

★編主音嘉黃★

健全婦女生活



促進家庭幸福

號大特刊創

目要期本

印度購紅寶石記...雷夢
 女護士從軍記...黃筱蓮
 在重慶做主婦...朱綺
 廟兒講觀舞記...熊如岩
 戰時婚姻在美國...周莘農
 控制疾病延長壽命...黃席羣
 問君能有幾多愁...彭國元
 孩子病了的時候...蘇會祥
 男人為甚麼結婚...海倫
 怎樣治療青年手淫...劉滄慈



- ★政 家★
- ★教 家★
- ★交 社★
- ★愛 戀★
- ★偶 擇★
- ★姻 婚★
- ★嬰 育★
- ★健 保★
- ★童 兒★
- ★理 心★



人 羅 斯 福 社 發 行
 * 號 月 歲 年 五 十 三 國 民
 行 發 社 誌 雜 家
 號 八 十 弄 二 三 二 路 培 爾 亞 海 上

黃嘉音主編

黃嘉音主編

黃嘉音主編

家

西風

光

月刊

月刊

月刊

半月刊

定閱辦法

- (一) 自由定戶預付定費一千元，西風付二千元，多交聽便。
- (二) 來函請用正楷書明姓名地址及起定期數，以免誤寄。
- (三) 郵費包紮費由定戶款中照扣。
- (四) 定費將用完時由本社專函通知續定。
- (五) 外埠定費請由銀行或郵局匯出。郵票代洋九折計算，函寄現款倘有遺失，責任由寄款人自負。
- (六) 來函請逕寄上海亞爾培路二二三弄十八號西風社光半月刊社或家雜誌社。

定戶四大利益

- (一) 每期出版照上海定價九折優待。
- (二) 自由定戶儘先提早寄書。
- (三) 本社出版或總經售書刊一律按照上海定價九折優待。
- (四) 自由定戶委託購買外版書籍，來函註明定單號碼，即可享九折優待利益。

歡迎

定閱

介紹

★

優待

批發

經銷

西光家

風半月刊

月刊

雜誌

社社社

發行

行

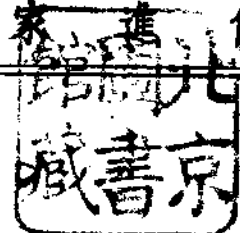
上海亞爾培路
二三弄十八號

★ 號 月 一 年 五 十 三 ★ 目 要 號 刊 創 家 ★

- 家的誕生(代發刊詞)……………黃嘉音(二)
- 女護士從軍記(職業婦女)……………黃筱蘊(三)
- 戰時婚姻在美國(社會問題)……………周莘農(五)
- 印度購紅寶石記(印度通訊)……………雷夢(七)
- 在重慶做主婦(陪都生活追憶)……………朱綺(九)
- 廟兒講觀舞記(新疆迪化通訊)……………熊如岩(一一)
- 民主的敵人(思想)……………羅斯福夫人著
鍾文萃譯(一二)
- 問君能有幾多愁?(修養)……………彭國元(一三)
- 控制疾病延長壽命(醫學)……………黃席羣(一五)
- 當孩子生病的時候(健康)……………蘇會祥(一九)
- 怎樣治療青年手淫(性教育)……………劉淪慈(二〇)
- 約會的藝術(社交)……………劉剛(二三)
- 擇偶須知(擇偶)……………賈瑩(二四)
- 男人爲什麼要結婚(婚姻)……………海倫(二六)

- 你是問題父母嗎?(家教)……………范益生(二七)
 - 父母訓練學校(家教)……………翼如(二八)
 - 當孩子發問的時候(兒童)……………朱梅先(三〇)
 - 養成嬰兒眠、食、(育嬰)……………潘紉嫻(三三)
 - 便的習慣
 - 雞肉魚的幾種吃法(烹飪)……………朱純(三四)
 - 初學烹飪的回憶(家政)……………蔣玉清(三五)
 - 利用你的舊衣服(家計)……………畢璞(三六)
 - 溫柔忠厚的姑母(人物)……………袁青(三七)
 - 一子雙祧却逃婚(婚姻)……………思源(三九)
 - 續娶問題(家庭)……………劉敬寬(三九)
- | 補 | 白 |
|-------------------|-----------------|
| 家政一得……………胡慈(二五) | 天眞話……………丁淑文(三五) |
| 無所不問……………歐麗(二五) | 共笑同樂……………夢谷(三一) |
| 母親的願望……………沈詩萱(二九) | 劉美麗(三五) |

活 生 女 婦 全 健 ★ 福 幸 庭 家 進 促





「家」的誕生

代發刊詞

黃嘉音

在目前，「家」還是構成社會，國家，民族，世界的基本單位。我們雖然不相信單單「齊家」，就馬上可以使國治而天下平，因為國家的治亂天下的太平與否，原因是相當複雜的，「齊家」並不是治國平天下的萬應靈丹。可是反過來說，我們也相信有一個快樂的家，是可以大有助於國家的富強和天下的太平的。因為國政與天下事根本都是由「家」裏出來的人在做的。要是負担天下重任的，是一些從幸福的家庭中出來的人，那麼我們敢相信，他們的工作情緒和工作效率，一定會好得多的。

我們覺得今日的中國讀者會有這樣的一種需要，所以才辦「家」。我們希望「家」能成爲每一家每一個做父母的人的良伴。

今日正是中國前途燦爛，希望無窮的時候。中國是在跟着世界的政治潮流，逐漸走上開明民主的路了。爲適應今日社會的需要，我們希望從「家」裏出來的人，都能有比較進步，開明與民主的頭腦。我們相信從民主的家庭中出來的人，一定能成爲民主世界優良的公民。因此，我們覺得在今日的中國，改良家庭環境與促進教育是非常重要的。

自從新的心理學出現以來，家庭教育已經

走上科學化的路了。一個嬰孩從出世到成年，他的心理歷程，智力發展，情緒成熟，生理發育，在科學家的眼中，已經瞭如指掌。祇要我們肯虛心研究，肯刻苦學習，我們要認識自己，要了解別人，並不是困難的事。心理學家

恭 祝
聖 誕
並 賀
新 禧



家雜誌社謹賀

已經替我們指出了一條保持心理衛生，促進精神健康的康莊大道。自我修養，家庭教育，兒童心理的一切含義，都可以包括十二字中。

我們中國五千年的悠久歷史，文化，和傳統，由於歐美新思潮的侵入，已經發生了極大的激變。中國的思想，文化，生活，習慣，制度，正在新舊衝突和交替中，有許多人正徬徨在中西的歧途上，不知何所適從。我們覺得東方與西方的文物制度，各有各的優點，也各有

各的弱點。我們不應不分皂白地全盤放棄，也不該不辨是非地全部接受。我們應該走的路，是捨棄弱點而保留優點採納優點。這是唯一合理的路線，這是向前進步的不二法門。文物的優劣是相對的，不是絕對的；是要看時，地，與人的，而不是可以輕易一筆勾銷或一概抹煞的。不論你怎樣蔑視，攻擊，好的總是好的。不論你怎樣稱頌，褒揚，壞的終將遭受淘汰。我們所該選擇的，是怎樣可以最經濟最迅速地達到合理的幸福的生活境地，怎樣使我們的家

和世界，成爲地上的樂園。

家庭制度的問題，也是多年來使許多人感覺困難的事。我們覺得家庭的大小，沒有一定的規律，也不必有的規定。但是原則是有的：我們該審察個人，家庭，與社會的環境情形，選擇能使最多數人得到最大幸福的辦法去做。其餘各趨極端的爭辯，都是不必要的。

我們覺得要達到男女平權的目標，經濟獨立與婦女職業是應該提倡和鼓勵的。至於婦女應該留在家中管理家務，還是進社會服務這個問題，我們覺得這要看個人的能力和好惡，家庭的組織，經濟的情形，和社會的環境來作決定。盲目地堅持個人的主張，而不顧家庭的利害者，往往有造成悲劇的危險。關於這個問題，我們覺得每一對夫婦中間，該有一種合理的協議，諒解，與決定。

社交，戀愛，擇偶，婚姻，與性的教育，也是今日中國青年所最急切需要的。在這方面，我們希望能夠有所貢獻。



女護士從軍記(一)

黃筱蘊

一九四三年春季，我們一班十七個同學，在由京遷渝的國立X護士學校畢業了。當時政府已經推行醫護人員動員，我們慶幸有一個報國的機會，在母校工作了七個月，等候分發的命令，一直到夏末才接到軍醫署的徵調令：『立即飛昆赴美國遠征軍第廿X野戰醫院報到應徵。』當時應徵的同學，想到將要成爲軍人了，大家抑制不住愉快，興奮的心情，匆忙的跑到軍醫署，接洽一切赴昆的手續，以爲幾天之內就會到達工作地了。但是事情不像我們想像的那麼順利，署方因爲各校應徵的人數頗多，只得分批走，結果我被派爲最後一批（共五人），指定在江北某醫院等候通知。在該院足足的住了兩個月，每天吃飯睡覺，等候通知，無一事可做，同學們自相談笑：『動員，動員，反而把我們從工作中弄得靜止下來了。』等待復等待，直到舊曆的中秋，才得到通知，當日即遷往軍醫署招待所。本定次日去昆，後臨時改變起飛日期，在招待所又是吃，睡的等了幾天。九月廿二日我們的行期終於降臨了。

清晨六時，署方用旅行車把我們五個送到九龍坡機場。時間雖然早，等飛機的人却已不少，大家耐心的等到九點鐘（原定九點鐘起飛），主管人及駕駛員仍未到場。有人發出幽默的嘆惜：『守時刻的外國人到了中國，亦被中國人同化得不守時刻了。』一直等到了九點廿分，才來了一輛卡車，一位美國軍官（我只知道他是軍官，因爲當時還沒有軍事常識，無從知道他的階級）。走下來告訴我們等飛機的人說：『飛機壞了，要等修好才能起飛，請大家到下午二時再來。』說完又上車走了。署方送我們來的車子，早已回去，我們五個只好在飛機場硬等到兩點鐘。大家又嘆气了，這次動員走的是『等運』。無論到那裏，都需要等待。一秒一分的等，好容易長針指到了二時上，時鐘懶洋洋的敲了兩下，美國軍官的車子又來了，駕駛員上了飛機，試了一下飛機的推進器，並無障礙，於是叫我們上機。兩點廿分起飛了。就這樣我們離開了久居的重慶，向從軍的道路上飛去。

經過了兩點三十分的航行，飛機降落在昆明廣大的機場。一下飛機，就看見一輛小型卡車駛來，車上跳下來一位洋司機（我無法辨認他是那國人），問我們是不是由重慶來的護士。我們用生硬的英文答覆了他以後，他幫我們把行李放到車上，叫我們上了車，風馳電閃似的，把汽車駛向機場外田野間的公路上。

汽車像搖籃似的動盪着，我們從清晨起一天都沒有休息的身體，感到疲倦想睡，其中愛睡的李已經熟睡入夢了。不知經過了多少時間，經過了多少田野，汽車突然的在一棟磚房前面停下了下來。洋司機說着洋話，問我們要在那裏去。我們說要去第一招待所。他說，不是，他是第一招待所派出來送我們到醫院去的。我們說：『好！你就送我們去醫院吧！』他又問我們醫院在那裏。這回沒有人能回答了。我們五個誰知道醫院在那裏呢？正在沒法解決，車邊走過幾位洋人，問了半天，洋人用手向前一指，洋司機點點頭，又把汽車向前開去。現在我們才開始留心，車子行在平廣的原野間，在綠綠的草地上有好多像我們在初中做童子軍露營時的帳篷。來往的行路人，外國人多，中國人少，愛說笑話的說：『見鬼！我們到了外國！』

在一排排整列的帳篷前，車子停了，洋司機迅速的幫我們搬東西。帳篷裏湧出來好幾個女兵，仔細一看，原來是我們前幾批來的同學，黑黑的，圓圓的臉，穿着新的美軍制服，新皮鞋，戴着草綠色的船形帽，大家一起喊着口令，敬着禮，怪威武的，比起我們滿面風塵，真是精神百倍。他們搶着問我們別後重慶的情形，我們急着問醫院的種種，聲音噪雜的混亂了半點多鐘，才安靜下來。先來的同學，把我們領到大帳篷做的飯廳去吃晚飯，飯後暢談院中的一切，忘記了白日的疲倦，直到深夜始睡。

由同學的談話中，才知道他們來了一個多月，還沒有正式的工作。要等開拔到前方去，才有傷兵。在這裏只是休息和訓練。院中的機構；共分三隊，每隊有醫師五人，護士六人，技術兵五十餘人，包括醫藥，駕駛，電訊，木工，裁縫等等技術人員。院中完全軍事管理，現在的訓練是晨操，爬山，球類運動，英語練習，中語教授……等等。院中除了我們十幾個人以外，有美洲人，歐洲人，亞洲人，各處都有，但他們都是入

了美國國籍的。七八個同事一起走，很像人種展覽；其中能說中國官話的，只三五個人，能說廣東話的倒有四十多個。他們都是在美國生長的僑民，所以我們到這裏，首先感到困難的是語言問題。在學校中學的刻板的英文，簡直不合用。

次日我們領了軍服及裝備，鋼盔給我們戴都太大了，鋁製的水壺，茶杯餐具等，輕便美觀，不像中國軍中用的竹篾，土碗污穢笨重。我們的營房，全是有地板的草綠色帆布帳篷，一行行整齊的排列着。每四個人住一個帳篷，篷內大小適中，恰好安置四隻行軍牀，一隻小方檯子。臥具亦是院中發的，每人四條草綠色羊毛氈，一頂草綠色羅帳，每人一套白被單及枕套。據說有招待所的僕役每星期一來替我們更換一次。我不禁想到，怪不得外國人沒有逃避兵役的事情發生。在這種地方住着，比中國的上等旅館還要舒服，他們應徵來華參戰，不是等於一次免費的亞洲旅行嗎！

休息了一天，我們亦開始訓練了。早上的晨操，先是健身操，使僵硬的身體，在寒冷的空氣中溫暖過來；然後就操步法，向左轉，向右轉，開步走，等等，和小學生操體操大同小異。所不習慣的是洋口令，但是我們必需學習，必須習慣，否則軍隊的進退，我們都要莫明其妙了。爬山是全付武裝，一雙半高統的軍用皮鞋，足有兩三斤重，再加上水壺，鋼盔，打上綁腿，繫上腰帶，比起我們習慣穿的一件長衫，真是笨重無比。可是我們的教官告訴我們，這都是隨時需要的，不能不攜帶。球類設備非常完全，小至乒乓，大至橄欖球，無一不備，可以隨意選擇。英

語練習，按我們程度不同分為甲、乙、丙三組，每日上課一小時，中語教授是我們教他們說中國話，唸中國字，是個別教授。分給我的學生，是一個上尉外科醫生，人很聰明，記憶力很好，教過的字，不易忘記。

新來的人第一感到滿足的是豐美的西餐。在學校中吃慣了平價米飯及無油菜蔬的我們，來到這裏，雞蛋，麵包，咖啡，牛排，燒雞，果醬，每樣都是可口的，因此食量特別大。不過先來的同學告訴我們，過幾天就會吃不下了，他們都想吃中國飯呢。院長是曾在中國住了五六年的張司令登少校。他為了體恤我們，每星期三吃一次中餐。不過我覺得他們的中餐還是西餐味，所不同的只是麵包換了米飯。每人每餐還吃維生素B二粒，以補充營養。看看外國軍人的待遇，無怪別人的軍隊，是那樣的健壯，而我國常見的軍隊都是瘦弱不堪了。

我們就在這平廣的草原上，過着規律的軍訓生活，對於軍中的知識一天天的增加了。我們習慣了見人舉手敬禮，善於辨別軍中階級，有的人居然很快的學會了開吉普車。因為生活優裕和有規律，大家都長胖了。然而我們是嗅慣了西藥味的人，我們渴望着醫藥護理工作，等待的命運，一直陪伴我們到十二月一號，才有汽車五團的十七部卡車裝載着醫療用具及工作人員，離開了盤桓了三個月的草原，浩浩盪盪開向距離前方只一天路程的雲縣，在那裏我們展開了緊張，繁重的軍中醫護工作。

從昆明到祿豐

東方現出了一線微白，空中飛散着朦朧的細雨，我們被响亮的起牀號音驚醒了。想着今天是我們期望了很久的出發日期，大家興奮地跳下牀來，整理好簡單的行裝，就向飯廳跑去。為了我們第二隊出發去雲縣，今日早餐提早了一個鐘頭，六點鐘就有飯吃了。和平時一樣的炒蛋，煎餅，牛奶，咖啡以外，多了一盤鮮紅的蘋果醬。同學們迅速的吃着，省去了每日吃飯時的閒談，也顧不得叫侍者再加第二次咖啡了。匆忙地吃完了，趕到廚房邊的砂濾缸前，滿滿的裝了一壺水，掛在腰帶上，又重新跑回了宿舍，等候車子來接我們。

汽車第五團的十七部卡車，昨天下午就開到了這廣大的草坪上，我們晚飯時經過車子邊，大家還在推測，我們會輪到坐那一部。七點鐘的時候，一部卡車來到我們的門口，每個人把自己用四條毛氈，半邊帳篷打好的行李包丟到車上。因為細雨未停，每個人在配備整齊的軍裝外面，又加上了一件橡皮雨衣，頭上戴了笨重的行軍帽。同學中比較矮胖的琴，越顯得醜態可笑。若不是駕駛員推她一把，她會連車都上不去的。

車子駛到草坪上，等候其餘尚未裝好的車輛，有些友人開了吉普車來和我們握手。第一隊的同學和官兵們，都來和我們握手，說着祝福的歡送話。這些對我們並不是陌生的。四十天以前我們用同樣的情調送走了出發到瀾渡的第三隊，現在輪到我們了。所不同的是今天下着雨，那天是晴天，而來送行的人也減少了一半。

八點半鐘的光景，各車裝載完畢，院長張司令登少校，召集出發的士兵做了一次簡短的談話

後，大家跳上自己的車子，於是我們在密雨中出發了。一輛輛的車子，飛馳過去，我站在車尾，凝視這盤桓了兩個多月的草坪，送行的人們搖曳着的手巾，已經模糊不見了。細雨打在我的臉上，心中感到無限的惆悵，等琴的笑聲喚醒了我的時候，另一個新的景象映在我的眼前。

十七部卡車像長蛇陣一樣的沿着公路向前進行，三部吉普車前後傳遞着消息和發着命令。我們的這部車子，和司機並坐的是牙醫師宋中尉，車廂中除了我們五個護士以外，有一個武裝齊備的衛兵，還堆了些雜七雜八的醫療用具和我們簡單的行李。十七部車子中，我們排在第六部，由南關穿過了昆明的市區，使我們對昆明做了最後的一次巡禮。走到離開昆明一公里的招待所，全體車子都停了下來，院長去司令部接洽事務。雨還沒有停，大家悶氣的坐在車廂中等待。琴，智等利用這個時間，在車廂中鋪好了鋪位。我們的衛兵考克士永遠很精神的坐在那裏。我無心做什麼，幻想着離昆明六七百公里以外的雲縣的生活，懷念着住在重慶、昆明的親友，不知何時再有重見的機會。我抬頭向遠方眺望，密雨像濃霧一樣的遮斷了我的視線，眼前呈現着一片茫然的景色。

大概是昨夜睡得太晚，精神疲倦的緣故，我竟睡着了。車子幾時開的，已經走了多少路程，我完全不知道。醒來時發現自己隱臥在大衣上，睡在考克士的邊旁，一件雨衣好好的蓋在我的身上。琴見我醒了，才告訴我考克士把他的雨衣脫下來為我蓋上的，怕我睡着後着涼。我深謝這吳邦同志的善意。在以後的幾天行軍中，他常招

呼我們，關切我們的睡眠和飲食。在停車的時候，替我們把車廂弄得整齊，把每個人坐臥的地方，弄得很舒適。因此我們給他了一個榮譽的綽號，叫他做我們的保姆。

車子在彎曲的公路上不斷的進行着，下午兩點，到達了祿豐。車停後，大家跳下來，伸伸被車子攥得酸痛了的臂和腿，看到路旁飯舖中掛着的雞肉和蔬菜，才覺得我們實在很餓了。保姆叫我們到裝食物的車上去，每人領了兩個罐頭。那是像五十支烟筒那麼大的兩罐，一罐黃豆和牛肉，一罐中有五片餅干，三顆水菓糖，一包檸檬

粉，或是一小盒咖啡和幾塊潔糖。這是美軍的行軍糧，裝製的精美比我們中國聖誕節的禮物還來得有趣。然而我們吃這個是吃不飽的，所以大家一陣風似的湧進了一家飯舖，要了幾樣菜在吃飯。舖子外面却站滿了鄉下孩子，他們是來看女兵的。我對他們笑笑，他們却不好意思的跑開了。吃到快完的時候，院長張司令和副官來了，我們請他倆吃了一盤糖醋里脊，院長笑着伸出了大姆指說：「頂好！」



戰時婚姻在美國

周莘農

(一) 閃擊戰式的戀愛

在美國，祇要男女雙方相愛，結婚的事原是再簡便也沒有了。但在戰時，情形就大不相同，在徵兵制度嚴格執行下，適齡的男子誰都難保下一次不即被徵調到前線去。一旦開拔到前線，將來是否能安然歸來，也誰也不敢担保。關於這一點，男人心中却很清楚，因此雖然陷入於戀愛的網中，都不願在服役前貿然結婚，為的是不忍眼見他的愛人去候補的寡婦，這在美國的女人方面又未嘗不知道，但女人富於情感，她們希望在她的愛人出征前，她們可給予他們一切的溫情和安慰，甚至犧牲一切在所不計。因此，在女方懇求之下，戰時的美國青年男女，在忽忽忙忙中結合成夫婦的，成千累萬！

假定男女之間，在匆忙結合前，已有了相當日期的戀愛做基礎，那還沒有什麼問題。但大多數美國戰時戀愛，多半是閃擊式的，一見傾心的喜劇，比比皆是，跳了一回舞，引吭唱幾句愛情的歌曲，一下子即「私訂終身」了。在美國吃了洋麵包返國的博士碩士們，談到婚姻問題，就拌擊中國過去「父母之命媒妁之言」的婚姻是盲目的結合，誰知美國戰時的婚姻，却十之八九是盲目的；戰時變態的人生哲學，加上了一股熱情，誰也看不帶自己的對象而決定又是那麼的迅速，因此未來的悲劇的種子早已偷偷地潛伏在這熱情之中了。

(二) 醞釀中的悲劇種子

處在生活艱難的戰爭時代，而純粹被熱情捉弄的美國男女，他們在彼此沒有澈底瞭解前，匆促的結了婚。當熱情的浪花衰退的時候，婚姻的

約束也無形中消滅了。

在上一大世界大戰時候，一對新婿夫婦爲了新郎的出征，不得不暫時分離，及至戰爭結束歸來，他抱了滿懷的熱情去見他的妻子。出於意料之外，她是如此的冷淡，並且竟提出了離婚的要求，原來她又另有所戀了。男的已經過了數年出征艱辛的生涯，如今又加了這意外的打擊，終於自殺了。

另外有一對在戰時結婚的美國青年夫婦，男的被派至英國，參加作戰的工作。當戰爭終了，女的很高興地將她丈夫接迎了回去，正冀從此共享家庭之樂，誰知才過了幾天，忽然家中來了一個英國女子，抱了一個小孩，出示了和她美國丈夫的結婚證書，因此，這一對美國青年夫婦又不得不離異了。

第一次世界大戰時，美國士兵在法國作戰的，有不少娶了法國老婆歸來。這些青年的美國人，至少有一半以上在本國已經結婚了的。兩婦之間難爲夫，左一個美國老婆，右一個法國新婦，他被夾在中間叫救命，這個混戰的局面，當然不會長的，結果兩個女的，終有一個要犧牲的，而多半是美國老婆吃虧。

在行將出征前，忽忽地在國內結了婚，和出征後買然的娶了外國老婆回來，是同樣的危險，結成夫婦的事決不如戀愛時候那麼簡單，彼此的背景，教育程度，生活習慣，如不能調和，婚後的生活是不容易美滿的。婚姻的悲劇遂在美國社會上繼續地一幕一幕開展着。

(三) 新娘的艱辛生涯

美國的公婆尤其是做岳母的，熱切的希望她女兒結婚後，能生下了一個小寶寶，這個希望和我國年老的長者完全一樣，祇是兩者的動機不同。在我國，那些年老的長者，是爲着自己着想，希望早些抱孫子或外甥；在美國，他們希望由於嬰孩的誕生，可以保障他們兒女婚姻的安全性。女的本人也熱切希望丈夫遠離前，能有一個小孩，她可將她所有的情緒，寄託在小孩的身上。在珍珠港事變後，美國立即被捲入戰爭的漩渦。一批正在談戀愛的年青人，趕緊提前結婚了，已經結婚過的，希望能早日生一個兒子。因此，在一九四二年，即珍珠港事變的後一年，美國嬰孩的產生率劇增，共計五百萬嬰孩出世。這個數目打破了過去十年中任何一年的紀錄！

嬰孩的入世，帶來了幾許辛苦，幾許煩惱！這些辛苦和煩惱，祇有做嬰孩母親的一人來相當。美國是實行小家庭制度的，在平時，可以享受夫婦離離之樂，在戰時，丈夫遠離鄉井，妻子在家裏不但得不到精神上的安慰，連生活上的支出都成問題。嬰孩沒有出世前，女的還可以在工廠或政府機關中做打字員或速記員等等來維持生活，但一旦嬰孩臨盆，整個情勢完全改變，一方面要工作，一方面要招呼小孩，事實上是不可能。招呼了小孩，就無法工作，顧全了工作，就得放棄了小孩。縱然願意放棄小孩，也得有個可以放棄的去處。何況母子之愛，出於天性，因此，她們的生活就陷入於一種充滿血汗的掙扎中。

母子之愛是無法消滅的，美國縱然是實行小家庭制度，在這生活艱辛的戰爭時代，女的父母

對他們的女兒總不能坐視的，年老的外祖母遂來分担這撫育小孩的繁重工作。如果嬰孩的外祖母是心腸硬的，儘可置之不顧，那麼做母親的才真正的陷入於悲慘的境界了。

(四) 惡劣的影響

戰時婚姻的危機處處都潛伏着。男的開拔上前線去，依現在戰爭殘殺性的劇烈，活活潑潑的年青人的生命，隨時都可能隨着砲火而消逝。果然不幸而死亡了，留下了孤苦無援的寡婦和嬰孩，又將怎樣辦？尤其是在戰時才結婚的士兵，他們的子女才祇一二歲的嬰孩，遺下了年青的寡婦，她在精神上不免遭到極大的打擊，同時在生活上也增加了無限的負擔。

士兵們所駐紮的地方，牟利之徒的惡邪勢力，隨跡而至，最普遍的是妓女和賭棍。他們是無孔不入，每乘着他們發餉的一天，而施以種種引誘。其中影響所至，實非我人所能想像得到。例如上次世界大戰時，美國年青的士兵中計有卅五萬人帶了花柳病回家。第一個被傳染到的，當然是他們的妻子。假定其中很多兵士將他們在出征前夕舉行的結婚延至戰後，那麼在戰時雖然有各種不良的引誘，因爲他們性的感覺尚未被啓發，外界引誘的力量就無形中沖淡了。

總之，戰時男女忽忽地草率結合，是很危險的。因爲男子的出征而婚後被牽涉到的問題太多了。然而人們畢竟是感情的動物，直到現在，美國的男女還是瘋狂地在出征的前夕賭着婚姻進行曲的步伐，勇敢地跳進這危險的漩渦中。



印度購紅寶石記 雷夢

印度通訊

行前，太太傳下懿旨：『在印度，如果有好的紅寶石，買一兩個送妹妹。』

其實，在印度而不買寶石，如入寶山，空手而歸。非有超人的智慧與自持不可。我非太上，自不能不學寶石商的術中。更何況又幸有旨意？移尊就教，送上門的買賣，在寶石商人並沒有費什麼很大的力量。但是，在我，花了一筆錢，買了兩粒紅寶石，自知應入窻大頭之林，却也因此長了些見識。

珠寶店照例連白天都是電炬輝煌。人說『燈下看美人』，看珠寶亦然。電炬之下，珠光寶氣，眩人眼目。連玻璃都有異色，何況所謂寶石？迎街櫥窗，佈置得却極雅緻。窗中陳列的珠寶並不多，在靈巧的燈光設計下，那幾個精選出來陳列的寶石，更顯着精彩。當然，這些陳列的珠寶，沒有開列價目。這本是為引人入勝而設的。一列價目，一則趣味索然，二則成爲比較的標準。過高則顧客望而却步，過低則非售寶石之道矣。

升階入室，幾個玻璃櫥中陳列着各式的寶石戒指、耳環、手鐲、項圈、髮飾之類。鑲黃金的，鑲白金的，鑲景泰藍的，應有盡有。這一批貨色並不是上等的。所謂黃金者，其成色也有與。但是它們多標有價格。這個價格是供顧客參

考的。對寶石商也很有作用。

走到玻璃櫥前面，穿着白襯衫，白長褲，領角平展，髮光如鑑，而面色黧黑的店員，就滿面含笑地迎上來。『先生，要看點什麼？紅寶石？綠寶石？月長石？瑪瑙？藍寶石？』（可惜我不能用『印度英文』寫這篇小記。把文章氣氛全犧牲了。）他拿幾個樣品出來，兩個手指擎着，在電燈下轉兩個圈子，寶光閃閃。然後請我參觀。

我拿在手裏，也和那位店員一樣地用兩個手指擎着，在燈光下細看。似乎有些寶光。我連看了三個紅寶石戒指。不是覺得不合意，就是寶石太小，或是有些斑斕。再看着價格，每個都在六十盧比以上。當然，這是連寶石戒指還加鑲工的總價。到底其中寶石值多少錢？金子有多重？幾成金？值多少錢？手工多少錢？利潤多少？我是一概不知的。我只有一个很自然的反應，和所有的購買一件自己沒有十分認識，對價格沒有把握的顧客一樣，我說：『這個不好，並且太貴！』

『先生，要看好的？好的很多的有，請裏面坐坐。好的很多的有。』於是，他滿面笑容地引我到裏面去。一張很精巧的桌子，幾張很舒適的椅子，一盞很亮的電燈，屋角上有一個很摩登的

小保險箱。桌子上二具小天秤，還有些香烟盒，烟灰盤之類。

桌子邊坐了一個似乎比較高級的店員。我一走進去，他就滿面春風地站起來，『早安！先生，請坐。』

領我進來的那個店員，和他嘖嘖咕咕地說了幾句話。他點點頭。於是他便和我對面坐下。從那個鑲着銀絲的烟盒裏拿出一支英國烟來，請我抽烟。一面和我閒談，『先生歡喜看紅寶石？我們很歡喜存了好些好紅寶石。緬甸來的。北輝邦。先生知道北輝邦？輝族姑娘穿着紗籠（緬子），很漂亮。但是，那是戰前。現在打仗。北輝邦，胡康河谷，曼立坡，出紅寶石的地方。都是日本人，打仗。寶石沒有。我們是冒了危險運來的。哦，很大的危險！』最後兩句話當然是伏筆，準備再行發揮的。

在他發表這一篇獨白時，領我進來的那一位店員把牆角的保險箱打開，拿出一包既舊且髒的布包，很小心地放在桌上，然後把布包解開，裏面有許多淺藍色的小紙包。每一個紙包上都標着寶石的名稱。他翻來翻去，檢了一包出來。把紙包拆開，裏面有兩層薄棉，中間放了幾粒紅寶石。

這幾粒寶石仍然不是上品。這不過是對顧客的第二步試驗。第一步是外面玻璃櫥邊的試驗。如果是一個不計較而肯隨便花錢的顧客，在外面就被解決了。在裏面是為對付專買寶石的顧客的。這些較次的寶石拿出來，其目的只在看這個顧客如何拿，如何鑑賞，由這裏看他是否內行，以便遂行以後的戰術。

隨着，又解開幾個紙包，紛陳桌上。在強烈的電燈光下，雪白的薄棉，襯着大小不等的紅寶石，寶光閃爍，目為之眩。這時，就聽那位坐在對面的店員演講了。

『先生，請看。這幾塊紅寶石。哦，這裏面有一個故事。我們有許多中國的，美國的顧客，要紅寶石。我們願意給顧客最好的貨品。所以早兩年派人偷進緬甸去。先生知道緬甸在打仗，日本兵，哎呀！野蠻！抓住了就——』他用牙一咬，右手的食指在頸邊一劃。非常地戲劇化。

『日本兵不准人帶寶石。但是我們要使顧客滿意，派人偷進去，私運了一些好的寶石出來。但是，那個緬甸嚮導，碎！被日本兵打死了！』又是一個很戲劇化的表情。『我們的人逃出來，危險得很！但是，寶石有了！先生，請看——』他拿起一粒紅寶石來，在電燈下面旋轉：『這個寶光好。磨得也好。哦，磨工。很困難。先生知道，打仗了，好的磨工被政府調去工作了。現在紅寶石很難。沒有來源，沒有磨工。但是，我們有一些。很好的，先生一定可以滿意！』

沒有一個賣瓜的人會說瓜苦。也沒有一個賣寶石的人肯說他的寶石不好。不過『打仗』這個題目，又憑空給他一個藉口，讓他有一個機會說些故事，使每一粒寶石都變成有聲有色的寶貝，而不只是一粒冷冰冰的小石。

『先生請看！選一個！』我就滿心遲疑地在選寶石了。這個機會當然不會被放過的。『這一顆很好。』他拿過一粒黃

豆大的紅寶石來。在天秤上稱了一下，閉目一算，『只要一兩個盧比。』

我嚇了一跳。『這樣一粒東西要一百個盧比？太貴太貴！這是買賣，還是搶錢！』

『哦，先生！但是這是一粒很好的寶石！磨工好，光頭好。打仗，寶石很困難！』

『笑話！這裏面有斑點，不好！』

『先生知道所有的寶石都有些斑點。沒有斑點就是玻璃了。』這是廢話。我知道，他也知道。真有好而純淨的寶石，他也不會以這樣便宜的價格隨便出賣的。好寶石只是放在門口玻璃窗中作廣告，在同行中作宣傳的。

這時，他的時機已經成熟。於是他又拿起一粒紅寶石來。連我這個外行也可以看出比剛纔拿的一個好。『先生，看這一粒如何？』他又在天秤上稱一稱，噁哩咕嚕地算了一下。『這一粒八十盧比。』

別人說在印度買東西，只要不是在如惠羅公司那種大百貨店內，就得還價。於是我就裝老資格，得還一個價。

『八十盧比不要。太貴！』

『先生說多少錢？』

心裏計算了一下，打它一個七五折。我說：『六十盧比。』其實，這已經貴了。但是這兩位店員一個為難，一個從中轉彎。兩個人演雙簧。

『不！先生！沒有那樣多的差別。打仗，寶石很難得，生活費用也貴。但是，先生要買寶石。我們必須使先生滿意。七十五個盧比罷。』

『六十五個盧比。』看他往下落，我就往上升一點。

『七十五個盧比。』

我想他老說打仗，用打仗來支持他的說辭。我也應該反攻一下。『仗打完了。寶石要來，應

工要回來。還有，人都要走了。買賣石的人少了。中國人和美國兵都要走了！』美國兵和過境的中國人是印度的兩大顧客。

『是的。所以我們更要使先生滿意。這樣！先生給七十個盧比罷。』

『不，六十五！』我站起來，表示我的態度堅決。我覺得我的反攻發生了作用。

於是那兩個人又在噁哩咕嚕。一個似乎為難，一個在說。我想：又是雙簧！

結果：六十五個盧比，我買了一粒小紅寶石。看樣子，那兩個印度人比我還滿意於這個買賣。因為在我出來的時候，他們送我一張那一家寶石店的店名和地址。『先生是回中國去？還是到美國去？戰後我們可以郵寄貨品。我們有好的寶石戒指、耳環、手鐲、髮飾。也許先生的太太歡喜？先生寫信來，我們可以保險函寄。』

當然，像我這種顧客，雖然沒有什麼大油水，他們也是不嫌其多的。



我們為幫助家庭主婦解答醫學，健康，法律，家教，家政等各種困難問題起見，決定從下一期起，另闢『家庭顧問』一欄。在接到讀者來函詢問的時候，我們當儘可能請專家幫助答覆。並擇較有普遍性的，在『家』公開發表。函寄上海亞爾培路二二二弄十八號家雜誌社編輯部家庭顧問欄收。



在重慶做主婦

朱綺

在我們的祖母那一輩，

做主婦祇要有『大家風範』，懂得向廚子說，這盆魚翅太淡，那盆海參發得不透；向奶娘說小少爺今天該加上一件嵌肩；另外又懂得些琴、棋、書、畫，就可以列入第一流。平日茶來伸手，飯來開口，連走路都有丫頭扶。要是丈夫不在外面公開發統太太，公婆都不愛嘮叨，而子女又全白白胖胖，沒有一個夭折的話，就真難得在臉上添上皺紋。

到了我們的母親一代，已增加了放小脚，應用新名詞之類的麻煩。『一代不如一代』，到了我們這一輩，躬逢其盛，正是羣魔攪世，生靈塗炭的時候。我們總算幸運，吃了千辛萬苦，來到了戰時首都的重慶，安頓下來，做起主婦來。

四川人有句話，叫做『傷腦筋』。在重慶做主婦，最是傷腦筋。第一是住的問題。房荒到了極點。好容易找到了房子，地上是沙土成份佔其大半的三和土地，桌子椅子的脚多移動幾次，或是老鼠忽發雅興，試着打個洞玩玩，就成了一個個的窟窿。到了霧季，外面千年不斷地下着牽絲般的雨，地上直透潮氣，既沒有樓上，箱箱什物擱在地上，裏面的東西不論是皮鞋、布衫，一律發霉。牆是竹片編成，外塗泥土石灰。（如果是由兩層竹編成的房子，就是非常講究的了。）夏天給太陽一晒，牆上可以煮得熟雞蛋。房子新時還好。新房子住上了兩個月，牆全裂了縫，天晴

時牆縫裏漏進了一絲絲太陽的金線，給這個四壁蕭條的房內添上些富麗。晚上不必開窗，自有新鮮空氣流入。祇是到了冬天，絲絲寒風，房裏即使花了大本錢，燒起了炭盆，也不見得熱多少。至於屋頂呢，瓦片是大風吹得走的（這不是誇張，每括一次大風，重慶的泥水匠就要忙碌一陣。）上面常有『沙眼』，透得過水，所以下雨時屋裏總有兩三處漏。重慶的泥水匠據說又是精明得很，請了他來，給你補了這裏的漏，他又給你在屋頂的別一處揭鬆了幾片瓦。下一次下雨時，屋又在那一處漏了，你又得去請他來。因此他永遠不斷地有生意，也永遠可以陰陽怪氣的搭架子。屋頂下面是蘆席，用細木條釘住。有人在上面糊上白紙。又有人在上面塗上泥，又刷上石灰。老鼠不分日夜的在上面賽馬，打情罵俏，爭風吃醋，糊紙的第二天就已穿了許多洞。刷石灰的更不行，先是給老鼠打了洞；下雨以後，水從屋頂上面漏下來，漏到的那一塊就腫腫下垂，不久就整個的崩潰下來，修起來又得花好多錢。比較少麻煩的倒是那既不糊紙又不刷石灰的一種，祇是老鼠在上面跑過時，不免會有許多灰塵下來；因此多數人家，就是在冬天也掛着帳子；一則可以防灰塵，二則也是防老鼠。

說起重慶的老鼠，真是『談鼠色變』。大老鼠多於小老鼠。大老鼠之大，身長五寸，尾長五寸，比兩個月的小貓還大，身上一律生着皮膚

病。有人考證，老鼠發源於中國的雲、貴、巴蜀等地，然後繁殖遍佈於全世界。四川老鼠既是世界老鼠之鼻祖，自然依老賣老，走路都是慢吞吞的。買菜回來，就得將菜籃掛起來，或立刻將菜放入開得很緊的竹櫥裏，否則人一轉背，價錢比肉還貴的菜花就少了兩個。做主婦的人，每日要比一切人睡得晚。擎着蠟燭，四處照看，看看白天留下來的菜，多下來的飯，明天煮粥的米，是否都已饑緊在櫥裏，或是用重的東西蓋好了。再看每一隻抽斗是否已經關緊（老鼠很愛咬微開的抽斗）。孩子睡的小竹床上，可有餅乾屑或麵包屑，帳子是否塞緊。怕餅屑引來了老鼠，老鼠咬傷了孩子。明天清早即起，自己上菜市買菜，或是驗看傭人買回的。

四川傭人又是『下江主婦皺眉的題目。在重慶金湯街，有個『人市場』，這市場不是買賣人口的市場，而是和荊頭店、中人行性質相同的傭工介紹所。一大片廣場上，男女分佔兩端，要請傭工的人就去那裏選擇，雙方合意以後，再由傭人自己去找保，『人市場』內並沒有中人或保人。初出茅廬的傭人，就在那裏學會了做傭人的祕訣。你去請了新傭人，她往往不肯當天就找保，如果你不堅持而請了她去的話，很可能你請去的是個賊而不是替你做事的人。即使找了保，她那種種舞弊的手段，也大阻得非用極大的幽默感不能忍耐。如果她是燒飯的，那她先看你是否自己常去買菜。如果主婦不常去買菜的話，她就會將六百塊錢一斤的肉報成了七百塊。如果主婦有時自己去買，有時讓她去買的話，那她的價錢一定一點都沒有錯，有時還比你買的便宜些，然而

在斤兩上却起了花頭。一斤肉一定報一斤四兩，兩斤菜一定是兩斤半。如果天天是你去買的話，那她仍可以用菜葉子包起四兩肉，藏在最引人注意的破罐子裏，自己炒來吃，賺不到外快，吃還是吃得到。如果這傭人的職務不是燒飯，那她還是可以在你要她買一斤烘山芋時買半斤，並且還一路吃着回來。又兼下江主婦總有些使她們眼紅的東西，因此雪花膏，頭油，手帕之類，總得隨時點驗，否則往往會祇留下個攪得好的空瓶。你拆穿了她，她還是毫不以為羞恥，也許倒會罵起你來，或是立刻丟下手裏的事就走，讓你自己去燒幾天飯。

還有重慶的水，真教人傷透了腦筋。既是堂堂戰時首都，自然是有自來水的。然而這自來水是『人挑自來水』，每担價格在勝利將臨時，最便宜是國幣一百五十元，離自來水站這些的人家，有須二百元方買得到一担水的。每個月常有幾次停電停水，停水期通常總是一整天，有停至三天之久的。不知什麼緣故，尤其是夏天，停得最多。此時水就賣至國幣四百、六百、八百、以至一千二百元一担。今年夏季重慶的霍亂流行至成了市民最大的恐怖，然而自來水却還是泰然自若地幾日一停。停了水，就得吃江水或石縫裏流出來的水。澡可以不洗，衣服也可以堆起來，煮飯洗菜總是不用點寶貴而又可怕的髒水。主婦們在這種情形之下，氣量最大的也成了嗚嗚。來了個熱不拘體的客人，大熱天走到，不免要討水洗個臉，做主婦的往往會對他側目而視。

更有那寶貴的光明。在戰前的上海，祇見電力公司做種種廣告鼓勵人用電。在重慶却正好相

反。一方面偷電成了普通現象，一方面正式的請求裝用電燈却絕對不可能。如果有電表就可以裝電燈，而電表却祇能用十幾萬至幾十萬向黑市裏買。那電燈的亮度，不論你用的是十支光燈泡或是五百支光燈泡，晚上六七點鐘以至九點鐘最需光明時候，還不及一支蠟燭，因為蠟燭的光還比它集中一點。到半夜裏，大家都睡了，電燈方才大放光明。裝不到電燈的人家，有的偷電，有的怕受良心責備，就用非常容易溶化的土製蠟燭，用烟焰很大的桐油燈，用又臭又毒的『電石燈』。主婦一天忙碌，晚上想在燈下看點書，或是縫補補，也弄得頭昏眼花。

重慶的馬路是『無風三尺土，有雨一街泥』。泥濘之深，可過鞋背。有一個時期，我未明即起，到廚房裏和那極難燃着的『嵐炭』（一種已煉過煤焦油的煤，價格最便宜）掙扎。等它們燃着了以後，擱上了開水壺，踏着泥濘出去買菜，回來時，提着兩桌人吃的多重的菜（那時還大着肚子），真幾乎滑倒在泥潭中。

另外如重慶的天氣，重慶的陰陽怪氣的人，無一不使你傷腦筋。然而那時『將來』這兩個美麗的宇支持了大多數的陪都主婦。『將來』，勝利之後，中國是四強之一，是民主國家，是現代化的國家。現在吃了這些苦，將來都成了甜蜜的回憶。

即使這正在展開的『將來』給人多少有些幻滅之感的話，陪都主婦還有一點可以自慰：那就是這樣的主婦生活給自己一個測驗，測驗自己可真吃得苦？也給了自己一個訓練，訓練自己去應付最『傷腦筋』的環境。

新 型 雜 誌

黃嘉音主編

光 半 月 刊

遷 滬 出 版

第 十 二 期 要 目

星 座

燈 塔

持 槍 客

望 遠 鏡

旅 美 雜 感 (美 國 通 訊)

顯 微 鏡

遠 征 歸 國 見 聞 (遠 征 軍 通 訊)

如 此 長 春 (東 北 通 訊)

昆 明 的 槍 炮 聲 (昆 明 通 訊)

故 都 好 影 (北 平 通 訊)

青 年 軍 營 觀 勝 利 (曲 靖 通 訊)

上 海 大 學 生 無 書 可 讀 (上 海 特 寫)

走 馬 燈

聯 合 國 可 防 戰 爭 (國 際)

蘇 聯 人 亦 可 發 財 (國 情)

光

原 子 能 的 預 言 (科 學)

癆 病 藥 的 新 消 息 (醫 學)

集 光 燈

我 所 見 的 何 總 司 令 (人 物 素 描)

心 理 修 養 講 座

要 有 充 分 的 休 息 與 睡 眠 (健 康)

讀 者 徵 文

手 術 護 士 生 活 (我 的 生 活)

人 生 信 箱

活 潑 ! 扼 要 ! 精 闢 !

黃 嘉 音

章 用 中

王 秉 權

天 秉 權

吳 新 農

陳 封 雄

馮 志 勳

沈 紀

鍾 文 芬

余 美

璩 美

雲 夫

柔 夫

沈 毓 剛

黃 後 蓮

每 冊 定 價 二 百 元 預 定 先 付 一 千 元

社 址 : 上 海 亞 爾 培 路 二 三 二 弄 十 八 號



廟兒溝觀舞記

熊如岩

——新疆迪化通訊——

火球似的太陽給濃密的雲層遮蓋了，大地陰沉沉的像一個憂鬱的孀婦，哭喪着臉。不時從那博克達山嶺，颳來一陣輕風。

這是一個星期天，早上八點鐘的光景，我們三十多個人同擠在一輛毛子車上，向廟兒溝方向前進。

車經南樑，過三通碑以後，便循着烏魯木齊河直上。公路兩旁綠郁的疏林，給那遼闊的黃土沙漠襯托得更可愛了。

在往達板城的金道上，汽車入了大車行經的路了，朝南山廟兒溝的方向疾馳，那一片雪海似的鹽池，打我們的視線邊溜過。

汽車的馬達驕傲地停止了，司機說是水箱沒水了，所帶的兩桶水都加得乾乾淨淨。糟糕！行經在這四顧茫茫的瀚海中，人烟渺無，覓水豈不是登天！大家都束手無策，正在無可奈何的時候，忽而發現那對面遠遠的山邊有一片疏林，心想有林必有人，有人必有水，於是幾個年青的帶着兩個五加侖的汽油桶，走向那邊。

在半路上，看見一個農人在掘土。那修長的個子，漆黑的皮膚，現出他結實魁梧的體魄。油黑的面上掛了一絲微笑。他看到我們，立即停下了工作。好像他發現了我們的秘密似的，向着我們招手。

走近他站立的那棵樹下，果然發現了一潭

水。我們幾個人不禁感到一陣相同的快慰，來不及問什麼，拾着水便掉頭轉來。

太陽從雲裏爬出，露出了半個臉，原野飄盪着一陣陣微風，沉重的馬達聲不停的響，一片油綠如畫的圖案，出現於我們的眼前。

天色又漸漸陰沉了，北風刮得像海洋的狂瀾，打得樹葉颼颼的亂響。霎時，暴雨隨風而至，漸漸淅淅落落個不停。

廟兒溝在迪化的西南角上，距城約莫有四十多公里之遙。那裏有削壁相對的峻嶺，密密的生着許多翠松，像傘似的排列着。中間有一條迂曲長約千米的幽徑，伴着一條淺淺的溪流，有六七個哈薩克的氈房和一個歸化的帳棚。

哈薩克同胞住的氈房，是用木條架起如一個雞籠，周圍蓋以氈條，頂端開個直徑約一公尺的洞。房子的大小有約丈餘直徑的圓周，地上全鋪的毛氈，僅只留下中間像頂洞大的空地作為燃燒之用。他們都是席地而臥的。無論父母妻子兄妹，都睡在一起。房子裏陳設簡單。除了碗碟鍋鏟壺勺外，很少擺置別的。其實他們常常易地，也無別的需要。他們一直是過着原始的生活。

哈薩克人都是一張高突顴骨的面孔，男的有粗而濃的眉毛，一年四季都戴着一頂三角而後面長出一塊的羊皮帽。善騎術，盤腿，腰束皮帶，

正邊掛着皮囊，右邊掛一柄約近七寸的小刀。女的，頭上披一塊大白洋布，僅僅露出她的輪廓，身着大紅或白色長裙幾垂近地。

他們有成羣的羊，馬，和駱駝，日常食料是飲牠們的乳汁，間或吃些鮮肉，只有大富的人家才吃米麵。因為在這裏——廟兒溝耕種的哈薩克人家沒有，大多是畜牧。

我們帶着好奇心走進哈薩克同胞的氈屋裏。主人用生硬的普通話招呼我們。哈薩克女郎遞給我們每個一碗馬乳茶，並讓我們就地坐下。我們的羊肉煮熟，饅（維族人做的燒餅）也拿來了，給他每個都分安了，他（她）們高興得抿着嘴笑。據說哈族同胞有一種習慣，只要是當着他們吃東西，不論多少都分得周到。他（她）們會感覺到這是一種光榮，意思是說你瞧得起他或她。

饅肉吃過後，一個哈薩克男人提起了三弦彈琴，奏起那哈薩克流行已久的歌謠。一個哈薩克女郎跟着節拍，毫不拘束的在我們中間舞踊，兩條垂下的辮子，配襯了她一張高顴骨的面孔，紅暈的面頰，像一箇蘋果。舞的快了，烏黑的辮子像兩隻蝴蝶，紅白相間的衣裙，恰恰現出她少女的豐潤，可愛，嫵媚動人。舞踊完了，大家鼓掌致謝。「再來一個！」她臉紅起來，以手帕蒙着臉，一氣倒在一個年老的哈薩克女人的懷裏了。

天色漸漸暗了，我們懷着眷戀而快慰的心緒回來。





民主的敵人——容忍

羅斯福夫人著
鍾文苓譯

故羅斯福總統在世的時候，已經有人表示過，羅斯福的連任，大家不

一定贊成，而羅斯福夫人的偉大，却是無可否認的。她的偉大，決不因她丈夫的事業有任何變遷而受影響。今後夫人的作為，將給我們證明。羅斯福夫人年青的時候，大家以為她『野』，而今方知她是怎樣一個女人。多年的修養，豐富的經驗，和動人的個性，幾乎使她成爲神話中的人物。和她丈夫一樣，她終生的奮鬥目標，就是民主和國際合作。她這一篇小文，如果大家能平心靜氣讀兩三遍，比聯合國大憲章含義更深，也許比外長會議的談判還切合實際，千萬別以爲這僅是一個普通女人的意見。——譯者

我不喜歡容忍這字眼，假使你對某項東西容忍，那就表示你對它並不十分喜歡。我相信我們國家的當前要務，是不再對事情表示不悅，而必須喜歡它們。

世界將來可由飛機和無線電而團結。過去我們無從認識的人，亦將可得而接近。單單容忍我們的鄰居實在不行。我們必須喜歡他們，否則他們也不會喜歡我們。我們的鄰居將包括各色各種的人，黃、棕、紅、黑、白。他們宗教的不同，必更甚於他們的膚色。我們務須先求互相了解，

否則無從互相喜歡。撇開種族和宗教，人類定有許多共通之處，我們亟應及早加以發現。

我們這個國家，是高度機械化的民族。就機械而言，我們有發明的天才和技巧。好些我們所完成的東西，在其他民族看來，差不多都可以說是奇蹟。

不過別的民族所明白的事物，我們亦未必全懂。從印度回來的人，告訴我們關於弄蛇者和當面使花開放的人的事。這些力量就非我們所能得知的。

因此我們要向別人學習的，和他們該向我們學習一樣。假使我們相互『容忍』，則勢將學不成。

我想我們可以發現彼此間的基本特質，譬如仁慈、誠實、和愛幼，都是人類共有的優點。

假使我們能夠消除恐怖，我們就能相愛了。假使我們不怕國際間軍事或經濟的侵略，我們就可以有和平了。假使我們不怕強者來支配，則我們可以喜歡別人，而且和他們合作了。

首先我們在家必須消除對鄰居的疑懼，將『容忍』這個字眼從我們的字典裏拿掉，而代之以這樣一句箴言：讓我們自己生存，也讓別人生存。共作共息，喜歡我們的鄰居。假使我們這樣做，不久就可以發現大家的基本需要和慾望是相同的，給予同樣的發展機會，則我們的發展亦將相同。

當前的問題，不是容忍你們的鄰居，而是要明瞭大家都有希望和機會，而社會，就整個而言，是始終向前進的。

西風信箱聯合啓事

我們爲幫助讀者檢討，分析，並解答種種疑難問題起見，特在西風月刊創立『西風信箱』，頗得各地讀者的歡迎。現在因爲西風篇幅有限，有許多函件無法發表，特在『光』半月刊和『家』雜誌另闢『人生信箱』，繼續爲讀者服務。『西風信箱』和『人生信箱』的性質相同，負責人亦相同，祇是所發表的是不同的信件，因爲恐怕讀者不明真相，特此聲明。

西風信箱編輯部謹啓

人生信箱投函簡約

- (一) 人生信箱歡迎讀者投函。
- (二) 詢問或探討範圍暫限於人生、社會、家庭、職業、婚姻、社交、心理、健康、修養、性教育、兒童教育諸門。
- (三) 來函概須寫清楚，並須附寄貼足覆信郵資並寫明通訊地址之信封。
- (四) 來函答覆與否，編者有自由決定之權。
- (五) 凡公開答覆之信件，恕不另行郵覆。
- (六) 公開答覆時，編者對於函中字句，有修改權。
- (七) 投函人之姓名住址，由本欄編者負責嚴守秘密。
- (八) 函寄上海亞爾培路二二二弄十八號人生信箱。



問君能有幾多愁？

彭國元

霍夫(Darrell Huff)原著

譯自一九四五年一月廿八日本星期雜誌

今天你對於一般的事情的情緒如何？有一點不高興，頗為高興，還是平常呢？不管你的回答是什麼，你此刻的心情正同五個星期前的那一天的一樣。而更為重要的，就是你現在所感覺到的，正可以推測到五個星期以後你的感覺。

你的週期也許是四個半星期或六個星期。重要的事實是，你像每個正常的人一樣，都有一個實際長短不變的情緒週期。

這件事實已經有了重要的實用的例子。我們正開始知道許多汽車與飛機的失事，婚姻的不和，輕率的離婚，以及工廠裏各種意外傷害，都可以由這種新的自知之明而加以防止了。

用一種簡單的圖表(表附後)，你就可以找出你的週期。一旦你曉得你什麼時候不快樂，什麼時候很高興，你就可以利用你的心情來安排你的生活。

美國本雪文尼亞大學的黑西博士(Dr. Rexford B. Hersey)，研究情緒週期已有十七年之久，他就照着自己的圖表安排事情。在不快樂的日子到了的時候，你就計劃着做些單獨的伏案工作。在他的週期的高興的日子裏，他就排定着做些與別人有關聯的工作。

讓我們拿一個個案來說明心情和對於心情的無知是如何的影響着家庭生活。

喬治和瑪麗結婚後，愉快的過了十四年。喬

治從辦公室回家，把帽子擱在掛衣鉤上。他每天晚上都這樣做的，今晚也像平常一樣，沒有擱中。但是今晚他不去拾取帽子，却生氣的把它踢到角落裏去了。

晚飯遲了幾分鐘，喬治就嗷嗷埋怨。等到做好了，一看正是午飯吃的那一種魚。『一天吃兩次這種魚真是够討厭了』，他使勁地告訴瑪麗。

那一個晚飯後的時間，喬治都不適宜於談話，要不是瑪麗非常的明白，那就會用一場吵架來結束那一晚了。

如果你問喬治什麼緣故，他會告訴你，他在辦公室裏已經碰着不順利的日子，回到家裏又看見弄得亂七八糟的。

實際上並沒有什麼了不得的事情。那是一個完全正常的日子，也並不比平常多些小麻煩，這些事情喬治平常會滿不在乎的。

不過，你試試去說服喬治。把他們的壞脾氣歸罪於他的太太，他的上司，以及那些死呆八板的用具的不應手，換言之，就是除自己以外，任何東西都有點錯兒。

然而由理論方面說來，我們每個人都有起伏於固定的週期的種種情緒。我們所以不高興，是因為我們的週期達到了低點；我們所以高興，是因為它達到了高點。自然，非常好的或壞的運氣，也可以影響我們的情緒，但是平常的週期類

型仍是不變的。

我們不能改變我們的週期，如果我們能夠，我們的干涉也很可能會發生危險的。但是我們可以很懂事的接受我們不快樂的時期，平平的度過去，就像我們無條件的接受上午九點鐘，午餐的時間，和星期一一樣。

如果喬治肯費點工夫畫出自己的情緒的圖表來，他就知道有一兩天一些事情都會使他煩惱，而他就會戒口不說的度過去。真的，情緒之有週期的這種知識，對於他的了解自己和家人，都是很有益處的。他的太太也可以預算到他壞脾氣的日子，而心裏想着一兩天他就會高興些了。

如果一個人的情緒在六個月裏一口氣有四分之一以上的時間，是較平常低落，那他就不可避免的會受到心理或腦神經的損害。黑西博士說，『如果人們真像他們自以為是的那樣憂鬱，那他們都會進醫院了。』

情緒週期似乎多半是由於腺而來的。黑西博士在與班奈特博士(Dr. J. M. Bennett)共同工作之中，發現情緒低落時期總隨着有肝臟與黏液腺的機能比較甲狀腺低落的現象。好像是人體的腺的和器官的組織，使人活動一個時期以後就得停止以待補充，像電池的重新充電一樣。

這個新知識正在付諸實用。黑西博士發現了工廠裏的意外傷害，有百分之五十是發生在那些工人的百分之十到十五的情緒低落時期。很奇怪的，同時多於正常數目的意外傷害，也發生在情緒高昂時期。工廠工人的最安全的日子，就是那些既不很高興也不很抑鬱的日子，這比較安全的中間時期，在每四天裏約佔三天。

一位有名的美國權威學者預言，將來航空公司對於所有的駕駛員都用這種圖表，做危險工作的員工也要畫出圖表來，在他們最危險的日子就不做那種危險的工作。

一個有真的困難的人，更應該曉得他的週期。嚴重的問題和不快樂的日子連在一處，也許就是個性最堅強的人都會受不了的。

黑西博士相信如果退伍軍人知道他們的週期，而料不到不快時期的襲擊，他們會更容易的安排一切。同樣重要的——尤其是身體上或神經上有缺陷的人——每個人的情緒變化應該被他週圍的人所明瞭。

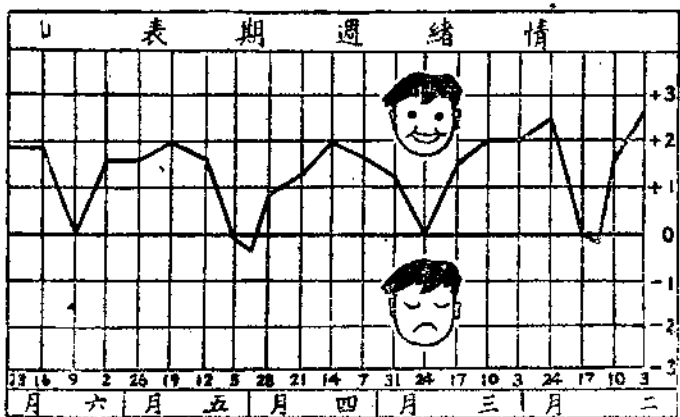
成千成萬的退伍軍人，將會有意志銷沉的日子。那時候，似乎已經克服了的困難和淡忘的戰爭的痛苦的印象，都會重現眼前，而使得情緒低落心灰意懶的人更為抑鬱頹廢了。

現在我們話歸本題，再說一說你本人的圖表。做自己情緒的圖表，需要注意每天的感覺，用擬定的相當的數字記在案頭日曆一類的東西上面。如果你能一天檢查你自己兩三回，求得一個平均數，那就更好。下面這個表是黑西博士擬定的一種，設定一些數字來代表每個感覺的程度：

- (一) 幸福，興高彩烈
 - (二) 歡樂
 - (三) 滿腔希望，生氣勃勃
 - (四) 興趣盎然，談笑風生
 - (五) 愉快
 - (六) 平常，淡漠
 - (七) 不愉快，暴躁
 - (八) 忿怒
- +2
或
+1 +3 +4 +5 +6
-3 -1 0

- (九) 厭惡，作愁
- (十) 憂慮
- (十一) 憂思重重

當你逐日記錄了二十個星期——如果你不耐煩，少幾星期也可以——你可以畫一張像本文所附的圖表。每個星期的平均數（把一星期內每日的數字加起來，再用七除之即得）在圖上作一點標出，然後用線連接各點。結果就成了一幅你自己的情緒週期圖，而足以告訴你鬱鬱不快的感覺發生在你身上的次數。你會發覺情緒低落的出現是有驚人的規律性的。



當你把週期圖表完成之後，你就能够更加寬容你自己和別人了。當你覺得你的工作是挑不起的担子，當一切的事情都不順眼而你祇想罵人，你就會對你自己說，「啊，這是我情緒低落點，不過我一兩天就會覺得好些的。」

另一方面，你會過一些日子，覺得世界是美麗的，那時候一些氣人的事你都能一笑置之，那時你洋溢着仁慈的心腸。這些也是危險的日子。

除非你心裏有自知之明而加以防備，你也許會輕易的答應一些事，買些靠不住的東西。如果你有一個好主意——所有的主意這時對於你都像是好的——你就會丟開你的工作，逢人通告，而不去沉着的付諸實施。

現在拿要求加薪來做例子。當你決定應該多掙一些錢的時候（而你的要求依照最低工資條例也是合法的），你不妨等着看看，是否在你的情緒不太興奮的時候你還覺得那樣。

如果你仍有那個意思，那麼走進去對你的上司講。要是你太胆小，不能把理由充分講出來，就等到下一次你的情緒的「高點」的時候。那時你能够更鎮靜，更有自信心。

你用不着對你的心情不愉快的日子發愁。每個心理健全的人，都有一種情緒週期。黑西博士相信雖然平常心情是最安全的。可是很少重要的創造的工作，是由於情緒完全平穩的人做出來的。

所以你該曉得預計你的意興的高低而有備無患，這樣一來，可以使你和你週圍的人，覺得這個世界是一個更好的世界了。

平論半月刊 第七期

要目

對於聯合國籌備會的期望 秋淡如
對於國是表明態度 傅統先
昆明學潮感言 劉大杰
母我則和平 潘光旦
官僚政治與對敵心理 林漢達
論外蒙古問題 呂思勉

編輯人 陳青士 傅統先 發行人 黃壽德
劉大杰 傅統先
執筆者 多係名教育家。各報攤書局均代售
通訊處：上海亞爾培路二二三弄十八號



控制疾病延長壽命

黃席羣

邁爾斯(J. Arthur Myers)達斯丁(Virginia L. Dustin 著合)

譯自一九四五年五月份 Hygeia

人類將來的健康和壽命，要靠大半是人類自己所能控制的許多因素。那些曾經企圖控制疾病的人——像希波克拉第(希臘醫學家)，韋塞利亞斯(法蘭德斯解剖學家)，哈維(英國解剖學家與科學家)，以及到今日為止的每一位醫學家——都招惹過好些人的反對。我們有許多最大的改革者，遇到猛烈的反對。有些被壓服以致繫獄，其餘的竟因為他們非正統派的發現和信仰而遭殺身之禍。截至這次大戰發生時為止，無論何時何地發生戰爭，每每疾病流行，死於疾病比較死於戰爭的人多過三倍以上，因此阻滯了人們在控制疾病上的進步。

雖有許多反對，但是控制疾病方面的進步，已有相當的成功。假使不是第一次世界大戰的緣故，也許可有更大一點的成功。第一次大戰約計毀掉了三百萬人的生命，而且由于流行性感官和肺炎的猖獗，以致又有一千萬人因而喪命。加之戰後發生的經濟不景氣現象，促成了飲食缺乏所引起的各種疾病以及各種傳染病在全世界各地的大事流行。更進一步講，第一次大戰又阻止了對各種昆蟲的有效撲滅。例如未能撲滅若干地方的瘧蚊，所以瘧疾一類的病，依舊損壞人類的健康和生命。以上這些疾病，有的已在這次大戰中重新出現。營養不良和各種疾病，已在歐洲各

被解放國家和中國再度表明戰爭對於人類生命的影響。

人在出生後第一星期內的死亡率，仍然是相當高。嬰孩們由于在胎兒時期所成功的畸形現象而致死的，現在還沒法控制。但是由于早產而死的現象，現在已有方法阻止，一是產前的充分的照料，一是醫院和別的地方有適當的設備，以便造成早產的嬰孩可以生存的環境。如果一個嬰孩在出生後第一星期內死去，另外一個人活到一百歲才死，他們兩人的平均壽命便是五十歲，那麼挽救嬰孩的生命，一定可以增加人類平均的壽命。

在控制所有使嬰孩和幼童致死的各種疾病方面，已有很大的進步。例如一九〇〇年時，每十萬人中有一百三十三個幼童是因爲消化器官的病而死的。由于適當的烹調，食物的殺菌，清潔的飲水和冷藏法，在四十年後，十萬人中的死亡數已減至十一人。甚至這個數目也嫌太高，當現在防治方法推廣到所有的家裏時，兒童因消化器官的病而死亡的數目，應當近於零。

白喉症控制的成績，卓異非凡。每十萬人中的死亡數，已從一九〇〇年的四十三人減到一九四〇年的一人半。美國現在有些很大的區域，在幾年裏面沒有一個因患白喉病而死的人。又有許

多大城市，在好幾個月裏竟沒有人向衛生局報告過一次白喉症。但是，兒童依舊有死亡于白喉的——每年在一千以上——在生命上真是一個不必要的浪費。因爲白喉可用現在已有的免疫法來防治。即使未曾施行免疫手續的兒童，一旦患了白喉症，只要在適當的時候施用抗毒素便能防止死亡。

天花是自從一七九八年以後我們就知道怎樣防治的一種疾病。但因我們自己的怠惰和愚昧，所以現在不曾種過牛痘的人，依舊有染上天花和死亡的。

一九〇〇年時，患傷寒病的死亡數在每十萬人中是三十六人。在本世紀中不知道花了多少億萬的錢，建築各種設備，使能以清潔和沒有傷寒菌的飲水供給我們。傷寒的人體傳佈物和媒介物，已經找出來了，並已從沾污的水與食物中去設法防治。牛奶的殺菌是另一重要保護方法，因爲這方法可以殺掉可能由人體媒介物傳到牛乳裏面的傷寒菌。結果是現在因傷寒致死的，在十萬人中只有一人半，而每年死于這種病的，仍有二千人左右。患傷寒的不一定都會死，所以這問題的嚴重性，大於死亡數所表示的程度。傷寒是慢慢的在消滅了，但還有那麼多的死亡數值得我們繼續努力。我們絕無良好理由使任何人害這種病。

一九〇〇年時，患流行性感官和肺炎的死亡率，在美國是每十萬人中有二百零七人，一九一八年忽然增加到五百八十七人。不幸，關於防治和控制流行性感官還沒有得到絲毫有永久價值的方法。幾乎世界上總有些地方在發生流行病。若干世紀以來，約計每隔二十年或二十五年，必定

發生厲害的流行病，每每流行到全世界。流行性感冒本身充其量只造成許多殘廢，但極少使人喪失生命。但其各種併發症，特別是肺炎，每每是釀成死亡的原因。事實上，一九一八到一九一九年間，因流行病而死亡的一千萬人中，大部分是由于肺病。當時我們對於肺炎沒有特別的治疗方法。肺炎治療法成功是很近的事，其影響還不會在死亡率裏面反映出來。現在無論什麼時候發生流行性感冒，全世界都有方法可以防治因肺炎致死的現象。依據目前各種跡象，可見憑現在控制肺炎的各種方法，人類平均的壽命是大大可延長的。

百日咳，猩紅熱和麻疹，以及其併發症，依舊使許多兒童死于肺炎。所謂兒童時代的疾病，尤其是猩紅熱和白喉的另一嚴重的併發症，是對於心臟的損害，結果使許多人在青年時代突然夭折。在這裏，磺胺類藥品又有治療猩紅熱和防止其併發症的希望。治療猩紅熱和白喉的新法，對於害這些疾病的人，實行有效的隔離，以及使用特別的免疫劑，必定可以防止許多人因釀成許多心臟病而夭折於青年時代。風濕痛症雖然也使許多青年死亡，但是嚴重的程度要稍遜一籌，因為已經發現氨基磺酸(Sulfonamides)可以幫助防止回歸熱。

現在有些治療梅毒和淋病的新方法頗為成功，所以全美國大規模發現和治療這兩種疾病的公共衛生運動，已經獲得令人興奮的結果。現在磺胺類藥品和盤尼西林對於治療淋病已有較好的結果；梅毒也可以用目前所試用的方法來治療，並得到較大的成功。那麼因為這些病症以及各種

併發和有關係病症而死亡的人數，將會隨之漸少。

一九〇〇年時，各種肺結核病患者的死亡率是每十萬人中二〇一·二人，在四十年間已減至四十七·二人。甚至這個較低的數字，表示單在美國每年也有六萬人死于肺結核病。肺結核是一種傳染病，也是可以控制的，控制肺結核病的途徑，很是明顯。如果防治肺結核病的工作人員，依照已往的方法繼續進行，並在各地擴大和加強這種計劃，那麼肺結核病流行的程度，應當減少到不會高于目前白喉和傷寒流行的程度。這程序倒很簡單，切莫讓不重要的因素參加進來，把它變得更複雜些。程序愈簡單，控制的效用成功得更快。下列程序由醫學界去指揮，並由其全體人員與密切有關的各國體和有知識的羣衆來合作執行，是足夠發生作用的。

(一) 對於每個人試注結核菌製成的注射液。一個醫生在一小時內可對好幾百人作這試驗。在美國一萬萬三千萬人口中，對結核菌注射液發生反應的恐怕不會超過百分之五十，或者只有六百五十萬或更少的人每年需要再試驗一次。全部費用不至于很大。

(二) 對於凡屬將近成人或已超過成人時代的反應者，應當用X光照他們胸部。凡對於結核菌注射液有反應，而X光照相情況清楚以及後來有反應的人們，每年須將胸部照一次X光。X光照片不過是幫助找出那些可能有肺結核病的人。

(三) 對於X光照片現出的陰影，可能是由于患肺結核病的，人們須加以全部檢查，以便作正確的診斷。這須特別小心，因為根據不完全的證據來診斷病症是極不公平的事。

(四) 在公私立醫院和療養院中，預備充分的病牀，以便真正患肺結核病的人，能夠立刻離開家庭。凡在治療傳染病患者的時候，應當實行嚴格的治療病的技術。保護醫院人員，使不至傳染到疾病，這是和保護病人家屬同等的重要。

(五) 對於凡屬有肺結核嫌疑而其病狀進展與活動情形不能立即決定的，須設法治療，並予以密切的觀察。對於患肺結核病而在傳染前期的，也採同樣的辦法。醫師可在大部分這種病人的家庭裏給他們醫治。

(六) 對於原來的工作有礙其衛生的肺病患者，須替他們謀善後辦法，或再加以教育。等他們恢復了通常生活以後，再隨時以定期檢查方法加以密切的觀察，因為肺結核是一種復發症。

(七) 對所有進入本國各港口和越過國境的人，須施以充分的檢查，藉此保護本國人民，以免有患肺結核病的人入境。在本國人民離開本國各港口或國境以前，也須為別國的人民的安全執行同樣的預防方法。

(八) 隨時支持獸醫竭力控制動物的疾病，因為牛的肺結核病是可以傳給人的。

(九) 在地方及全國防治肺結核協會以及其他一切防治肺結核的合格機關裏，從事積極的工作。

控制肺結核病需要經常不斷的努力，只要這些病症的細菌存在一天，依舊有傳佈的危險。一種傳染病在減少到似乎是最低限度時，如果不經常加以制止，可能在短期間內依舊猖獗起來。

昆蟲所傳佈的疾病，也在逐漸衰減中。防範和撲滅傳佈疾病的昆蟲，幾乎已將黃熱病完全消

滅了，並已在世界上好些地方控制了瘧疾。非洲的睡病是比較困難的問題，因為現在似尚不能撲滅非洲的毒蠅。

所有由家畜傳佈的病，可由以適當方法支持獸醫而加以控制。世界上有些地方，人們所害肺結核病，還是牛類的。馬爾太熱甚至在美國還是一個嚴重的疾病。（譯者按：馬爾太熱是流行於西西里等地的熱病，以發熱，出汗，關節痛，神經炎及學丸炎為特徵，係因飲用病毒的山羊乳所傳染。）恐嚇病（狂犬病）仍舊使世界上許多生命因而夭折。如果能對所有可以傳給人的動物疾病予以適當的控制，將增加人類平均的壽命。

飲食缺乏在整個的人類歷史上已經成為殘廢和死亡的一個重要因素。自從在本世紀中發現了維生素及其與疾病的關係以後，便挽救了許多人的生命。重要的不獨是飲食缺乏所釀成的各種疾病，而且是人類對呼吸傳染病抵抗力的減少。關於維生素我們雖然還有很多的事不會知道，如果我們實用我們所已知道的一切，便可防止許多痛苦，並延長人類的壽命。現在世界上還有千百萬人沒有得着充分的飲食，一部分是由于貧窮，一部分自然是由于經濟不景氣和戰爭，但是大部分是由于愚昧無知。

心理的缺陷和疾病，仍然是我們的嚴重問題之一。雖然專家們都相信一半的問題可以由對青年實行適當的檢查和指導而得到解決。不能解決這個問題，結果便會釀成謀殺，自殺，與其他嚴重罪行，以及生命的完全無用，這是社會的一大損失。

雖然因蘇林和適當的飲食已可以控制每一患

糖尿病的人，但是因該病而死的人，依舊很多。有一個公認的事實，便是患糖尿病的人，多半是胖子，那麼所有的這種人應當定期檢查，以便這病可以在發展初期，即易于治療時被人發現。糖尿病患者易受傳染病，那麼所有皮膚的擦傷，都應當立刻治療。現在雖有極好的治療糖尿病的方法，依舊有許多人不肯去治療。所以還須努力防止這病，以免許多人死非其時。

血虧症現在已由服用肝精和其他藥品來治療。這些方法雖然延長許多這種病人的生命，還有許多人不作適當的檢查，所以便沒有檢驗和治療他們的病，有些人簡直忽視治療。如再繼續設法控制這種病，必能增加人的壽命。

外科醫生對於增加人類的壽命，也大有貢獻。施行手術前的照料，使病人達到最能忍受手術的程度，已經救了許多人的生命。這包括服用藥品和實行輸血，以增加血色素，控制糖尿病，以及最近利用維生素K，加速血液凝結的時間，並防止致命的流血。施行手術後的照料，現在也增加了病後復元的機會。仔細觀察心臟，血壓和肺部，查考其併發症，和在必要時實行輸血，曾經挽救了許多人的生命；新藥品可以抵禦施行手術後的傳染；依照王根斯丁法（Wangenstein Method），在胃部和小腸裏放上一根管子，幾可完全防止膨脹，並省得病人呻吟的痛苦，有的時候還可挽救生命。施行手術前，施行手術時，和施行手術後的這些救護方法，可使外科醫生用更激烈方法，並防止已往必定令人死亡的情形。

防治疾病的成功，以及上述多種情形和其他

種種方法，實際上對於人類壽命，已經發生了影響。中世紀人們出生時預期的壽命是十九歲。十八世紀時，美國是三十五歲，一八九〇年時四十四歲，一九三〇年時五十八歲，現在是男子六十二歲，婦女六十六歲。但是我們對於疾病所有的知識，有許多不曾使用；如果將已知的控制疾病的方法，再事推廣，必能增加人民的壽命。有些地方人們在出生時預期的壽命，比在美國長些，例如，在紐西蘭預期的壽命是六十六歲。世界上好些地方，預期的壽命的確較短，例如印度甚至現在還是略低於二十七歲。

在增加人類壽命上所完成的大部分工作，大都還靠嬰孩和兒童時代控制各種疾病。對於已經達到四十五到五十歲的人，絕對沒有打算增加他們預期的壽命，因為一百年前活到這種年紀的人，和在二十五年前，甚至在最近活到這樣年紀的人的壽命，大約差不多。

老年人特有的各種疾病和情形的治療，現在頗為人所注意。因老年病而致死的人數，本世紀中業已增加。這大部分是因為好些人現在雖然將幼年 and 青年時代的病治療好了，等到他們年紀老時，這些情形最有重新發現的可能。例如，一九〇〇年時，因心臟病而死的，每十萬人中每年是一百一十一人，一九三九年這死亡率增至二百七十六人。雖然在美國心臟病是二十歲以後的人致死的第一個原因，但也有些心臟病至少是可加以部分的控制。高血壓以及冠狀動脈發生毛病的各種情形，還不大知道。這大部分是人們在年歲衰老時的情形，大家都很關心這些情形究竟能否控制。但是甚至僅憑我們現在對於心臟病的一點知

識，我們頗有希望將若干種心臟病治療到可以延長壽命的程度。

一九〇〇年因患痛症而死亡的，每十萬人中有六十三人，現在却有一百十八人。痛症雖然出現於年青的時候，尤其是二十五歲以後，它主要的是一種中年和老年病。患痛症和因病而死的人數雖然大，但是這病如果發覺得十分早，並且設法割治，或者用鐳或X光治療，便可以治好許多人。一九〇〇年時，因腦充血死的，每十萬人中有六十七人，去年是八十八人，事實上，在全部死亡數中，由於腦充血，腎臟炎，及動脈硬化症而死的佔三分之一，在四十五歲以後的死亡數中佔二分之一。目前對於控制腎臟炎雖然有辦法，談到防治動脈硬化與腦充血都是束手無策。所幸，害這些病而死的人，多半是在老年。

各種診斷的方法，例如試驗室對於許多疾病的試驗，顯微鏡，氣管鏡，窺胃鏡，直腸鏡，膀胱內部檢驗器，X光和電心動計等，已使診斷的精確程度，達到為十九世紀的人所未會夢想到的。實行澈底的定期檢查，能在最可加以有效治療的時候，發現許多慢性病。糖尿病，血虧症，肺結核，痛，腎臟炎以及有些心臟病，都是如此。定期的檢查，每每發現慢性的傳染症，例如牙齒，顯囊，扁桃腺或膽囊腫脹之類，這些病一經割治或醫好以後，便能防止日後的大患。

究竟我們能够希望將人類的壽命增加多少，這却很難決定。有相當多數的人會經活到一百歲或一百歲以上，在一九四四年，美國的人口普查中，有將近四萬個這樣的人，年齡在九十與九十九歲之間的有六萬人。在最近的將來，美國人平

均的壽命應該能够達到七十歲。

任何生物在經過了精力與活力的最高峯以後，便到了開始退化的時期。強大和堅實的橡樹，大約要兩百年才能成熟，表現出精力和耐性，於是來一根西一根的小枝，開始死去，繼而大的枝幹上又顯出死亡和朽壞的痕跡。樹的外科醫生可以將這些枝幹修剪掉，他可以鑿去那些朽壞的部分，用洋灰補上，他雖然這樣努力，樹却繼續退化，最後整棵的樹就死去了。一切動物（包括人在內）的生命也是如此；人經過了生長的年代，達到他力量的高峯，處處表現體力與智力；於是到了一個時候，便顯出退化和衰微的樣子。每每首先發現在眼部。因為肌肉組織的伸縮性減少，以致妨礙到正常的視線。血壓也可能增加，因而表現血管內部的伸縮性減少，血管發硬，裏面出現石灰質，有的血管異常衰弱，所以受到的血壓力，就失了作用。這是天然的現象。人的壽命固然已經延長，並將因防止那些使許多青年死亡的病症而更延長，但到了開始退化和死亡時，科學能否阻止自然，似屬疑問。當然，我們所慨嘆或者企圖阻止的，不是老年時代的死亡，而是企圖在人們能够享受生命與對世界有所貢獻以前，防止死亡。

有人說，如人類的壽命到處增加到約計七十歲，那麼世界人口必定過多而無法容納。所以必須有戰爭和其他減少人口的因素，例如瘟疫與生育節制等方法，藉以防止人口過于擁擠。世界上沒有發現的未曾住人的地方，恐怕不多，我們移居其他星球的可能性，似乎極其渺茫。原始的人都是起源和居住在溫暖的氣候裏。赤道南北三千

哩的地帶，約摸包括全世界陸地的二分之一。就繁茂植物所必需的土壤肥沃程度與空氣濕度的觀點來看，這是世界上最膏腴的部分。這裏最容易生產人類的動物與植物類的食物。不幸這裏也最適于釀成疾病的細菌和傳染疾病給人類。昆蟲的生殖。病菌在這地帶裏大量繁殖，以至於人類與家畜的健康和生命都很危險；即或不死的人，因為病魔的纏繞，也會體力耗竭，壯志銷沈。

由于產生和控制了火，用了衣服，所以人類便開始遷移到赤道南北的溫帶甚至寒帶。在這些地帶裏，獲得食物的困難雖然增加了許多，却是許多破壞性最大的疾病的避難所。因為人類現在有力量控制許多熱帶病，於是熱帶也成了可以拓殖的地方。正如人類設法使空氣溫暖，俾便住在溫帶和寒帶裏面，他現在也能够使空氣涼爽，以便住在熱帶並且住得舒舒服服。

據那位控制住黃熱病而我們能够開築巴拿馬運河的戈爾加斯說：「熱帶的生活對於盎格魯撒克遜族人，比較住在溫帶更為相宜，熱帶比溫帶能予人類的努力以更大的報酬，所以在今後二百年內，熱帶將為白種人所居住，且將像人類歷史初開創的時候一樣，再為財富，文明與人口的中心。」

「家」歡迎婦女界投稿

- 本刊歡迎婦女界投寄下列各類稿件：
- (一) 烹調經驗談——敘述描寫燒菜的方法和步驟，有特殊家鄉風味者尤為歡迎。
 - (二) 新裝設計——以適合經濟及實用原則者為合格，求「新」而不求「異」。
 - (三) 治家經驗談



當孩子生病的時候

蘇會祥

蘇會祥女士是留德的小兒科醫師，在上海行醫已有多數年，我們現在特約她替『家』按期作稿。以她豐富的經驗，她的文字必可使做父母的人得到很大的益處。——編者

天真活潑愉快是孩子健康的明證。倘若一旦飲食行動方面有呆滯的表情，看護他的母親，就應當加以注意；如更進一步而睡眠不安（或昏睡），手足發冷，頭面發熱，畏風怕寒，則做父母的人，應立刻施行下列諸簡易的初步檢查：

(一) 量體溫——一只準確的寒暑表塗上一些凡士林使其潤滑，從肛門插入，二三分鐘。如熱度過高，應以冷手巾置頭部，以防昏迷發厥。即使昏迷，亦可以用冷手巾放在頭部，一面再找醫生，不必驚惶失措。

(二) 檢查口腔及耳鼻喉——取銅匙柄一只，從口腔伸入，凡唇內、齒齦、牙齒、上腭、扁桃腺、後咽部，都應當道道地地的看個明白，看有無紅腫、白點、白膜、及出血等異狀。

(三) 察看全身——特別當孩子有痛楚的情形時，應將全身衣服鞋襪解開，細細看過，有無異物損傷，腹部有否膨脹狀態。

(四) 大小便——平日孩子大小便，亦當注意其次數顏色，形狀及氣味。如有疾病，更宜詳細研究，遇高熱昏迷，可以不待醫生來，先用純溫開水，通一次大便或吃一次草麻油。大便一通，可以使熱度降低，有時病竟霍然而愈，有時

可從中發現某種疾病（如痢疾）。他如多飲開水，亦可以增加小便的分量及幫助退熱。

經過以上簡單的檢查後，發現有必要請醫生時，馬上就請專科醫師診治。如不幸而正式生病，則病中護理，其重要每不下於藥物。我常說病家和醫生合作，病即易好。試舉數點，以奉告做父母的人：

(一) 飲食——飲食之於兒童，不僅為了生活，而且也是為生長的。所以食物本身，除好吃以外，更要注重營養。人類的身體，好像一部機器，不加燃料，不會發動。機器在開快車時，需要較多的煤，但是在開慢車時，亦不可無煤，不然即將停止工作了。人的各種臟器，日夜不息地工作着，在生病靜止的時候，所需要的熱量固然較少，但當發熱時，因為消耗的熱量多，因此輸入的亦應當增加。常見許多孩子，平時不節制的亂吃，一旦有了病，不管病在何處，做母親的，就什麼東西都不給他吃。這樣，只有消耗而無輸入，勢必無以為繼了。所以除消化器（腸胃等）患病，要節制飲食外，其他如呼吸器病及一切高熱或無熱的急性疾病與病後恢復期，都應當特別注重營養。凡輕便流動，易於消化，富於營養的食物，都應當吃，使病中抵抗力增強，易於痊愈。病後調理得法，復原較快，這是很要緊的。

(二) 空氣——空氣流動而成風。但平常人每多怕風，弄到一個小小的房間內，門窗緊閉，

再加上成人的香烟氣，與病人的汗液氣。在這種情形之下，如何能治病？所以孩子的衣服不妨穿得暖些，而屋角或高處，不直接吹到風的地方，儘可以開個窗，以通空氣。如可能的話，用兩個房間交換開窗，輪流居住，那更好。特別在生呼吸器病的時候，空氣更為重要！十年前看見德奧及瑞士的肺癆療養院及孩子生肺炎者，都睡在牛遮蓋的室內（即房子的一邊無門窗牆壁，下雨時用簾子遮遮），或靠花園的走廊之中，而同時頭部以至全身，都包得暖暖的，不使受涼。要知道冷風從鼻腔吸進去，經鼻粘膜而至於肺，已由冷而溫，不再因此受寒了。受寒的原因，往往是因為過分的暖，熱而出汗，出汗時毛孔開放，如再受涼，就要患感冒了。

(三) 靜臥——幼孩有病，可隨其舒適，或抱或臥，因為抱與臥是一樣的休息。但較長的孩子有病，最要緊是靜臥。服藥而不靜臥，未必有效，靜臥而不服藥，有時亦可以痊愈。有些孩子，即在發熱時亦不肯睡，這樣不易痊愈，且易患繼發性的合併症。就是在病好以後，也要遵醫生囑咐睡多少日子，以防變化。

(四) 清潔——出汗後衣服被褥宜常更換，每日口鼻額面要常洗，『出疹子不能揩面』，全係無稽之談。在夏天如不能洗浴，亦當以火酒擦身，或熱水擦身。因為皮膚亦係呼吸器之一，皮膚清潔，可以幫助排洩通暢，這是非常重要的。

(五) 隔離——一個人不幸而生病，不要再傳染給第二個人了。孩子的玩具，書籍，手巾，衣服，被褥，食具等，都可能會成傳染疾病的媒介。（以下接第三八面）



怎樣治療青年的手淫

劉淪慈

『手淫』一名『自瀆』又名『自戕』，從這兩個名詞的字面來看，似乎都是將它看作有自害身體的意思。其實，若按照它的定義來解釋，手淫就是『自行刺激性器官，其目的在求本身性慾的滿足』，故又有人名之為『自慰』，似較妥當。

手淫的本身，說來並不是一件什麼嚴重的問題，但在目前的中國，由於傳統的性教育的缺乏，不將這個問題當作是一個很重要的性教育課程來加以公開坦白的研究討論，所以大多數的人們，每逢提到『手淫』二字，率多羞於談及，而將它認為是一種違反禮教的題目。於是，對於手淫所抱的態度既錯，同時，再加以一部份恐嚇青年的賣藥廣告的謬論，如『手淫自戕；青春遺憾；性能衰退；失眠盜汗；腎虧健忘；手淫等於自殺』等等字樣，不知供給青年們對於手淫產生多少錯誤的觀念，有的人就認為『羞愧』，自己以為所作不當，行為可恥；有的人就認為『有罪』，以為自己的人格沒落，道德淪喪；還有的人就認為『自害』，以為自己的生命攸關，心懷惴惴，都把這幾乎人人皆有的、一種非常普通的習慣，看成為一種勢難公開的隱疾和神秘的行為。故習慣既有，事多秘而不宣，且立志自誓，絕此惡習。可惜缺乏正當的指導，來糾正那些錯誤觀念，又加以社會不能把兩性間的隔閡解放，同時又不能將兩性的知識來公開坦白的解說，所以這

些患手淫的青年，就無從走到一條安全的大道上去。

談到『性』字，它本是動物的一種本能，我們本不能以禁止或壓制的方法來克服它，而使之消滅。所以青年們一旦受了生理變化的支配，再因意志稍欠堅強，故而一犯再犯，或竟不能脫其羈絆以自拔，為時既久，即屢感內心責備，以致恐懼，憂慮，焦急，自咒，羞愧，不安，犯罪等等莫須有的錯誤的情緒，因之叢生。這些情緒就很容易改變了他們的性格，以致性情暴戾，離羣索居，屏絕社交，同時以為自己的生命能力損喪，自認摧殘，所以心身方面，俱變得萎靡不振。輕者就產生些精神方面的病態，重者也許斷送了他們的一生。就從前論，不知因為誤解這問題而葬送了多少有為的青年；就現在說，也不知正有多少青年暗地裏含着這種欲罷不能的苦痛。就將來講，還不知要有多少人，必然的還要走進這條痛苦的道路裏去。所以我們對於這個極普通且極容易引起悲慘結果的現代青年問題，應該有個真切的認識才對。

手淫的原因

(一) 性器的不潔，或是生殖器生了皮膚病，以及其衣褲過於緊小等等原因，都可以刺激生殖器的局部而發生瘙癢等情，於是引起抓弄撫摸的無意動作。因為時或生些快感，於是漸漸養

成了手淫的習慣。在一九二九年，台維斯 (C. C. 醫師) 曾對一些未結婚的女人作過一番研究，調查他們手淫的原因。根據他所調查的那一組女人的結果，其中有百分之十八，自述她們開始手淫的動機，確是因為性器的局部刺激所致。所以局部的刺激，是不應該忽略，而當設法加以消除的。

(二) 由於父母保姆們看護兒童的時候，常不經意而觸摸了他們的性器，或是兒童作滑欄杆以及爬繩等的遊戲，或當他們在沐浴時玩耍，這些動作都可以偶然刺激他們的性器，而使他們生出一些快感；由快感就引起他們對於性器發生興趣和注意，於是漸次造成手淫的行為。

(三) 這第三個原因，說起來也很簡單，乃是他們從旁人學習後而纔會的。根據台維斯醫師所研究的一組，手淫患者的起因，其中有許多例案，報告他們手淫習慣的開始，是從他們的兄弟姊妹，遊戲同伴，以及比他們年長些的朋友們學習來的。現在縱或不拿這個已經確實調查後的真實結果加以證明，而拿我們的日常經驗來作判斷，我們也的確相信，實在是有年長的兒童，願意把這種習慣介紹給那些年幼的兒童。還有一點要注意的，就是因為兒童們常常同床睡眠的關係，實在也供給他們一個彼此學習手淫的機會。

(四) 這個原因，是波安欣 (Boenheim) 醫師所注意的。根據他在一九三二年對於一些手淫患者研究的結果，他發現由於兒童的家庭不睦，環境不良，以及兒童父母的管理不善，都可以使着兒童的情緒發生緊張，波安欣醫師說，這手淫就是一種情緒緊張的表現。

(五) 第五點，也可以說是沒有原因。根據坎那 (Kaner) 醫師在一九三五年研究一些手淫患者的結果，認為當他們到了青春期的時候，既不受性器局部刺激的影響，同時又不是學習於他人，考其原因，乃是他們自然的會發現那種性方面的快感和手淫的方法。關於這點的解釋，我們可以說手淫乃是一種自然的現象和成熟的結果。這種無因之因，實在是常常被人所忽略的。

手淫是普遍的

在一九二九年，漢爾登 (Hamilton) 和亞奇爾 (Achilles) 醫師等，曾把患手淫的人作了一個統計，調查其數之多寡。在他所調查的對象之中，有大學男女生，高中男女生，以及已婚與未婚的普通男女。他對他們都分別加以調查，根據他所得的結果，在一千五百零二個男人之中，有手淫習慣的患者，佔全數的三分之二強。在兩千零十二個女人之中，過半數的人承認患有這種習慣。由於這個統計，我們就可以看出這種習慣在人類當中是如何普遍的一種行為。雖然，由這個統計證明手淫者的數量如此之多，但事實上一定還要多。因為在他所調查的人中，有一大部份，對於手淫有無的問題，根本就不置答，所以我們便無從斷定其有無。但據大家的日常經驗來加以判斷，我想一般青年絕不會因為沒有這種習慣而不加以回答罷。

開始手淫的年齡

台維斯 (Davis) 醫師曾對患手淫者的年齡，作了一個研究，他的目的是調查他們的手淫習慣

是全在什麼年齡纔開始的。根據他所調查的四百八十八個男人，其中佔有百分之七十五是當十二歲到十七歲這六年之中開始的，另外在他所調查的八百八十六個女人中，有百分之五十是在她們不到十一歲的時候開始的，同時還有百分之三十是當她們過了十八歲纔開始的。由於這個統計，我們就可以下一個暫時的結論，說男人開始手淫的時候，大都是在他們的青春之年（指自十一歲至十七歲），而女人開始的年齡，則大都是當她們的幼稚時期（指十一歲以下）和已成年這兩個時期（指十八歲以上）。

手淫的影響

『性能力』的發展與衝動，原是各種動物的種天賦本能，本無異於飢思食，渴思飲，倦思眠的等等現象。不過因為性教育的缺乏，我們往往就沒有適當的方法去培植與適應這種能力的衝動。於是，這種能力就會被手淫替它找了一條出路。人們對這問題，根本沒有真切的認識，所以有的父母，師長，一經發現兒童有了這個習慣，他們大都認為這種習慣是極惡劣的，是可恥的，是不衛生的，是不道德的，他們認為手淫會使人喪失終身幸福。這種不正確的觀點，都灌滿了青年的腦海，同時再加以報紙上廣告的荒謬宣傳，說出這種習慣是如何的可畏，如何的危險，於是就影響了青年們對於性的觀念，而採取了這種錯誤的觀點。他們一經有了這種習慣，自己就會產生一種不可言喻的恐懼，彷彿會經受了嚴厲的打擊一樣。同時，受了生理衝動的驅使，所以一而再，再而三地屢犯。每次犯了以後，就又生了恐

怕身體受損傷的憂慮，由憂慮而致心神不寧，晝夜不安。自己有了這種習慣，雖然旁人未必對自己會加以指責，可是為了傳統思想的關係，自己總有些要責備自己，咒罵自己，認為這是有罪的，不道德的，可羞愧的，和有害於健康的。所以在積極方面，便不能不有些自己以為可以贖罪，或改邪歸正的道德表示。畏罪的心雖重，然而怕被人發覺的心更重。因為一個人患手淫次數的多寡，同他的憂慮心的輕重，常常是成正比例的。所以在每次手淫後的失望和自怨之餘，漸漸就造成一種『我不如人』的自卑心理。他們自己認為自己已有缺點，覺得『別人皆尊，惟我獨卑』，於是慢慢的就不敢與人往來，棄絕社交。再加以總是在自己身上尋求快樂的關係，於是對於外界就不大發生興趣，退避自隱，趨向孤獨。同時因怕被人發覺而暴露了自己的秘密。常把別人的閑談，誤為是評議自己。輕者疑心叢生，重者則患了猜疑性的精神病。所以這類的青年，無論是在家庭之中，或在聚會場所，由於他們自己內心的情緒問題，往往很容易發生許多錯誤。理論方面，若按照精神分析學來解釋，手淫不過是人性慾發展史中所必經的一個過程，乃為人之『性力』(libido) 在自己身上的『性覺區』中求得的一種性慾的滿足。故此時期又名為『自戀期』(Auto-eroticism)。若由這點來看，我們可以承認手淫的本身，並不是一件值得驚怪的事。再者，因為世間一切生物的天性，都是尋求快樂而躲避痛苦的，手淫亦不過是尋快樂最容易最方便的一條路徑，真所謂興之所至，任意為之的一種自由行為。根據專家的研究，認為祇要這

習慣不于犯日常的工作，如讀書的專心，運動的興趣，以及社交娛樂等事，則手淫本身，對於心身方面，都沒有多大不良的影響，所以我們無須對它加以過份的注意。因為事過境遷，這類的習慣，會自然而然的消滅的。不過，假如成年人結婚以後，仍非手淫不樂，或是由於不良個性的心理問題，每日非三五次的手淫過度不可，將全副的精神，都集中在生殖器上，那在心身兩方面的生活，總不免要受到相當的影響。總之，手淫的影響，若從醫學的見地來看，除了那少數的極度手淫患者以外，它本身所給與身體方面的影響，原來極輕，絕不像一般普通人所想像的那般嚴重。反之，因手淫而引起的那許多錯誤的心理觀念，如憂慮，恐懼等等，倒會間接使整個的身體遭受了相當的損害。

手淫的治療

談到手淫的治療，可分兩點來講。(一)在心理方面的：作父兄師長的，應該以正當的性教育來灌漑並矯正青年對於手淫的錯誤的觀念，使他們心理上，放下既有這種習慣的憂慮，不要時時提念它。因為越憂慮對於這種印像的習慣越加深，同時會妨礙他們恢復健康的效率。不過有一點要記在心頭的，就是也不要因為生理方面既然無甚影響，我們就肆無忌憚，不憂不慮，日以繼夜的盲淫。雖然精液在身體內不是坐用山空，而是產生不斷的，然而這種精力，亦不宜濫用，應該把它用在增加事業的生產或者其他有用的途徑上去。再說，單單手淫的快感，亦不能代替正式交媾所得到的滿足。最要注意的，就是我們對

於手淫的行為，要戒除時，就應該立刻停止。縱有慾念再來纏繞，最好就馬上追憶那每次手淫後心理上的悔恨，那自己無形中克制了自己，同時積極地設法引導思想到別的事務上去，多學習一些正當的娛樂，如音樂，遊戲，文學，詩歌，繪畫，手工藝等，來消磨自己充盈的生活力。在消極方面，不要讀邪淫書畫或聽不良言論。

(二)在生理方面：女人之中，常因患有『外陰瘙癢症』(Pruritus)，『濕癬症』(Eczema) 『陰蝕症』(Pediculosis Pubis)，以及生殖器局部所生的其他皮膚疾病。這些都是必須就醫的。因為這些疾病，常常引起搔摸而漸漸養成了手淫的習慣。男性之中，常因包皮長緊，為衣褲接觸而生快感，致招手淫。所以包皮過長，則亦必須割治。此外，關於家庭教育方面的，如生殖器必須保持清潔，睡前務使蓄尿排盡，以免膀胱增加緊張，刺激興奮。再者，即為實行『醒後即起』的習慣，不宜寂臥床上，無所事事。縱然偶犯，父母師長們亦不可對他們加以恐嚇，說出手淫能致愚癡瘋狂等等騙人嚇人的話，或對他們施以武力的限制，嚴厲的責罰。如果那樣實行，則反容易引起他們對生殖器的特別注意而發生反感。總之，治療手淫的要素，簡括的說來，是要導性力於正軌，引思想於正途，增加朋友間的情誼，減少獨處的機會，努力於事業的工作，則結果一定可以治愈。



對付小孩的時候，切忌大發雷霆。心平氣和才能引起小孩的敬重。

大統書局

★出版·印刷·發行·服務★

經銷下列諸大圖書雜誌

- 『西風』月刊
 - 『光』半月刊
 - 『家』月刊
 - 『平論』半月刊
 - 『現代英文』月刊
- 西風社
徐氏著
圖書作

印刷圖書文件

交件準期迅速

『標準名片』

經濟·大方·美觀

每百四百元·三日交件

△歡迎電話通知定印▽

上海大通路培德里一一三號

電話：三八九五—一號



約會的藝術 劉剛

(一) 在約一位女友出遊時，就是你自己先有了你的目標，總得先問問她的意見歡喜點什麼，決不可抱着『去就去，不去就算了』的態度去邀她。

(二) 在可能範圍之內，決不可臨時太急促的去約她。因為在她的估量中，一個早期預定的約會，比兩個臨時的邀請來得有意思。

(三) 不要忘了同她討論當晚的節目，使得她知道應當穿那一件比較適合的衣服。否則，你自己穿了晚禮服，她却穿着日中出遊的普通服裝，那豈不使她窘透？

(四) 切勿不可遲到。男人們總以為女人們化粧起來很慢，其實她們早就準備好了。不過最後需要一些時間擦擦粉抹抹脂。

(五) 隨時隨地須留心照應她，替她開門，幫她拉椅子，穿大衣。因為女子總是醉心於古代武士的風采。切不可忘了你整個晚上是屬於她的，別老是注意着別的美麗的女人。

(六) 在夜總會或者館子裏進餐時，別對於菜肴和招待過分的計較，因為這樣非但不會給她好的印像，反而會使得她覺得別人都在注意她而感到很不安。

(七) 你不妨和她談談你自己的一切和你所愛好的事，但是也不可過分。因為一個女人雖然歡喜知道關於你的一切，不過若是老是談這些，未免也有點無聊。

(八) 你若真的要使這個約會十分成功的話，那末，在第二天你儘可送些鮮花或一封信給她，或者打個電話去謝謝她。

(九) 別以為心理學這個名詞是太難懂了，有時你也可用一下。你得猜測你的女友當時的情緒是怎樣的，若是你覺着她是非常沈悶而缺乏興趣，你得找一些比較有生趣的題目談談，使得她高興一點。別忘了女人也會對於戰爭和不景氣發愁呢！

(十) 要是你是一個缺乏幽默感的人，你可以學習一點，因為這是非常重要的。

黃嘉德 · 黃嘉音 主編

西風捲土重來

第八十一期十二月號 勝利復刊號

第十八期一月號要目

生長中的中國海軍 (通訊)	張有九
歐洲國奸的下場 (通訊)	怡如
原子核與原子炸彈 (西風特稿)	李國鼎
中國與世界和平 (思想)	晏陽初
大英百科全書 (文化)	林友蘭
人的型式 (心理)	夏侯楚
國際防疫聯盟 (醫學)	莫名
光榮勝利的日子 (通訊)	厲汝倫
關於人工受孕 (婦女)	藍萍心
普及軍訓防止大戰 (軍備)	思丹
大戰帶來的救命恩物 (醫學)	金奎
超速電子發生機 (科學)	陳業榮
時代的紅孩兒 (我的特寫)	夏得燈
流犯餘生記 (長篇連載)	黃嘉音
西風社遭劫追記 (西風消息)	黃嘉德
乘運輪艦海行十日記 (通訊)	張學祖
橋鎮 (專稿)	余新恩
華盛頓·芝加哥·巴杜加 (通訊)	傅景常
河內二十日 (通訊)	王秉權
新放射微菌素的發現 (科學)	曾君翰
造物的奇蹟——蛛絲 (自然)	彭國元
現實的生活方式 (特稿)	丁璣
怎樣克服疲勞 (生理)	何凱
不要等待明天 (修養)	藍萍心
『飛刀』掃霧器 (軍備)	郭棟材
兒童救濟基金會 (社會)	汪家正
理想的城市和鄉村 (社會)	顧啓源
兩枝筆的生涯 (我的特寫)	聶公
從練習生到編輯 (我的特寫)	丕顯



擇偶須知

賈瑩

美國賓州大學婚姻顧問處主任 Clifford R. Adams Ph.D. 原著

譯自一九四五年一月號讀者文摘

我們這一輩的青年，覺得現在的美滿婚姻，實在太少了。離婚案件，多得驚人。在一九四〇年，每五對或六對之中，就有一對離婚，到了一九四六年，預料每四對中約有一對。假使這種趨勢繼續下去，五十年之內，這種比率將增加到每二對中就有一對了！

這種逐漸增加的離婚趨勢，除了戰爭之外，還有其他更深刻的原因。所以，文明愈複雜進化，將使婚姻的糾紛愈多。賓夕佛尼亞州立大學 (Pennsylvania State College) 抓住了這個問題的根本原因，組織了一個被學生們稱為『和諧指導』的婚姻服務社。它為學生們服務，同時教員及市民們都可以向它請教。在這許多條件中，有些是已婚的夫婦，他們已經準備要離婚了，我們就考驗他們，同他們談話，告訴他們問題癥結所在，除非絕對沒有和諧之望的，終替他們找尋和解決的途徑。此類案件，大約有百分之八十得到成功。

我們主要的任務，是同青年們在結婚之『前』，以及變故發生之『前』，保持接觸。我們促使將要結婚的男女雙方，去多多考慮結婚的日子。假使一旦發生了特殊的變故，就徹查他們的背景，各方面的性格，列成圖表，給他們一個所期望的美滿婚姻的全面概念。

這一對對青年中，大約有四分之一不合格，百分之四十受到應該注意的勸告，因為有些在性格上有顯著的不同點。有些我們幫助他去矯正某種缺點。其餘的完全受到『緩緩進行』的警告。對於後面兩類的青年們，我們竭力勸告他們，至少遠離六個月，因為不和諧很明顯的婚姻，就因性情不合而瓦解。

許多一對對的情侶，受過我們致驗的，現在都已結婚了。並且，我們很滿意的曉得，對他們的每一個決定，證明都十分正確。凡是受過我們指導的，沒有一對是離婚或分離的。

大多數到我們服務社來的青年，都是受了一時的激動，或是觀察不正確。他們告訴我彼此一見傾心。這常使我小心翼翼地想，所謂『一見傾心』者，假使不是完全受了性慾的誘惑，便是一個人的幻想。舉一個例，一個青年人理想中的『夢裏情人』，一定是有金黃色的頭髮，蔚藍的眼睛，笑靨，高鼻樑，廿四吋的胸圍。假使他見到第一個女人符合他所描繪的形狀，他就一見傾心。用這種態度來求永久的伴侶，實在不大高明。

我們服務社最注意的工作，是觀察一對對青年的性格是否相同。我們致驗結果，有二種不同的特點：

- 好交際的——孤獨的
- 易受支配的——倔強的
- 易怒的——安靜的
- 怯懦的——勇敢的
- 熱切多情的——冷酷的
- 好理想的——好現實的
- 易變的——嚴正的
- 易惱的——隨便的
- 遵從傳統的——不遵從傳統的
- 獨立的——依賴的
- 能適應環境的——不能適應環境的

志趣相投的情侶，在這些分類中，可以看出性格幾乎是相同的。

一個人的性情有了這些特點，加上他的『情緒成熟』的真實態度，婚姻專家們認為這是任何成功的婚姻中最重要的因素。情侶們有了這種因素，問題將大為簡單，也就不會互相猜疑了。同時，我敢說夫婦間的美滿融洽，百分之五十聯繫在性的和諧上。而性的成熟的情侶，才能得到性的和諧，而這種性的成熟，也僅屬於感情成熟的伴侶。

道德家始終堅持，說婚姻的一個重要條件是雙方不可預先發生肉體關係。關於這，我坦白承認不很了解。但是據我的估計，大約有百分之七十五已經訂婚而想及早結婚的情侶，早已發生了肉體關係，但這種關係，決不是一個決定婚姻美滿與否的重要因素。

苟合當然是另一件事。我隨便取出二十五個少女的圖表，根據我們的致驗，大部份情緒都不大穩定。後來，這二十五個少女中，有二十一個

暗地裏告訴我們，她們過去會和三個或三個以上的男子發生過關係。對於這種人，我不想勸她們結婚，這不僅是她們卑劣的道德觀念，而且是情緒不成熟。

當然，要使婚姻美滿，除了個性必須相配合之外，還是許多其他的因素，也值得我們考慮：第一，男女雙方的家庭背景，新娘或新郎的童年，是否過得極快樂的，和他們的父母，是否極親愛的，他們父母兩人，是否也很和好。這都是十分重要，必須要曉得的事。『家庭和睦，才有美滿婚姻。』假使他是在快樂的家庭中長大的，不會有失和或衝突，你的情緒，一定較生長在勃谿時間，神經緊張環境中的要成熟得多。

父母如果能够把性的神祕很坦白的告訴孩子們，對於他們情緒的成熟，一定有極大的幫助，所以也能使孩子們的婚姻，得到美滿的結局。

此外，我們應該知道的，是男方要怎樣維持家庭的生活。最好是有一個公開正當的職業。有固定的工作時間，少作旅行的，這種職業，包括醫生，銀行家，教員，教師等。旅行推銷員結婚快樂的機會是最少的。

第三，我們要曉得男女雙方的宗教信仰是否相同。假使他們的宗教信仰是絕對不同的，極可能時常發生磨擦，除非他們對於用什麼方式去撫養他們的兒女的問題，在事先得到容忍的諒解。年齡的懸殊，并不像一般所想像的那麼重要，只要男的和女的在二十歲以上，四十歲以下，或是不超過十歲，都沒有問題。

使婚姻美滿，另外還有三件事值得我們考慮的是：追求時期至少要一年；幽默感能够幫助情

侶渡過許多難關；以及男女雙方都希望有小孩子。

有幾種對象，應該特別小心。第一是神經官能病患者。有一種是有酗酒習慣的人。一個女子假使以為嫁給這種人以後可以促他覺悟而改造他，那她一定是大失所望的，結婚很少能够醫治嗜酒狂或是其他癱病的。

慢性疾病的患者，往往不是好對象。



家教一得 胡忠

不要恐嚇孩子

在幼童哭得最厲害的時候，不要太去注意他，更不要用話去恐嚇他，要他『馬上』停止啼哭，因為事實上這是不可能的。在小英哭得厲害的時候，要是有人向他說，『不要再哭了，再哭媽媽就不喜歡了！』他一定哭得更悲傷，因為母親的愛是他所看重的，媽媽的『不喜歡』使他的心受創了。這是應該避免的。

小孩子的哭，往往是有原因的。合理的解決辦法是把他哭的原因找出來，而加以合理的調整。如果他在發脾氣的話，那可以把他放在一邊，不要去注意他，他看見沒有人注意了，哭失掉了它的效用，他自己會停止啼哭的。

恐嚇孩子使他不哭，是『頭痛醫頭，腳痛醫腳』的辦法，是有害處的。

在兒童教育的問題上，凡事應求其原因，才是治本的辦法。對付小孩的哭也是如此的。

無所不問



(一) 一九三九年的元且是星期日。一九三八年的聖誕節是星期幾？

(二) 有一個人生在紀元前五十年，死在紀元後四年，請問他享壽幾歲？

(三) 頭髮在晚上是否長得比白天快？

(四) 把二八五九這四個字所造成的數目隨意調整，再以四除之，所得最大的答數是甚麼？

(五) 小李輸五顆彈子給小王，小王輸三顆彈子給小丁，小丁再輸四顆彈子給小李。請問小李共輸幾顆彈子？

(六) 在一次大茶會中，有一個叫化子進來乞錢。有一個客人突然指着叫化子喊了起來：『那個叫化子是我父母的孩子，可不是我的兄弟！』這叫化子究竟是客人的誰？

(七) 王克明看見一個小孩子走過來，向他的哥哥王克光喊道：『我的姪兒來了。』王克光說：『他不是我的姪兒。』請問王克光的那小孩有甚麼關係？

(八) 人體重量約有幾分之幾是肌肉？

(九) 剛出世的嬰孩，每天睡幾小時？

(十) 在強烈情緒之下，血液中的糖的分量是增加呢，減少呢，還是沒有增減？

(答案請看第三十二面)



男人為甚麼要結婚？

海倫

根據一九四五年三月美國科學新聞通訊週刊材料

心理學家告訴從軍歸來的人說，人們在對你講他們為甚麼結婚或者他們為甚麼要結婚的時候，可以列出下面六種理由：

第一：舒適——一個男人喜歡吃可口的家常烹調。在冬天的晚上，他願意把腿繞起，坐在火爐旁邊。他的衣服扣子掉了，願意有人替他縫。

第二：性慾——男人的身體裏面，有強有力的性分泌之火在衝動，它需要發洩。發洩的方法不一，然而合法的而可敬的方法，只有一種，就是結婚。這樣纔不受別人的批評，不致沾染疾病和引起其他的煩惱。

第三：榮譽——男人都喜歡和一個面貌美麗而使人消魂的女子結婚，正如選購一部新車或建造起一座洋房時所有的同樣得意的神情。他和她在一起的時候，被別人看見了，他覺得驕傲。在向朋友們介紹她的時候，他會感着自豪和痛快。

第四：伴侶——一個未曾結婚過的男人，很少有機會和人分享他生活的意味，私人的煩惱和問題，以及個人成功的快樂。女人們擺的『龍門陣』，固然有許多笑話，但是有的時候，自己的妻子仍是談心時最理想的人物。一個男人若有一位賢妻，便能够享受美滿的生活；他們能以長久的恬然相處，互相親愛。遇有困難發生時，就有知己的人共同來想法解決。因此至少可以減輕困難的程度；而便於忍受。這種伴侶可以使生命更為寶貴。

第五：地位——結婚對於男人在社會上的地位是很重要的。在主管人的眼光中，確是如此。

因為一般人的看法常是：人們在結了婚以後，則更為可靠。它最好的理由是：一個男人有了妻子，或是更有小孩，責任加重，和他單獨一個人的時候，一切情形不同了。他不能輕易的隨便的放棄了一種好的工作而見異思遷，或是去做任何冒險的事情。男人們都會想到：結婚使他變為有責任的人了。再有，結了婚的男人，時常在家裏應酬或款待他或她的舊好和新交，這在社會地位方面來說，也很重要。

第六：愛情——有些男人也許覺得他們之所以要結婚，只是因為他們已經墮入情網中了。

以上所舉的六項理由，都是正當的理由。這些理由，也許都是我們已經熟悉的，但實際上，尚有許多為我們所不知道的理由，深藏潛在的理由，屬於我們各人特性的一部分。

結了婚的人，雖然慾望得以滿足，但也許永遠不會清楚的明白為甚麼。可是人人都知道：單身漢多少總有些不安靜和不滿意的地方。他們到處漂泊，好像在尋找甚麼東西，但結果從來不會得到。他們的心總不能鎮定下來。他們交了很多的女友，一個又一個，希望每一位女友都能給他們所需要的，好令他們滿足，可是誰也不能。所以不久他們便互道『再會！』這也許就是男人們時常更換工作和調動地方的大原因。

最後，若是男人找到了他所需要的對象，意中人，他便再不會東奔西跑的遊蕩漂泊了。因為她在那裏，家便也在那裏，他的心和她同在一處了。

所謂欲望是些甚麼？其一即為性的問題。這裏所謂『性的問題』，並非僅是狹義所言的求身體衝動的解放；如果僅指這一項而言，則無須結婚也可以達到目的的。這裏所論的『性的需要』，乃是廣義的。人自有生以來，和善良的女子相處，對於每件事物都存有一種願望。人們需要的是：愛情、仁、慈和對他能發生真正興趣和同情的人。人們需要像母親看護自己孩子樣的愛護，一個女子的恩愛所有的溫暖。人們需要表達他們自己的善感的情緒，人們也需要愛別人。

人的天性是時常矛盾的。有時候人們把東西撕破、扯開、摔碎和搗毀而仇恨之；但有時人們也能建築、創造，使生物生長而保護之，愛撫之——這些行為却是重要的。這種兩方面矛盾的驅使力，雖然衝突，可不是分離的，而常是混雜。結婚的需要不是僅僅一種簡單的驅使力，而是由於多種理由聯繫在一起的。人們需要結婚，因為結了婚，各種願望可得滿足。人們需要結婚，也是因為它是永久的——這也就是說結婚是東西奔跑、漂泊洩浪、不確定和喜變化的結束。從此，人們需要奠定根基了。

人們需要結婚的另一種理由，不管本人承認與否，也許是因為需要養育子女。人皆希望有新的生命來延續自己的生命。這是人類在個體去世以後尚能生存的不可的法門。這是人類在終必有一死的一生中，盼有永生的惟一希望。



你是問題父母嗎？

范益生

我們常常聽到人們談論『問題兒童』，然而却忘了另外也有同樣多的『問題父母』。

英國女詩人依利莎白·白郎寧 (Elizabeth Barrett Browning) 的父親，是一位問題父親。

拜倫大詩人，是一個極端的問題兒童，因為他有那樣一位問題母親。這些父母，都有同樣的行為特徵，就是強烈的佔有性，專制，暴戾。雖然子女都已成人，他們還要去完全控制子女的意志。

兒童究竟需要些什麼

時代的輪齒向前推進了。自然，新的環境也層出不窮：有些現代父母幾乎不敢訓練他們的子女，因為讀了近代心理學，以為訓練子女會壓抑了他們的個性發展，得不償失。

現代的問題父母，增加了兒童許多煩惱，正像那些問題兒童給父母們的麻煩一樣。現在因為世界婦女地位的改變，一般人相信現代女子社會地位的提高，她們養育子女，自然就有了訓練教育子女的權利。男人又因為事業冗繁，常常自動願意放棄為父的責任。這種提倡女性教育兒童的情形，並不完全是好現象，因為失去了平衡；男女本是有互相補助力量的，兒童所需要的是他們雙親兩種不同性質的產物。過多的女性教育同完全由父親統治的家庭教育一樣地有害。

不要批評孩子的朋友

只有佔有性的母親，才會常常批評他子女的

朋友，使他們不敢再把朋友帶回家來，唯恐又遭母親的批評。父母們却不知道兒童也同成人一樣，明瞭他們朋友的缺點，但是為了其他好的特點，他們得一樣的招待那些朋友們。

兒童們所最憤怒的，就是父母以自己的經驗，去對子女們的朋友的缺點作無情的解剖。雖然，你說這是為着他們好，但是常常祇是受了嫉妒心的驅使的母親才這樣做的。她憤恨嫉妒一個不相識的人加入了自己的家庭範圍來同她競爭。

母親的嫉忌

有些母親不自覺地嫉忌她及笄的女兒。她忌嫉的方法便是不停的批評：咒咀女兒的儀表，服飾等。她想這樣可以有益於她的孩子，然而却不知道這是一種下意識的憤怒，因為自己的女兒漸漸代替了她本人在家中青年美麗的地位。

最不可救藥的一種『問題母親』，便是那種當兒女一生下，她便認為兒女所做的一切，都應當像他們父親那樣地專為她一人而做的。這是最不公平的事：這種不必要的責任，硬加在兒童肩上，妨礙他們的生長。在兒童生活的早期，最要緊的是要他們獲得安全感，同時使他們信任監護他們的大人。只有在這種空氣中，兒童才能真正自由發展他們的身心。

避免過多的干涉

問題父母常常造成問題兒童。也常常聽見父

母們哭訴自己子女的不正當行為，因為子女們秘密的獨斷獨行，做了許多不正當的事。其實這也是自然的現象：假如你每次都批評你子女們帶回家中的朋友，他們只有把事情瞞過你的耳目，儘可能在你不知時行事，來避免那過份的干涉。

假如一位父親，只知道無故的批評他女兒的男友，那麼他的女兒也只好同男朋友在外面私會；同時對她自己的行動以謊言遮蓋。假如你也是這類的父母，那麼你的子女已經欺騙你很久，同時使他們願望一有機會就脫離你這個家庭。

正當的訓導

假如你的子女有了問題，而且很難管教就範時，那麼第一請你對自己忠實地審問，是否自己也犯了以上的弊端，而直接造成了你子女的問題？自然，有時這種罪惡不能全歸於父母。許多體質上的原因，也可能造成問題兒童不正當的行為。在另一方面，也許遺傳也有些關係。然而我們必須記得，環境同訓練可以改變先天遺傳的品質，同時這些被訓練改善的兒童，也是具有前途和希望的。祇可惜有些父母，總是堅信自己是完全對的，以為他們是最理想的父母，兒童一切不正常的行為，是由於他們自己誤入歧途。

父母要自省

若是要希望你的子女有正常的身心發展，只靠有了決心去訓練他們還是不夠的。最要緊的是父母需要有一番自省功夫。做父母的也同職業公事一樣，也許最難做到的便是要對自己忠實，不然，你便很容易自己先在不知不覺中變成了『問題父母』了。



父母訓練學校

翼如

美國現在的犯罪案件，大多數是十五歲以下的兒童們所犯的。舊金山的兒童法庭，發現了一個解決兒童犯罪問題的新方法，不叫犯罪的兒童來受審判，可是兒童的父親或母親，必須到法庭裏來說明兒童犯罪的原因，而且要受懲罰。

兒童犯罪多半是由於父母都在担任戰時工作，而讓孩子在街上閒蕩。或是因為戰時賺錢容易，引誘人們過着逸樂的生活，以致沒有時間照顧孩子。有時候家庭中的不和睦，也是造成兒童犯罪的原因，父母之間的爭吵，常常使孩子受到斥責和虐待，而讓孩子養成了乖戾的情緒和不良的習慣。兒童法庭發現，百分之七十五的兒童罪犯，來自不和睦的家庭。美國戰時生產局的顧問魯斯博士說，「問題兒童常常出自有問題的父母。」這是頗有道理的。

因此兒童法庭如果發覺兒童犯罪是由於父母的疏忽，或家庭生活的不睦，父母便得受嚴重的處分：罰款千元以上或處以兩年有期徒刑，或是在舊金山的父母訓練學校受八星期的強迫訓練。

父母訓練學校是舊金山的警務訪員賈內特(George Jareta)創辦的。他根據多年的經驗，發現了兩樁事實：第一，犯罪兒童的父母，一定是不負責任的；第二，犯罪兒童的父母，也常常是犯罪的。賈內特將兒童犯罪問題研究一番之後，得到一個結論：父母是兒童犯罪的主因。於是決定正本清源地來解決兒童犯罪問題，從犯罪兒童

的父母着手。

那麼怎麼辦呢？賈內特知道罰款和監禁都不是根本的辦法。後來他想到，為什麼不叫這些父母們再進學校呢？讓他們明瞭兒童心中的希望和苦惱，使他們知道如何維持微妙而堅強的家庭關係，並且指導他們如何訓練兒童，在社會上生存——怎樣找工作，怎樣才不致生病，或免於饑餓。總之，教導父母們以成年人應有的知識。

在珍珠港事變後不久，賈內特完成了他的初步計劃。犯罪兒童的父母，必須受八星期的強迫訓練，接受心理上與道德上的協助和正當的指導。他去拜訪主持兒童法庭的法官福萊；他與律師們，改革家們，政治家們，教員們，以及夜總會的女人們詳談，並且參加舊金山討論犯罪問題的聯席會議，聲嘶力竭地說明他的理想。

經過一年的奮鬥，賈內特打破了許多偏見和阻礙，他說服了兒童訓練委員會，得到他們的贊助。可是沒有公款來辦學校。於是他借用衛生局的大禮堂作教室，召集了十幾位志願參加的教員，並且請了一位熱心的校長明克勒，由他擬訂課程。兒童法庭的法官福萊，答應判決犯罪兒童的父母們到賈內特的學校來受訓。

第一班在一九四三年五月開始。只有幾個憤憤不平的父母們在班上受訓。到了一九四五年一月，人數增加到五十多個。現在時常有二百五十多人在熱心地上課。上課的時間是每週星期一的

晚上。有些父母們坐街車來，有的人自己開汽車來。有些人他們的兒童並沒有犯罪，但是他們因為不注意照顧兒童，或在公共場所喝醉了酒而被拘捕。還有些人他們自己沒有犯罪，可是他們的兒童因遊蕩，不道德，偷竊或其他的罪過而被拘捕了。

每一次上課只討論一個問題，由受訓的父母們坦白地提出問題，公開討論。這裏沒有法庭中受審訊的恥辱，也沒有監牢裏的氣氛，却很有點像市政廳的大會。那些志願服務的教員們，也小心地不暗示出這些父母們是在受處分。

一個主要的論題是兒童們的精神生活，如何瞭解他們的複雜的個性，如何和他們做朋友。這一課所着重的一句話是：「一家人玩在一塊兒便能團結一致了。」

賈內特和明克勒所定的課程，包括與父母和孩子有關的各種問題。在某一晚上，主講的人也許是布朗律師，愉快地討論着父母們應為孩子們準備正當的家庭，適宜的食物，衣服和教育的責任。另一個晚上，也許是由和藹的女警察沙利文講演。她有三十多年的經驗，她知道如何處置和幫助放蕩的女孩子們。談到健康和食物的問題，便請舊金山的公共衛生局局長基格担任。關於宗教與家庭生活的關係，便請各教會中有名的人物來主講。課程中也沒有忽略遊戲。有專家們指導父母們如何對當地所有的各種運動發生興趣。

賈內特和每一個畢業的學生保持聯絡，他時常發出一些問題徵求意見。他取消大家所不滿意的課程和講演者。如果學生們對於某一項課程第一次沒有學好，他便叫他們再來學習，現在已有

五十多個人自動地到學校來作進一步的研究。父母訓練學校的成績是很驚人的。在受過訓練的這些家庭裏的一千多兒童之中，再沒有一個犯罪的。不和睦的家庭現在也有辦法補救了。父母和孩子們都更加親密。有二十多對準備離婚的夫婦，也和好如初，因為他們知道如何和他們的孩子們快樂地生活在一起。

美國聯邦調查局的局長賀弗，正式承認賈內特的父母訓練學校，他稱讚它為『保護兒童前途的空前未有的好辦法。』

賈內特的學校不僅減少了美國的兒童犯罪，拘捕，監禁和救濟，而且舊金山為這所學校每年

所費的錢還不到五百元，學校中唯一的一有薪金的人是明克勒，其他的教員都是志願服務的。學校也不用付房租。唯一的其他開支是衛生局大禮堂中的電燈費。

賈內特的計劃的成功，幾乎使他莫知所措了，很多父母們沒有去法庭的審判或其他的介紹，自動地到學校裏來受訓。他們不過是聽到他們的鄰人們說到這所學校，慕名而來的。其他的城市和其他各州的法官，律師和社會工作人員，都紛紛前來聽講。涓滴之水，成爲江河，賈內特的計劃，隨即風行全美，遍佈美國的四十八州了。

總行：上海漢口路一一〇號 電話：一五二二二

中南銀行

營業項目

存款放款
押款匯兌
各種儲蓄
各種信託

本埠支行：八仙橋

靜安寺

福煦路

母親的願望

沈詩章

——改譯自『現代父母』——

我要做個好母親。我要了解我的孩子們，耐心聽他們所要講的話，用好意回答他們的問題，不插口，不回嘴，不反駁他們。我要有禮貌地對待他們，正像我願他們那樣的待我。我要有勇氣來承認我對不起孩子們的罪，當我曉得我有錯待他們的時候，我就請他們原諒。

我不無故傷我孩子們的心。我不譏笑他們的過錯，也不以侮辱與嘲笑爲懲罰。我不引誘我的孩子們說謊和偷竊。我要用我的言行來證實『誠實產生快樂』這句話。

我要除滅內心的卑劣。我不苛責。當我自己情緒紊亂的時候，我要緘默無語。

我不注意孩子們細微的過失，我要設法曉得他們的長處，用合適的話誇獎他們。我要與孩子們一起增長，按着他們各人的年齡對待他們，而不以成人的判斷和習慣來期望他們。我不阻擋他們思想，選擇，決斷，以及一切自助的機會。

我不爲滿足自己而責備他們。我要允許他們一切合理的欲望，勇敢地抑制任何將危害他們的特權。

我要對孩子們公平，正直，體諒，並且友愛，使他們真實的尊重我。我要矯正我自己，使我配受孩子們的愛護與摹仿。我要鎮靜，穩重，克己。



當孩子發問的時候

朱梅先

孩子問話的時候，做父母的不要笑！小孩們往往從問題中提高他們的知識水準，他們是有問各種問題的權利的。假使他們真的問得討厭，那麼就需要加以研究了。

孩子們是大實行家及實驗家，喜歡自己尋找各種事理。同時他們有許多事情要向大人們學習。他們尋找事實的方法就是發問題，所以我們對他們所提出來的這些問題，要相當注意。

比嬰兒稍大的小孩，已經會看見飛機在頭頂上飛行，聽見機器作響時，就向母親問：『甚麼？』想知道這可驚奇的物件的名稱。

大一點的小孩就提出整句的問句來了：『爲什麼冰要融化？』『爲什麼早晨天會亮起來？』『他在做什麼？』

在父母雜誌裏，烏特高克夫人將孩子們發問的作用總結起來說：『小孩子們要想在他們從別人處所得到的雜亂的，似有關係而無關係的事實，及他們自己所觀察到的事件裏，尋找出有組織有秩序的解答來。』

動作比解釋好

若是可能的話，小孩情願有動作來解釋問題。一個小孩問冰爲什麼融化，告訴他天熱了冰化，也許會使他滿意；但是我們如能拿一塊冰，放在杯裏，使小孩看着冰在太陽下化去，那他會感到加倍的有趣，並且絕對不會立刻忘記。仔細

想起來，大人們也不見得兩樣。我們只要想自己真到黃山去旅行，和別人去了回來告訴我們的情形，是否一樣。

我們要注意：答覆小孩的問題時，不要放許多瑣屑的枝節在裏面。小孩聽了枝節，更覺不懂。最好回答時用小孩自己用的簡單語言，使他的迷惑減少，尤其是要避免科學的解釋方式。

當然，小孩的年齡是極端重要的一點，像兩歲的小孩問：『早晨爲什麼天亮？』這問題，那我們只要告訴他太陽升起來，所以天亮，就可以了。什麼地球在轉動那些話，他都不能懂。四五歲的小孩就喜歡知道些事實，倘使他問你飛機怎樣會飛的，你告訴他：有一個大機器，在裏面推動，他就很滿意了。

小孩子們很自然而迅速地不去理會那些不相聯帶的小枝節，如果你的答覆太長太複雜了，他們聽一會兒就不再繼續注意聽了。

除了避免採用很複雜的事件和小孩們不懂的事件之外，如能用簡單明瞭的，他們所熟悉的語言來回答他們的問題，最能幫助他們了解。倘使我們能慢慢地很小心地說話，比我們滔滔不絕地說得很快，容易使小孩們懂得多了。

有些小孩也會像大人們一樣地提出一串一串的問句來，繼續不斷，如長江流水般的問個不休。這樣的情形，一定是有特別原因的。有的小孩只想使大人說話，並不注意要聽回答。這樣的小孩是很愛社交的。有時小孩實在想尋一個機會自己回答自己的問題。如果我們遇見了這樣的小孩，那我們就將這句問句問他自己。譬如他們問：『爲什麼我不能在外面玩？』那時外面正下着大雨，你就問他：『大衛，你爲什麼不能呢？』看他是不是很快的回答：『因爲我會一身都弄濕的。』

也許因爲太無聊

有些小孩時常問問題，並不是因爲他們要得到知識，而是因爲他們要尋找慰藉。許多喜歡問話的小孩，是感到寂寞無聊的小孩。他們實在需要別的小孩和他們在一起玩。

在這種情形之下，拒絕答覆他是不會治好他的寂寞病的。在這種情形下，需要用不同的辦法去對付。譬如：準備活動的遊戲，或使小孩多參加散步或聽故事。這樣才會幫助那小孩有獨立的思想利行動。

一般的說起來，小孩的提出問題，是非常懇切的。小孩應當從大人們處得到誠實而直率的回答。若是小孩問我們的問題太複雜了，我們都不懂，那我們就承認不懂。最重要的是：無論小孩問我們話時，因心裏急而樣子好玩，滑稽，或其他的情形，我們一定不要笑他。我們笑了他，會減少他以後發問的勇氣。

注意小孩的發問

回答小孩問題這件事，不但是做父母的應當注意，一般的大人們都應當注意。往往有些大人們認為小孩們所發的問題是好玩的笑話。

「那大刀是做什麼用的？」彼得問一個平時他認為是自己的朋友的屠夫；「這是用來割說謊



同笑 共樂

· 谷夢 ·

文豪的幽默

美國幽默文豪馬克吐溫有一次要向鄰家借一部書。那個人答應了，可是說：「你可以隨時在我的圖書室裏看，可是我定下的慣例是不許把書帶出去。」

幾星期後，那個鄰人要向馬克吐溫借用刈草機。馬克吐溫看見報復的機會到了，說：「我很願意把刈草機借給你用，但是我定下的慣例是不許把刈草機帶出去，你隨時可以在我的草地上用。」

帽與人

某大學有一個慣例，要是教授遲到十分鐘，學生總是溜之大吉。

有一次，一個學生所不喜歡的教授，因為有事要遲到，因此他在上課以前先到課室裏去，把自己的帽子放在桌子上，還自辦自己的事去了。上課的時間過了十五分鐘，教授回來了，看見課

的小孩的舌頭的，」那屠夫向彼得的母親擠眼睛，如此回答。彼得縮起身子向他母親挨近些，他母親正在解釋：「實實，他不過是騙騙你的。」

但是小彼得，雖然也許相信了這件事，總仍舊對這位一度是朋友的人疑懼。這樣的人與人的關係是可怕的。他很直率的問題被認為奇怪的，

室中除了椅桌和自己的帽子以外，空空如也。心中十分氣憤。

第二天，他上課的時候便把學生教訓了一頓，說，以後要是他把帽子放在桌子上，就等於自己在場一樣，叫大家不要跑掉。

過了一天，他上課的時候，看見一排排的位子上，祇有一頂頂的帽子。

十全十美的女人

美國有一位出名的傳教士，名叫鍾斯。他有一次在講道的時候說，「世界上沒有十全十美的男人。要是會衆當中有人曉得有一位十全十美的男人的，請站起來！」結果沒有一個人站起來。接着他又用同樣的語調宣佈道：「世界上也沒有十全十美的女人，要是有人知道那一位女人是十全十美的，請站起來！」這時在會衆當中，有一位謙遜矮小的婦人站了起來。

那傳教士驚奇了起來，問道：「你曉得誰是十全十美的女人嗎？」

那女人回答道：「我自己不認識她，不過我常常聽見人家在稱讚她。她就是她丈夫的前妻。」

老教授趁火車

三個老教授在月臺上等火車。大家談得很起

下次他就不這樣直率和朋友問話了。

像以前提過的烏特高克夫人說的：「小孩當然對他的生，死，生長，和社會羣衆的風俗習慣都有誤解，假使大人們能忘記了我們自己是大的人，覺得自己是小孩們的朋友，是要幫助小孩們的人，那我們一定能够很同情地回答小孩們的問題。」

勁，沒有注意到火車來了。等到火車開動的時候，他們才趕上去，結果有兩位上車了，第三個已來不及上去。

第三位教授神情非常懊喪，車站上的人說，「火車那麼擁擠，三個人上了兩個已經很不錯了，爲甚麼那麼不開心呢？」

那老教授嘆道：「我知道，但是那兩位是來送我上車的啊！」

裝胡椒

主婦：「桂實，你整天早上躲到那裏去了？影子也看不見。」

初從鄉下出來的女傭：「太太，你不是叫我把那包胡椒粉裝進胡椒罐裏去嗎？胡椒罐洞那麼小，裝也裝不進去，裝了大半天，還裝不到一半呢。」

徵求笑話

你聽見甚麼足以博家人和人家一笑的故事嗎？請馬上寫出來寄給我們，以便使大家都有「同笑共樂」的機會。



你的孩子怕甚麼？

葉琳

你若要一生做個到處能適應環境而受歡迎的人，在孩提時就應該開始學習怎樣去控制他的情感。這並不是說把全部的情感一概都壓制着，不許它們作任何的表示。因為這樣一來，生活將平靜的像一隻牡蠣，一點也沒有意味了。可是我們一定要使孩子們知道怎樣自制，使得他們長大成爲一個愉快的人物，去享受人生的美境，同時使他週圍的人感到他的可親可愛。

恐懼是基本情感

在孩子出世最初的幾年，畏懼是他們基本情感中的一種。但是初生的孩子，並不知道什麼叫做畏懼。大半是由於成人的不留意和大意，使畏懼在孩子的內心裏生長出來。有的父母們竟利用他們畏懼的心理，來管束他們的兒女。我們常聽見母親們說：『你要是再不乖的，妖怪（或警察）要來捉你了。』

幼孩往往爲了更換地方和出於不防而發的亮光或巨大的聲浪而害怕。孩子們時常會摹仿大人的害怕。像怕狗和怕貓，普通也是學來的。當一個母親要阻止她的孩子去撫弄一隻狗時，她儘可以說：『留心點，別走近那隻狗，牠會咬人的呀！』

畏懼的醫治法

醫治畏懼最好的方法便是預防。倘若你的孩子以啼哭，躲藏或畏縮來表示畏懼在他的心裏已種下了苗，那你得設法幫助他去剷除它，一個極好的辦法便是用同情的態度去靜聽他對你說他的畏懼。切不要爲了他害怕，反而去責備他或取笑他，說他膽小，叫他懦夫。

大人們對他的解說，往往可以減掉他的害怕。你可以告訴他所聽到的話，是不正確的，世間並沒有妖怪或鬼物；警察是我們的朋友，他只有會保護我們，決不會無緣無故把我們捉進牢獄裏去的。

怕黑

要是實實怕黑暗的話，你可以指電燈開關地方給他看，同時教他怎樣去開關，同時再解釋給他聽，一間屋子在黑暗中和明亮中是一樣的。可是切勿強迫他一個人到黑屋子裏去，要是他依舊是怕的話，你應該陪他一同去，直到他不怕了爲止。

我知道有一個女孩子，她不敢孤獨的睡在一間黑暗的屋子裏。但是若讓她的房門開着，又怕有聲音吵鬧，使她不能安睡，因爲這家人的寓所是很狹小的。她的母親便把一支玫瑰紅的小電炬，放在近她床邊的一張椅子上，於是這女孩望着這燈光，很安心的睡着了。到後來她不再害怕了，也用不着那支燈了。

畏懼的產物

一個具有畏懼心的孩子，並不一定是個胆小者。鄰近愛好欺騙凌弱的孩子，往往都是畏懼的產物。他很想戰勝他思想中的畏懼，可是結果他把他的目的移到比他軟弱的同年孩子身上去。

這種孩子可以使他走上正軌，要是有一個善於瞭解的人，情願去聽他傾吐他所畏懼的各點；去指導他使他的精力用在正當的路上；使他加入公共性質的事業，與人們共同合作。一旦這孩子感到他並不是孤獨地在奮鬥着，感到有人在他了解他，感到其他的人也在困難中掙扎着，他的好鬥喜戰的心，便會無形中消滅了。

一個身體健全，心理均衡的孩子，一定要沒有畏懼存在。要孩子能自由。不過所謂自由者並不是指我們可以干涉或侵略他人自由的自由。而是要從正確理論中，他可以學習到一種受管束的自由；這從畏懼或憂慮中是得不到的。

這樣回答！

（問 題 請 看 三 十 五 面）

- （一）星期日。
- （二）五十三歲。
- （三）一樣快。
- （四）二四六三。
- （五）一顆。
- （六）叫化子是客人的姊妹。
- （七）父子。
- （八）一半。
- （九）二十二小時。
- （十）增加。



養成嬰兒眠、食、便的習慣

潘紉嫻

這裏沒有甚麼高深的理論，祇是貢獻一點作者的經驗，給一般將做母親的人試行的。

一個剛從母體裏生下的嬰兒，他的一切都是『可塑性』的；猶如一張純潔的白紙，任你在上面塗抹。這塗抹好多的責任，最初就是我們做母親的人，以後就是師友們。這裏所談好習慣的養成法，就是交給母親的一份功課。

在養成這種習慣之前，要牢守一個原則，就是不可有例外。譬如嬰兒哺乳時間是每隔三小時一次的，決不能因為嬰兒啼哭就不守時間，一定要十分規律，不可有一次破例。因為你要曉得，一次的例外，會使全功盡棄的！這是要養成習慣的先決條件。

底下，便是眠食便的習慣怎樣來養成的：

眠的習慣——這裏注重的是養成『夜眠』的習慣。有多少嬰兒總是在大家睡眠時醒着，在玩具，吃奶，哭鬧，弄得母親日夜顛倒，不能做事；有的就弄得母親永遠睡眠不充足，而憔悴衰老；更有的弄得父親也沒有精神辦公。所以一個小孩子從生下來三個月之後，就要訓練他有夜眠的習慣。夜眠的重要，和母親次日的精神飽滿與否，身體健康不健康，有最密切關係。因此我們要特別重視這一點，絕對不能放鬆的。

如何使得嬰兒能夠在我們大人睡眠時間內不哭不吃，和大人一般安睡呢？養成這習慣有下列幾點要注意：第一，讓嬰兒獨睡一張小牀上，與

母親分睡。這樣母親可不致因嬰兒輕微的哭聲驚醒。第二，每天下午三四點鐘之後不讓他小睡，直至大人睡時再給他睡。第三，睡前的一次進食酌予增加食量——如規定哺乳時間為三點六點九點十二點，那麼九點的一次最近大人睡眠時間，這一次可於普通量外加喂一二片餅干糊，使嬰兒在這應該睡眠的時間內，不致因真正的飢餓而醒來。第四，六七分鐘內可任他啼哭。這一點母親一定要硬下心腸的，因為嬰兒夜間吃『慣』了的，到時候會哭的，母親可任他哭幾分鐘，不要動他，也不要看他，只當不聽到。他是因吃慣而哭的話，一定哭幾分鐘算了，仍會睡着的。有的甚至到時候閉了眼睛（或許還是睡着的）喊兩聲，母親可別上他的當以為他要吃了。因為照第三條做的話，決不會是餓，照第二條做的話，決不會不疲乏而不欲睡。萬一孩子哭到十分鐘以上，那麼母親就只好起來，看看什麼道理：冷了？熱了？濕了？便了？——假如都不是的，那麼再看着時間和有沒有真正飢餓的表情——如拚命嘔嘴，拚命歪嘴巴，以決定餵奶或糖水。這樣四條辦法要同時進行，一星期到十天，一定可以有至少連續六小時左右的夜眠。成績好的，到六七個月以後，就可增長到八小時以上的夜眠了！母親有了八小時安靜的睡眠，次日的精神就不致受影響了。

食的習慣——初生三個月內的嬰兒，不分日夜，每隔三小時一定要給他吃的。母親不能見小

兒哭以為是餓就任意餵奶，一定要十分有規律（隔三小時一次）。假使不到三小時哭得過份兇的，可餵些糖水；假如因為母乳不足，就得用代乳粉或鮮牛奶補餵，而每次相隔的時間還是要有三小時（四個月起夜眠的時間例外）。長久以後，小兒猶如一只時鐘，必定三小時就要吃的。那時候，習慣就養成了。

便的習慣——這裏是講定時大便的習慣。凡是有定時飲食的人，也可有定時的排便。我們常常看到多少成人，他們有的一選是起牀後大便，有的一選是睡前，有的一選是飯後。這現象就是有定時排便習慣的。嬰兒在第一個月內，大便的質與量俱多，無從養成定時大便習慣。兩三個月時，母親可以注意嬰兒自動大便的時間，以後每天到時去把他，可以養成習慣。這樣既干淨又省事，對嬰兒健康又有益處。

這些好習慣的養成，越早越容易，假使在嬰兒已有壞習慣傾向。再望改過來時，就相當困難了。所以厚望有奶的母親，不要交卸奶媽的責任給無知的女人，任何事只要有方法，照方法來扶育孩子，並不是怎樣苦的事情！

重慶版書半價

茲以西風遷滬出版紀念，西風社及光華月刊社重慶版（用土紙印者）新書數種，優待讀者半價發售。有意者請向上海西風社或重慶學田灘十一號西風社辦事處接洽。

書名	定價	半價	航郵費	計共
天才夢	五元	二元五角	二角	二元七角
光明之路	八元	四元	二角	四元二角
我愛講的故事	二元	一元	一角	一元一角
阿丹諾之鐘	三元	一元五角	一角	一元六角



雞、肉、魚的吃法

朱純

吃 以 前 的 話

俗語說：『民以食為天』，可見吃這件事在人生當中的重要性了。我們中國人素來講究吃，也素來以講究吃自誇於世。可是在中國，跟許多其他的事物一樣，吃這件事，五千年來尚未走上合理化科學化之路。許多著名的廚子，燒起來色香味都好，祇是他們的燒法，全靠經驗，也不肯輕易傳授給別人，這是很可惜的。

我們覺得燒小菜的藝術，在家庭的快樂與營養中佔着很重要的地位，在可能的範圍之內，千萬不要隨便，每個主婦都應該花一點工夫去研究。

在這裏，我們介紹了幾種普通小菜的吃法。如果你家裏有客人來吃飯，自己做幾樣美味的小菜請客人吃，既經濟，又有趣，而客人吃起來也一定會特別感覺親切有味。

我國各省各地的菜肴，味道與燒法各不相同。我們很希望讀者中的太太小姐們，會把你們拿手好菜的燒法介紹出來，讓異地的同胞，也可以嚐嚐你們的地方風味。——編者

雞 的 幾 種 吃 法

醬油雞——去毛洗淨的肥嫩母雞一隻，用生薑和鹽在牠的全身和腹內擦一遍。過一二小時後，放入普通鐵鍋內，加入剛能浸沒四分之三雞身的醬油，加糖一湯匙，蓋緊鍋蓋，在文火上煮。不時開蓋翻動雞身，或用匙舀起鍋內紅湯澆在浸不着的雞身上。待全身紅透而酥熟，切成小塊，就成了可以待客的鮮美的好菜。

一雞兩吃——去毛洗淨的肥壯雞一隻，放在瓦罐內，加滿過雞身的水，煮到筷子可以很容易地穿過腿肉時，把雞提出，取下肉和皮，切成一寸大小的小塊，放在碗內；另取罐頭一只，把

三湯匙麵粉在三湯匙豬油裏炒熱，加雞湯二小碗；加湯時要用竹筷四隻加速度翻動，避免粉起硬塊；倒入雞塊及已煮熟的黃蘆蘆塊及青荳，加適量的鹽和少許胡椒，如嫌太濃可以略加溫水，待滾透，而色、香、味、俱全的佳肴已備。

另用四湯匙麵粉在四湯匙豬油裏略炒，加上餘下的雞湯，加早已在清水中煮熟的捲心菜絲，或菜花，或黃蘆蘆絲；加鹽加胡椒，待滾，又成功蔬菜濃湯一碗。如能够加半磅牛奶一同滾一下更好。

醬 肉 和 叉 燒

醬肉——重一斤或一斤半的五花肉一方

，用糖在皮上擦一遍，掛過夜，浸入醬油內。如果醬油不夠浸沒肉的全體，那末每過三天要去翻動一次，使全塊肉都能够受着醬油。過十五天至二十日之後，選太陽好的日子，提出已浸成了淡醬油色的肉，穿一根麻繩，掛在太陽終日晒得着的地方。晚上收進，次日再晒。三日後祇要在臨風而沒有太陽處，掛着待吃。吃時整塊或切半塊，放在碗裏蒸熱切片就是。這肉祇宜在嚴寒時做，但可以一直掛到春天吃。

叉燒肉——切成長條的五花肉，浸在紅腐乳油裏約六七小時，腐乳油加點糖更好。把浸過的肉放在鐵絲網上，擱在火上烤，每過五分鐘仍把肉放回油中浸透再烤，到熟為止；切成小塊；把餘下的油在火上熱一熱，倒在肉上。這濕濕的叉燒肉味道比市上普通叉燒要好許多。

燻 魚 和 魚 捲

燻魚——青魚的中段，齊背對切開，分切為厚約三分的小塊，灑一點酒，浸在醬油裏，也可以放進幾根蔥段薑，以解腥氣。一天後，在極熱的大油鍋裏煎，煎到深黑色時拿起，浸入醋調好的油中。待全部煎好，把它們再全部倒進鍋中（餘油須先倒去），再倒上糖醋油，灑上五香粉，略滾一下就好。

魚捲——大黃魚一條，灑一點酒蒸熟，取去骨頭，把魚肉和在已煮熟的洋蔥醬裏（煮熟的去皮洋蔥約一斤，用調羹搗成泥醬），也和進炒熟的洋蔥丁一只，鹽，胡椒末少許，和勻後，分成八個長圓捲，逐個捲先捲上一層麵粉，在雞蛋裏滾一滾，再滾上一層麵粉；在熱油裏煎黃就可以吃了。



初學烹飪的回憶

蔣玉清

我是一個未讀很多書的人。寫文章，根本談不到。但對我個人的初學理事實的經過，自信還可以描寫清楚。

我在不滿二十歲時，就由父母之命，媒妁之言，和姓周的結了婚。在婚後的兩星期，即回到周家。他家在江北如皋，我們因為便利，是在鎮江舉行婚禮的。當汽車開到如皋城站時，我的心跳的厲害。可是當時小孩脾氣，竟放聲大哭了。到了他家，見了他的父母，滿臉莊嚴地，令人不寒而慄。他家是古色古香。父親是個老秀才，一切不脫舊禮教。走路，吃飯，都有一定的規矩，尤其是說話，更要『低言巧語』的，我本是南邊一個小鎮的人（屬鎮江縣轄）平素說話和笑，都是粗聲粗氣。在他家，無事是不敢開口的。即使話說得很低，也是聲音很粗。這舊禮教的大家庭，本來我也弄慣了的。不過在母家，和在婆家，多少總有些不同。何況我又是在外面讀書，剛剛畢業，即出了嫁，什麼也不會。燒飯，洗衣，理事，對我真太陌生了。這樣在他家住十二天，我們就到杭州去了（他在杭州做事）。到了杭州雖然一切自由自主，但理家及燒飯洗衣等等，必須我親自料理，那時的我，什麼也不知從何着手。初到杭州，一月中，吃的是包飯，衣服給人家洗。後來因為太不舒服，不清潔，所以就改為自己動手。

頭一天，我是弄的燒白菜和炒肉絲，兩樣說來真可笑，豆油放下鍋，還未燒熟，駭得手忙腳亂，急急將菜放下鍋。結果燒熟了，一股豆油味，簡直不能下嚥！

加之頭一次煮的飯，又太爛，可算一天也沒有好好的吃。

第二天，我又弄腰花湯和燒鯉魚。魚是燒的兩面沒了皮；腰花湯又是一股腥臊氣味。

這樣三四天，一點也不見進步。爲了吃飯，哭的兩眼紅腫，仍舊沒法弄好。後來想了法子，每弄一次菜，弄不好，馬上就寫信回家去問我的母親。這樣的繼續着，果然進步了不少。

若遇請友人聚餐，即叫廚子。廚子弄菜，我就看着學着。二三年後，家常便飯可不用說了。就是請客便酌，五六色的菜，毫不費力的就做好了。

在現在若說請客，十多個菜，非但很快就做好，菜味的調和，也博得客人稱贊不已。

我想天下的事，沒有學不會的，只要人肯下工夫，終久會成功的。比方我學烹飪一事，眼淚流了不知多少，但終於學會了。雖說不能比廚子，也可做廚子的助手了。

徵求天下父母作『家教一得』及『家事一得』短文，刊出後當奉薄酬。



天真話

小約翰離家

四歲的小約翰對家庭表示討厭了，他的父母是主張自由教育的，因此就告訴他說：『要是你討厭家的話，你出去好了。』

小約翰帶了一點東西，真的出去了。半小時以後，鄰人看見小約翰手裏提着一個小包裏在門口走來走去，覺得奇怪，就問他在做甚。

小約翰說：『我要逃出家庭。』

鄰人問道：『那麼你爲甚麼走來走去不逃呢？』

小約翰說：『可是爸爸媽媽還不許我橫過馬路啊。』（丁淑文）

小大力士

小大衛費了很大的力氣，拔了一條草根，勝利地跑去告訴他的父親說：『爸爸，我一個人把這草根拔了出來了。』

他的父親拍拍他的背說：『你真是一個強壯的孩子！』

小把戲答道：『是啊，另外一頭是整個地球拉住的呢！』（劉美麗）

本刊歡迎父母投稿『天真話』。請把你孩子所說過的天真話，所做過的天真事寫出來，我們當樂爲在『家』中發表。



利用你的舊衣服 畢 璞

你有沒看過『飄』這部小說或電影？它裏面的女主角郝思嘉（Scarlett）在沒有衣服穿時不是把一幅綠色的天鵝絨窗簾用來改成一件很漂亮、很華麗的夜禮服嗎？你又有沒有看過『小婦人』（The Little Women）這部小說？二姊姊蜀（Jo）不是把一雙弄污了的白鞋子染成艷麗的藍色鞋子穿了去參加跳舞會嗎？你覺得她們這種行為是聰明呢？還是寒酸可憐呢？假如認為這是聰明的行動，你肯去學習學習嗎？

在這物質奇乏的戰時，我國又沒有人會發明用纖維或玻璃等物去做衣服原料的代用品，所以一塊碎布一件破衣都是可貴有用的。尤其是在那些經過多次逃難的家庭，真恐怕連一片碎布也不容易找到啊！然則我們在這生活程度狂漲的今日，如沒有能力去添置新衣服而舊衣服又不够穿時，我們應該怎樣辦呢？只有儘量的去利用破舊的衣服而已。

（一）張太太的鄰居們看見從桂林逃難出來只賸下一點點行李的張太太所晒出來的內衣褲都是很新的，布質很好的，但又從來沒有看見她去買布。何太太也是逃難出來行李損失大半，她現在常常感到內衣褲的不够替換，何先生的收入又僅足食住，無法賸下餘錢去買布來做，她看見張太太的情形，就去問她有什麼秘訣，張太太見問不覺失笑起來，拿出一件只賸一個領圈和兩個袖管的破襯衫給何太太看，一面說道：『你看它

的下幅到那裏去了？』何太太見了也不禁笑起來而決心去效法她，原來張太太會很聰明巧妙地去利用廢物：她把張先生穿破了的襯衫（普通男人穿襯衫總是先破領頭的），分別它破爛的程度來處理。破一點點的她就把領頭翻一翻，把它改成新的一樣，破得厲害一點的就破領頭剪去，加以修改，給張先生做睡衣。破得無可再用的，她就利用那完整的下幅來做內衣，從前襯衫的布料都是上好的柔軟的，用來做內衣褲正合適不過，在經濟能力不充足時利用它，直勝於買那些粗糙難看的平價布呢！

（二）天氣愈來愈冷了，李先生和李太太愁眉相對，因為他們的三個孩子都不够衣服穿，後來真的沒有辦法時，夫婦倆把那個擱置無用衣服的箱子打開來翻翻看可有什麼舊衣服可以給孩子們穿，結果還是李先生聰明，他拿出一件十幾年前的做學生時穿的一件墨綠色的呢大衣（那是一件很短的老式大衣）來叫李太太把它改成一件外套給他們十二歲的女兒穿，賸下來的，就用來縫一條西裝褲給九歲的弟弟，他說：『用這麼厚的呢來做小孩子的外套和褲子，穿起來一定又溫暖又舒服呢！』這點李太太同意了，『但是，小毛毛又怎樣呢？』李先生沉思了一會，又從箱子裏揀起兩隻羊毛襪，對李太太說道：『把這襪子面剪去，把兩隻襪子的襪統拼起來給小毛毛做暖褲，不是最輕而易舉的事嗎？』李太太聽了他這個高

明的想頭也認為可行，於是立刻加工趕製，幾天後，三個孩子都穿得又溫暖又好看了，這一件外套，一條呢褲子，一條羊毛暖褲，若是買新的，要不要花一萬元呢？假如把那件老式呢大衣賣出去，又值不值到一萬元呢？這些數字的出入，在家庭簿記裏是不容忽視的！

（三）王小姐將要赴一個同學的婚宴，可是她爸爸沒有錢給她去縫新衣服，因此她天天哭喪着臉，跟媽媽鬧，跟媽媽撒嬌。她媽媽拗她不過，就把自己的箱子打開給她看：『爸爸是沒有錢給你去做衣服了，你如果有辦法，你就把我這些老式衣服拿去穿吧！』王小姐也不服氣，真的把媽媽的箱子從底翻到面的看過，她發現有幾件鑲着很寬花邊的緞子旗袍，顏色都很鮮艷；她便拿出來試穿，原來這些旗袍是她媽媽年青時最流行的式樣，袖子和腰身都是又闊又短的，穿起來樣子十分滑稽，她媽媽見了不禁大笑起來，她自己却忍住不笑，她心愛這件衣服，她央求媽媽把它替她修改成爲她可以穿的旗袍，她媽媽答應了，衣服改好，王小姐穿起這件閃光的紫羅蘭色鑲嵌着玫瑰花花邊的旗袍赴宴，竟成了會中最出色的客人。

看了上面的這幾個故事，我們知道何先生的襯衫可以改做太太的內衣，爸爸的大衣可以做兒子的外套，媽媽或祖母的嫁衣可以改做女兒的時髦旗袍……，然則郝思嘉用窗簾做夜禮服，阿蜀把膠鞋子染新，又何足爲奇呢？在這物力艱難的時代，我們正應該儘量的利用無用的東西以達到『物盡其用』之旨啊！



溫柔忠厚的姑母 袁青

每一次當姑母由她家回來時，我們一羣孩子，總是圍繞着問：『長來嗎？還是短來？』意思是：『能來家中多玩些時或者是住一晚嗎？』還是只進來逗留一會就要走呢？』我們總是希望姑母能來家中多呆一會，因為她是那樣溫柔。她很愛孩子，只要她一回家來，我們就挨着她了。這說不出來的一種魔力，使我們喜歡親近她，歡迎她常常的住在這裏。可是每當姑母回來，我們問了以後，所得到的回答十九是：『只進來一會，就要走了，我的事還多着呢！』說完了以後，就找祖父母或是上大伯父母房裏去了，總是那樣的匆忙。真的，果然不出半點鐘的時間，她就回家去了。我們就追着送到門口去問：『到底那天能來玩玩？』姑母邊走邊答道：『不一定，等事完了再說。』這是多麼沒有一定的回答啊！我們很失望，心中也在疑問着：為什麼姑母如此的忙呢？

好容易，也要碰上了了一個節日，姑母來家玩一天了。我們自然是萬分的高興，但是她老是不能安心，常常是天一黑她口中就掛記地隨時說：『我想回去了，晚了回去不便，怕家中又有事了。』於是我們就左邊拉一個，右邊拉一個，使勁的拉着不放她走，勉強的算是把她留住了。最滑稽的是有時一直把她送到大門口，她不能決定是否回去，還是多玩一會或是住一晚？時間反而在那猶豫不決之下浪費過去了。有時她堅毅的回

去了，有時我們又把她強拖了進來。

姑母結婚已二十多年了。從我出世前十年她結婚，直到現在我已經是一個成人的孩子了。爸爸他們說，姑母在這樣長的時間裏，一直都是這樣的。在往回婆家的時候就是她的一件困難的事。一回家來，她就不能安心，玩得不痛快，掛心着她的家裏。可是在她家裏呢？又未必是一定有事要她做。你若果一定要她玩幾天，那也未始不可，不過，那簡直等於叫她受罪。姑母的這種情形，實在是她本着中國的古老的婦道做的。她認為一個女孩兒出嫁了，那就是婆家的人，什麼都應隨婆家去了。而對於娘家呢，却又是那麼多的想念，受着舊禮教的薰染，弄得她有了這種猶豫的不安心情。在婆家時念娘家，在娘家時念婆家。

姑母在家裏的時候，是一個千金小姐，除讀書和做些女紅而外，她很少管事；而在她出嫁以後，她什麼事都只好去嘗試着做了。假若人生真的是以服務為目的的話，那麼姑母也可以算為是一個了吧。祇不過她所做的是不是為社會，而是限於家庭的吧了。她做了事永遠不要人誇獎，也不要表功勞，但願能做事得人滿意就夠給她高興了。她有着一個好心的願望，那就是能在她還有精力的時候，能教教書，教出幾個孩子來。可是到現在她還沒有機會實現這個心願，恐怕也永不能實現。因為她的婆婆總會有好多的事要她

做，不管是大小，不管她能否担任，她總是要分派些事給她做。當然也不會整天的有事，但是她要姑母在旁邊，守在家裏隨時有事隨時做，所以姑母那能安心在外面玩呢？她相信姑母勝於自己的兒女，她認為姑母做的事是最妥貼，最能令她滿意，簡單的說，現在她是離不了姑母了。

姑母的事如此負責，簡直是說了叫人不相信。譬如說吧，有一次，她的婆婆病了，醫生囑其病後打『小牛肝針』以作補劑，於是她就叫姑母去市上買。姑母去了，頭一天是打聽行情。到每一間藥房去問，有『拜耳』商標在藥管上的多少錢，沒有的又多少錢，某店索價多少，某店又索價多少，把所有的藥房問完了，這才回家去，把所有的行情報告出來，這是她奔勞一日的結果。經婆婆的評論後，這才決定了買某藥房多少價某一式的。第二天，姑母這才去買了。在戰時，買東西是不容易，東西少而又貴，早晚市價又不同，可能第二天當姑母去買時，東西貴了，或是漲了，那麼她就只好再回家去請婆婆決定，而後再也不敢就誤了，當時趕快又出來買。像這類的事很多，但是她從來不叫累，或者是抱怨，她只喜事情是圓滿了。

我們很奇怪，姑母做事為什麼要這樣的：一天可以上街買了的東西，為什麼一定得分成兩天？為什麼姑母常受了一種吩咐，這吩咐者不論是公婆的或是小叔姑太的，她總是接受下來，一點也不表示不願，而且非得使人人認為是好才算完呢？有時候為什麼一件她根本不會做的事，她一定要承受下來，然後匆匆忙忙地回家來一小轉，臨時求救於家的人，然後又回去做呢？我們

問她，她給我們的回答是：「這我願意，只要我有精神，什麼麻煩我都不怕，而且只要她們要我，我做了使她們高興。」她做事就這麼認真負責，孜孜不倦，隨事都很穩妥，叫人相信。我們常常對姑母說：「你的這一番做事的精力太好了，為什麼不到社會上去做事呢？」她微笑着回答說：「等以後吧，我終有一天要實現我的願望，去救出幾個孩子來。」願上帝祝福她，一定讓她的願望實現。因為她是一個如此忠厚好心的女人啊！

命運實在是一個不公平的東西，如姑母這樣一個忍苦耐勞的人，為什麼偏會碰上這些的不幸呢？她的確是受够了許多的磨折了。在她婚後的第二年，她的丈夫就去世了。她非常的痛苦，處於一個人事複雜的家裏，老實說，她那時是才開始受到磨鍊，去迎合家人的心理。由一個嬌養的小姐去學着做從來不知的事。在這樣困苦的日子當中，她忍受下去了。她還有一個希望，她認為這一個希望是會給予她以後的安慰，那就是她有一個一歲多的孩子。她苦心的撫育她，備極了母親的慈祥，溫柔，除了每天要為多數的人做事管家而外，忙裏偷閒的時候，她還得耐心地教導孩子。她對他抱着很熱切的希望，一天天不知費盡了多少心血。上帝，為什麼會更有不幸的事給她呢？為什麼連這麼一點希望也要讓她失去呢？當他十七歲的時候，病魔把他從母親的懷抱中搶走了。姑母最大的希望，安慰，就這樣失去了。這個給她的悲痛，更勝於一切了。她病了好些日子健康才恢復，然而她始終掙扎着，支持着過去了的日子。

姑母從小就受着很好的教育，因為她是生長在一個書香門第的大家庭裏，祖母會教了她許多為人之道，使她成爲一個賢淑的人。她會寫一手的好字，這又是得祖父教的。當她在上師範學校的時候，她是班上數一數二的學生。姑母很喜歡與我們講書，不知是什麼時候，她在有空時寫的一些字，常常拿了給我們。她願意把她所有的學問知識教給我們，一點也不怕辛苦。除了母親給予我印象最深而外，姑母也將是我永遠忘不了。我相信有許多人都十分的敬愛她的。她是一個好女人，富有着許多的美德，善良仁慈的心，做事勤懇的精神，是一個賢淑婦女的典型。只可惜她就遭遇了許多的不幸。但是，我想，只要有一天她獻身於社會，爲社會服務，實現了她的願望，救出幾個好好的孩子來，她就可以得到更多的安慰。她並不老，她現在只有四十歲的年紀，只要她願意做事，那是正當其時，什麼都可以做好的。因為她現在表現於家庭的已這麼好，一到社會上去那也必然美滿，一定可達到『人生以服務爲目的』的真諦。

『家』雜誌徵文題目

- (一) 我的家庭
- (二) 我怎樣解決我的家庭問題
- (三) 處理兒童問題的秘訣
- (四) 自由題

每篇字數由一二百字至三四千字，特殊佳作不限字數。歡迎家庭主婦及職業婦女投稿，函寄上海亞爾培路二二二弄十八號家雜誌編輯部。

(上接第十九面) 所以未經消毒前切勿給第二人用。要教孩子從小養成好習慣，打涕及咳嗽時掩住口鼻。如遇劇烈的傳染病，非住隔離醫院不可。即普通傳染病，至少亦應當一個人另室而居，別讓其他兒童進去，以防疾病蔓延。

(六) 消毒——病愈了，還要消毒，這是一件很麻煩乏味的事情，但一想到病好了，就應該感覺高興，同時也應該替別人設身處地，不要讓這病再傳染給他人。普通的消毒，可用熱水肥皂洗滌，用火酒揩擦，或用來沙而水浸。如消毒不清的，那只有忍痛焚毀了。地板上洒臭藥水，痰盂裏放百分之五的石炭酸水(可以殺菌)，再道地些，從藥房裏買一支『福爾馬林』放在罐頭裏，再放在有水的盆裏燃燒，同時將門窗緊閉，還用紙條貼沒窗縫，門縫，使氣不外洩。經二三日後啓封，那更可以放心了。我想以後一定有更簡便的消毒藥品發明，像現在的殺菌藥滴滴涕(DDT)一樣，那就更好了。

(七) 其他——一切要聽醫生的囑咐，按時給藥，按時量體溫，按時餵食，注意大小便，睡眠狀態，胃口好壞，並將一切情形，記錄下來，逐日向醫生報告。父母與醫生密切合作，好像醫生一天到晚在病孩的身旁一樣。用父母的辛勞，換得孩子的健康，這是非常值得的。

『家』雜誌廣告價目表

地位全	面半	面	三分之一	四分之一
封底	四萬元	二萬元	一萬四千元	一萬元
普通	二萬元	一萬元	六千七百元	五千元

一子雙桃却逃婚

人生信箱編輯先生：

我有幾個難於解決的問題，請你指示我進行之路。先生：你是青年光明的指路碑，請你詳細的解答我吧！

讓我先談談我的身世。在我出生時，有一個廿餘口快樂美滿的大家庭。童年時候，伯、叔、父、孀、及兄、弟、姊、妹等相繼逝世，僅餘下伯母、母親、和我了。在我胞兄、弟、沒有死以前，我已經過繼給伯父（伯母沒有生子，我家並未分爨）。因為同胞兄弟死後，母親感覺膝下無子，於是將我要回來，因此起了糾紛。經家族之調解，作為一子雙桃（這是我地的風俗，即各娶一個媳婦的意思）。當時伯母和母親各給我訂了一個妻室，（那時我僅十二歲）。兩位老人因各愛已總之故，互爭先娶各訂

人生信箱

的子媳。我因為一位是生身之母，一位是養身之母，處在兩難的地位。後逢生母逝世，臨終時諄諄訓示：『我與你訂的妻室，必須先娶，替我爭一口氣，死也瞑目，方不負生你一場。』先生：這是多麼值得我耿耿在心的一句話！母親死後，伯母就決定將她訂的子媳先娶。想起母親臨終的遺言，是這樣諄諄的訓示。但是我沒有反抗的力量，最後決定以逃婚的辦法來對付。先生：我從戎了。度軍人生活，現在是十年了。伯母已死了，母親所訂子媳也死了，僅留下伯母訂下

的子媳一個。這一字不識從未見面的未婚妻，又不是我甘心情願的意中人。同時又因為國難方殷，勢難退伍的關係，我們結婚的佳期因此沉寂下去。我隨隊伍來滇西參戰，更談不上回家結婚。此次反攻勝利，本部駐滇整訓，我另外愛上了一個她，現正攻讀於某中學。她的勤儉、莊重、寡言、學識、道德、和燒得適口的菜，是我愛上她的條件。互愛的熱度，已經到有結婚的可能，祇要我請人向她家長提說，結合是不生問題的。但是我有已訂婚的障礙，所以仍在猶豫中。先生：我有下列幾點，請你詳細的解答吧：

- (一) 我放棄了先訂的婚，另和她訂婚，道德上是否損失？
- (二) 我另與她訂婚，是否須受法律制裁？
- (三) 用甚麼辦法來解除先訂的婚約？（先訂的婚是舊式婚約，並無憑據。）
- (四) 假使先訂的婚約，對方不願解除（因為她守我十多年），追到我駐地來無理胡鬧，用甚麼方法來對付？

以上幾點，請明白地答覆我吧！最後我很忠實的申明的，我與她（先訂的）並未結婚和見過面，我實在是不願這盲目的婚姻。我與她（新愛的）勢不能夠不結合。先生：謝謝你，請你指示我一條光明平坦的路吧！祝你
撰安

思源先生：

我們以為你的逃婚，是一個正確而幸運的舉動。一個人同時討兩個老婆是犯法的，我們也不相信一個有兩個妻子的人會快樂。

你的忠實讀者田思源上

你現在的問題倒是不難解決的。未成年時家長代訂的婚約，當今的法律是不承認的。關於你所提出的幾點，我們的意見如下：

- (一) 放棄幼年家長代訂的婚約，與道德無關。
- (二) 最好先把幼年的婚約解除了，再進行自主的婚約。
- (三) 要解除婚約，可以請律師代為登報聲明，並通知對方。
- (四) 法律根本不承認你們早年所訂的婚約，因此她不能『不願解除』，因為婚約根本就不存在。所以要預先聲明者，就是為預防後來的糾紛，同時讓對方明白，比較公允。

續娶問題

人生信箱編輯部

人生信箱編輯先生：

現在我發生了一件無法解決的問題，要勞煩賢明的先生給我一個滿意的指示。事實是我和我的妻子，結婚一十三年，夫婦間的感情，好得來無以倫比。她先後懷了七胎。現在撫育成的，有男女小孩共四個，大的今年十二歲，小的今年六歲。我們的這個快樂家庭，真是沒有任何人不同聲稱讚的。那知造物多忌，在一個月以前，她忽然患病身故。我驟遭此晴天霹靂，本想隨她同歸於盡。無奈她所遺的兒女，年齡都太幼稚。如果我為她殉情而死，則子女將全無依靠。現在我已將她身後大事，辦理完畢。惟對子女的問題，真把我團困得沒法排解。

因為我向來就在機關服務，每天早出晚回，

平日對孩子的一切，毫未過問，事實上也不允許過問。現在她一死，孩子沒人照料，同居鄰婦，不敢拜託；雇用女僕，不但不方便，而且不容易找。我目前是將較大的三個孩子，都送在學校寄宿，但是最小的一個，現讀初二年級，學校不肯寄住，我又不便帶去辦公。還有這羣孩子，平日洗衣做鞋，更成問題。最近有人主張，勸我續娶。我因覺得過去與亡妻情感，過於彌篤，我實不願將對亡妻之愛，再去轉移他人。更以亡妻所遺子女，我尤其不忍令嘗後母滋味。

賢明的先生！素仰你才識淵博，請求你抽出你的寶貴光陰，替我指示左列的幾個小問題：

- (一) 我不是應該不再續娶？
- (二) 孩子無法交代，應該有怎樣的人來照看一切？
- (三) 旁人決不願意照看孩子。怎樣才好？
- (四) 我的職務是流動的，我應不應該仍然保持一個門庭？
- (五) 我和亡妻的愛是堅如鑽石，應不應該把這愛再移到第二者身上去？
- (六) 假使續娶，要如何才能避免後母的批評？

上列六點，如能辱承先生詳細的答覆，不但我個人得以遵循，就是幼小的孩子亦沾惠賜不少也。肅此敬請

撰安

敬寬先生：
成都劉敬寬上

(一) 續娶與否，是個人的愛好與環境的需要問題。為你的家庭環境着想，最好續娶。

(二) 最好是讓能把他們當自己的子女的人來照管。

(三) 最好是找到好的人來續娶。

(四) 這要看事實是否需要而定。

(五) 在亡妻已故之後，為個人和兒女的需要再去愛第二個人，並無損於那堅如鑽石之愛。

(六) 這完全要看你所續娶的人和你的子女對她的態度了。你在選擇新妻子時，應該特別小心。結婚以前應使你未來的妻子和子女完全明白怎樣才能有個和樂的家庭。

人生信箱編輯部



民國三十五年一月創刊

創刊特大號

三十五年一月號

主編 黃嘉音

助編 朱綺

發行人 黃嘉音

發行所 家雜誌社

上海亞爾培路
二三二弄十八號

家雜誌投稿簡約

- (一) 本雜誌園地公開，歡迎投稿。
- (二) 最適宜的稿件是有關家庭、婦女、和兒童問題的。尤其歡迎讀者投寄關於家教、家政、家計、婦女職業、衛生、保健、社交、戀愛、擇偶、婚姻、育嬰、兒童心理、兒童教育、心理衛生、修養、娛樂、好癖、家庭佈置、住宅建築、服裝設計、園藝等方面的稿件。
- (三) 稿件內容要適合實用，長短不拘，不過每篇在四五千字以內最合理想。
- (四) 來稿請用鋼筆或毛筆寫在有格的稿紙上。譯稿請附寄原文，或者詳細註明原作者姓名，原文刊載日期和刊名。
- (五) 圖稿請用黑墨畫在白紙上，以便製版。
- (六) 編輯人對於來稿有刪改權。不願被刪改者請預先聲明。
- (七) 來稿不用時如須退還，請預先聲明，並請附寄貼足退稿郵資，寫明通訊地址的信封。
- (八) 稿件登出以後，除贈閱當期的『家』一本以外，另送現金為酬。每千字最少八百元，於出版後五天發出。補白材料一律贈閱本刊。
- (九) 稿件登出以後，版權歸即本社所有。
- (十) 來稿請寄上海亞爾培路二三二弄十八號家雜誌社編輯部。

西風社書籍一覽

上海亞爾培路二二八號·電話七〇六九三

<p>漢英對照 浮生六記 沈復著 林語堂譯 訂正五版·八百元</p>	<p>特許全譯本 生活的藝術 林語堂著 黃嘉德譯 再版·一千元</p>	<p>中篇名著 大地的嘆息 威爾特著 黃嘉音譯 三版·二百元</p>	<p>翻譯論集 執筆者為嚴幾道魯迅 林語堂胡適會孟樸等 黃嘉德編 三版·六百元</p>	<p>名人名傳 羅斯福傳 盧特威著 黃嘉歷譯 初版·五百元</p>	
<p>漢英對照 揚州十日記 王秀楚著 毛如升譯 再版·一百八十元</p>	<p>有不為齋 漢英對照 古文小品 陶淵明等著 林語堂譯 三版·三百元</p>	<p>歐美印象 林語堂著 老舍等著 初版·五百五十元</p>	<p>西風漫畫集 如此人生 再版·二百五十元</p>	<p>修養名著 幸福的人生 費南魯著 顧啓源譯 初版·五百元</p>	
<p>西風信箱集 失樂園 黃嘉音主答 初版·六百五十元</p>	<p>紀念徵文集 劍痕 初版·五百元</p>	<p>生活修養文集 人生之路 再版·三百元</p>	<p>社會暴露文集 大戲 初版·五百五十元</p>	<p>社會暴露文集 文明病 初版·五百五十元</p>	
<p>精華中之精華 西風精華 每年一冊已出三冊 每冊定價三百元</p>		<p>西風副刊合訂本 第一集(第一期至第十二期) 定價二千五百元 第二集(第十三期至廿四期) 定價二千二百元</p>			<p>西風合訂本 第一集(第一期至第六期) 定價二千元 第二集(第七期至第十二期) 定價二千元 第三集(第十三期至第十八期) 定價一千五百元 第四集(第十九期至第二十四期) 定價一千二百元 第五集(第二十五期至第三十期) 定價一千七百元 第六集(第三十一期至第三十六期) 定價一千六百元 第七集(第三十七期至第四十二期) 定價一千六百元 第八集(第四十三期至第四十八期) 定價一千六百元 第九集(第四十九期至第五十四期) 定價一千六百元</p>

★二次大戰文學傑作！

★一九四四年首選小說！

★美國普利哲獎金得獎者！

這是一九四四年美國新出版的一本小说。在六千七百十九種新書中，被美國十位權威文學批評家公推為一九四四年美國『第一部好書』。最近並榮獲一九四四年美國普利哲小說獎金。其在近代文藝界的地位和重要性，可以概見！這本書以二次大戰為背景，所描寫的不是戰

場的景象，而是被盟軍解放後的義大利小城阿丹諾所發生的一個故事，在這小城中所發生的一些嚴重問題，在任何其他被盟軍解放的區域內都能產生。所以這是一部有國際性的問題小說。要曉得未來世界的命運，將寄托在怎麼樣的人身上，請你讀一讀這本好書。

A BELL FOR ADANO

JOHN HERSEY

一九四四年美國首選小說
普利哲獎金得獎者

阿丹諾之鐘

著原賽爾海·赫西

友

版出社刊月半

元百四價定冊每

號八十弄二三二路培爾亞海上

行發社刊月半光

！版出已業

光華月刊社發行

家創刊特大號