自己的計劃）、多得自由與天趣、而減少訓戒、急迫教授、和強制訓練、多注意於飲食、少注意於醫藥、這樣、就是在倫敦的空氣中、也能使小孩更爲強健。

醫院

六月十九日

大市鎮的醫院、不是收受少數或多數選擇的病人之所、加以愛護、這是凡患病而來之人的一大收容所。他們的基礎、深藏在人類罪惡與憂患之內、這種人類罪惡與憂患、他們也供給其一部份、他們的宗旨與性質的印象、必定永遠的留着。

六月二十日

醫院最好不過是一個少不了的害處，這是文明中間期所必不能少的。

六月二十一日

我以為人人當和我同意，凡病人在家內，若能得到與醫院中一樣的治療與護病法，還是在家裏的好。

六月二十二日

我終年從事於醫院事業，卻常常有一個斷定，除了利害的外症，醫院並不是貧苦病人最好的地方。

六月二十三日

所以醫院和醫院病室的建築，必須這樣，使病人不致因醫院而死。

六月二十四日

無論那個醫院或病室受人指謫最烈的，乃是一個很簡單的事實，即疾病由初病的人襲擊他人，傳染與管理不善，或建築不佳，在醫院中是可以交換的名詞。

六月二十五日

經驗顯出一個醫院若開始爲富人貧人供給熟練的護士，尤其是這個醫院是要謀自己支持的，他的末了，必單祇爲富人供給熟練的護士。因爲醫院若要求自己支持，富人必須儘先服侍，換一句說，護士若要支持醫院，必須儘先爲富人。若富人必須儘先，自然最先和最後，都爲着他們了。

醫院中的護病

六月二十六日

護士如一個旅行者，這是在時常更換的病室中經過他面前的許多病人所見。他又像一個旅行者在這個上面，就是文明的惡習和德行，跟隨着旅行者的脚步，他不能阻止，護士也是這樣。

六月二十七日

在許多的病院中，夜班護士幾乎可稱他爲巡警。一切都隨着有教育有訓練的護士立即消滅。他成爲強有力的巡警。他是病室的鹽。

六月二十八日

經驗已經證明護病的效率，大半依靠着醫院的建築、與護病的設備。

六月二十九日

護病人員需要工作的地方，與其他職員相同，這事人多忽略。以最有效率的護病人員供給病院，而沒有他們行使職務的地方，這是沒有用的。凡有護士之處，必須爲他備有地方。

六月三十日

凡好護病人員，雖在各種不利的情形之下，必能盡他們的本分，多少令人滿意。但是在盡他們的本分時，他們的首領，要常常想到如何改良他們的環境，使他們可以免去旁的工作，能將所有的時間，專用於服侍病人。這是需有護士的真目的，並不要他們像升降機、運水器、負重之獸、及蒸汽引擎等，要得這種物件的功用，所費遠不如受教育的人類。

醫院中的護病

七月一日

費五分鐘的時光，去清潔不應在那裏清潔之物，這費去的時光，就是向病人所取，為病人所損失的。

七月二日

護士祇應做護士的事，不問旁的。若要一傭婦，即可雇傭一婦。護病乃是專門的事。

護病監督

七月三日

護士學校若沒有一個監督，比了小孩子沒有父母更壞。在訓練的事，惟有女子能明白女子。

七月四日

護士監督有兩種需要，(一)品格與辦事能力。(二)訓練與學問。沒有第二項，第一項也不能常用。沒有第一項，第二項祇一部份有用，因為我們不能使一個人所沒

有的變爲有。

七月五日

若不是護士監督自己知道他所監督的護士應當做什麼，他就常常不知所措，永不能確定他的工作。他必須以自己爲工作的度量。

七月六日

凡做校長的，必須是希望練習生之學習，這是比平常罕見的事。

七月七日

他（夜班監督）必須具有大領袖的各種原素，如隊長領兵作戰一樣，這是與疾病相戰。他又必須有絕大母親的各種原素。

七月八日

凡不能管理自己的，不能節制自己的性情的，如何能居於他人之上，以更好的原則管理他們呢。祇有爲自己最忠實的主人的，是宜於管理的婦女。

七月九日

勿鹵莽作事、初起的時候、也勿以許多規則束縛自己。靜看事情怎樣、什麼是最好的答案。宜預備各種的失望。盡你們的本分、將事信託上帝。你們的力量、將在安靜與信任裏面。

護士長

七月十日

記着、這是護病尤其是醫院護病的大而危險的特性、就是惟有這種地方、女子實在能管理男子、雖王后也不在例外。一個真有訓練的好護士長、能在一個男病室中維持秩序、勝於一個陸軍看守長、或軍曹。

七月十一日

將來的護士長、應當不是女主人、也不是女僕、乃是在他手下的各個女子的朋友。

七月十二日

護士長必須在製煉所的爐火中試驗過、如同豫言家所說、經過許多的試驗、出來

時沒有一些污點，完全能節制他自己和他的主義，決不喪失他的情性。

七月十三日

世界，不論是一個病室或一個帝國的世界，不是多言所治理的，乃是寡言所治理的，雖然有人希望以多言治理，祇有空談，而無事實，婦女尤其如此。

七月十四日

病室管理，惟有仁愛和同情可以做到。祇要看向病人或練習生所說所做的以何種方法為緊要，就可以完全不同。

七月十五日

若非等到他不再因命令而命令，或為自己的緣故而命令時，非等到他祇為受看護的人而看護時，他決不能看護完善。這是最高的克己工夫，但若沒有這個，一定要破壞看護，與管理。

七月十六日

對於受你們管理諸人的工作，應當作一個裁判官，不當作偵探，你們僅作偵探，雖

然於猜疑和發見，頗爲奇妙，但往往很愚昧的以爲人人都是惡的。

醫院管理

七月十七日

醫院管理最初的需要，乃是將各部份的數目，減至極少，並減少他的職務。

七月十八日

若要使醫院中人，勿以一部份的時間，彼此爭執，自然須有和平、忍耐、識見、和不常遇見的幸運，但是車行的轍跡，已經舊而且深，車輪雖常黏滯，自然能進行。

七月十九日

衝突本不是好事，但是在平常的管理與護病人員之間，頗有益於病人，使雙方各盡其職，而於病人利益發生有益的影響。

七月二十日

一千八百六十八年，英國孟哲斯德有一衛生報告，其實際如下。使全市儘量發生傳染病，將病人送入大病院，此乃醫治孟哲斯德之法——這無異建築醫院以醫

治人民於既死之後。

七月二十一日

你們無論取何種思想、宗教的主義、常多少爲病人預備死、平人的思想、卻常預備恢復病人之生命、因之護病卽依此而行。

七月二十二日

衛生的需要、決不可因其煩擾、或所需清潔之法而拋棄。因爲一切衛生設備、其目的在救生命、不是在省煩擾、醫院也在其內。保全生命、乃是惟一的真正節省。你們若省手足之勞、而喪失生命、就是奢侈。

七月二十三日

我常相信、且日益相信、凡醫院中的錯誤、可以裏面的行動、忍耐的、勞力的、尤其是安靜的改正他、卻不能以外面的責備、調查、和喧擾改正。

護士的訓練

七月二十四日

護士沒有訓練，如同人不識字，祇從他一己的錯誤得到經驗。

七月二十五日

我們有被空言所誤的危險，或以爲祇須三次皮毛功課之實習，即可學習護病。這是現在極普通的一種迷信。

七月二十六日

護病須終身學習。我們必須逐年進步。若要做護士長，必須有五年的實習，不是空言。

七月二十七日

有許多婦女自稱護士，其最使人可驚的，就是他們尙未知護士教育最初的三大要件。第一要件，護士應當知道病人是什麼。第二應當知道對於病人應當怎樣。第三應當知道病人乃一有病之人，並不是動物。

七月二十八日

訓練是教護士如何料理在我們管理之內的方法、確遵內外科醫生之能力和知識以恢復健康與生命、即如何能使健康的機械運行無阻。

七月二十九日

總之、凡一切訓練所能爲的、就是教我們如何練習自己、如何自動觀察自己、如何爲自己思想各事。

七月三十日

我們的教育、是要使我們適宜於生活的事業、不單是一種裝飾品、我們當隨着所擇的職業進步、不重在註冊、制服、或僅有外表。

應避的危險

七月三十一日

我們是時樣、這是實在的、但須知道時樣是什麼、這就是腐敗。

應避的危險

八月一日

在一般私家護士、上帝的榮耀、比護士的其他部份更多受委託、或者更不容易維持。

八月二日

私家護士有時被毀壞、有時被強迫。他不可使毀壞毀壞自己、並從被強迫知道勿強迫他人。

八月三日

在生活的各部分中、除了工廠之外、沒有學徒。沒有理論或書籍能除去此點、或有益於事、除了作一階石、餘無他作。

八月四日

若我們有善意去做、且喜歡實習的工作、卻不願受這煩勞去知道他爲甚麼、這是極容易降爲病室苦工的。

八月五日

若沒有研究病症的時間，普通護士，輒墮落成爲假想的病室苦工。若沒有系統他們於病人不免虛擲光陰，在真正的護病，沒有多少進步。

八月六日

從製鞋匠到一彫刻家，人人應有熱心，以合法進行他的職業。現在護士所應做的，不是靴鞋，不是錐與玉石，乃是人類，他若非出於滿意而誠懇的護病，則無人可使之敢作，無論怎樣教訓，不能使他作此護病的事。

護士的健康與幸福

八月七日

這樣的消費人類（護士），實在是最壞。他解剖的原因，乃是滋養不足、睡眠不足，並缺乏最普通的衛生警誡，這是世俗醫院命令嚴酷和不知經濟的結果。

八月八日

關於病人幸福所需要的種種準備，正與護士健康所需要的相同。

八月九日

凡雇用工人的，都應當保護工人的健康。不論那個會社，如其職業在為病人設備，卻因此之故，使護士與醫生的生命，不免因盡職而犧牲，已足證明他護病的預備，非真精神而已。

八月十日

這是一件重要的事，應當記着，若將比主使人所能忍受的更多，加於人類，縱不以為惡，也是愚笨。普通的人，無論男女，在終日勞動之後，須得一夜的好休息。若不能得休息，則必失去健康、效率，或清醒，或完全失去。

八月十一日

天然每以最明白的意義，與醫院的空氣和生活相反背。但若避去使人震恐的名字，可以將飲食略為改變，他的效果頗佳。這是實際可行的，雖然看去像空幻，卻不是空幻的。

八月十二日

醫院不是一個悔罪所，也決不能作悔罪所，那是假作悔罪者最危險的地方。這是各種人所不能或不願看見的，有的由於無知，有的出自有意，有的因不定、愚笨、仁慈的感想，施於實事，便有如此的危險。

八月十三日

夜班護士，若不小心照看，有二法使其墮落，(一)將自大，以護士長自命。(二)或事煩而疏忽，不仁愛，或不能合法做事。

陸軍醫院(克利米亞之戰)

八月十四日

在我們所有的戰事中，我們的醫院有顯著之失敗，這是如何殺人的榜樣，並非醫治。

八月十五日

沿路醫院，顯然在極惡劣的衛生景況中，因為接觸傳染的疫癘盛行於醫院。所以

用接觸傳染的疫癘這幾個字，乃是一種專門的方法，表示醫院中一種惡劣的衛生情形。

八月十六日

屋內病人，異常擁擠，我可以說，若在籬下治療，可更有復原的機會。聚集許多人在一個地方，並且在惡劣的空氣內，這與盜賊殺人的罪，或置人於不能航海的船內一般。

八月十七日

因為陸軍醫院中的死亡過多，凡想得到的方法，都已試過，但自放血至於番椒，同一死亡效果，卻似乎沒有人想到清空氣的功效。

八月十八日

有的醫官的建議，是膚淺的、初步的，凡有識之人都明白的。他的弊害，即在陸軍中並無此種衛生機關，使病人未入醫院以前，先將一切危險的來源除去。

八月十九日

因爲壞血病之故，多製石灰汁，以除疾病，但不如用一半聰明，能免用此物，則可使陸軍強健回英矣。

八月二十日

我們知道治療病人的費用，比修理房屋爲大，但這些營房，當需修理的，卽當修理，因爲同療治病人的費用比較起來，還是一樣的。

陸軍護病

八月二十一日

我願與無論何人終歷這一回的戰事。

八月二十二日

我們祇要能掃清那虛偽的有害的與不名譽的謬讚和喧擾的制度，這是他人爲自己的緣故，並因愚昧的思想，而包圍他們的事業的，這種事業，一經考求他的詳細實在是不待人心的。

八月二十三日

至於病人雖有各種的錯誤，可以信任他們，信任英國的兵士，和兵士所從來的農民。我們知道他們這些人怎樣。他們值得受這許多苦痛。

八月二十四日

紀律乃是樞軸，軍中良好的秩序跟着他轉，陸軍醫院也包括在內。若置少數婦女在陸軍醫院中，除非他們能與院中紀律的精神，切實融洽，他們不僅損害自己，且將損害全體。

八月二十五日

陸軍部多為空虛悅耳的讚美，這並不是我所要的，我所要的乃真正的辦事成效，卻不給我。

八月二十六日

情願幫助護病的婦女，他們的如何有益於人，須視他們抱職業的而非好事的，思想為比例。受薪給的護士，常最為有益。

八月二十七日

近來有名的小說家、曾創作婦女因戀愛、失望、或以一個無經驗的人、而入陸軍醫院、尋覓他受傷的情人、一經尋到、即爲他的情人而拋棄病室、這原是意料中的事。在著作家的意思、此種婦女、並不算爲惡、且視爲護病界中的女英雄。

軍隊的健康

八月二十八日

薛特南赫白德、並不將他爲人類的能力沉溺於政治。他的受人記念、大抵因他是第一個陸軍大臣、重視救入生命的事、節省國家財富、其中人的生命、比較別的一切更重。

八月二十九日

有一句真確可靠的說話、凡歷久的戰事、那真正決定國家運命的、並不是刀、乃是疫癘。

八月三十日

在軍隊中比較其他各業更爲重要、那被雇的體質、便是雇主的勢力。兵士的健康、乃司令主要的機器。

八月三十一日

保守陣地、抵抗敵軍的重要、人多想得到、但却想不到保守陣地、以抵抗疾病。雖然我們的軍隊、已因病失去一半、直到現在、仍以衛生方法爲欺人之談。

軍隊的健康

九月一日

依據此項原則，圍城須有兩種軍隊，分別組織，一個抵抗敵軍，一個抵抗疾病。

九月二日

按照現行習慣，對於有系統的保護軍隊健康，並沒有規定，祇有看護疾病。軍醫官的主要職務，就是在醫院中為兵士治病，但沒有想到防病法子，使人不必到醫院裏來。

九月三日

統計的主要目的，不僅以死多少人報告政府，應當使政府能立即設法，以防疾病與死亡的蔓延。否則便像警廳的事務，在紀錄謀害案件，而並不去預防他一般。

在貧民中護病

九月四日

我自覺與無知及貧苦的人表同情。凡為我所注意的事，他們也注意，我們都是盼

望於生命的少，而盼望於上帝的多。

九月五日

我不信什麼「博愛」，這實在不是他愛人的本義。但是知人必須在愛人之先，相識、友誼、和愛、惟有來自同情、與真知灼見貧人的方法、習慣、和生活、並不僅尙感情、却須積極而有果效的熱忱。

九月六日

與貧苦的人表同情、注意他們、幫助他們、祇可在他們自己的家中、爲長久而親密的交際、方能得到、不是愛護、不是下交、不是窺探、這是因明白內容而生出同情、一度探望、卽增加一度的愛。

九月七日

勿以爲得益的都屬他們一方面。當那心心相印的時候、我們從貧苦人所學到的何等多、從醫院中病人所學到的又何等多呢。

九月八日

貧苦人彼此以仁愛相待，很有可觀。當貧苦人見一護士可以信託，並知道他的事務，就沒有不願因他而為彼此盡力的。

九月九日

我所要的乃是在茅屋中做事，若坐在椅上發問，這不是與貧苦人或任何人以心印心的真交際。但我若知道如何看護他們，他們自有做得更多的機會，我應當有切實的使命，使我去做。

九月十日

在地方上為貧苦病人護病、護士的第一職務，乃是整理室中，使病人可以復原。除去妨礙健康的情形，自然是護病的第一步，以助天然除去此種情形之結果。

地方護病

九月十一日

這地方護病是伯利恆的星，是好護病的冠冕，是貧苦人的近世文明者，否則他實

在是一件極不好的事。

九月十二日

或者地方護病之中，包括着一種新時代的微菌，以安靜的個人勢力進行和訓練的敏妙的同情的扶助貧病和受苦之人。

九月十三日

應當有一地方主婦或女監督，即婦女會受最高的護士訓練，意志堅強，有監督及處困難地位之能力者，也即是一個高貴婦女，足以應付各方面，而無嫉妒或引起嫉妒之心者。

九月十四日

若地方護士，僅為一尋常的婦女，即沒有多事可做，除非在發生流行病之時，則將應接不暇。在下等婦女，於健康之時，沒有多事可做，但在較高等的婦女，則教導貧苦的人清潔與保護小兒等等，其事又何多呢。

九月十五日

若沒有這種切實有效的訓練監督制度、地方護士常不能成爲有紀律的軍隊、而爲烏合之衆、不能成爲有組織而爲無組織、且常至於腐敗分解。

九月十六日

護士不能爲廚役、爲救護員、爲地方參觀者、爲代書人、爲普通店主、爲家具商、爲施賑者、爲備辦糧食者、爲施主、爲醫藥肆。地方護士於這種地方、更不及醫院護士。但彼於病人復原所需要之物、也知道如何並於何處可以得到他。

九月十七日

應當留意、勿令護士成爲一施捨者。一個人可以安然的說、若地方護士以調濟人開始到底祇不過與人以調濟、並沒有別樣。

如何教授衛生

九月十八日

數百年的迷信、和歷代以來的惡習慣，不能以講演、書籍、和考試去醫治之。

九月十九日

在印度教授的婦女，必須知道印度受教的婦女的語言、宗教、迷信、和風俗，這是一定之理。在英國也是如此。我們不應當向他們講，或講起他們，乃是與他們互相講話。

九月二十日

你們若要有益於人，必須分別知道茅舍中的母親、和他的個性。你們必須為他們所歡迎。你們必須為茅舍中母女的母親。

九月二十一日

光說人很注意演說，一定是不夠。所要緊的，就是他們以後是否能在家庭中實用這講演。他們是否真能適用於家庭衛生、和改良的方法。

九月二十二日

凡有意說的、少有成效、惟有以每日自然的交際自己說的、方有效果。人人都從他們自己的經驗、生平最足以感動他們的是什麼、而知道這事。

九月二十三日

那最遲緩的、就是祇有聲音而沒有別的、永久講演、從一個耳朵進去、即從又一個耳朵出來。惟有隨着工作的話、能夠留連着。

九月二十四日

那有報酬的工作、就是熟練的手、以冷靜的頭腦指揮、和以愛心主使所做的工作。當以心印心、以手聯手、禱告以愛的完全禮物爲你們一切工作的精神和生命。至於所得到的感動力、不是因爲宣講、乃是因爲我們的怎樣。

忠于職務

九月二十五日

我們並不立誓、這是實在的。但是是否必需要立誓、使我們信服學習任何藝術、尤

其是慈善正當的藝術的真精神，不是嫌惡其他一切呢。我們果真以愛我們同類（護病爲其一分枝）的事，位置得這樣低麼。

九月二十六日

你們若自覺爲家庭中的人，必定希望使一家的品格愈高愈好，使你們以屬於這家庭爲榮耀，你們的一言一動，都不使他蒙羞。

九月二十七日

你們各人應當時常勉力增加你們職業的上達，因你們工作的週到與忠實，繼續提高學校（就是你們的家庭）和一切附屬於他的品格，使之日新月盛。

九月二十八日

頌揚良好醫院或護士學校的護士之同道精神，如同頌揚久經戰陣的一營有名的軍隊一樣，他的榮譽不能使他污損。

九月二十九日

以我看來，護士最大的需要，乃是「虔心。」我用這兩個字的意義，很爲廣闊，乃是一

心希望，傾向着一個高尚的目的。這個並不是假想，但不久可以達到。

九月三十日

覺得神召作事是什麼。不就是做你們的工作，使你們自己高尚的理想滿意，什麼
是正當，什麼是最好，而並不因為你們若不做，便恐怕被人家找出麼。

忠于職務

十月一日

我沒有特別的才能，我可以誠心告訴你們，無論那個青年婦女，祇要他試着走，他不多時間就可以跑到他所指定的路了。但是他必須先學習走，他跑的時候，應當耐心的跑。（大半的人，並連走都沒有去試。）

社會改良

十月二日

在絕頂和可笑的方法中間，有一條中路……以最好的做目的，或不免遭失敗……注意理想，但應當使他成爲實事。

十月三日

在這調查和統計的時代，他的結果，是用顯微鏡的精確表示，或數學的準確作表，我們似乎以爲數目可以代事實，計算可以代行動。

十月四日

飢餓並不引起人用力，但使人軟弱。勿因飢餓責餓人，但教他們如何自養。

十月五日

我完全贊許行這個大善舉（地方護病）的方法，使地方儘量負責，勿委他在創辦人或發起人之手，又儘量使多人注意這事，爲他們得到許多行動的獨立，但仍維持必要的統一（沒有非必要的。）

十月六日

現時代所稱爲扶助的，常以愛護自傲。

十月七日

講到這社會惡習問題，有顯然的原則。政府能禁阻此公開而不名譽的貿易，和其他公開而不名譽的貿易同。政府能禁阻公開誘人爲惡的事，與禁阻公開誘人犯罪的事同。政府兼能爲平民和軍人作此事。

十月八日

使漸癒的貧苦病人到海濱去，是一種救助，他的益處真是不能計算，他的結果可以減少窮困。在富人改換空氣的益處是決不疑惑的。

公論

十月九日

如果我們是完全、絕對的段階政治，便可為各機關最良的政治。但以我們的知識和文化不完全的情形，還是公布和因公布而起的衝突，為病人利益最好的保護。

十月十日

因為我們論的是人，不是天使，所以就一般事件的不完全而論，公論比了個人的意見，確是一個較高的標準。既公論是各個人的意見而成，我已多年試而尋之。這是因為甲所責望於乙的，比責望於他自己的更嚴。

十月十一日

我們應當創造一種公論，以驅遣政府，勿令政府驅遣我們，但必須是一種開明的

公論、在原則上聰明、在細目上也聰明。

十月十二日

現今尚無公論、須要創造、勿因缺乏智識而有錯誤。好意似乎已足、然而錯誤、——有組織的錯誤、——較犯罪更爲有害。

十月十三日

現今主要的流行病、卽是愚昧。你們應當組成公論。一般的官吏、祇要作你們所命他們做的。你們公衆、應當使他們作你們所要的。

十月十四日

別人對於你們的意見、並不全靠或極少倚靠你們怎樣、乃是要看他們是什麼。

十月十五日

這種強迫志願的方法、使人想起一個英國婦人、有人對他說、應當使小孩進學校、他就向手中的嬰孩說道、「你若不自願進學校、我要打碎你的腦子。」

工作

十月十六日

當准許作我們國家工作的時候，我不願意說到報酬，因我們就爲了這工作生活的。

十月十七日

大約祇爲金錢而工作的人，沒有能作得好的。若他的工作沒有像專爲金錢而作的盡力，那是一定沒有能作得好的。你們決不能因給他善價，使他成爲一藝術家。但是一個藝術家，應當得着善價。

十月十八日

我們並不說以此法試驗合不合服事上帝，乃上帝是不是給與他私產，使他能無工資工作。宗教的目的應極堅強，使你們能夠訓練自己爲最好的工作，博得最高的工資。

十月十九日

我們於完備的思想與感情，實在不能有什麼意義，除非他的完備，已由生命與工作得到，除非他已在生命與工作裏邊實現。假設完備在工作以外存在，與沒有運動而存在，沒有實行而存在，其實是矛盾的事。

十月二十日

凡擔任這種護病事業的，不宜爲感情的熱心家，但應當爲純然愛艱苦的工作者。

十月二十一日

使一個人自居於他的工作之上，這種驕傲，沒有像他那樣卑賤可鄙的了。凡我們的職務所叫我們做的，沒有真正卑鄙墮落或不清潔的事，但是若因驕傲使我們放棄職務或工作的一部份不做，或做得不好，這樣我們實在是墮落了。

十月二十二日

生手比熟手，在同一的時間內，做的工作少，並且做得不好，這是實在的。受雇的護士，若非他們曾經訓練，即不值得雇用，除非是出於偶然。

婦女的工作

十月二十三日

我應當爲婦女勉求較好的生活。

十月二十四日

婦女生活中全部的害，四分之三是因他們置身於男子所應受的訓練規則之外。

十月二十五日

婦女工作，婦女職任的呼聲，徧於英國全國。但是做此工作的爲何如此之少呢。我們嘗聽見人爲國家流血。然而祇爲國家犧牲墨汁，是在什麼時候呢。

十月二十六日

婦女確然應盡他們所有最好的能力，爲上帝的世界工作，不去注意那些過甚憐惜或反對婦女的呼聲。你們當聽憑這種妄語，以簡單純一的心，逕赴上帝的工作。

十月二十七日

你們若奉命做男子的工作，初勿要求婦女的特別利益，就是不準確和軟弱的特

權和你們昏亂的頭腦。你們當服從辦事的規則，與男子相同，祇有這樣，能使上帝的事成功，因為他從未說過他要將成功與祝福，給那無效率與粗略未完的工作。

十月二十八日

但是我要對全體的婦女說，不論是習慣的工作，或不習慣的工作，你們都要看得如同委託你們的事一樣的工作，即可使沮喪和擅專，怠惰與過勞，同一的離開你們。

十月二十九日

我祇要說工作，先時靜默的工作，靜默到數年，並不會虛耗時光。或者在你們的一生，後來覺得這是第一次善用你們的光陰，若不如此，你們不能成爲工作者。你們不能成一完備的工作，不過爲上帝服務時一種拙劣的作物。

宗教

十月三十日

宗教並不由上蒼在印象和概括中給我們的，乃是在思想行動的習慣中，在愛上

帝和人類中實行。

十月三十一日

地無論東方西方、代表人性最深的、需要的三項原則、就是訓練、宗教、和知足的三原則、這是曾經紀錄的。最後一原則、並不是說我們應當靜止不動、但恰正是相反。

宗教

十一月一日

我們有三個審判的人，就是我們的上帝、我們的鄰人、和我們自己。我們對於自己的裁判，往往過寬。我們鄰人的裁判，往往過嚴。我們不應當常記着去看上帝的裁判我們麼？因為知道這事，無論我們求他與否，終有一日找到我們。他知道誰是他的護士，誰人不是。

十一月二日

一個人想他自己的得救，比較想他自己的飲食有較高的地方麼？我常以為軍士為的確不是他自己的物，而犧牲生命，比較有一班信宗教的目的，可以使一個人自己得救的諸聖與傳道者，在天平上要來得高些。

十一月三日

我們若沒有真正的宗教思想與目的，醫院生活，就是一切事情中最高生活，沒有他們，也將成爲一種常規與忙亂的事，並且能使吾漸變忍心。

十一月四日

婦女尤不應當以宗教的勢力，去感動病人，如同牧師一般。我們並不是禮拜堂的牧師。婦女對於病人能有道德和宗教的感動力的，就在他的裏面，他的外表，和他的本身怎樣。

十一月五日

我們關於生命所聽見的宣講，在那狂放薄弱的婦女名稱中，從沒有人講到研究甚麼，以為這就是屬於基督，好像基督未嘗作那改良生活的最勇敢的宣講師一般。

知識

十一月六日

在一切人類的聲音中，我以為那最可悲的，就是「我不知道」四字了。

十一月七日

天下厚顏之事，再沒有像愚昧無識的。

十一月八日

有一奇怪的古話相傳，說十九世紀是婦女時代，此話不果真麼。二十世紀真要成爲空言時代麼。願上帝禁止不許。

十一月九日

我看似乎有一些危險，二十世紀要成爲不是實事求是的時代，却成爲熱心而沒有事實的時代。

十一月十日

我請就我自己的經驗來說一件事。訓練是沒有什麼用的，除非一個人能學習

(一)感覺，(二)爲自己推想。

十一月十一日

每費半點鐘的談論，卽費兩點鐘的思想，這是一個何等寶貴的規則呢。談論不能管理世界，雖祇一個家庭也不能。

十一月十二日

婦女不知道要建設一新事業、非但有克己之心、亦需有智慧。請你們信我的話、這個不是理論、亦不是虛妄、乃是實驗。

訓練與自制

十一月十三日

一個護士、不論是教會的或世俗的、也不論他屬何教派、或是一受薪給的護士、若沒有在醫院紀律之下、就是一半在醫院世俗的男執事、一半在他自己的女上輩之下、受過訓練、我未見一人、足值他所吃的麵包的。

十一月十四日

訓練不是叫一個護士成爲奴隸性質、乃是忠於醫術的命令和院長。真正的忠於命令、不可沒有獨立的思想、或責任的力、惟有這樣、能得真正的可信任。

十一月十五日

我們可倚靠凡受過訓練的聰明護士、與有教化有道德的婦女、他的奉行命令、必

較愚笨無知的婦女爲好。因爲無知識的常頑固。

十一月十六日

無論何人的舉動，若要照他自己的法子去做，這就不好。

十一月十七日

自由實在並不是照着我們所歡喜的去，縱然是能夠，也不是人人都可依他自己的法子，但應當自制。自制並節制或管理我們的主意，便得自由。但一個人若不能管理節制任何主意，或正當使用任何便利，即不能得到自由。

十一月十八日

在畏懼的精神下所成就的，何其少呢。

十一月十九日

我有一個爲人類生命更大的責任，比較以前男女所有的，以爲我的成功，就爲這事，我決不推諉，也不受人推諉。

進步

十一月二十日

在我們爲護士的、護病是一件事，若不每年每月每星期有進步，可以說我們是退步了。

十一月二十一日

在護士的一生，進步是沒有終止的。

十一月二十二日

護病是一進步的職業。一年復一年，護士應當隨着醫藥與衛生的進步，學習新的和改良的方法。一年復一年，護士須比以前做得更多和更好。那護病的需要，也是一年復一年，漸漸的成爲一種道德的職業。

十一月二十三日

我從沒有一息的懊悔，也無一息的回顧。上帝從不令我覺得人生活動的疲倦，而畏遲遲不進。

十一月二十四日

小而靜寂的起端、單純的勞苦、與靜默而逐漸奮鬥向上、這就是一種事業真正繁盛發達的氣象。

十一月二十五日

一個婦女、若自己心裏邊想、「我是一個完全護士、一個有技術的護士、凡應當學習的事、我已經都學習了、」這樣的我可以說他沒有知道什麼是一個護士、並且決不會知道、他已經退化了。

十一月二十六日

又有一個危險、就是固定而不進步。無論何種制度、沒有能永遠停着不進的。我們是向將來走、還是向過去走呢。我們是進步、還是定着呢。我記得我們在護病業、還沒有跨過未開化文明的門口、那應當做的事、尚有許多。願我們勿固定的凡庸。

管理原則

十一月二十七日

馬兵管理原則中，時常轉移各種責任，常使轉移到不曉得在那裏。你們若待遇你們的總辦像一學童，你們就應當有一學童作總辦。

十一月二十八日

我們若要做現今人所空談的、書寫的、演說的、報告的事，這就是管理。

十一月二十九日

祇有一個人的制度，是不是安全呢。這是一個問題。

十一月三十日

凡一切好組織的精髓，就是人人應當做他自己的工作，要可以幫助人而勿妨礙別人的工作。

管理原則

十二月一日

一個管理的人，應當使人覺得他比聽得他多，不可聽得他比覺得他多。他應當執行他的管理，勿作無謂的辯論，但以合宜的生命之靜默的力量，沒有外表，也沒有隱藏，但多敏速。他應當行使管理，但不顯明其外表耳。

十二月二日

我自己也會居有權力的地位，時常想記着隨意使用這種權力，是卑怯的行爲。沒有人能夠踐踏他人，管理他人，博得他們的傾心，乃是管理一半，然或能得全體亦未定。

十二月三日

再則凡管理的人，往往似乎覺得自誇，以爲他們必不能少，除了他們，沒有人能夠明白或實行他們的辦法。在我看來，所能自誇的，却在實行一種制度，使人人都可以明白，都可以實行，所以若因告假或疾病，就可將一切的事，交託他人，心裏知道

諸事必能照常進行，決不覺得少他一人。

同時代的幻想和弱點

十二月四日

我想這是可驚的事，尤其在現在的時候，當那婦女的筆墨，常使我們感覺婦女的特別價值，和普通的職務之際，却看見婦女的服裝，一日一日的使他們更不適宜於無論何種使命，或是並無用處。並且不適宜於時人之詩才發揮，或家庭的雜作。

十二月五日

用水療法，在近數年來本屬健全而漸入疲乏之人，和一般收入豐而空間多的人所容易發生的病症，這是一種極受人歡迎的醫療法。

十二月六日

小說中的女英雄，常不畏傳染，後來却和他的全家，或他所管理的，同因傳染而死。他們若果這樣，這真是他的羞恥。

十二月七日

順勢療法，於初學的婦女行醫，有一差強人意之處，因為他的定則極好，治療法比較的無害。祇給人少許的藥，以壓足人必須服藥的心理。所以婦女若要給藥，願他們用順勢療法，可以不致有害。

十二月八日

約翰布爾（即英國之國性代表）惜乎或將他所種植的和他所澆灌的一齊拔起，看他如何生長。

十二月九日

從委員會、賙濟、與門派、從博愛、和一切魔鬼的欺騙、主耶穌拯救我們。

十二月十日

我們已經有數噸的護病書籍，充滿着專門而非通常的字眼。現在我們以乳呼為乳，但是不久或將稱他為乳汁的分泌。

雜錄一

十二月十一日

給他們充分的事做、並給他們大的責任、這是安定人的兩個有效法則

十二月十二日

她經歷過兵士的一切工作、她因此能爲我們所有最好的將領。

十二月十三日

我不信聖奇英特拉克魯克斯要在未死以前禱告辭去長老之職、因爲人在那裏比在別處更多自卑的機會。

十二月十四日

有天才的人、以平常的材料工作、但決不能造成一個大廈、惟獨他能居住。

十二月十五日

男女慈善家、於事一無所知、却自以爲所知的甚多、有時釀成何等重大的錯誤呢。

十二月十六日

看見我們跌倒了將我們救起的人，比較使我們能夠自己立着不跌倒的人更多。

十二月十七日

公道是最完備的秩序，人人各做他自己的事，若人人做別人的事，就是不公平。這是一切事情中最顯明的，却因這個緣故，從未被人家發見。

雜錄二一

十二月十八日

誰又能知道呢，各國曾爲多少有統系的圖謀，以減少戰爭大患的恐怖，將來不可以使他完全消滅於地球之上呢。

十二月十九日

在現在的時候，沒有比輕視反對派的反對危害更大的。

十二月二十日

善與惡是相對的名詞，沒有這個，就不顯得那個。

十二月二十一日

沒有別人，惟有做母親的知道嬰兒的寶貴，若自己寶貴意義一般。也沒有別人知道他在第一個意義死後，第二個意義發生以前的憂痛。

十二月二十二日

一個人獨處沒有什麼要緊，但是在衆人中間，不能得到同情，這就未免見得孤寂。在缺乏同情，缺乏注意，或施或報的地方，不要感覺得飢餓麼。

十二月二十三日

這一科（產科）完全是我們自己的，我們可以毅然的說，若婦女的技術和男子一樣，凡分娩須由婦女服侍。現在的收生婦，太無智識，幾乎成爲一被人輕視的名詞。但是他們爲甚麼應當無智識呢。這一科既沒有人和他們競爭，爲甚麼應當是有教化婦女的第一願望呢。

十二月二十四日

婦女除了學習男子醫法之外，何不外加婦女特心之醫術，豈非比他更好麼。

將來

十二月二十五日

若論我願不久在上帝的另一世界中、進行上帝的工作。

十二月二十六日

我們希望當我們死去之後、有領袖起來、他們會親身經歷那艱苦切實的工作與困難、和組織護病改良的愉快、他們要領導到遠過於我們所作的事。

十二月二十七日

工作有大安慰、也有大失望、如同其他一切高貴的工作、你們目的向上之時一般。此失望極多、所以我們必須有完全的信仰與信託。

十二月二十八日

決不要知道你們是打敗了、這就是到勝利的路。

十二月二十九日

我們不可以使健康成爲傳染病、如病一般的接觸傳染麼。

十二月三十日

我們尚祇在護病的門牆、非等到爲母的人人知道如何喂哺小兒、和替他們穿衣洗浴、尤其是二歲以下的、以爲他們取得健康的最好機會、非等到貧苦的病人、人人能分受一有訓練的地方護士、非等到私家護士人人有組織、有生命的原則、對於私家護士所應做的有較高的思想、非等到不再有以空言代替婦女兩字的危險、我們距離訓練的門口還不甚遠。

十二月三十一日

我祈禱我們能夠知道時候與季節、忠於我們的職業。願上帝幫助我們全體。

BC

35.616.2