

★ 編主音嘉黃 · 德嘉黃 ★

譯述西洋

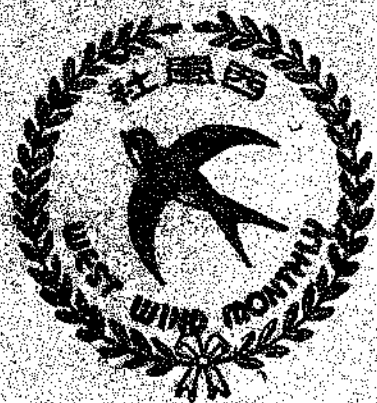
雜誌精華

# 西風

期七〇一第★年二十第

介紹歐美

人生社會



焦慮

丁璜

橫濱東京環遊記……………黃國英

尼加拉瀑布之遊

新聞雜誌的新實驗……………黃嘉德

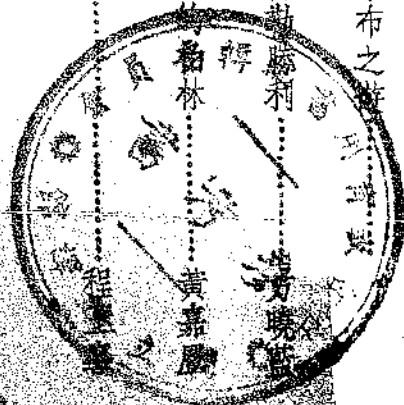
如果希特勒勝利……………黃嘉德

海航一月到瑞典(下)……………汪家正

飢寒交迫的柏林……………黃嘉德

生活在美國小城……………蔣中一

心理分析……………程墨



醫學上診斷方法的進展……………劉祖洞

英國實施公醫制度……………張新銘

搖床——睡眠的革命……………江寧

犯罪預防所……………江同

快樂的十大要素……………周綠雲

新鋼筆執筆法……………周亮

工作遊戲要平衡……………雷若華

十分鐘編輯……………劉楚冰

★ 三 年 七 月 六 日 南 京 國 立 大 學 館 藏 ★

# 西風月刊 改變定閱辦法啟事

啟者本刊等以物價波動劇烈關係，向採自由定戶辦法。現以一部讀者再三來函要求，特由五月份起試行短期固定定閱辦法，每次以三個月為限。以免讀者因物價波動而吃虧太甚。郵費如有調整當請各位定戶照補。定閱價目如有變動，以款到時本社所定價目為準。

三期定期價目(包郵費在內)					刊名
外國	內			國	
掛號	航掛	航空	掛號	平寄	
全年美金五萬元	六十五萬元	六十二萬元	五十四萬元	五十一萬元	西風第一〇七期至第一〇九期
全年美金四萬元	五十四萬元	五十一萬元	四十五萬元	四十二萬元	家第三十二期至第三十三期

主編 楊嘉黃 編輯 黃嘉黃 音綺

促進家庭幸福



定戶購書 八折優待

第三十三期 六月號  
家庭中的養老問題(家庭) 劉心波  
月經不調的幕後(醫學) 劉江立  
我的家庭教育(家教) 汪家正  
瑞典國情(通訊) 陳正  
寶貴出世兩足月(育嬰) 肯容  
保護嬰孩的皮膚(健康) 仲十  
隨胎(小說) 劉仲容  
卵巢的奇蹟(生理) 劉仲容  
健康嬰兒保(育嬰) 劉仲容  
每冊定價十四萬元

## 家合訂本

第一集(一至十一期) 一百萬元  
第二集(十二至十八期) 六十五萬元  
第三集(十九至廿四期) 五十五萬元

## 孕婦保養法 劉本立著

這是婦女們應該知道的懷孕時期的保養常識，著者是南京鼓樓醫院婦產科主任劉本立醫師，他以通俗的筆調，將他多年來的臨床經驗，告訴每一位家庭婦女。內容有：孕婦保健的意義，懷孕的徵候，產前檢查，孕婦的日常生活，和懷孕併發症，不利懷孕的疾病等十二章。每冊十五萬元。

實用避孕法 郭泉清醫師著  
家雜誌社編校  
四版·十五萬元

實用育嬰問答 出世至兩歲的育嬰法  
美國芝加哥班德遜著  
衛生委會主席 班德遜著  
黃嘉音·江同合譯  
三十五萬元

胎兒的故事 吉爾伯著  
劉祖洞譯  
初版·十五萬元

怎樣教導子女 雷特納著  
唐現之譯  
再版·十萬元

黑孩子 雷特原著  
黃朱綺譯  
初版·十八萬元

全國學生得獎文集 魔窟  
家雜誌社選編  
週年紀念文集  
初版·廿二萬元

局書



中央

# CENTRAL BOOK STORE

626 Ongpin Street, Manila

## 雜誌目錄

岷 華 唯 一 書 局  圖 書 雜 誌 齊 備	<b>畫報·卡通</b> 聯合畫報 半月刊 藝文畫報 月刊 中國生活 月刊 春秋畫報 月刊 寰球畫報 月刊 圖畫世界 月刊 滑稽世界 月刊	<b>·綜合·</b> 時代 週刊 世界知識 週刊 現代新聞 週刊 現代文摘 週刊 國訊 週刊 觀察 週刊 讀者文摘 半月刊 新聞天地 半月刊	<b>·影劇·</b> 青青電影 半月刊 電影雜誌 月刊 米高梅影訊 月刊 中國攝影 月刊 <b>·國防·</b> 中國空軍 月刊 中國海軍 月刊 工程界 月刊	海 外 第 一 書 局  價 格 公 道 克 己
	<b>·小品·</b> 論語 半月刊 西風 月刊 西點 月刊 幸茶 月刊 家話 月刊 家安 月刊 永女 月刊 少探 月刊 大藍 月刊 偵皮 月刊 創世 月刊 儂世 月刊	<b>·健康·</b> 健力美 月刊 健與力 月刊 旅行雜誌 月刊	<b>·英文·</b> 名著選譯 月刊 Life 半月刊 Time 半月刊 Readers. Digest 月刊	
		<b>·科學·無線電</b> 科學畫報 月刊 科學世界 月刊 科學大眾 月刊 化學世界 月刊 電世界 月刊 無線電雜誌 月刊	<b>·兒童·</b> 新兒童 半月刊 小朋友 週刊 正中兒童 月刊 兒童世界 半月刊 兒童知識 月刊 兒童故事 月刊	

筆名水湖品出堂變馮海上售經

速迅寄郵便簡續手：部購函設附

# 西風月刊第一〇七期目錄

編者的話……………(三七四)

## 西風特稿

焦慮……………丁瓚

破壞快感的細菌……………(三七五)

心理分析……………程玉慶

弗洛伊特的學理……………(三八三)

海濱詩人(卡吞)……………(三八六)

## 通訊·專篇

橫濱東京環遊記……………黃國英

做了美國第八軍的貴賓……………(三八七)

新聞雜誌的新實驗……………黃嘉德

時代週刊的進展……………(三九二)

海航一月到瑞典(下)……………汪家正

沒有戰爭的國家……………(三九七)

生活在美國小城……………蔣中一

波而實小記……………(四〇二)

尼加拉瀑布之遊……………袁嗣令

浩蕩飛滾的巨流……………(四〇五)

以儆效尤(卡吞)……………(四〇七)

## 國際·政治

如果希特勒勝利……………方曉藍

一個幻想的夢魘……………(四〇八)

和平民主十大步驟……………羅斯福夫人

羅斯福夫人的意見……………(四一二)

聯合國能做些甚麼……………李哲之

聯合國秘書長的話……………(四一三)

飢寒交迫的柏林……………黃嘉歷

讀武者的慘狀……………(四一四)

## 醫學·生理

醫學上診斷方法的進展……………劉祖洞

向前猛進的醫學……………(四一九)

搖床——睡眠的革命……………江甯

老方法的新應用……………(四二四)

西風月刊第一〇七期目錄

見獵心喜(卡吞).....(四二九)	小西風.....(四三〇)	心理·修養.....(四三〇)	快樂的十大要素.....周綠雲(四三二)	工作遊戲要平衡.....雷若華(四三六)	兒童·教養.....(四三六)	壞孩子不是天生的.....梁其鵬(四三八)	犯罪預防所.....江同(四四〇)	社會·服務.....(四四〇)	英國實施公醫制度.....張銘新(四四四)	市政改革委員會.....蕭保(四四七)
讀者來件.....(四四九)	新鋼筆執筆法.....周亮(四四九)	我的特寫.....(四四九)	十分鐘編輯.....劉楚冰(四五二)	西風信箱.....(四五二)	叫我怎樣忘記她.....榮眉(四五七)	深深地懺悔.....異愚(四五八)	丈夫熱戀另一女子.....朱佩珍(四五九)	求學方式.....丘紹瓊(四六〇)	自由被控制.....沈培正(四六一)	讀者來函.....(四六一)

上海西風月刊出版社發行

## 編者的話

丁瓚先生的『焦慮』一文，把『破壞人類快感的細菌』分析得詳盡無遺。這種焦慮的心理狀態，恐怕每一個人，多少都經驗到過，祇是輕重久暫有分別而已。程玉慶博士的『心理分析』一文，介紹了弗洛伊特的唯性理論，並且下了一個恰到好處的批判。喜歡心理學文字的讀者，一定會喜歡此類文字的。下期將續刊『心理治療』一文，也是程醫師演詞的一段。

黃國英先生畢業於上海聖約翰大學，他在最近赴美途中，得到一個機會在日本上岸，到橫濱和東京去遊遊一番，雖然祇是走馬看花，但是自從勝利以來，日本已成爲美國所包辦的『禁區』，所有旅客都不許上岸。現在似在逐漸『開放』了，才允許旅客觀光。本刊下期將刊登陳名世先生的『赴美接艦記』，其中也有一段在日本登陸的情形，

先此預告。

黃嘉德先生的『新聞雜誌的新實驗』介紹了美國『時代週刊』的發跡史。在美國出版巨頭魯思的三大雜誌中，這是最先出版的一種。目下『時代週刊』已經成爲一本有特殊格調和個性的成功的雜誌了。可見少數人的苦幹，往往也可以有大的成就。本刊下期將發表高克毅先生的『談紐約時報』一文，介紹美國一家規模最大的報館的內幕和其中的人物。

『海航一月到瑞典』本期已經登完，下期將發表桂棣先生的『瑞典初旅』一稿。

『如果希特勒勝利』雖是一篇想入非非的作品，但是仔細想來，也未始沒有可能性。在二次大戰的初期，德國不是勢如破竹，有席捲歐洲之勢嗎？如果原子彈的製造競賽，不幸被德國搶先了，戰局一定改觀，希特勒也就可能『勝利』。我們讀了此文，當知勝利得來非易，在獲取勝利以後，應該盡力保全和平才是。

羅斯福夫人和聯合國秘書長李哲之的兩篇文章，可說是不可多得的『文短意長』的作品。

劉祖洞先生費了很多工夫去收集材料，寫成了『醫學上診斷方法的進展』，可說是科學的診斷方法的總檢討。讀了此文，現代醫學所走的路線，可以一覽無遺。

『快樂的十大要素』和『工作遊戲要平衡』是兩篇很有價值的修養文字，希望讀者不要錯過。

『壞孩子不是天生的』和『犯罪預防所』是兩篇互相關連的文字，放在一起發表，可以說是再合適沒有了。

英國自從工黨執政之後，一切施政和建設，都有急劇的改變和進展。最近即將實施的『公醫制度』，可說是一種變相的社會革命，使每一家每一個人都有領受現代醫藥恩惠的可能。

周亮先生的『新鋼筆執筆法』說來頭頭是道，似乎不無道理，因此我們特別把它發表出來，以供讀者參考。歡迎大家發表意見。



★焦慮是破壞我們的快感的毒菌，有了焦慮，便不能有真正的欣賞與快樂。

## 焦 慮

——西風特稿

丁 瓚

心理疾病的研究，先前多停滯在敘述的階段，學者們主要的研究，是集中在現象的描寫，搜集和分類。我們現在診斷心理疾病時所用的病名，很多是那時期所沿用下來的。可是到了現代，經過不少的學者們的辛勤工作，心理疾病的病源，逐漸為人們探究出來。所以以前祇憑現象的表面而定的類別和名稱，它內容的含義，便有不少的變遷，因此儘管有許多名詞在沿用着，我們對於這些名詞的內容和變遷不得不先辨明一下。

現在沿用的心理疾病的分類，一般的說起來可以分做兩大類，一種是較為嚴重的精神病 (Psychoses)，一種是較為輕微的心理病態，而後一類的病態有人稱為 Psycho-neuroses，中譯為精神神經病，有人則稱 Neuroses，中譯則為官能神經病。前一名詞着重說明其病源是在於心理

方面，後一名詞則指病徵的表現多發見於身體器官機能的失調。其實後一名詞所包括的病態，很多並不表現於身體器官的機能，所以現在用 Neuroses 一名詞，多已指一切因心理原因而發生的較輕微的心理疾病。例如在一九三九年出版的代表美國精神病學權威邁耳 (Adolf Meyer) 的學說的一書『心理生物學與精神病治療學』 (Psychobiology and Psychiatry 係 Dr. Wendell Muncie 著)，便採用新的分類法，他們稱精神病為嚴重的反應 (Major Reaction)，而包括官能神經病一類的則稱為輕微的反應 (Minor Reaction)，前者的病人，不能繼續如常的生活，必得進特設的治療機關來受負責的照管和治療，後者在外表行為上還能繼續如常的生活。前者的了解，比較的複雜而且更專門一點，後者的現象，却在社會日常生活中

南京圖書館藏

發現很多，極爲普遍，甚至患者自己都不知道或不承認，所以我們得更詳細的來說明一下。

在一般的沿用的分類中，所謂輕微的心理病態，大概說起來，可分做四類：歇斯迭里亞（Hysteria），精神衰弱（Psychasthenia）——其中包括恐怖症（Phobias），固定觀念症和強迫動作症（Obsessions and Compulsion），神經衰弱（Neurasthenia）和焦慮症（Anxiety）。可是在最近的研究中，發現心理病態最基本的現象，是焦慮狀態（Anxiety state）的存在。所以現代研究心理病態的人，把焦慮狀態看作爲心理病態的核心問題，它不僅有時表現爲一種單獨的病態，而且更是表現於一般心理病態的一種普遍的病徵，有時甚至發現於我們常態的日常生活中。

所謂焦慮的心理狀態，常與恐懼（Fear）的狀態相混，因爲這兩者都是對於危險環境的一種情緒上的反應，而且兩者都有身體上的反應，隨之伴起，如顫抖，心跳加快，盜汗等。突然而厲害的恐懼，有時可以引起身體劇烈的反應而致人於死的。但是焦慮和恐懼，究竟是不同的。

一位母親爲了她的孩子起一顆膿疱或患着輕微的感冒，便發愁她的孩子會因此而死，我們稱她這種心理狀態是焦慮。要是她的孩子是患着很嚴重的疾病時，她的這種發愁和害怕，便是恐懼了。一個人站在高處或將和人家討

論他所最熟悉的問題時，而他覺害怕或發愁，我們說他是焦慮。要是他在暴風狂雨中在高山迷途了，他發愁或害怕的心理狀態便是恐懼了。所以焦慮和恐懼的分別可以說：恐懼的情緒反應和個人所遇的危險是成比例的，而焦慮的反應與實際的危險不成比例，祇是一種想像的發愁和害怕而已。

不過這一區別，又是有些問題的，我們所謂成比例與不成比例，往往以某種文化中現存的一般的認識來做標準的。而且對於心理病患者，即使告訴他某種態度不是現存文化中所通行的，而在他們是不難找出許多言之成理的證據來辯護他們的病態行爲的。所以你要告訴一個怕發瘋的病人，說他的怕瘋是病態的焦慮，那也是毫無補益的。他可以舉出很多的理由來說明他所有的是一種合理的公認的恐懼。我們要是再看一看沒有開化的原始部落的人民，當他們誤食了某種被禁忌的動物時，他們會發生像要瘋狂似的害怕和發愁，我們看見一定會覺得好笑，認爲這是一種沒有必要的焦慮，但是當我們了解他們部落的傳統的規則和禁忌的風俗，我們便會知道他們的發愁是有根據的了。正如我們觀察心理病態的病人，他因某種行爲而焦慮，在我們看了覺得毫無理由，但從病人的立場與經驗來體驗，却是合於他們所設想的事實，而且是成比例的。病態的觀察，也許不是一般人所能當得的機會，我且舉個比較近於常態的例子來說明。有個時期，社會上對於女子的



服裝，用法來加以干涉，對於游泳池的男女同泳，用法來禁止，有些『衛道』的人們，對於女子的服裝和男女同泳等現象的發愁與害怕，實在不祇是表面的發議論而已，在他們確實是一種由衷的情緒的反應，他們對於這等現象甚於對於洪水猛獸的害怕，他們談到這等事，常是所謂皇皇不可終日的有着情緒上的不安，似乎覺得青年們要是到街上躑一趨或去游泳池一次，便不能活着回來似的。但在有修養的青年們本身，把到游泳池去看作很普通的運動，並不覺得有甚麼特殊的可怕的經驗。這是該怎樣解釋呢？我再舉一個心理衛生門診的例子來說：一個青年的學生，有着不少心理病態的主訴——頭暈，容易疲乏，食慾不振，容易激怒，容易遺忘，不能看書等，而他這等病徵，往往在他情緒不佳的時期更加厲害，而最容易引起他情緒激動的，便是當他聽到同學們要去電影的時候。他自己也不知道爲甚麼他是十分激烈的反對看電影，他罵過不少的同學，和同學們辯論過不少次，甚至他不能有一刻平心靜氣的時間來談這個問題，祇要一聽到電影這兩個字，他的憤怒便不能控制。經過詳細的檢查與研究之後，他才慢慢的知道了他過去缺乏科學的兩性教育，對於兩性的問題，有着不少的誤解的害怕，但生理的成熟，使他有手淫的習慣，不過害怕壓下了手淫的念頭，所以他能夠自制，但這種自制的力量，往往在看電影以後便不能維持了。所謂害怕電影，實際上祇是害怕自己的慾念，這種態

度形成的過程，往往是不自覺的，因爲人們對自己的解釋，往往是用盡善盡美的形容字來蒙蔽自己的，所以結果祇有不知來源的情感上的不安，却不知道自己究竟是害怕甚麼。從此我們可以了解一些『衛道』的人們，一面娶姨太太或『關門讀禁書（淫書）』，一面皇皇不可終日的害怕男女同泳了。要是他自己去了游泳池，真是可能不能活着回來的。這些刺激，祇是加強他不可能實現的色情慾望，他們所發愁的是在於自己的慾念和慾念實現的可能性之間的矛盾和衝突，所以在他們，娶妾是還可原諒的，而游泳便成爲有傷風化了。

所以在了解病人的心理歷程以後，我們不能說他們的焦慮與他們所認爲的危險情形不成比例，而祇不過他們所謂危險是主觀的，內在的，而我們平日常態的恐懼，是對於外在的，客觀的危險發生的反應而已。所以我們可以暫時的得一個結論，焦慮的心理狀態，是病人對於他個人主觀的內在的覺得危險的情境的一種情緒反應，自己覺得危險的原因，又常常是他們不能自覺的，而心理治療的主要工作，便在幫助病人來發現特殊情境，對於他個人的特殊意義。

現社會中的一般人，往往不能了解焦慮狀態在我們日常生活中普遍，他們也許能記起在兒童時期有過這種經驗，也許能記得有過一兩次這樣的夢，但當他和一個重要的人談話或參加考試時的焦慮，他們便不大注意了。但在

我們的心理病態的研究之中，材料便發現得多了。有些病人甚至是完全知道他們是被圍困在焦慮之中的。而焦慮的表現更是形形色色的：有的表現於焦慮症中的模糊的焦慮；有些這等焦慮是附着於一定的環境或動作，如在高處，在街道中，在公共場所；有些焦慮有一定的內容，如怕瘋，怕生瘤子，怕把針吞下去。有些病人知道他時時在焦慮，但與不知是為那種的情境所誘發的，更有些病人是祇知道他們常抑鬱，覺着不合式，或性生活發生困難，但一點也不自覺有焦慮的存在。而經過詳細的分析和觀察，便會發現他們和前述那些病人一樣有焦慮狀態的存在。在治療中使病人慢慢的意識到以前的焦慮心理狀態，那麼他們便能憶起一些焦慮的夢和誘發焦慮的情境。但就他們所了解的範圍來說，那些焦慮似乎也不算是異常的，可見我們雖不自覺而可有焦慮的存在。而且這種焦慮在情感上的緊張，又往往成爲推動我們行爲的最強烈的力量，我們知道了焦慮的存在，依然還不能意識出這焦慮推動我們行爲的力量，如在上述的例子中，他祇覺反對去看電影，他不知道這是焦慮心理狀態的一種表現，更不知道這焦慮決定了他對看電影的強烈的反感和整個心理上的不安。

事實上我們是時時用盡了方法來逃避這焦慮的襲擊的。因爲這焦慮是起源於我們心理上最秘密的衝突，而這衝突要是湧現到我們的意識界，便往往不是我們所能受得了的。因爲在我們意識界，這些衝突無法解決，自我立刻

便陷在孤立無助的境地。同時，這焦慮的另一特質是它和意識界的邏輯法則的背謬。在現代文化的影響之中，人們是常常的以嚴格的理智的控制來訓練自己，突然的發現這非理性的因子在自己心理歷程之內，甚至那因子有控制自己生活的可能，自然是忍受不了的。焦慮往往是不自覺的，便由於人們不願意知道焦慮的非理性的因子的存在。在這等場合之下，我們不得不用許多方法來逃避對於焦慮的了解。在現代文化中，人們不外採取下述的幾種方法：

第一是找出合理的解釋來逃避自己的責任。把焦慮解釋爲合理的恐懼。一個新婚不久的女子，第一次發現她已有孕，這時她衷心極不願有撫養孩子的責任來破壞她婚後幸福的享受，這時她對於未來的孩子有一種焦慮的害怕，她覺那將是蹂躪她的青春，破壞她的美麗，摧毀她的幸福的朕兆，她對胎兒有強烈的厭惡，但這態度是與現存文化中的要求不相合的，所以她特壓抑這種厭惡的態度，於是這潛在的焦慮轉化爲一種似乎合理的恐懼——她常常在產科檢查時，說覺得她的胎兒死在腹中了。醫師一再解釋證明她的害怕是沒有根據的，可是她能舉出好多的經驗和感覺，來說明她的害怕是合理的。胎兒死在腹中，原是她秘密的期望，她不信醫師的科學的解釋，是她不願她讓秘密的期望歸於幻滅。她用似乎合理的經驗和感覺來說明她的害怕，這樣便可以逃避她對於秘密期望應負的責任。在許多的恐怖症之中，我們不難發現許多與這相似的心理歷

程。

第二個方法就是否認焦慮的心理狀態的存在。我們知道在焦慮中往往有身體病徵隨之伴起，如心跳太快，盜汗，小便頻數等，這時病人常避免提到心理的不安，而祇集中注意於身體病徵。即使告訴他身體檢查的結果不能發現甚麼病理的根據，他的身體病徵祇是因焦慮而起的身體方面的表現，這時他往往出之以不信或不承認的態度，這等病人往往是出了這醫院，進那個醫院，看過一位醫師，再看另一位醫師，想找到身體疾病的證明而避免知道自己有焦慮狀態的存在。有時也有用外表的行為來掩飾自己的焦慮，一個因常覺自卑而引起焦慮的人，可以突然一變其一向服從柔順的態度，而為更富侵略性的行動。我們常聽到病人說，他自患病以後，覺得自己脾氣性格，完全變了，沉默的變得好說話了，多言的忽變為孤僻沉默了。

第三種方法往往形成為現代社會的一大問題，那便是用麻醉劑來麻醉自己，以逃避焦慮的襲擊。有一部分酗酒與吸毒的例案，是可以說明這種情形的。我們往往聽到一個非常善良非常刻苦勤勞而掙扎着上進的青年，突然的染上毒品嗜好。在我治療經驗中，便遇到過這樣的例子。他是正在大學讀書的學生，自來是被視為「恂恂若成人」的好子弟好學生，不但成績優異，課外寫幾篇文章竟能得國內某有名的政論雜誌的欣賞。忽然，他竟染上鴉片嗜好了。這在知道他的親戚師友們，沒有不認為這是晴天霹靂

的。他以後又成為精神病，經過治療後，他逐漸恢復原來生活了；聽說到現在還是好好的生活着。這病例的內容太多了。可是有一點在這裏可以提一提的，便是他的嗜好，完全是一種對於焦慮的逃避。不僅是藥物的麻醉，有時還有許多用其他的活動來麻醉自己。有的人是一刻也不耐個人的獨處，他時時得有社交的活動，否則他會感到不安；有的人用工作來羈絆自己，在表面上他們有很多非常動聽的理由，或說是為事業，或說是為學術，他們不能一刻休息着，大家在遊戲或娛樂時，他不能盡興的參加，他們的工作與讀書，如同在強迫動作症的病徵似的，覺得非忙不可。可是我們再細心的觀察一下，他在與人來往時，一直沒有平靜的心境，和人說話，或是笑一笑，都顯得非常緊張，這從他的面部表情便可以看出。他們工作時也是一樣的有着情緒上的極度的緊張。有的人表現於特別的愛睡，平常的睡眠，對他們似乎沒有得着甚麼休息似的。還有是以性生活的沉溺來消滅焦慮的襲擊的。我發現過一些病人的沉溺於手淫，是用以減輕焦慮的心理緊張，在這些情形中，性活動帶上強迫動作的色彩，往往是病人無法自制的。不根本的發現他們焦慮的來源，是不足以使他們恢復常態的性生活的；文學上所謂「胸中塊壘」，「牢騷」，「無名的悵惘」等，也就是焦慮狀態的別名。所以這些文人，往往以「婦人醉酒」自遣，頹廢的色情文學，和所謂「世紀末」的慨嘆，便這樣的產生出來。

當上述的幾種方法，還不足以減輕或逃避焦慮的襲擊時，我們便又發現更爲嚴重的情形了。病人這時會避免一切足以引起焦慮的場合，思想和情感。這種避免，有時是病人自己能自覺的，例如有些人對某種食物的特別挑檢，有的不敢泗水，有的人不敢登山，還有種種怪癖的所謂不近人情的性情與行爲，也都因某種場合和某種事物，和病人的焦慮有聯想上的關係；避免了這些場合和事物，在他們便是逃避了焦慮的引起。不了解他們心理歷程的人，從外表看來，覺得他們怪癖，而在他們實在也是情非得已。許多器官機能的失調，如忽然的失了視覺聽覺能力，或特別的健忘，往往也是一種不自覺的對於焦急的逃避。很多婦女的性的冷感和男子的陽萎早洩等，是由於這一類的心理原因的。在這裏得附帶的解釋一下一種較爲重要的心理歷程，那是因避免焦慮而產生的抑止作用 (Inhibition)，這便是機能失調的原因了。有些人當着大眾面前，走上了講台，便一句話說不出了；口吃，很多是因爲這種抑止作用在作祟，所以當他一個人說話或唱歌時，沒有引起焦慮的可能時，他的口吃現象也沒有了。

現在再談談我們怎樣發現我們心理方面有焦慮狀態的存在呢？第一、一種動作如與我們的焦慮有關聯時，我們往往在動作後，特別容易覺得疲勞。有的病人說，他看半小時的書，便疲乏得不得了；有的說他走幾步路便覺疲倦極了，這讀書與走路，便和他們的焦慮有關了。在心理治

療中，往往可以發現這些焦慮的來因去果。例如：一個讀書特別容易覺得累的學生，他爲了過去的經驗的關係，使他對於參加競爭一類的活動，容易引起焦慮。在他看書時，他不能有平靜的心境，一拿書本，他立刻想到與人競爭比較，害怕任何人比他的成績稍好一點。他的能力，除去用在看書以外，更多的是消耗在這種焦慮的情感緊張。所以他一看書，便特別的容易疲倦了。他改變了對於競爭的態度，這些焦慮的緊張減少了，容易疲乏的感覺，也不存在了。第二、一種動作如與我們的焦慮有關，我們常發現那種動作機能的抑止或失調。有人說他平日很能說話，一見女子，一個字也說不出來了，那麼，與異性的來往便和他的焦慮有關了。第三、焦慮是破壞我們的快感的毒菌，有了焦慮，便不能有真正的欣賞與快樂，在一個大家都狂歡盡興的宴會中，他個人還是覺得有落寞之感；出了電影院的門，他心頭像加上一塊沉重的鉛似的；和愛人在一起，他總是催促不安，焦慮阻止了他一切真正的欣賞與愉快。在文學作品中，在我們日常生活中，是不難發現這種例子的。從上文的描寫中，我們也可以看出一個人的好惡，也往往可以多少指示出一個人的焦慮的所在來。

現在我們又得進一步的推究這焦慮究竟從何發生，而又是怎樣發展的呢？這問題不僅是說來話長，而且是議論紛紛，莫衷一是。我們從上文知道焦慮的心理歷程，往往有身體的病徵隨之而起，所以先前的關於焦慮的病源的學

說，多注意在身體方面找解釋。一八九〇年法國的勃里索 (Brisaud) 在壓着動物的迷走神經時，發現焦慮的身體病徵，所以他認為焦慮是迷走神經的官能神經病。一八九五年，心理分析學的鼻祖佛洛伊特 (Freud) 認為焦慮多起於性興奮的得不到滿足。所以男子遇到性冷感的妻子，女子遇了陽萎早洩的丈夫，不正常的性交方法等，都足以引起焦慮的心理狀態，同時他也提到過度的工作和失眠等，也足以引起焦慮。總之，他的結論是焦慮不起於心理的原因。到一九三九年，美國邁耳一派的學說，逐漸看清焦慮的心理的來源，他們認為焦慮是普遍存在於一切輕微心理病態反應中，因非常的緊張與責任或各種的挫折 (Frustration) 而起的情感上的反應。所以我們要了解我們的焦慮心理歷程的來源，應該從我們整個的品格構造，我們成長起來的社會環境，以及我們當前的社會關係來考察。根據這一觀點，再來看看我們這些有焦慮心理狀態的病人的歷史，似乎可以得出下面的結論來：

最基本的問題，在於兒童所生長的環境，缺乏足够的溫情。這不僅是指被忽視的兒童而言，被溺愛的兒童，也一樣的得不着他們所需要的溫情的撫慰。一個兒童，如其他覺得他是真正的被愛着時，他原是很能不在乎一些所謂創痕的經驗 (Traumatic experience) —— 如偶然的被責罰，突然的斷奶，和其他性的經驗等。換句話，有些人多以爲兒童時期慾望的受挫折，是心理衝突的來源，實際

上，挫折的本身，並不足以發生心理上的問題。常識告訴我們，許多兒童期受很大挫折的人，長大後不一定發生適應上的困難，問題是在於整個的家庭環境，是否有兒童所需要的情感上的撫慰，和兒童在那些環境中，是否感覺得安全。兒童對於成人們的情感，是一個最敏感的測驗器，成人們自己心理上有所問題時，他們對於兒童的情感的不適當，往往無形中使兒童覺有不安之感。所以兒童的不能得足够的情感，多由於父母們爲了他們自己的心理問題而不能給予兒童以真正的溫情。例如一個病人在很小時失去了父親，他是母親唯一希望的獨生子，這不能說他不爲母親所愛，但是當母親把自己一切心理上的問題投射在他身上時，他不再是一個獨立的個人，而成了母親的一部分，他所得到的祇是母親所認可的，却不是適應他自己的需要的，於是，不公平的處罰，母親一會冷一會熱的情感變遷，不履行的允諾，忽視兒童合理的要求——如友誼與獨立思想等，妨害兒童自己的興趣，阻礙兒童意志力的成長，都容易使兒童有不安之感。在這兒，被溺愛的兒童和被忽視的兒童一樣的在心理上有所不安之感。而這不安全之感，可說是我們適應上一切困難的泉源。所以慾望受挫折，不一定是嚴重的問題，祇要他所存在的環境，在他覺得是安全的；兒童受處罰，也不是嚴重的問題，祇要他覺得這處罰是公正的，而他仍然是被愛着。所以挫折的問題的重要，在於給予挫折的態度，這一點在近代教育上是

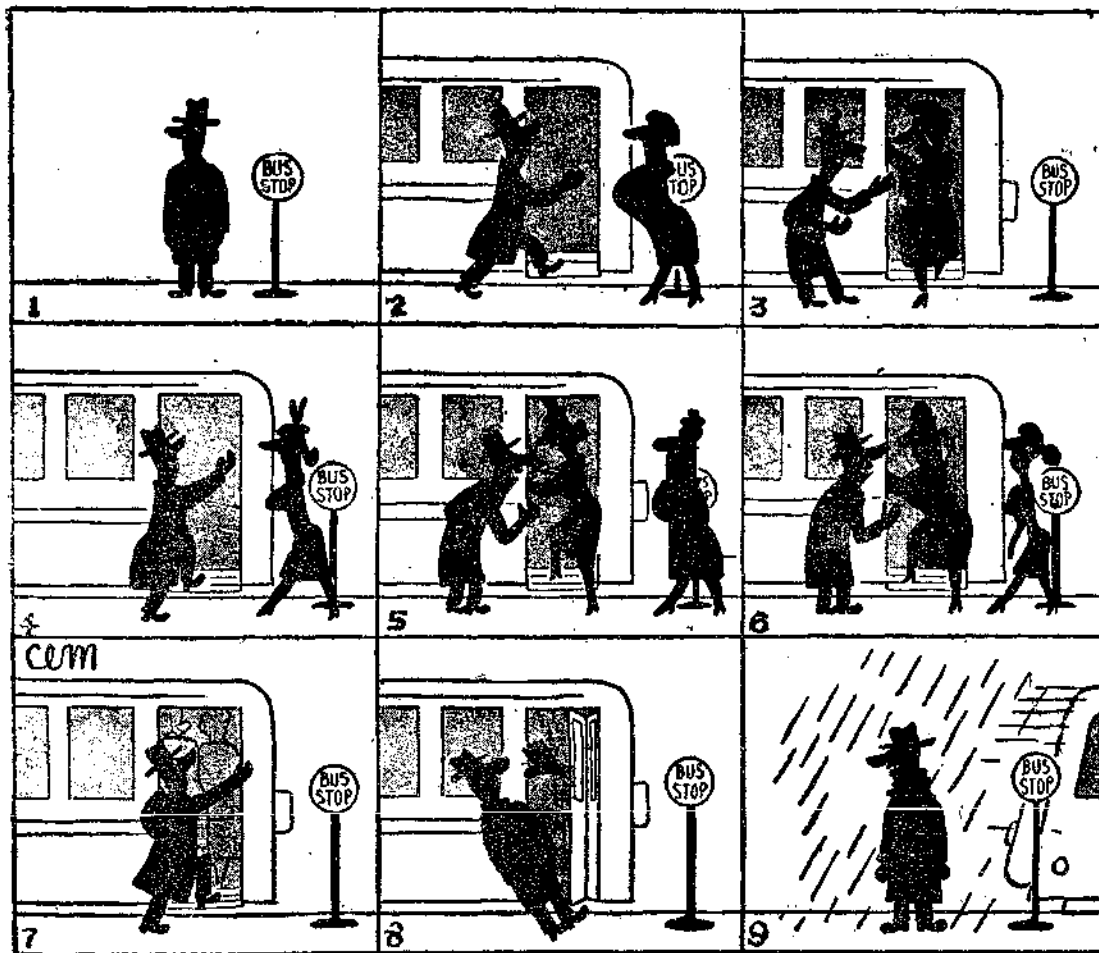
最嚴重的問題。很多的教育家們誤解了挫折的意義，覺得兒童是一點也不能受干涉不能受挫折的，結果，祇有讓兒童永遠停留在兒童期才成，否則，適應上的困難，是不能避免的。

所以家人意見的不洽，父母婚後的不和，父母生活上的不快樂，這些都是使兒童心理上的安全發生威脅的因子。焦慮是對於主觀的危險的情感上的反應，不安全感是主觀方面最基本的危險，因此，在敵意的環境下，感到孤立與無助，這便稱之為基本的焦慮 (Basic anxiety)，這雖不一定便造成心理疾病，但心理病態，却往往從這基本的焦慮發展起來。爲了由這不安全感之感而生出的基本焦慮，使我們現代人對於愛對於情感的需要，更加深切，希望對權力以及其他一切物質或榮譽的獲得，更加強烈，得到了這些，才可以減輕他們的不安全感之感，而現社會制度，對於這一切的獲得所供給的可能，又是非常限制的，所以不安的心理，也就是焦慮的心理，便普遍於世界每一個角落了。

★  
★  
★

禮讓精神

轉載自星期六晚郵





★弗洛伊特唯性主義的心理分析的解釋，受人指摘的地方自然很多，尤其是他那種偏頗的說法，實在使人難以同情。

## 心 理 分 析

程玉慶博士講  
陳梅生記

——西風特稿

心理分析 (Psychological Analysis) 有廣狹二義。廣義的是任何事情都可用心理來分析說明之意。狹義的是我下面所要講的範圍。從廣義演進至狹義，其肇祖當推弗洛伊特 (Sigmund Freud)。他首先以心理分析的方法，來探求病源，並應用於心理治療。後經歐美學者，繼起研究，遂形成現代心理學上另一翻起的學派，即析心派心理學 (Analysis Psychology)。他領導的一派，皆為歐洲大陸學者，故又稱『歐洲派』。比較後起而又較易為人所接受者，是梅依 (Adolf Meyer) 所領導的『英美派』。兩派的着眼處頗有出入，但其本質上，以及研究方法上是相同的。

弗洛伊特以為人類意識行為的動機，完全出諸『性』字。推而廣之，以至人類構成的社會活動，團體組織，以及一切世界現象，其原動力皆肇端於此。故弗洛伊特可以

說是一個澈底的唯性主義者。因為這一點，也受許多學者的批評。不過弗氏對性的解釋，亦並不即等於男女兩性『性慾』的『性』。他以為人類任何心靈的活動，都不是偶然的，而是有一定的因果關係的。他說平常人們的遺忘，也不是一種偶然，而有一種心靈上的原因。這種心靈上的原因的原動力，弗氏說在於人類兩個基本的慾望——『自存』和『自長』，『自存』必賴現實的適應，由『自存』衍化為『成種』，而『成種』必賴性慾的滿足。社會上種種現象，即因之而產生。

弗氏說，一個人的發展史，亦即是一種『性心理』的發展史。他說一個人的最快樂時期是胎兒時期。自己安坐在母親體內，取之母體，用之母體。母需自己『自存』『自長』，而且整個母體的大宇宙中，就只他獨個人，要怎樣便怎樣，時間，空間對他毫不干涉，毫無關係。因此



胎兒自己不但十分快樂，而且是十分自尊的。及一出母體，情形便完全變了！他必須自己呼吸，自己心跳，自己吮食，才能『自存』『自長』。所以他一出生便啼哭，他的啼哭便表示他嘗到痛苦的開始。不過雖則受苦，心中却愈懷念母體時的舒服，而更亟於快樂的營求。所以他的一切心靈活動的原則，皆依本我原則(Pain pleasure principle)而取求，即痛苦的我不要，快樂的才收受。故嬰兒最初覺得快感的地方是嘴。弗氏稱之『嘴慾時期』(Oral erotic stage)。此時期由嘴巴的刺激，給他以種種快感，任何東西交給他，他都放在嘴裏，用東西刺激其面部，他使用嘴來承受，以解決嘴巴的快感底滿足。後因無充分的滿足底機會，同時各器官逐漸成熟的緣故，其快感目標都逐漸移至肛門地方。弗氏稱之爲『肛門慾時期』(Anal erotic stage)，此現象在小孩子日常的生活上亦常見。上海有小孩子小便在抱他的人底身上，就表示是這小孩子愛他。我們亦常見有些小孩子一定要父母親親自把他才大小便，有時要催他千百遍他才肯便，彷彿是愈催他，他才愈得到快感。平常也有許多小孩子，很出神欣賞的玩弄他自己便出的大小便，甚至以泥沙搗拌『做飯吃』。凡此都可說是肛門慾時期的現象。

往後又逐漸移其目標於生殖器，弗氏叫它做『生殖器慾時代』(Genital erotic stage)。小孩子在五六歲時，就常常玩弄生殖器，而開始有類似手淫的行爲。而且

於其自身尤漸感不足，找到他們的父母爲對象。男孩子對母親，女孩子對父親，都存在着一種幻妙的『性』的情節。前者稱爲『Oedipus complex』，後者稱『Electra complex』。弗氏且特別強調此一時期的性行爲。他列舉各國法律都規定有子姦母，父姦女的最嚴峻的處罰，便表示人們的腦子中都有這種意識的存在。現在父親特別愛女兒，母親特別愛兒子，這是一般人所承認的。這就是這種意識的昇華，或者合理化而已。某些人有『一見鐘情』的戀愛，也是 Oedipus complex 和 Electra complex 的昇華現象，就是男女的腦子裏都早已有了一個標準。男的是他的母親，女的是她的父親。上海話有『丈母娘看女婿，愈看愈有趣』的笑話。照這樣說來，亦未嘗沒有理由。丈母娘看見女婿拉開她面前的意識中的情敵，自不得不喜歡。還有，婆婆和媳婦意見不睦，差不多是中外古今一定的現象。用這道理來解釋，亦可說婆婆恨媳婦佔去了她『自己的兒子』，鬧着潛意識的醋意的緣故。這解釋雖似離奇，但也不能不承認人們的腦子裏確有着這種離奇的『情結』存在。

經過了生殖慾時期，便至自愛時期(Narcissistic stage)，大概在十二三歲的男孩子便有這個現象：常常拿着一面鏡子，躲在房間裏欣賞自己。從這時候起，便逐漸注意自己的裝飾，儀容。一些愛打扮的女孩子尤爲明顯。不過那時他的目的並不在求異性的賞識，或者出去找女朋友



友，他的動機完全是自己欣賞，自己愛自己。過了這個時候才進至同性愛時期 (Homosexual stage)，常常兩男兩女，同性間恩愛非常。甚至在大學中的女學生還有這種情形。最後便到了異性愛時期 (Heterosexual stage)。到了這個時期，弗氏以爲一個性心理的發展便算完全了。

但一到此時，人們便把嘴慾和肛門慾的事實全摒出記憶之外。但這並不是真正的遺忘。弗氏運用心理分析的方法，可使一個人把三歲以前的事情都回憶起來。現在流行的催眠法便肇端於此。

這種遺忘的原因，依弗氏的說法，以爲一個人的精神生活上，絕不只是一個可以意識的「我」主持一切。這個可以意識的「我」，叫做「自我」(Ego)，除此「自我」之外，還有一種「超我」(Super-ego)。這「超我」是社會習俗，道德，規律，反映到心理上的一種精神化的規範。「自我」的意識要出來的時候，必定要通過「超我」的檢查，「超我」是剛正不阿，鐵面無私的法官。可以「派司」的才能夠出來，不然便被他打進監獄裏去。因此被關在牢獄裏的叛徒們，總是念念不忘想偷跑出來的。所以當管門口的牢卒疲倦時，平常如酒醉或者睡眠的時候，這些叛徒們便出來大肆蠢動了！這便是酒後昏話，和夜夢的原因。弗氏特別着重夢的研究，說夢便是慾望的滿足，所以慾望不能滿足的人，特別多夢。小孩子一天到晚想做神仙飛行，所以他做的夢總是武俠打鬥巨片。

剛發育時的青年，白天腦子裏時時存着甜甜蜜蜜的對異性的神秘的幻想，於是便在夢中大遊其「太虛幻境」。人大了，環境複雜了，他的慾望亦因之愈大，因此所夢亦愈玄妙深奧。但夢中的情境，都可以從其蛛絲馬跡中發現其心理上的原因。故夢有夢的文字。夢境的實況，是做心理分析的人最大的憑藉。

許多「自我」意識過強的人時時受「超我」的撻伐，所以許多人都不能避免自我的情緒的擾亂。一些患神經衰弱的朋友，便是一天到晚陷在這「庸人自擾」的苦境中。故所謂狹義的心理分析也者，是想以心理分析的方法，探求得病人情緒的擾亂的原因，然後設法移去此原因，這便是心理治療了。每個人都免不了「自我」的慾望，而自我的慾望又常與現實環境發生衝突，不能盡如心意。所以說人生只是一個痛苦的歷程，實在未嘗無理由，但人也不能因與現實環境衝突的痛苦而不生存。弗洛伊特以爲人的性年齡若至某階段而停止而不再前進，便是一種病態。人的性年齡發展至某階段而又倒退回去，也是一種病態。前者情形，普通常見。後者比如在賽足球時，兩隊可因爲一時意氣，而釀成毆鬥。或者在外面受了冤屈，回家告訴母親，講講哭哭，愈講而竟至大哭。便是性年齡倒退的現象。

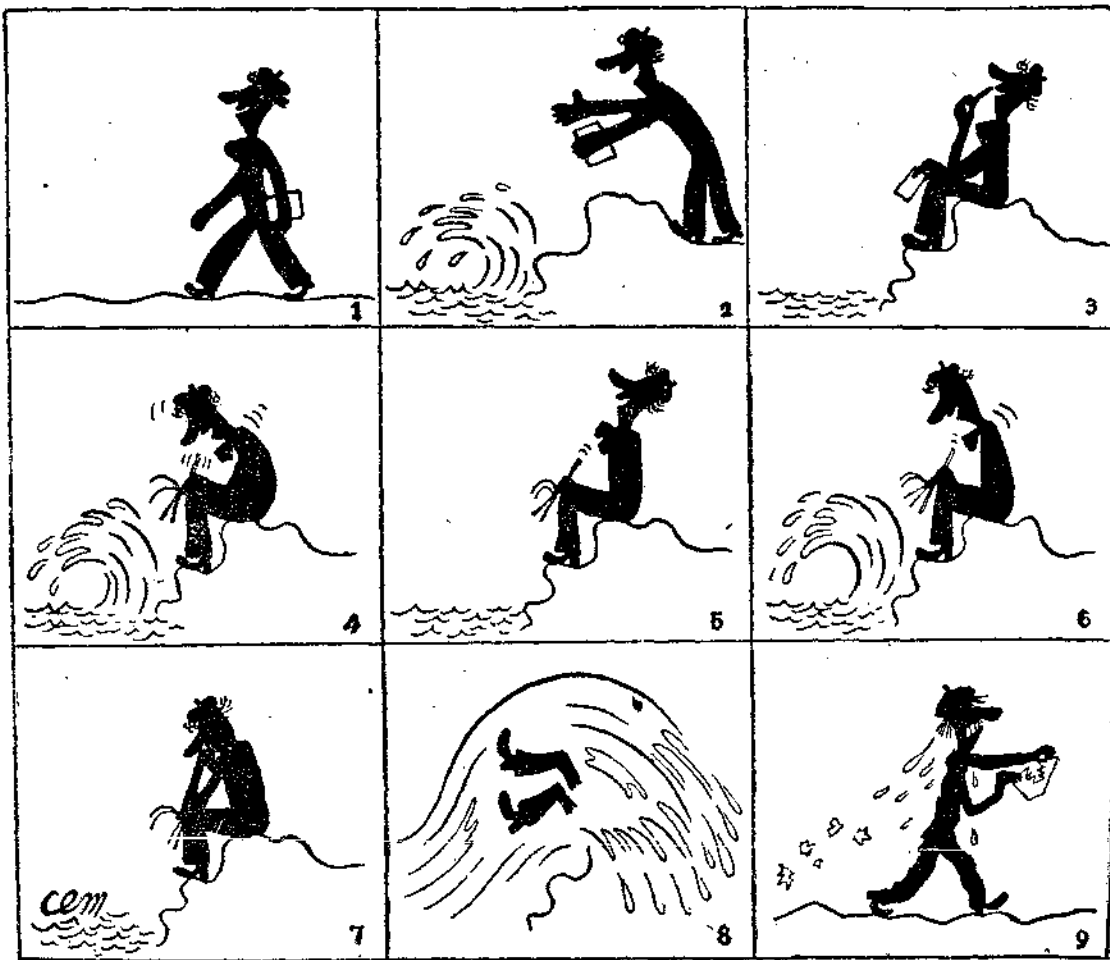
上述是弗氏唯性主義的心理分析的解釋，自然受人指摘的地方也很多，尤其是他那種偏頗的說法，實在使人難

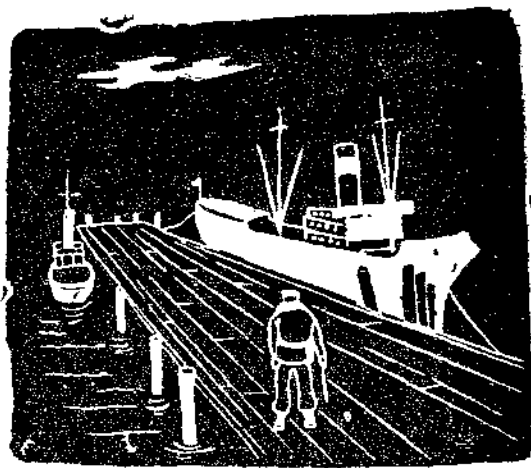
以同情。在全世界都慶祝弗氏學術上的成功的時候，他的母校維也納大學便不承認他的學說，而且竭力加以反對。但歐洲大陸，從他倡始之後，便有許多學者繼起研究，最有名如倫克(Otto Rank)，他特別強調生產時期的痛苦。他以為一出生後，一切需『自生』『自長』，失掉母體中的一切安樂的享受，是人們所最感痛苦的。所以任何人都有一種『重生夢』，夢見自己快樂地走入兩旁樹木鬱鬱的黑暗的狹谷。阿特勒(Alfred Adler)也是析心派心理學中一員健將，不過着重點是自卑情結。他說人們在母親懷裏，整個宇宙，唯我獨尊。但一出母體，一心想控制全宇宙的迷夢完全粉碎了！因此而形成深度的自卑情結(Inferior complex)。弗洛伊特的大弟子容博士(Carl Jung)都不承認他老師所主張生殖器慾以上這些性心理時期的存在。他把人類的人格分為內向(Introvert)和外向(Extrovert)兩種類型。

上述是析心派心理學歐洲派的陣容和解釋。英美派廣義的解釋容後在心理治療中再介紹。

### 海濱詩人

轉載自星期六晚郵





★在東京有着不同時代不同環境的文化交流着，新的和舊的，東洋的和西洋的，一切是這麼矛盾，而又這麼融和。

## 橫濱東京環遊記

黃國英

——日本通訊

船開出了吳淞口，經過了兩天波濤翻天的旅程，靜靜地停泊在橫濱港口裏，那時正是一月二十七日的清晨。熹微的陽光，掩不住岸上薄冰傳來的寒氣。港口裏外都躺着一好幾隻商船，却沒有戰艦。日本對外的交通，似乎還是相當的頻密。但是碼頭冷落得很，除了三幾個苦力閃縮一隅外，看不到什麼。從船上望去，橫濱很富有西洋風味，沒有東方的風格。市面很寧靜。遠處的富士山頭，白色裏帶了一點赭紅色，和鄰近的山丘相比，自然巍峨，但大體說來，並不雄偉，然而這就是日本帝國的象徵。

船公司得到了麥克阿塞將軍的特許，組織了到東京的觀光團。名義上我們是美國第八軍的責賓，事實上我們自

己要掏荷包的。不過以一點代價來換得戰後第一次旅客在日本上岸的權利，似乎還很值得。行程早就排好。十時出發，三時回船。到了九時半左右，碼頭裏便擁着十多輛客車和許多美國憲兵。對了名單後，我們一行一百多人，包括中外老幼男女，便魚貫下船，登車出發了。美國憲兵，乘了機器腳踏車，前呼後擁，左右穿插，好不威風。

車子式樣很舊，該是十年以外的東西。內裏佈置却很華麗，座位寬闊，窗門還掛着色彩繽紛的簾子。一卡車祇坐上十三四人，和國內公共汽車擁擠的情景，比較起來，真有天淵之別。我可以料想到，在戰敗的日本，這些車子該是日本國內最好的。如今得到集天下以奉我們，該是拜

盟軍和同船的盟友之賜了。每輛車子上都有一位嚮導。我們車子上的一位，名叫后田先生，鞠躬如也，禮貌十分週到，會到敵國四個月。那個時候，我不知道他已學會了如今這一套沒有。

我們先在橫濱市內環遊一週。路上行人很少，市面冷落，路上看見的，是成羣結隊的男女，看不到躑躅街頭的流浪客。街道十分整潔，看不到絲毫碎紙垃圾，也沒有流動的攤販。市面建築相當齊整，看不出戰爭破壞的痕跡。

橫濱位置在東京灣之西，是日本最大的港口之一。對外貿易，照一九三六年的統計，佔日本全國對外貿易總額四分之一。往時是日本生絲、罐頭、白糖的主要輸出地，棉花、麥、石油和木材的主要輸入港。從國際關係來說，橫濱和美國的淵源最深。一八五三年彼利將軍 (Commodore Perry) 坐「戰艦來強迫日本開放國外貿易。這次日本投降，橫濱又是美國佔領軍的登陸港。據一九四三年的統計，橫濱的人口共有六十二萬多，如今恐怕少了許多了，但是市面似乎還不應該像今天的冷落。

橫濱和東京，距離不過二十哩，有高架電車和公路聯繫着。電車據說每兩分鐘便開出一輛，還能維持戰前的效率。我們的車子，是沿着公路朝東京走。二十哩途中，我實在看不出市內和市郊的分別。公路的一旁是毫無間斷的房屋、店舖、市集，和許多高架電車在奔馳着。在近海的一旁，我見到了無數的烟突和工廠，海濱滿是龐大的起重

機，一望無際。從橫濱到東京，都是連綿不絕。我生平從來沒有看見過這樣雄偉的景象。在離開橫濱十五分鐘的汽車路程裏，工廠大部份都是完整無損。其中還有幾間工廠的烟突在冒着烟。將近東京的時候，才看見轟炸破壞了的工廠的痕跡。從破壞的程度看來，當時轟炸是相當慘烈。照美國官方的統計是百分之五十一被炸毀了。如今災區大部份的瓦礫都已經清除，看不到瓦礫，也看不見青草。如果不是細心地觀察，簡直不可能發現這是災區。沿途看見許多房子在建築着。日本的房子大部份是用木頭造的，我想將來他們的復元，一定比中國容易而迅速。就目前而言，廣州西堤二馬路和黃沙一帶的災區，青草叢生，瓦礫遍地，和日本目前的情形相比，相差不可以道里計了。

汽車從幾度高架電車橋穿過後，我們便到了東京。首先觸目的是東京車站，建築很宏偉，塗着紅色，戰時曾給飛機炸毀了一些，如今還在修理着。過了車站不久，我們便面臨東京的中心丸之內區了。

東京在四百多年以前，便是日本經濟政治和文化的中心。一九二三年的大地震，把城區毀壞了差不多一半。然而這些災難使東京更成爲現代化的城市。所謂大東京區，事實上是城中心，包括二十二個區，另外外圍三個縣，二個市，和幾個小島，面積共有八二八·一方哩。我真想不到一個城市能够大到這樣的地步。戰前人口最高會達八百萬，是和紐約、倫敦鼎足而三的世界最大的都市，如今人

口自然減少了許多。據一九四六年的統計，大約有四百一十多萬人。但是據車上的嚮導說，如今的人口又增加了不少，約有五百多萬人。

在東京有着不同時代不同環境的文化交流着，新的和舊的，東洋的和西洋的，一切是這麼矛盾，而又這麼融和。首先令人注意到的，是日本神國和武士道精神所寄托的中心的皇宮。一條護城河圍着黑色的城牆，是用黑色的石頭造成的，牆上有一道堤，堤上長滿了修剪齊整的青草，堤與牆一共有六十呎高，這就是皇宮外表的輪廓。皇宮裏面很大，有四百多英畝。在外面看見了青翠的林木中，隱現着日本式建築的屋尖。皇宮的輪廓、橋樑，一切都是純粹的日本式的風味。四面圍繞着小河的，是一片大的草坪，剪修得很齊整，還很規則而疏落地種了些松樹。有一條長而且闊的黃沙道，從外面一直通到宮門。論皇宮的本身，低矮的門樓和黑色的牆，並沒有什麼，然而這大的草坪和廣闊的馬路，却把皇宮襯托得很宏偉。和這純粹日本色的古舊的皇宮，僅隔一條寬闊的馬路的一邊，又是另外的一個世界。舉目都是高樓大廈，純粹西洋都市色彩，和皇宮恰是一個對照。這裏有芝公園，東京放送會社（Radio Tokyo）公園旅館，和古色古香的帝國旅館，帝國劇場，和許多銀行和大的建築物。這裏又是如今日本的政治，軍事的中心。面對着皇宮的便是麥帥的總部所在的第一大廈（Daichi Sogs Building），鄰近是美國第八

軍司令部和許多盟國的機關，日本的大藏省、內務省、交通省、郵政局等等的日本政府組織。整個日本的神經中樞，就這樣零落地分佈在幾個街頭上。

我們在皇宮前停留了一會，便又驅車經過了如今是麥帥官邸的美國領事館，明治神宮，而到日本議會。日本議會是一座三層的石的建築物，崇高而龐大，莊嚴而且宏偉，雕刻很精緻，據說是花費了六百萬日元和十八年時間建築而成的。戰時會塗上了黑色，如今已打磨過了，煥然一新，愈覺得華貴。一個國家能夠有這樣的建築物，真可以代表藝術科學和智慧的結晶。可惜日本民意的力量還不能夠和這建築相稱，不然這世界恐怕沒有現在這麼多麻煩了。我們又轉過去參觀紅印第安人神社，也是一座白石的建築，和中國廟宇相較是另具一格。廟原是佛教的一支，然而陳設却有一排一排的椅子，倒是像禮拜堂。當中有一個小櫃，供着一個小的偶像，和廣寬的拜壇比較，簡直滑稽可笑。廟裏有一個肥胖而矮小的和尚，用英語向我們解釋這廟宇的淵源。可惜我聽了和看了以後，都是一樣地糊塗，像丈二金剛，簡直摸不到半點頭腦。接着我們便駛到東京的住宅區瀏覽，馬路寬大，林木青翠，寧靜得很。到了午飯的時候，我們便到帝都飯店休息去。

日本據說糧食很恐慌，我們能夠上岸的條件之一，便是需要自攜食物，船公司替我們預備了一盒子的點心。不過到了帝都的餐廳，看見桌上所陳列的菜單很豐富。這裏

是招待外國人士的機關，所用的通貨是所謂佔領軍流通券。名義上是與美元同價，事實上除了盟軍和少數別國的機關外，誰也領不到的。用這種流通券去買東西十分便宜。在一間專賣紀念品的房間裏，標賣着許多日本手工製成品。最精緻的銀質烟盒，長八吋闊六吋高四吋左右，祇要一元二角。但是如果在碼頭附近去買，就是比這烟盒低劣許多的貨色，也要三千元日鈔，照一對五十的官價折算起來，要六十元美金。如果用同量的流通券，大概可以把那房間的東西都買光。餐廳裏的侍應生都是日本人，衣服光鮮而且齊整，和日本大兵比較，真不可能相信他們同是日本人。盟國人士照例是不准給日本人小賬的，但是他們依舊很有禮貌，招呼十分週到。

帝都飯店的電梯都是自動的，司機是七八歲左右的小孩子，由此可想到戰前日本物質文明的一斑了。

休息了一會，我們便巡覽銀座。熱鬧得很，是東京的商業中心。滿佈着戲院、商店和餐館。許多的房子像三越白木屋、高島屋之類，還聳立着。並沒有什麼嚴重破壞的痕跡。攤販很多，擺賣着舊的衣物。街上行人十分擁擠，每個十字路口都有大羣人等着紅綠燈通過。街道很整潔，在這樣的鬧市區，居然沒有紙屑和乞丐，真是難得。汽車很少，而且大部份都是坐着外國人。公共汽車很舊，樣子却是十足流線型。擠的情景跟上海差不多。電車的玻璃窗碎了，用木板來填補。車廂也很殘破。沿途所看見的

建築材料店，存貨很少，可見日本現在物資相當地缺乏。

從橫濱到東京，來回途中我都看不見美國武裝兵士，祇是皇宮附近有幾個守衛，和街道上有一兩個美國憲兵，在協助指揮交通而已。甚至美國第八軍司令部和麥帥總部都沒有兵士防守。大概現在美國人相信日人很深。

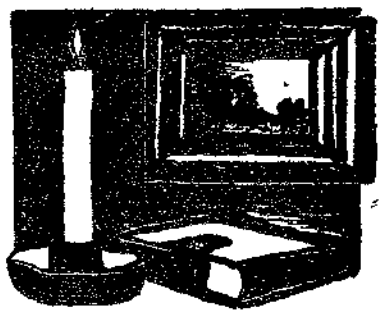
據車上的嚮導說，現在日本的物價平均比戰前漲了一百倍，可是公務人員的薪金，不過增加了二十倍左右。政府每月雖然有糧食配給，但是數量太少，大部份仍需仰給黑市。普通一般人民生活都很清苦。不過我在路上看不見一個衣衫襤褸的人，更看不見一個乞丐，甚至碼頭的苦力，也有鞋有襪，衣冠齊整。和我在廣州上海所見的情形相比，他們的生活顯然還比中國人好一點。就物價而言，國內東西已漲了十五萬倍多了，然而公務人員的薪金，不過是加了一萬五千倍而已，單就這點而言，中國就已經比不上戰敗的日本。

日本目前物質缺乏，經濟困難和社會的不安定，恐怕是無可諱言的事實。我經過了好幾個警察署，門口都有很大的紅字告示，寫着警察官大募集的字樣，正可以說明這一點。不過在日本治安不好也有一個限度，在橫濱至東京公路上，就有幾所銀行，而且有些還是用木頭建造的。如果在中國，這樣的銀行，也許早就被盜匪夷為平地了。對一個戰敗的國家，我們自然不能期望太多，日本能够維持得目前的狀況，已經是難能可貴了。

小的時候常聽見人家說中國人口衆多，地大物博，日本扶桑三島，是不堪一擊的。東京一行，走馬看花，自然不著深刻的印象，但是一般的觀察所得，使我不能不對我們從前戰場上的敵人表示佩服。東京所給我的印象，是廣寬的馬路，整潔的市容，良好的秩序。拿南京來比較，兩國的優劣是可以一目了然。

日本如今是戰敗了，但是我以為這樣的一個民族，是絕不會屈服下去的。據船上會到過日本的旅客說，往時日本的海軍警察，對待白人極端苛刻，吹毛求疵，無所不用其極。然而此次旅行所看見的日本人，對外國人都是極端謙虛和有禮。東京市長還特地送給我們每人一套東京的風景畫，和一冊東京遊覽指導，紙張和印刷都很精美。在今日日本物資這樣貧乏，而他們還肯這樣破費，用心之苦，是顯然可見的。每份禮物還附有一封東京市長致我們的一封信，內容首先表示他對我們歡迎之忱，接着便把戰爭的罪過全都推到幾個獨裁軍人的頭上。對麥帥的恩惠和美國的寬容，不勝阿諛奉承，大有感激涕零之概。信末還要求我們把他們的好意帶到美國去，說如果沒有美國的幫助，日本的復興是不可能的。這封信正好解釋他們前倨後恭的緣由。他們的忍辱負重，正是我們的一種威脅。以日本這樣高度工業化的國家，復興以後，一定需要原料和市場。如果我們再不奮發圖強，則盟軍退出日本之日，又該是我們的紛亂的中國喪鐘再響的時候了。





★『時代週刊』是一本新型的期刊，治新聞和雜誌於一爐，是二十世紀高速度的，多變化的人類社會的特有產物。

## 新聞雜誌的新實驗

黃嘉德

——『西遊奇語』之七

在美國無數的期刊中，『時代週刊』(Time)是一本很有特點和個性的雜誌。『時代週刊』創刊於一九二三年三月，至一九四八年適滿二十五週年，特於三月八日出了一個紀念號。在美國歷史悠久的雜誌相當多，一份雜誌辦了二十五年，不算一回事。可是『時代週刊』是一本新型的期刊，治新聞和雜誌於一爐，生氣磅礴，跟上時代，是二十世紀高速度的，多變化的人類社會的特有產物。在短短的二十五年中，它由一份小刊物成爲美國最大雜誌之一，通訊網和推銷網遍於全球，擁有千萬讀者，在輿論的支配上，在智識的傳播上，其勢力是未可輕視的。對於這在出版界獨樹一幟的期刊，對這頗能表現時代特徵的期刊，我們似應加以檢討，以爲我國發展出版事業的借鏡。

### (一) 二十五年的成就

任何偉大事業的成功都不是偶然的。事業的建立需要理想，需要信心，需要毅力，需要刻苦耐勞的精神。『時代週刊』今日的地位就是二十五年來慘淡經營，埋頭苦幹掙得來的。這份別開生面的『新聞雜誌』的創辦人是兩個未出校門的美國青年：海頓(Britton Hadden)和魯思(Henry R. Luce)。他們兩人在耶魯大學二年級肄業，於第一次世界大戰期間應徵入伍，同受短期的軍事訓練，準備赴法作戰。不料訓練未畢，大戰已經結束。他們因爲出國計劃頓成泡影，大感失望。在軍人受訓的期間，他們曾經談到一個創辦新型刊物的理想。他們認爲在這國際關係瞬息萬變，人類生活日趨複雜的時代，社會需要一種介於報紙和雜誌之間的讀物，以期刊的姿態，把一週間人類各方面活動的情形，作有系統的分析，檢討，和報道，使讀者對於時代的進展和演變，能有更親切而深入的了解。



在第一次大戰結束之後，他們就憑這一點理想，赤手空拳，準備在美國出版界開闢一個新天地。

『時代週刊』第一期於一九二三年三月三日出版，全部工作人員八人，銷數一萬二千份。銷數蒸蒸日上，至一九三四年十月達五十萬份，一九四二年七月達一百萬份，一九四六年一月達一百五十萬份，一九四八年三月達一百九十七萬份。這期刊在『時代公司』(Time Inc.)的經營下，到一九二七年才開始有點贏餘，便於一九三〇年創辦姊妹刊物『幸福雜誌』(Fortune)，一九三一年創辦『時代進展』(March of Time)無線電廣播，一九三二年接辦『建築論壇雜誌』(Architecture Forum)，一九三五年開始攝製『時代進展』電影，一九三六年創辦『生活圖畫週刊』(Life)。一九四一年以後，『時代週刊』陸續發行南美洲版，加拿大版，歐洲版，海外版。現在『時代公司』的出版物，包括『時代週刊』和『生活圖畫週刊』的國際版在內，已達七百九十三萬餘份。在二十五年中，廣告收入增加三十五倍，職員人數增加二十倍。該公司在美國各大城市及世界各國設有分社，由通訊記者主持，其他區域則有特派記者或特約記者，經常供給種種新聞材料，與紐約總社保持聯絡。

『時代公司』在開始十五年間，經濟基礎尚未鞏固，在紐約的辦事處規模頗小，到了一九三八年，自建高達八十餘層之『時代與生活大廈』(Time and Life Build-

ing)於最繁盛市區的五十街口，為洛基斐勒中心之一部分。現在該大廈已不敷應用，『幸福雜誌』和『建築論壇雜誌』的辦事處只好搬到帝國大廈裏去了。

『時代公司』四份期刊的印刷和發行造成一些相當複雜的問題。編輯工作集中在紐約。印刷廠分建於芝加哥，費城，傑西城(Terrey City)，洛杉磯，布法洛(Buffalo)等地。此外該公司另建『實驗工廠』二所，專門從事印刷及造紙技術的研究和改進。在一九四七年一年中，這些印刷廠共印『時代公司』期刊四萬萬份。該公司在印刷方面的投資已在美金一千萬元以上。

該公司又在芝加哥自建八層大廈，為發行部辦事處，凡同行及讀者接洽推銷，定閱，更改地址及其他事宜，均在此集中辦理。該發行部在一年中計發出推銷及宣傳信件或讀物達二千五百萬件，出版物二萬萬份，信函八萬件。紙張的供應也有一個重大問題。該公司四份期刊在一九四七年共用紙張五萬萬磅。這麼大批的紙張是由美國十餘所紙廠源源供給的。該公司為提防紙張供給中斷起見，特在芝加哥自建倉庫，經常貯藏二萬五千噸的紙張。

『時代公司』以『時代週刊』為基礎，循着相當確定的出版路線一步一步的發展，到今日已經成爲一個規模宏大，勢力遍及世界各國的文化事業。

## (二) 時代週刊的編輯大綱

『時代週刊』創辦人海頓和魯思在這份新聞雜誌出版之前，曾經擬定一個編輯計劃。他們認為：目前報紙和期刊雖然很多，可是一般人對於生活時代各方面的情形還是茫然無知，或一知半解。這是因為出版界還缺少一種適應時代需要的讀物，使生活忙碌的人們能在極短的時間內，獲得關於人生社會各方面的常識。

在他們的編輯大綱中，他們提出三個基本原則：

(一) 把每週各方面的新聞作有系統的分析，檢討和報道。各種材料分欄發表，如國內時事，國際時事，經濟、人物、教育、科學、體育、藝術、出版、書評之類。每欄必要時尚可分類。

(二) 所發表的新聞材料必須有明確的意義。『時代週刊』把正反兩方面的見解都表現出來，可是同時必須指出那一方面立場比較有力量。

(三) 新聞不是甚麼『勢力』，政府或階級造成的，而是個人造成的。對於這些製造世界新聞的人物，『時代週刊』所希望報道的是他們的宗教信仰，生活習慣，人生趣味之類。這種『有血有肉』的材料比一般平淡乏味的新聞材料更能給予讀者深刻的印象。

『時代週刊』的對象是『生活忙碌的人們』。該刊認為這些『生活忙碌的人們』都不是任何一方面的專家。該刊的國內時事不是寫給政治家看的，國際時事不是寫給國際問題專家看的，書評不是寫給書蟲看的，體育消息不是

寫給運動迷看的。該刊的編輯方針是在使『生活忙碌的人們』能理解該刊各方面的材料。『時代週刊好像是一本人寫給另一個人看的雜誌。』該刊在文字，文章風格，取材，剪裁等方面的試驗，都是以這個理想做出發點的。

『時代週刊』在文字，文章，風格，取材和剪裁等方面，的確表現了一些特點。該刊今日的編輯成本（紙張，印刷，發行等費用不計算在內）為一字美金一元四角八分。一般報紙的編輯成本平均不上美金一角。『時代週刊』為什麼花這麼多錢在編輯上呢？因為該刊搜集材料的方法是比任何報紙更為徹底的。除了參考各種報紙和期刊的材料之外，該刊維持一個規模普遍及全球的通訊網，直接採訪消息，對於特殊的事件，更是不惜工本，特派記者專訪。該刊認為在這生活複雜的二十世紀社會裏，一個人僅知道有甚麼新聞發生，往往還是不夠的。他需要知道一則新聞的前因後果，需要知道一個事件發生的背景和意義。用一個譬喻來說，該刊希望在球類比賽的場合，給那些遲到的觀眾一點指導，不但告訴他們雙方分數多少，那一個球員建樹較大，而且把比賽經過情形作一個評價，幫助他們預測這場球賽的可能結果。這可以說就是『時代週刊』的編輯旨趣。

### (三) 以人物為中心

這份新聞雜誌因為是週刊，所以所登載的新聞材料總

比報紙或無線電爲遲。這是『時代週刊』不利的地方。它必須用比一般報紙更巧妙的方法去報道新聞——內容更充實，分析更犀利，使讀者更容易閱讀，理解並記憶——纔能補償『遲出』的缺點。

『時代週刊』的通訊記者和編輯多數是從前的報人。他們根據過去在新聞界的經驗，來參加這份新聞雜誌的新穎工作。在該刊編者的眼中，『新聞』的範圍是比一般報紙所認爲的新聞更廣泛的。該刊有些新聞材料如美國國會議議，總統競選情形，國防現狀，歐洲復興計劃，國際會議，外國的動亂，聯合國會議，美國商業狀況，大劫案之類，是與一般報紙相同的。還有一些材料比較沒有時間性，可是其新聞價值在該刊編者看來是和一般新聞一樣重大的。在這方面，該刊喜歡以人物爲中心去報道新聞。這種具有『人生味』的材料是該刊的一個特色。人們在偶然的談話中所顯露的新聞材料，有時比預備的演詞或大著作裏所顯露的更多。例如，在過去十五年間，關於美國前任總統羅斯福的性格的文章，真不知發表了多少。當一九三三年三月他就任總統的時候，『時代週刊』登載了羅斯福母親的一段說話。她說『他從小就有一種習慣，就是對玩耍的同伴發號施令。有一次我對他說：「我的兒子，你不要每次都發命令。有時也讓別的孩子發發命令。」他說：「媽媽，如果我不發命令，甚麼遊戲便做不成功了！」』這幾句話是比許多文章更能表現羅斯福的性格的。

『時代週刊』最注重人物，所以在每期的封面上總刊登一兩個人的照相或畫像（只有幾期不登人物的照片）。每期封面的人物都是該期所發表的一篇文章的主角。

『時代週刊』的材料多數是用敘述的方法，以『故事』的姿態與讀者見面的。上面已經說過，該刊有一個遍及全球的新聞網。該刊在美國和加拿大設有分社十三處，另有特約記者八十五人分佈各地。華盛頓分社有通訊記者十三人，辦事員十四人。在國外設有分社十五處，另有特約記者三十六人，分佈各國。

一般出版物的通訊記者都是把採訪到的材料直接向讀者報導。『時代週刊』的通訊記者則不然；他們只把材料交給該刊編輯。通訊記者除供給材料外，尚須指出該項材料的重要性，以供編輯參考。至於該項材料在整個國內局面或國際局面所佔的地位如何，則由編輯作最後的決定。

#### (四) 由集稿至出版

『時代週刊』星期一晚上付印，星期四出版，分銷各地，以便讀者利用週末的閒暇閱讀。該刊編輯部人員每星期二及星期三休息，其他五天則從事極緊張的工作。編輯部一週的工作過程是這樣的：工作人員到星期四即把一週來的新聞材料集中，這些材料來源包括各報紙各新聞社及特約通訊記者的報導。各地分社主管人提出一週間最重要的新聞題，以供紐約總社編輯部採擇。編輯部利用星期四

和星期五兩天與各分社詳細討論各重要新聞的內容。同時，編輯部把每個新聞題交給一個撰稿人，在一個研究員的協助下編撰文章。（該刊共有撰稿人四十三人，研究員四十七人。）研究員在該刊的資料室裏及其他圖書館裏搜尋必要的材料。到了星期六，撰稿人便把一切有關的材料集中起來，加以剪裁，寫成一篇有系統的文章。各撰稿人把文章寫成，交給編輯部。高級編輯五人在星期日舉行編輯會議，把各篇文章細讀一遍，有時把文章發還撰稿人重寫（重寫四五次是常有的事）。撰稿人如果到星期日下午還未能寫出滿意的文章，高級編輯便自己動筆重寫。

文章由高級編輯通過之後，便交給編輯主任作最後的決定。編輯主任在過去一週間，天天讀報紙雜誌及各種有關文件，對於一週間的重要新聞，已經有相當的印象。他每週發給各高級編輯及撰稿人的『字條』，當在四五十張以上。這些『字條』的內容都是關於採用重要材料的指示。編輯主任把各篇文章閱讀一遍，有時立刻通過，有時則重加更改，或在旁加上評語或問話，然後交給研究部作最後的訂正，舉凡文字，標點，內容，事實等等，均重新校對一番，以免錯誤。

同時，編輯主任把該期各欄的篇幅作相當的分配，並與圖畫編輯決定所擬採用的新聞照片，卡吞，歷史照片，及其他插圖。該期全部材料即於星期一由紐約編輯部用最新電報打字機發給芝加哥，費城和洛杉磯等處的印刷所

付印。

現任編輯主任馬士（Matthews）是『時代週刊』的主要人物。他担任此職，已有五年，經驗豐富。該刊的風格可以說是他創造出來的。他在每週編輯工作中，隨時與總編輯魯思保持接觸，提出報告，商酌種種問題。魯思與馬士對該刊的言論負完全的責任。

『時代週刊』就是經過這麼複雜而緊張的程序編輯出來的。

『時代週刊』在過去二十五年中從事一種新聞出版事業的新實驗。這種實驗到今日還在推進中，企圖在編輯和出版方面發現更新的技术和更新的方法。雖然它不是美國歷史最悠久，銷數最廣大的期刊，可是它那種精益求精，奮鬥不息的精神，是值得吾人欽佩的。它在今日國際新聞出版事業上已經佔據重要的地位，將來的發展是未可限量的。

我願意站在純粹新聞出版事業的觀點上，把『時代週刊』在這方面的新實驗向我國讀者報道。『時代週刊』的國際政治立場如何，乃是另一問題，無須在此討論。我國至今尚無此類的新聞雜誌，希望有志新聞出版事業者能把『時代週刊』的新實驗研究一番，採取這類新聞編輯出版的新技巧，參照我國情形，創刊一種新型的新聞雜誌，在我國出版界開闢一條新路。

一九四八年三月卅一日於紐約哥倫比亞大學



★到了斯德哥爾摩以後，我就有這幾個印象：物質建設好，人民富有，吃的既豐富又美好。

## 海航一月到瑞典(下)

汪家正

——歐遊通訊——

### (五) 哥倫坡和亞丁

船離檳榔嶼以後，我才真正的覺得這是遠離了祖國了。因為在這以前，我還可以看到很多的僑胞，同時，也可以吃到中國菜，心理上好像還在中國似的。從檳榔嶼再向前走，就很少看到中國人了。

船停泊在檳榔嶼的時候，上來了許多印度旅客，同時，也上來了兩位佛教的領袖。這兩位活佛似的和尚，相當的肥胖，穿着杏黃色和紫紅色的紗袍，把一條臂膀整個的露在外面，那種打扮，頗近似於西藏的活佛。他們剛上船，就有許多印度人，安南人，以及少數中國華僑向他們叩頭。他們穩坐在那裏，連動都不動。等到船離碼頭的時候，岸上又有許多人向他們膜拜，他們仍然是坐着受禮。看到這種景象，令人不禁想到宗教魔力的偉大。

十二月四日的晚間七時，我們到了錫蘭的首府哥倫坡(Columbo)。錫蘭是英國的直轄殖民地，英國設有總督駐守。當天晚上，我們把護照送去蓋章以後，時間已經很遲，所以大家都沒有上岸。第二天上午八點鐘，我們就跑到岸上去觀光。錫蘭以產茶著稱於世，所以，賣茶葉的店舖很多。我們又看到很多巨象。因為船在十二點鐘就要開，所以我們稍作遊覽即返船，有許多名勝都來不及去。

十二月九日上午十點多鐘，我們到了亞丁(Aden)。在這以前，我們可以看到青山綠樹，茂草鮮花，自然界似乎是很美麗而不寂寞。到了亞丁以後，我們的感覺突然一

變，眼望着昏黃的灰沙，和黃土堆成的山峯，我們奇怪自然界何以荒涼一至於此！按亞丁在阿刺伯南端的半島上，當歐亞交通的要衝。它原為也門酋長國的一部份。自從被英國佔領以後，就被開為自由港。英國人在這兒築砲台，煤庫等等，目前仍然是英國的殖民地。它很靠近阿刺伯的大沙漠，所以我們一上岸，就好像是到了沙漠似的。

我們以十二先令的代價作來回的車資，把整個的亞丁兜了一轉。坐公共汽車爬到山頂，又由山頂折回平地。所有的街道上差不多都可以看到駱駝和牛羊。一切房屋都是平頂的，而且都把門窗緊緊地關着。其他一些高大的洋房，全都是英國人的財產。本地回教徒之所以把門窗關着的，大約是因為地近沙漠，風沙太多的緣故。

整個的亞丁，可以用「無草無樹童山濯濯」八個字來形容。我覺得在這裏的居民，真非皈依宗教不可，否則像那一種枯寂惡劣的景色，像那一種刻板而困苦的生活，真叫人無法忍耐下去！本地一般人民的生活，都極其貧苦。英國人像栽花似的在他們的洋房前面種了一些小樹，大約必須常常澆水，否則就必會枯死。有一些洋槐居然已長到一丈多高，我們真不能佩服英國人的毅力和精神。在滿目都是灰沙的境界中，偶然能够看到一棵碧綠的樹木，那是一種愉快，真不是言語所能形容的。

我們又跑到市中心去看猶太人和回教徒衝突的遺跡。據汽車上的司機告訴我們，前些日子，因為受了巴勒士坦

猶太人和回教徒衝突的影響，亞丁的阿刺伯人也把許多猶太人的房屋燒燬了。我們到了市區，果然還可以看到許多已經燒燬掉的房子，敗瓦頹垣，一片淒涼的景象。我不禁暗暗的慨嘆：這些可憐的落後的被壓迫被剝削的民族，不知道發奮圖強，抵抗外侮，却一味的自相殘殺，替外侮造機會，這真是莫大的悲劇！

船離開亞丁後的第二天，就進了紅海。紅海的海水依然是黃而且藍，一點也不現紅色。據同行的一位同學說：紅海在夏季才是名符其實，因為那時候有許多紅色的海藻生長在水裏。到了冬季，海藻死去，海水自然不紅了。

十二月十三日的下午四點鐘，抵蘇彝士(Suez)。船不靠碼頭，因此，過境的旅客都無法登岸遊覽，大家都大為失望。船停泊在海面的時候，有許多坐着小船的小販子到船旁來賣皮包、地毯、皮鞋和水果。這一種小販都是本地人。像這一種跑到船旁來叫賣東西的小販，大概從哥倫坡、亞丁、蘇彝士，一直到塞得港都有。他們任意要價，你也可以隨意還價。除去小販以外，又有一種土著的兒童，年齡大約從十歲到十八歲，他們在水裏游來游去，叫喊着舷旁的旅客，請旅客丟下一個銀幣，半先令或一先令。銀幣一丟下水，他們就泅到水底去拿。隨你怎麼亂丟，他們總可以在水裏摸到。他們活像是魚，可以在水裏自由行動。高貴的頭等旅客，紳士和名媛們，用他們白嫩的手拋下了一個小小的銀元，而在水底搶着摸的，却是一

些黑炭似的襁褓的孩子，上面是些悠閒而快樂的笑容，而下面呢，却是一羣爲了生活而冒險掙扎的生命。看到這種景象，稍有思想和良心的人，能够不惻然而心動嗎？

十二月十四日的上午八點多鐘，我們又到了一個港口，那就是塞得港。我們仍然無法上岸。據說是因爲埃及政府藉口於情形特殊，拒絕旅客登岸。我們從船上遠遠的望着岸上的洋房、馬路、棧房和工廠。塞得港的建設，似乎比蘇彝士好得多了。

蘇彝士運河的河面相當的窄狹。我們的船在裏面開行的時候，似乎是儘可能的減低了速度。兩岸的景物，截然不同。一邊是草樹森森的綠洲，而另一邊則爲荒瘠的沙地，一邊是長滿了蘆葦，而另一邊則是一望無垠的黃土。不料一河之隔，竟會有這許多區別，真是奇事。

## (六) 倫敦的聖誕節

十二月二十二日上午八時，我們就到了倫敦近郊的蒂伯利(Tilbury)。因爲船大水小，以致無法再開進去了。由於旅客太多，護照檢查，海關登記，和行李查驗等關係，一直到下午四點鐘，才能够下船。鄭大使和陳秘書對我們真是太好了。船一到碼頭，他們就特派兩輛大汽車來迎接，並且又特地請了兩位在倫敦多年的老留學生來招待和指導我們。因爲船到得早而我們下船遲，兩位老學長差不多在碼頭上等了一天，累了一天，真是萬分抱歉的事。

我們因爲人數多，不得不分在兩處住宿。一部份人住在國際俱樂部，另一部份人則住在倫敦大學附近的美雅旅館(Meyer's Hotel)。我屬於後一組。美雅旅館每人每日房金十二先令，包括早飯和洗澡，吃午飯外加四先令，吃晚飯則加收五先令。總共全日的食宿費是一鎊一先令。住一星期，可以打八折，住一個月，則折扣更大。

在旅館裏吃過晚飯洗完澡以後，我和幾位同學在附近的羅素方場散步。樹木森森，街燈和月色輝映，車輛和行人都很稀少，一片幽靜。不過，仔細的向路旁看一看，我們便可以發現許多被炸毀的房屋殘骸，敗瓦頹垣，焦樑斷柱。這些戰爭的遺跡，不禁叫人觸目驚心。

二十三日的上午，我們到大使館去拜謁鄭大使。鄭氏因另有約會，遂由陳秘書堯聖代見。陳先生是我國名教育家陳鶴琴先生的姪兒。他告訴我們許多有關於倫敦的情形，並問我們有些什麼問題可以隨時找大使館幫忙解決。談過話以後，他又領我們到國父倫敦蒙難紀念室去參觀。該室就在大使館樓上的一個角落，非常狹小。這是一個關聯着中華民國國運的歷史遺跡，值得永久保存和紀念的。倫敦的地下火車，非常便宜而迅速，不過路線很多，初到倫敦的人，不容易攪清楚。我住了將近一個禮拜，只能够知道一兩條路線的走法，其餘都莫明其妙。

聖誕節的前一天，所有的商店都非常緊張，聽說各機關銀行將於二十五日起開始放假，一直到一月三日才照常

辦公。因此，我們不得不在這一天以內把一切手續都弄好。在這一天以內，我跑到 Dean and Dawson 公司裏換了船票，把行李交給 Thomas Cook 公司負責運上船，同時，又到銀行去換旅行支票。整整忙了一天，總算把一切手續料理清楚。聖誕前夜猶如中國的大除夕。這一晚的倫敦，街上行人非常稀少，大約都是在家裏團聚和狂歡。像我這樣一個初出國門的人，的確有點淒涼的感覺。思家的情緒，油然而生。旅館裏的老闆娘請我們所有的旅客吃烤火雞，我沒有叨擾。我和沈光祖（瑣南）兄逛到小飯館裏去吃香菌炒雞蛋，沈君能飲酒，我也陪了一杯，真所謂借酒澆愁了。沈君現在在倫敦大學教育學院語文系攻讀。

從二十五日起，我就在倫敦街頭毫無目的地閒逛。在三天以內，我會經過以下幾個較為有趣的地方：（一）國會，（二）泰晤士河畔，（三）白金漢宮，（四）威士特敏斯特大教堂，（五）皇家公園，（六）大英博物館，（七）倫敦大學，（八）海德公園，（九）動物園。

在海德公園裏，我看到了世界聞名的木箱上的演說家。一位年輕的工人，站在一個角落裏大聲疾呼，稀稀落落的圍着聽衆。偶爾也有一兩個聽衆跟他辯論或提出問題。講演的內容，好像是批評政府的施政方針。另一個角落裏則是一個老頭子在那裏演說，只有幾個老太婆在那裏聽。可是，他却是很認真的一字一句的講下去。

海德公園的範圍，的確够得上稱為偉大。園裏有一個

小湖，湖水清澈如鏡，水上有許多野鴨、天鵝、海鷗、魚鷹、家鴨、鵝等等水鳥。這許多水禽，見人不怕。有一些小孩投以餅乾、麵包，牠們即來就食。園裏的大樹也很多，假如春夏來遊，一定是更好看了。

威士特敏斯特大教堂裏有許多偉人的墳墓。大約英國所有的偉大人物，都以此為埋骨之所。牆壁上有這些偉人的塑像，墓碑，墓誌銘，以及紀念物。真是琳琅滿目，美不勝收。在這裏面瞻仰了一番，不由得叫你嚴肅和感奮起來。

最叫我發生興趣的，要算動物園了。動物園是很大的，搜羅的動物，也够稱得上完備。門票很貴，每人要收兩先令。因為飼養動物的開銷極大，不得不收門票以資彌補。它的偉大由以下的幾個例子就可以知道了：（一）有一個房子裏專門養鸚鵡，所搜羅的鸚鵡有一百多種；（二）狐室有狐類動物四十多種；（三）猴室有人猿、大猩猩、猴等五十多種；（四）鷹室有各種山鷹、海鷹四十多種；（五）虎室有虎、豹、獅等二十多種。除此以外，還有白熊、海馬、鱷魚、蟒蛇、犀牛、斑馬、鹿、企鵝、駝鳥……等。中國所贈取名為「聯合」的熊貓，也養在園裏。水族館裏養着千奇百怪的魚類。從上午十時到下午二時，我整整跑了四個鐘頭，簡直不會休息過片刻，可是只參觀了全園的一半。當時實在因為太疲倦了，所以只好抱着惋惜和遺憾的心情匆匆離去。



倫敦的一切都叫我留戀和滿意。不過，它那種多霧而陰濕的天氣，委實叫人不痛快。我在那裏住了幾天，好像始終覺得呼吸不舒暢。

### (七) 冰天雪地的瑞典

十二月二十七日下午四點多鐘，我和顧君伉儷自培福路(Bedford Way)乘汽車到聖潘克拉斯(St. Pancras)車站，換乘火車到蒂伯利碼頭。隨即上船，約七時許船即啓碇。我們所坐的船是不列顛尼亞號(S.S. Britannia)，船不很大，大約可以載客三四百人。因為新年和聖誕節的關係，旅客極少，總計頭二三等旅客不足五十人。我竟然能夠獨佔了一個房艙。住在我的對面房艙裏的，是一位紐西蘭的學生，也是政府派遣到瑞典去留學的。

船進北海以後，風浪甚猛。我們的船簡直像是一隻搖籃。我終於撐不住，睡了整整一天，而且還嘔吐了。幸而時間不長。到了二十九日的早晨八點鐘，我們已經抵達瑞典的哥德堡(Goteborg)了。在倫敦時，只能看到霧和雨，一到哥德堡，我們便看到遍地積雪，而且，天空裏還在繼續飄着很大的雪片。上岸一看一家百貨公司門口的溫度表，才知道已是攝氏零下一度了。

火車站即在輪船的碼頭附近，因此我們一下船，就在車站附近的馬路上逛了一會，一覽瑞典的風光。簡單的說，對於瑞典，只要拿『冰天雪地』四個字來形容就够

了。不過，我覺得哥德堡雖然冷得很，可是空氣却頗乾燥而爽快，比較倫敦那種悶濕而混濁的空氣，要好得多了。

十二時別離了哥德堡，乘火車往斯德哥爾摩(Stockholm)。我們所坐的是三等車，價目是二十五個客郎(Kron)。三等車上的一切設備，幾乎等於我國的頭等車。車是用電力開駛的，因此非常清潔，沒有一點煤灰。同時，車上又有暖汽管，所以，外面的原野裏縱然是積雪盈尺，但是我們坐在車裏的人却覺得溫暖如春。

晚七時抵斯德哥爾摩。爺在明郭可信兩兄來迎，遂一同坐汽車到旅館休息。

將近一月的海上航行，以及旅途的辛苦，到了此時，可算是告一段落了。

一到斯德哥爾摩以後，我就有了這幾個印象：(一)物質建設好，房屋、街道、商店、車輛等都很精緻，熱水汀，到處都有。(二)人民的富有，街上看不到一個衣裳破舊的人，無論男女老幼都穿得很好。(三)吃得既豐富又美好，可惜冷的飲食太多，使我感覺不習慣。(四)婦女多，無論是百貨公司，各種商店、澡堂、理髮店、旅館、飯店、差不多都是婦女經營和管理。據朋友告訴我，斯德哥爾摩的婦女，比男子多六萬人。

我們知道，在最近一百五十年以來，瑞典一直沒有受過戰爭的影響，人民的富有，社會的安定，建設的完美，這自然是一個最主要的原因了。



★在美國無職業歧視，一切職業都平等，祇要是以勞力換錢，都不是羞恥的事。

## 生活在美國小城

蔣中一

——美國通訊

波而竇 (Boulder) 是可樂來讀州 (Colorado) 的一個小城，人口祇有二萬二千左右，其中有八千人是可樂來讀大學學生，其餘的居民大都與可大可大的學生有關，所以在假期中學生大部份回到家裏去以後，波而竇的市面就要冷落不少。波而竇是可州的教育中心，不過除了教育之外，它還是一個極好的避暑之地。據商會的統計，它每月的平均溫度最低是一月份，華氏三二·三度，最高是七月份，華氏七一·六度，而且地勢極高，在海面五千三百五十四呎以上，氣候乾燥，冷天不太冷，熱天不太熱。所以夏天一到，東部各州有很多人來避暑。此外，因為氣候

特佳，有氣喘病及肺病的人，在波市療養的也很多。

衣着在波而竇並不是一個大問題，大都數的居民都穿得很隨便，尤其是學生。上課時穿一件上裝，打一根領帶的不多，普通都是穿一件羊毛衫或絨線衫，領頭翻開就算了，天冷時在外面加一件大衣。好在一進屋子，無論是住屋，教室，飯店，戲院，都有水汀，不會嫌冷。女學生服飾也並不講究，普通是裙子上加羊毛衫，短統襪，上課穿絲襪的簡直沒有。不過一到星期日或有約會時，大家都穿着得相當整齊，進禮拜堂的話，太太及小姐們都戴帽子。有一點十分有趣的是波市的老年居民還帶有一點西部影片

的作風，花襯衫，闊褲帶，闊邊帽，留鬚鬚，就是講話的口音也跟平常的不同，例如 How do you do? 有幾個人說起來祇有兩個聲音：How dee? 有幾個則更爲有趣，唸作 How dee you dee? 據說洛磯山一帶都是如此。美國衣服都是賣現成的，顧客穿對就買去。像筆者身材矮小，買衣服就極難買，因爲現成西裝都以美國人的身材做標準，尺寸小的不十分多。量了身材定做也有，但價錢比較貴。在波而寶定做衣服，沒有裁剪技師，店家全是量了尺寸寄到大城市，如芝加哥，紐約等地去做的。

中國學生極多不慣美國的西餐。西餐在中國全是中國化了，種種東西都經改良以適合中國人的胃口。但在美國，西餐的味道跟國內不同，單說一盆生菜，在國內普通洋山芋，加薩拉油等製成，在美國稱爲 Potato salad，相當可口。美國飯館裏通常供應的却是 Vegetable salad 或 Cottage cheese salad，前者是生菜數塊，後者是一種白色的乾酪，像豆腐渣一樣，淡而無味，雖然營養豐富，但是很難欣賞。主菜的缺點是缺少變化，豬排，牛排，火腿炒蛋，雞片，比目魚以外，便無甚可點。美國沒有新鮮的蝦。有一次，筆者點喫蝦，價錢很貴不要說，拿上來蝦還不滿十隻，味道像蝦米差不多，大呼上當。調味品不外的辣醬油，番茄醬等，十分單調，多喫極容易厭。宿舍裏的學生必須在宿舍裏的餐廳喫飯，無侍者，爲自助餐。有一點值得注意的事，是美國人愛抽烟的程度極爲驚人，學生

十九抽烟，女學生也不例外。他們雖然年紀祇有二十幾左右，但是已有離不了香烟之概。而且從他們吸剩的烟蒂看來，平均每根香烟祇吸一半就丟掉，所以浪費之極。喫厭了西餐，如果有一餐中國飯換換口味，是相當愉快的事。假使自己不會燒，又沒有會燒飯的友人，那麼祇能求之於中國飯館中的『雜碎』，是一種近似廣東菜的美式中菜。波而寶沒有中國飯館，最近在丹佛 (Denver)，有三家，丹佛爲可樂來讀的省會，離波而寶三十二哩，所以如果單爲喫一頓中國飯而到丹佛去，也不大上算。

住的問題在秋季比較麻煩，因爲在秋季可大有一批新生進來，宿舍住不下，校外出租的房屋也極難找到，到冬季及春季就比較容易，因爲有一部份學生因成績欠佳或別的緣故退學或轉到別的學校去。學生一少，房荒問題就解決了。波而寶普通單人房間租金每月二十元左右，有水汀，地毯，傢具等，毛巾，浴巾被單通常也由房東供給。波而寶有公共汽車兩綫，因爲人口少，並且私人車輛相當多，所以兩綫已經足夠應付無車階級的需要。美金二角半可買代幣四枚，每次乘車不論遠近，須付代幣一枚。學生有汽車的相當多，所以校園中停車的問題十分嚴重，學生每學期註冊時需申請一張停車證，如果家裏離學校近的，一律不准駕車入校。對於殘疾的退伍軍人，校方有特別優待，有一個停車場專供他們應用。在市內幾條主要街道上停車，要按時間久暫付錢，人行道邊裝有一排『停車

計時表』(Parking meter)，停車者將硬幣投入計時表的小孔裏，可停一定的時間，時間一過，表上即現紅色，如果警察發見，就要罰錢。波而寶雪極多，一下雪就積起來，而且前雪未融化，後雪又積起，所以車輛的後輪時常要裝鐵鍊，否則要打滑。行人走路亦有同樣的困難，他們都穿橡皮靴子，有時橡皮靴子尚要打滑，尤其到學校去的一條路，是上傾的，非常容易滑跌。曾經有人說，在可大讀書，不摔交是不能畢業的，這句話並無誇張。

日常生活中最不愉快的事也許是理髮。美國理髮師的技術無論那一方面都及不上國內的。每次理髮，最近已從七角半漲價到一元，單單包括剪髮及頸項處修去短髮(Neck shave)，十分鐘到十五分鐘就完了，如果要洗頭，上油，修面，都要另外加錢，而且都很貴。惟一的辦法，就是自己洗頭，理髮的次數儘量減少而已。

美國的藥房(Drug-store)，和國內的烟紙店差不多。配藥當然是它的主要業務，但除此之外，還賣化粧品，文具，雜誌，郵票(有賣郵票的機器，但五分錢祇能購得四分錢郵票)，糖果，以至照相機，軟片等等。還有一點特別的是每個藥房中有 Fountain service，出售咖啡，冷飲。所有的店舖，除飯店戲院，在星期日都是休息的，但是藥房在星期日有一個規定的短時間內照常營業。

娛樂方面，除學校中的舞會外，波市有三家電影院，一家是祇映一張影片的，前面加映新聞及卡通，成人每次

每人六角半，花樓稍貴，小孩及未成年者有特別的低價。還有兩家都演兩張影片，無卡通。看客無論何時都能入場，無論何時離場，無人干涉。

美國人十九是足球迷(美國足球即橄欖球)，對於各大學間的球賽十分注意，如果不能親自到場參觀，必在無線電中聽轉播。但此種球戲十分粗野，比賽者都係身材高大，體重在二百磅以上者，而每次比賽總有人跌傷的。在冬季，他們最愛好的運動是滑雪及滑冰。滑雪相當危險，常有人滑雪而失蹤，摔傷腳踝的更是不計其數，滑冰則比較安全。此外，滾球(Bowling)，也是美國風行的運動之一，十條木棍用橡皮球滾翻，滾翻愈多技術愈佳。

美國的廣告術發達得很，電台廣告都製成歌曲，灌成唱片，在電台播唱，聽者不覺單調。廣播時，很多採用問答式，一問一答，要比一人講話熱鬧得多。去年雙十節筆者在波市KBLO電台播音，亦用問答式。

『信用』兩字在美國極受注意，所以美國的銀行存戶祇有戶名而沒有賬戶號碼，祇要是該銀行的支票，任何存戶都可用。很多店舖都備有櫃台支票，供未帶現款及支票簿的顧客簽用。

值得效法的一件事是在美國無職業歧視，一切職業都平等，祇要是以勞力換錢，都不是羞恥的事。還有一件事是做事認真，即使是到電影院去，他們也是一本正經走去，閒遊馬路的簡直很少。



★旅行廣人眼界，增長見識，改變  
一個人的人生觀，真是千真萬確。

## 尼加拉瀑布之遊

袁嗣令

——美國通訊

在一個大雪紛飛，滿地積冰的十二月中旬的禮拜六，一對好心腸的老年夫妻，特地帶我去逛這個舉世聞名的尼加拉瀑布。我們從距瀑布一百二十哩外的大城羅徹斯特，自己駕車三小時趕去，因為我們是當天還要趕回來的。

尼加拉瀑布在我早已聞名，很久以前似乎在國內看到什麼文章，說坐紐約中央鐵路公司火車，很遠就可聽見萬馬澎湃的水聲。仰慕既久，欣賞之心自更逼切。

這個瀑布位在美國東部紐約州的西北角，同加拿大毗鄰。瀑布有二，一在美國境，一在加拿大境，恰在北美五大湖之一的翁他利阿湖(Lake Ontario)的上流，和另一大湖伊利湖(Lake Erie)的下流。由於地勢高低傾斜的關係，水由伊利湖流下，經紐約州的首府勃發羅城(Buffalo)，再經大島(Grand Island)而後就成兩瀑布分流而下。因為所屬國境的不同，聽起來好像是兩個瀑布，實

際上却是一個。因此一般所謂尼加拉瀑布也者，實在是包括美國部份瀑布和加拿大部份瀑布(又稱馬蹄形瀑布，因其下瀉處恰在一個馬蹄形的缺口上)而言。因為兩者不可分離，因此到那邊去要兩處國境都跑。對於美國人和加拿大人，他們僅須出示出生證明書，就可通行無阻，尤以美國人去加拿大為易。但在我們却須查驗護照，否則移民局鐵面無私，難以過橋回來。聽誰說起，曾有一中國學生過了橋去加拿大，因忘了帶護照，結果拒回美國境，哭笑不得。

科學家推算這個瀑布已經有三萬五千到七萬五千年的歷史。多少年來，因為水力侵蝕的關係，已經向下流帶進了七哩，這是一個巨大的力量。

據美國地理測量局一八八六年的報告，在美國方面瀑布的高度是一百六十七呎，外形線達一千零六十呎。在加

拿大方面，瀑布的高度是一百五十八呎，外形線是三千零十呎。如果瀑布從其起點伊利湖處起算，一直到流入翁他利阿湖爲止，其全部高度應該是三百二十六呎。其流量每秒鐘是三百十九萬加侖，而百分之九十三的水全係流經馬蹄瀑布下瀉。其總數的六分之一的水力，已應用到發電事業上。

這名勝開始於一八八五年七月十五日，美國政府爲了這個瀑布，撥給了一百零七英畝土地和美金一百四十四萬四千三百二十九元五角費用。

目下這場所已成了最著名的新婚蜜月旅行目的地。說起尼加拉瀑布，人們就會連想到一對對攜着手悠遊的新婚男女，這光景想起來就够醉人的了。

爲了來自世界各地的旅客終年不絕，這個小城市的市容自然全部建造在旅館業上。大大小小的旅館鱗次相接，價錢很公道。

我們先到美國方面的瀑布邊，伏在欄杆邊看巨流浩蕩直瀉。地上是積冰，頭上却是飛霧，碰在臉上又濕又冷，這是冬景。如果站在遠處遙看，則瀑布之上好像有一片雲遮蓋着似的，那是無數的水氣所造成的。

在美國瀑布邊有一個入口，那是升降機的所在。拾級而下，先到一個大房間，壁上掛了大幅的瀑布風景。付一毛錢一人，再搭電梯直下河邊，在電梯裏約有二分鐘光景。出了電梯，經過好像重慶防空壕模樣的地道，就到臨

河靠岩的一個玻璃屋，這裏是搭專輪『霧之處女號』遊瀑布的碼頭邊，同時也是去瀑布下仰頭欣賞飛泉的所在。因爲正在嚴冬，沒有看見這隻『霧之處女號』專輪。據說天氣較佳，這隻船經常往來於兩岸——實際上，這一百五十碼左右的河面却是兩國的分界。平常二角五分錢一個人，由美國河岸上船，船就駛於美國瀑布的飛泉下，那時候你就得租船上的避水衣，每次兩角。不然你的全身準給濃密的水氣所侵濕。『霧之處女號』循序再去馬蹄瀑布一轉，然後駛到加拿大那邊靠岸。在加境正對兩瀑布的公園裏，你可以看到這雄偉場面的全景。大雪天，遊客零落，自不庸說，夏天裏，這光景是够瞧的了。

加美兩國間的界橋共有兩條，模樣差不多，另外則有專駛火車的橋樑一座。在這國際邊境上，你分別不出這到底是美國還是加拿大。但是過橋時，車子停在柵門前受檢護照的時候，畢竟有點心驚肉跳。加上看浩蕩巨流滾滾而去，飛霧濺沫，真是雙料的觸目驚心。

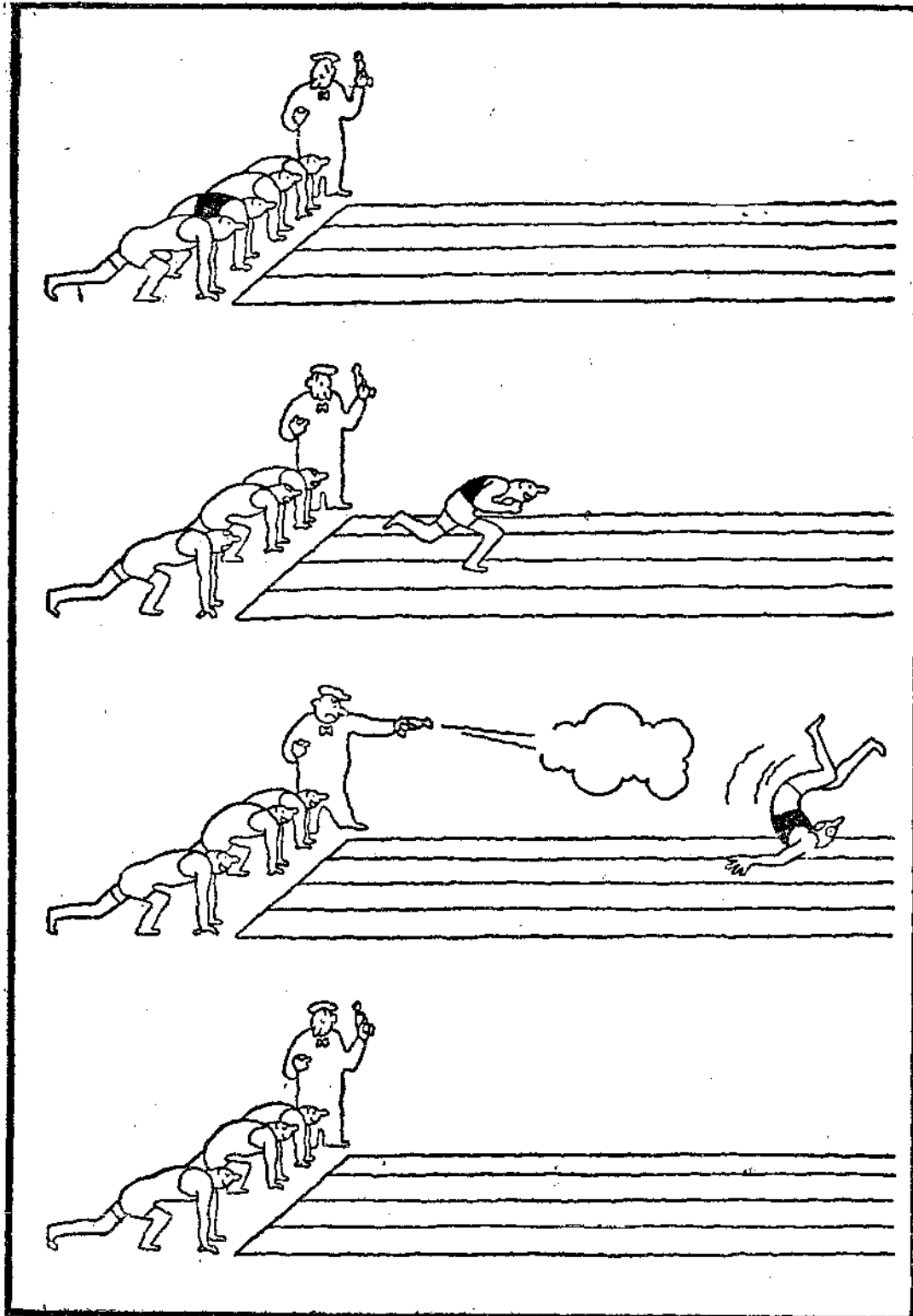
加拿大境內的名字你會覺得有十足的英國味兒，像伊利莎伯皇后，瑪麗皇后之類隨處可見。但是在美國，同樣的字你決見不到。

因爲這是兩國的分界，來去除檢查證件外，還得檢查所帶的東西。加拿大的羊毛是英國或澳大利亞貨色，價錢好，比美國出品高明多多。

(接排第四一一面)

以 儼 效 尤

轉 載 自 紐 約 客





★一個幻想的夢魘：

## 如果希特勒勝利

方曉藍

倫敦每日快報戰地記者 Alan Moorehead 原著

節譯自一九四八年二月號四八雜誌

英國溫莎地方納粹副區黨委寫給太太的信：

自你走後，這裏日漸酷寒，就連我們住的這地方，都冷得發抖，英國人連燒暖他們王宮的方法，也是極爲原始的。

在倫敦的廢墟上，傷寒和肺炎更爲流行，我們正在考慮撤退的問題，一部份撤往北部城市，一部份體力健壯的工人，撤到西勒細亞 (Silesia) 和頓河 (Don) 區的新勞動營中。運輸問題最爲嚴重。威爾斯的產煤量上月份減低百分之二十，我們不得不採取特殊措置，增加煤礦工的食物配給量。

而恐怖份子的詭計日新月異，假使我們得不到工人的信任，我們將永遠得不到安全的保障。你住在布蘭斯威克 (Brunswick) 家裏，可說是幸運，至少你可以看到一些友善的面孔。

上個週末，我乘閒和一兩個人，飛到凡爾賽去旁聽戰犯審訊。這真是一件空前的盛事。在兩層衛隊的警戒下，走進大門，直到進入「鏡廳」，一共檢驗了四次派司。任何包裹都禁止帶進法庭內。戰犯在十時到達，坐在南面的兩排椅子上，每一名禁衛隊看守一個戰犯。

邱吉爾已瘦得多了，但仍是滿臉猙獰好戰的凶相，你不難想像。他坐在極左端，和艾德禮，艾登，貝文，勃魯克，蒙特高茂萊，亞歷山大，哈里斯和其他空軍人員在一起。在審訊的時候，這些英國人都不大相互講話；他半睡似的坐着，帶着譯意風箏聽，眼睛直看着前面。邱吉爾有時塗一個字條，遞給別人。

蘇聯的戰犯坐在英國人旁邊，出乎意外，他們在全部審訊中，彼此大談特談，津津有味，史達林是一個最好奇的人。他仍是像照片上那樣，一副狡猾的，農民型的，石頭似的面孔，但坐在那裏，穿着寬大的芥色上衣，他像是



一個小傢伙。莫洛托夫與加里寧似是他主要的心腹。他們假裝做對審訊毫不注意的樣子。

美國和法國戰犯，坐在另外一排椅子上，依次坐着杜魯門，貝爾納斯，馬歇爾，艾森豪威爾，勃萊德勒，和其他的人，再過來是戴高樂，塔齊尼 (Tassinari)；高尼格 (Koenig) 等法國戰犯。全都筆直地坐着，滿面凶相。法國人和那些孩子氣的美國人，構成一種奇異的對照。尤其是艾森豪威爾，一直忙個不休，不是和馬歇爾談話，就是彎身到前面，向邱吉爾與勃魯克轉遞消息。

法官們也都緊隨着戰犯蒞臨了，這是給人印象最深刻的一刹那。法庭中的每個人都站起來伸臂敬禮。等每一組法官在最高的審判席上就座以後，開始擊鼓，奏各戰勝國的國歌——首先是德國國歌，因為德國法官居中，左面是日本法官，右面是義大利法官，後面是芬蘭，匈牙利，西班牙，羅馬尼亞等國法官的席次。

同時各國的國旗也從牆壁上露出來，最後展開一大面卍字旗，閃爍着金光。末了，衆人高呼『希特勒萬歲！』審判於焉開始。

在審判官席上面，有三座用英國議會中橡木製的寶座，是留給希特勒元首，墨索里尼和日皇的。自開審以來，他們從未降臨過，但他們似乎一定會來聽取宣判這些大戰犯死刑的。

我們在法庭坐了三個鐘頭，旁聽三個『德籍美人聯

盟』領袖，聽說美國人殘暴的證據，這一支英勇的小團體，在美國本土孤力作戰，有一兩次，馬歇爾和艾森豪威爾想半途插嘴，都被法官制止，他們必須等到規定發言的時候，才可以爲自己辯護十分鐘。在這種靜寂，神聖的情形下，可知證據的正確。同時由擴音機譯成六種不同的語言——德語、義語、日語、英語、俄語和法語。

我必須承認，我發現自己多數的時間，是在注意邱吉爾。是不是因爲他是所有文明戰犯中作惡最深的一個（俄國低等人類除外），我不知道，但他具有一種奇異的，有力的樣子，和肆無忌憚的態度。他的腦子一定會交給科學家們去研究的。

假使羅斯福仍在人間，我們也可以判處他應得之罪了！

離開法庭後，我對這次審訊，印象極爲深刻，特別有一種抽象的正義感。不僅是戰犯們都遭控訴，全部歷史上的日耳曼主義，也都展現在全世界的面前。

巴黎的生活，和我們所記得的戰時情況差不多，雖然物價高漲很多。我給你買了兩大瓶你要的香水，和兩打尼龍絲襪。

我們在郭培爾住的克里郎大旅館中吃飯，他走過我們這桌來，談話的坦白可愛，超乎你的想像，卡爾大胆地問他，若是我們打敗了，他覺得我們的生活將是一種甚麼樣子。他笑着說：『至少有一件事我可斷言，我將站在凡爾

賽的被告席上，而不是在這裏喝香檳。」

接着，他比較嚴肅地講下去，描繪一副分裂成兩個敵視集團的歐洲。一方面是布爾什維克帝國，向西擴展到埃爾勃河，甚至直達萊茵河，由千百萬的日耳曼奴隸勞工支持。另一方面是西歐集團，由盎格羅薩克遜人和猶太人統御——這一個集團日趨腐化，終於被俄羅斯征服，一如成吉思汗時代。於是他又描述一個直達法蘭西和英倫三島，經亞洲而達中國和日本的布爾什維克帝國。他又說，這一個帝國，最後因美洲的共產黨叛亂，又併吞了新大陸。於是新的黑暗世紀開始了。日耳曼文化從地球上消失。世界沉淪在野蠻主義之中，直到最後分裂成對立的強力集團，日耳曼天才終於再度崛起，佔有全宇宙。

「所以，最後終歸是一樣的，」他微笑着說，「我們不過是先到達這不可避免的結果一步而已。」

郭培爾在起身離去時，我覺得他有點憂慮。關於元首的病情，他還沒有新消息。不過，他說，元首將在奧迪賽或佛洛里達過冬。

最後一次和平會議，似已排定在明夏舉行，那時柏林大部份將重建完成，可以吸引不少遊客。還有一種建議，執行戰犯絞刑，應和簽訂和約同時舉行。元首已下令上演瓦格納歌劇，舉行奧令匹克運動會，在德國的每一個村莊內，都將舉行慶祝儀式。將點燃一萬把火炬，及元首碰過的旗子，由長跑家拿着，從柏林傳到納粹帝國每一個兵營

和成地。希特勒將親自點燃郝斯特威塞祠(Horst Wessel Shrine)的長明燈。這座紀念納粹大師的祠院，將在那時落成。

從我在巴黎聽到的一切消息，對於日本的種種謠傳，總使我不能過於重視。在外長預備會議中，日本人的確不斷作梗，而他們對埃及和蘇彝士運河區的要求，更是荒謬之至。但，這都是虛張聲勢。擁有整個中國，印度，東南亞，加利福尼亞州和澳大利亞，也足夠它現在消受的了。當然，對於日本猴子的動態，應該密切注視，但我不相信那些關於戰爭的話。

當然，他們對我們保持原子彈的祕密，深為不滿；但你怎麼能够相信獸類，不能。除了佔領美國以外，我們更同意他們參加英國，法國的佔領工作，已是非常的慷慨了。總有一天他們要激怒元首的，那時給他們好看。雖然，從整個遠東來說，他們在人數上佔壓倒優勢，但是我們有超出他們五百年的德國文化和科學。同時他們還得應付飢荒問題。我聽說，今冬單印度一地，就有四千三百萬人餓死。中國方面的情况，也差不多同樣地糟糕。這些內部的的工作，就够他們受的了。

佔領工作是使人煩惱和敗壞士氣的。軍官和士兵酗酒事件仍層出不窮。他們更向當地黑市出售香烟，甚至自己的口糧。當然，每一次交易，總是英國人佔便宜。我們搜抄英國人的房子，我們逮捕人質，我們判處重刑，以儆效

尤，但他們仍秘密地幹。而最令人惱怒的，是他們固執的沉默。你甚麼也看不見，但你覺得到，他們在那裏暗笑。

也許我在這可憎恨的環境中有點病態起來了。我不知道這樣下去還能過多久。多數的晚上，我孤獨地一個人在家裏聽留聲機，深以你為念。這一個無終止的冬季，永恆的黑暗，令人垂頭喪氣。我發覺自己，有時候希望仍是生活在勃蘭斯威克的小孩子，在那種日子中，人們至少是彼此相愛的。這裏真使我受不了。一個人怎樣能生活在一個沒有了解，沒有愛的世界中？眼見自己的友誼一直遭受拒絕，自己的愛遭受蔑視，實在是難以忍受的。

有時我夢到，所有這些事情都沒有發生，沒有勝利，沒有征服，沒有成功；我也夢到，那是我們給打败了，我們挨餓，更像郭培爾所說的，我們成為歐洲的奴隸勞工。我幻想到元首被殺，大批人自殺，成羣的民衆逃亡。我在我的夢境中，見到無數破毀的城市，沉沒的船隻，整個德國成為沙漠。

於是我驚醒過來，點了燈，看看四壁，和牆角的燈火，才清醒過來，知道自己明天早晨走出去，仍是這城市中的主人。我希望你能快點回來。也許我能獲得一個假期，和你到別的地方去住一下。我要離開這病魔的地獄，到一個不受人監視的地方。我厭倦透了這地方。但，我會停止這種頹唐思想的。原諒我，親愛的，我想，明天我會好一點……

（續自第四〇六面）

每個人由加拿大回來的時候，可以隨帶價值一百美金以下的新東西。但是另外一種現象，是在加拿大買不到美國香烟，像吉士牌，駱駝牌之類，從美國過去，則每人限帶香烟十條。

出國以前，在國內總算也到過幾處瀑布，像奉化千丈岩瀑布，天台山方廣瀑布，莫干山瀑布，雁蕩山瀑布等，然而對照之下，真無從比擬。國內的顯得太渺小了。世界之大，無奇不有，旅行廣人眼界，增長見識，改變一個人的人生觀，真是千真萬確。

那一端，在加拿大境的大漩渦上，尚有用鐵索吊繫的一條西班牙式吊懸橋。一方面是因為大漩渦水力凶猛，驚險非凡。另一方面是適合旅客好奇心理。坐一坐垂在吊懸索上的籃子，每次一角。要從索上行走，從這一端到那一端，亦無不可。祇是驚險萬狀，要性命的還是不試為妙。

天寒，不敢久留。走馬看「水」了一陣，覺得此行不虛，也覺得外國對於名勝愛護之深。在瀑布邊的公園裏，看見野鷄嫋嫋而行，即使汽車在旁駛過，亦不驚飛。這種地方的動物竟亦反常，煞是奇怪。

匆匆瀏覽一周，跑了兩個國家。冬天，天黑得早，路又遠，急急的就趕回程。一星期之後，我也就離開紐約州跑到中部來了。然而這印象，不易忘懷，順筆作了這個報道。

★羅斯福夫人的意見：

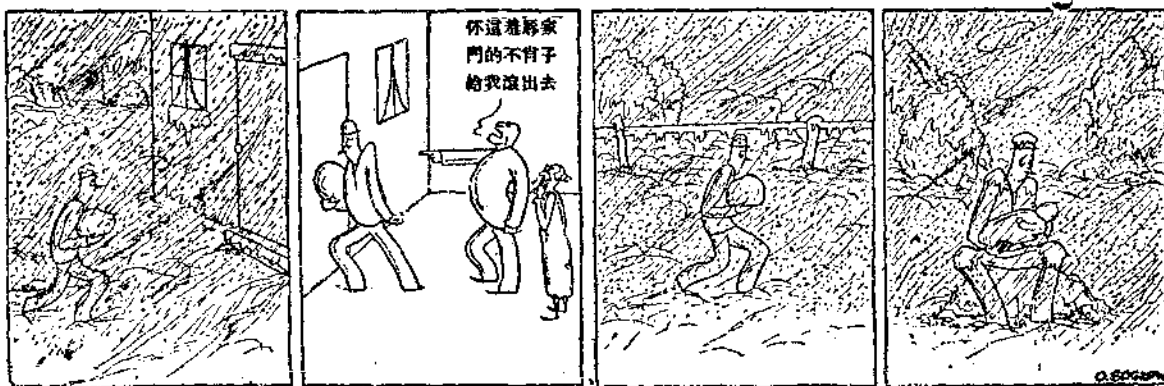
# 和平民主十大步驟

駱佩

羅斯福夫人原著

譯自一九四八年三月號「四八」雜誌

- (一) 在國內停止使用使人民驚嚇的極權主義方法，一切行動應表示對於民主的力量具有信心，對於人民的信念具有信心。
- (二) 停止談論關於阻止共產主義的蔓延，改為談論民主主義的優點。至於蘇聯方面，應停止潛入其他國家，停止一切在非共產主義國家內散佈共產主義的活動。
- (三) 像和西歐一樣，計劃一個和東歐的經濟合作，使在所有的國家中，都有採訪新聞和旅行的自由。最重要的，是大家都坦白真誠談話。
- (四) 撤除所有佔領區的軍隊，讓有資格的文官，來擔任監督和其他必需的工作。
- (五) 清楚表明我們預備裁縮軍備履行我們增強聯合國軍力的責任，只要聯合國對管制原子能得到確定的計劃，對於各國都施以相同的檢查。
- (六) 慷慨實施馬歇爾計劃，再遲將使我們付出大得多的代價。
- (七) 利用各種可能的方法，使我們人民了解，現在已不是對自己有與否的問題，而是對整個世界有利與否的問題。
- (八) 利用各種方法，使各國人民，都保持體格上，心理上，和精神上的強壯。
- (九) 採取各種措施，使我們國內所有的貨物，得到較好的分配；使物價下跌；使就業者增多。
- (十) 改進我們自己的民主，消除種族和宗教的歧視，儘可能在各大工業中，促成勞工管理，以調節我們經濟生活中兩大勢力的利益。







★貓和狗不時失蹤，有時昏厥的馬死在柏林街上，主婦們便由廚房衝出，手中的刀又齊飛了。

## 飢寒交迫的柏林

黃嘉歷

Collie Small 原著

節譯自一九四八年二月二十一日柯理亞週刊

### 十一月的自殺潮

一九四七年十一月杪，柏林才下了第一次的雪，但是很快就溶化了。直到了數日後的初次嚴寒凜冽的冬天，才切膚地沁入這類廢巨城的骨裏。到這時，柏林被鞭擊的骨節都僵化了，它的步調遲緩了，突然間每個人幾乎都寒戰和駭懼起來。他們心中都明白，這個冬天是會最可怕的了。

幾星期之後，所感受的痛苦雖然比前更甚，但是他們還是在談到十一月。只有德國人曉得，有一種原因，使他們不能夠忘情。因為一般的街談巷議，都在提到十一月的自殺已經打破了最高紀錄，人們好像都把蘇軍初入城時的自殺潮作比較聊自解嘲。在他們的可怕的想像中，自殺已變成他們一切煩惱的合理指數了。

據柏林郊外雪廷道夫地方的一位女人的解釋是這樣的；她說：「十一月是個憂鬱，神秘的月份。它是個革命之月。在空氣中有一種東西會使人自殺的。由十一月自殺者的數目，你就可以預言柏林要過甚麼樣的冬天了。」

柏林是個非常容易受騙的城，十一月的自殺謠言和許多其他的謠言毫無二致。不久之前，有個謠言，說嬰孩被磨成做臘腸，神經過敏的柏林人也相信。還有一種謠言說，少婦被一羣黑市的商人所殺，用鈎掛在一家被遺棄的肉店內。還有第三種的謠言，沒有那樣的駭人聽聞，說蘇聯向土耳其宣戰，美國已派遣軍隊和艦船到韃靼尼爾海峽去了。

### 飢餓的直接惡果

一九四七年冬天的食物和前年冬天一樣的多，而燃料

還要多一點。但是景况好轉的希望依然很少，而人們已經逐漸地被慢性的飢寒所削弱了，致使他們無論是在肉體上或精神上，都更無力可以抵禦另一個冬天了。

因為慢性飢餓致死的人為數最多。許多柏林市民因為缺乏食物，辨覺混亂了，他們的客觀能力大部份失掉了，他們的反應可怕地遲鈍。在穿過馬路時，他們容易混亂，時常無定向地漫步走到迎面而來的汽車路線上，或是昏迷地站在交通的旋渦中受恐懼和遲疑不決所籠罩着。

工業上的意外事件劇增。一九三八年，當柏林的工業最盛之時，致命的意外事件共一八六七件。一九四六年，是有完全數字的最後一年，工業上致命的意外事件，達五三四二件，但開工的工廠比一九三八年還少百分之十五呢。

某會計員承認他往往受一行簡單的數字所窘，普通加減却變成深奧的微積分。某驗光家怨歎他不能夠集中注意，對於顧客調換眼鏡也不能予以準確的鏡片。柏林學校的教師們發現他們必須時常催促他們的學生，才能使他們思想。某醫生新近說，『一整代的腦力衰頹正在柏林發生着。』

柏林學校當局新近隨便選出四十一個男孩，年齡在十二至十四歲之間，發現無毛氈者二十二，無床布者十四人，無襯衫者七人，無鞋子者二十一人，無大衣者三十七人。其中每日可吃兩頓熱餐者五人，一頓熱餐者二十八

人，有時得熱餐一頓者八人，從來不吃早餐者三十七人。在三十四位十五至十八歲的女生中，她們的情形也約略相同，不過其中七人患有花柳病，十四名要陪男人睡才可以得到食物。

所得食物的質和量，既然對於肺癆病有直接的關係，所以柏林至少有一萬二千人患有肺病這是不足為奇的。據一般醫學上的統計，一個肺癆病人在一年內，能夠傳染新病人十人。

### 最低水準的食物

每天一千五百五十卡路里熱量的食物配給，還是在實行着，却沒有增加的希望。所以柏林市民的糧食還在胡佛所稱百年中最低的水準。由於貪污糧官的興波作浪，一部份柏林每日的食物配給逃入黑市裏去了。其結果是足食貧污的黑市商賈，每夜在他們擇定的酒館過着醇酒婦人的生活，至於其餘的柏林市民，都在家裏吃着燒煮的樹根和老鼠，假定他們特別幸運搜尋得到樹根，並相當的機智捉得到老鼠的話。

貓和狗不時失蹤，有時昏厥的馬死在柏林街上，主婦們便由廚房衝出，手中的刀又齊飛了。柏林市民也有淪而吃燒煮的刺草，和土煤所生出的一種菌。還有人用垃圾補充他們的配給，雖則吃的人往往劇病，而當局也時常警告由垃圾堆裏搜索食物的害處。這顯然是個可怕的抉擇——

吃垃圾而生病，或置之不顧去忍受飢餓的苦楚。

求乞雖是在禁止之列，但是自尊和守法已經是兩種被遺忘了的德行，實際上大部份的柏林人是在聯合國人的門限過活的。某美籍主婦一天之中來了乞丐十九名。爲了免得一片麵包或一塊巧克力跑到黑市去，現在多數的主婦都命乞丐先咬一大口才讓他們去，這樣使那塊食物不至有再被出賣的價值。

## 棺材當燃料

燃料是另一個問題。去年，地道火車的座位都被拆去，也有到墓園裏挖掘棺材充柴燒的，今年的情形是同樣地山窮水盡，雖則配給的燃料稍微增加。可是不幸得很，柏林幾乎每人都受了一些戰爭的損壞，就是戰前燃料的經常供給，也不足以保持無窗屋子的溫暖。

數月前，從前華麗的克熙禮拜堂的墓窖有許多棺材被偷了，裏邊藏了二百個普魯士軍官的遺骸，其中有若干自豪的鬼可以誇口曾經跟腓特烈大帝打過仗的。當局調查竊案之時，發現這些已死戰士的屍體和生鏽的指揮刀及破爛的制服，凌亂而可怖地散置在石地板上，他們的棺材顯然地被偷了。但是柏林有些人的火爐却有火了。

不幸得很，柏林普通的死人也要受苦。自一九四五年春天到了去年的九月，柏林多數的殯儀館用假底的棺材作舉行殯葬禮拜之用，實際上是用可怖的黑袋埋葬死人，以

保留棺材供下次殯葬禮拜之用。震驚的市政當局便配給木材供製棺材之用，藉以制止這種惡習，這種法令雖還生效，但是假底的棺材還是有人使用。有一家殯儀館甚至出租普通棺材——僅供殯葬禮拜之用——五小時收費四十馬克。

要多得合法以外的電流，有許多辦法可以逃過電表的關隘，柏林市民樣樣都曉得，平均每月每家的配給電量是十八度，大概可以轉動電氣冰箱兩個星期，濫用過度的人所受的處罰是停電一個月，並將用過度的電罰款一百倍。故意偷配給的電，處罰是監禁。

食物自然是最重要的商品，但是幾乎每一種東西對於某一種人在某種地方都有相當價值。有時全柏林的人好像都在巡邏，帶着小箱，手袋和背囊在街上徘徊。有時警察查察內容，會發現各種奇怪的東西，包括槍，柴，烟蒂，麵包，最奇怪的就是有一個手提箱放滿了糞。

柏林市民靠着他們的機智也足以生活。一般來說，生活也還過得去。較幸運的是那些能夠爲聯合國人工作的，尤其是美國人，能够以熱餐和香烟作爲付他們服務的代價。許多柏林商人，若是找到好職務，都不願意爲德國同胞工作，因爲他們所付的是分文不值的馬克。不久之前，有個糊紙匠，對於裱糊某美籍主婦一個房間的牆壁，開價僅七十馬克，他的預算是在工作期間，他可以得到幾頓的熱餐，和許多的香烟可以賣給黑市。要是給一位德國主婦



被糊同樣大小的房間，他的價目是四百馬克。

## 一個工人的家庭

那種不幸的柏林市民是那些已經把他們的財產都賣光而現在無物可賣的人了。他們大約像普溜斯這種人，沒有甚麼可以做本錢。

普溜斯和他的眷屬住在柏林蘇軍轄境的工人區，三個房間和一間廚房。共有子十人，女六人，長女現年二十一歲，已嫁給運輸工人韓尼熙為妻，住在城中的另一區。她就要再生孩子了，現在正在為這新孩子找衣服，她現在的嬰孩，雖則已經一歲多了，從來就不會穿過一雙鞋子。

普溜斯一家共有十七人，裏邊有單人床和鐵行軍床九張，由於人體的巧妙處置，每一張床可以容納二個或三個小孩。其餘的傢具只有廚房內的椅子和桌子各一張。所有的窗都是紙板做的，所以多數時間全家的人都是在廚房裏，因為這是惟一溫暖的房間，最壞的是強烈難聞的味道。一個月一塊肥皂當然是不能夠使十七人保持清潔的。

戰前，普溜斯是個普通工人，但是現在他是幾乎全聾的，如果他要出外，沒有孩子伴着他是不安全的。有時，他補鞋，修理腳踏車，或在鄰近裝修窗子，但是在那一區有多少人鞋子，或腳踏車或窗子呢？

普溜斯有個兒子在鎖匠處做學徒，每月工資四十馬克，還有一位在裁縫店任送件人，每月工資八十馬克。其

餘的孩子還小，不能夠工作，因為鞋的缺乏，有的甚至不能夠入學。所以普溜斯全家十七人一個月的收入就是一百二十馬克，依照軍幣匯率，等於十二美元。普溜斯一家，自然比大多數的家庭更壞，因為在柏林平均每月的工資是一百三十馬克或十三美元。

早餐，每個孩子得三片麵包，很久很久才有得塗上一層薄薄的脂肪。午餐是一頓熱餐，多半是蔬菜，大約要十天左右才能夠買一片的肉。晚餐又是三片麵包。

德國的救濟工作人員有普溜斯家庭的名單和住址，不久之前某救濟團有個女職員去訪問他們。她逗留了約一小時，問各種問題，巡視那些黝黯惡味的房間，充斥着九張髒的床和十七個襁褓的人。當我們離開時，我就問她打算替普溜斯一家做甚麼。

「沒有，」她說。「我們能做甚麼呢？沒有糧食，沒有燃料，也沒有衣服。我們毫無辦法。」除去幾個救濟社團外，好像沒有人肯幫助別人，那些救濟社團又多因缺乏物資幾乎完全停頓。換句話說，就是人人各自為政，生存的競爭已經淪落到一種惡意卑鄙的鬥爭。

在納粹的時代，將親戚，摯友和鄰居向當局告發是一種流行的消遣，但是現在是更加盛行了。除了德國人告發別的德國人作為一種利益的投資，將來可以收穫外，實在找不到別種的解釋。一個人持着一塊木頭走進他的屋裏備燒火爐之用，他的嫉妒的鄰居立刻去告發他偷竊。假使他

的外貌表示十分滿足，大概也會有人告發他外貌太過滿足。反之，要是他的外貌特別憂愁，他也有被人告發面容憂愁的可能。

### 納粹黨書的陷阱

數月前，捕獲一位善於經營的德國人，因偷印納粹黨書賣與欲陷害其朋友為不受感化的納粹黨徒而被捕的人。這是和從前剛剛相反，那時的風氣是要你的不是納粹黨的朋友被捕。總之，辦法只是買一本偽黨書，把要陷害的人名寫在書裏，在一個地方把那本書『找到』了，帶到警察局去，使那位不幸的受害者變成一位新希特勒而被捕。在那位偷印者沒被查出之前，他已將一大批的黨書流通了，結果有許多狼狽的柏林市民要求免入於獄而不可得。

新近有三個德國孩子，抱着同樣慈善精神，到柏林美軍轄區刑事偵查課去告密他的父親在屋裏藏金。那個駭怪的父親立刻受偵查，他的三個孩子以好奇的神情聽審。最後，經過長時間的搜查，找不到那些窖藏，刑事偵查課把那人開釋了，而他的孩子也承認了。他們告密的原因只是爲了歡喜告密而已。

由人道的觀點而言，對於飢寒交迫的柏林市民要不表同情是不可能的。但是不幸地，要憐惜一個自憐較你憐惜他尤甚的人，就不大容易了。大概今日全世界沒有人比柏林市民更會毫無理由地自憐的了。

立創年三國民

**新華信託儲蓄銀行**

務業行銀切一營經

行總

(口路江九)號五五二路西江

話電

部各接轉三六八二一



★這些儀器和方法的應用，祇是協助醫生的診斷，要醫生正確而安全的診斷，還得依靠患者的症狀，病案的歷史，一個人的經驗，互相參照，互相補充。

## 醫學上診斷方法的進展

劉祖洞

——西風特稿

在從前的時候，醫生診斷疾病大部分依靠與生俱來的五官。他按按你的脈搏，察看你的氣色，考查你的舌苔，然後根據自己的經驗，就隨便的下了一個診斷。可是現在的情形已完全改觀，醫生診斷你的疾病，不再單靠外部的症狀，他得應用很多精巧的儀器，新奇的方法，協助先天不足的五官，周詳地檢查病患的所在，仔細地研究疾病的原因，然後依據學說和經驗，下一個正確可靠的診斷。

這些精巧的儀器和新奇的方法，都是科學家多年研究的心血結晶。隨着科學的飛躍進展，這些儀器和方法也日新月異，因之醫生的五官可以無遠勿屆，無孔不入。就以視覺為例，來一個說明吧：透鏡、電氣計、鏡子，加上了其他的附屬器，可以看到你身體中遠不可及的部位。檢眼鏡可以達到你耳內的鼓膜，膀胱鏡可以觀察你膀胱的內部。檢胃鏡加上了小得驚人的照相機，可以拍攝胃內黏膜的照片，因之可以鑑定痛、瘤腫或其他的變化，而加以適

當的治療。

檢驗採自體內的組織，就是診斷上的一個大進步。用了這個方法，可以決定患病的組織是癭腫還是癌症。在檢驗的時候，將一支空心的針插入病患部分，採取一小塊圓柱形的組織，這樣的做對於患者毫無刺激，當然更不會引起病患部的再度生長。這些組織取出後，把它固定，用一部很鋒利的切片機把它切成透明的薄片。其薄的程度真出於我們想像之外，比起蜜蜂的翅膀來還要薄得多了。這些薄片用化學藥品染色，放在顯微鏡下觀察，於是訓練有素的醫生就可以鑑定這個組織，是通常的癌腫，還是惡性的癌症。

要檢查心臟病，當然可以應用聽診器和X光，不過要精密的診斷，就非應用心臟電氣記錄器不可了。這個機器可以把心臟的電氣活動的變化正確地自動的記錄下來。當心臟跳動一次，就發生五個顯然不同的電波，記錄在捲筒

的紙上。醫生根據這些曲線的形狀，就可以查出心臟的早期疾患。這些疾患包括心臟栓塞，心肌痙攣等，都可由曲線的變化上推究出來。還有一種精巧的儀器，叫做脈搏表示器，可把脈搏的變化絲毫不爽的在盤旋的紙上記錄下來，比起用手指的方法來，自然就正確而又省力。

腦子和脊髓深藏在頭壳和脊椎的中心，蘊蓄着無限的秘密，使醫生們無用武之地。可是現在醫生已能抽取脊髓液，加以詳細的檢查，所以很多的秘密已暴露在醫生的面前。要得到脊髓液，可把空心針插入下部脊椎之間，在針的另一端附有一個微壓器，可以指出脊髓內液體壓力的巨大。倘使壓力和正常的稍有差異，表示腦部和脊髓的作用失去常態。然後可以進一步利用桂氏測驗 (Queckenstedt test)，確定病態在那一個方向。這個測驗是怎樣的呢？讓我們舉個例來說，例如醫生用手指壓縮患者的左頸，微壓器呈現正常的壓力，於是他把壓力使用在右邊，這時脊髓液壓力增高，那末顯明地指出，右腦遭遇了某種的病患。

脊髓液抽出來以後，塗抹在載玻片上，放在顯微鏡下檢查，看有沒有什麼病原微生物。這樣的檢查有時可以查出腦脊髓膜炎和睡眠病等，因而在病勢尚未燎原之前，就可以加以有效的治療。脊髓液的另一部分可用來計算白血球數，白血球數的異常增加，表示有急性脊髓前角炎或流行性腦膜炎。脊髓液的色澤也值得注意，正常的時候，

像蒸溜水一樣的清澈，倘使是淡黃色，表示腦部發生內出血。假使這液體是混濁的，證明梅毒正侵犯着中樞神經系統。通常脊髓液是不凝固的，不過在全不凝塊 (Paret's) 時，有很多小形的凝塊出現。假使有結核菌作祟，凝集的情形好像蛛網一樣。魏氏或康氏反應 (Wassermann or Kahn test) 可以進一步的證明梅毒的存在，而膠體金的測驗，可以診斷普通癩痺、梅毒或腦膜炎。

醫生雖能確定癩痺在右邊的大腦半球，可是他還不能鑑定確實的位置。這時候就要應用下面的方法：向抽取脊髓液的小孔中，施行緩和的壓力把空氣徐徐打入，使其上升以至腦部。然後拍攝 X 光照相，癩痺的原狀就可以顯明地透露出來。

有幾種疾病，尤其是肺炎和白喉，時間是很寶貴的，早些鑑定，可以立即採取治療步驟，使病菌就範。不過在醫生施行治療以前，最好能知道他所遇到的肺炎是屬於那一型。利用諾氏反應法 (Neufeld test)，幾型肺炎就可互相區別。把患者的吐出物放在載玻片上，放上少量的鬼子血清 (這種血清採自注射後的兔子，例如注以第一型肺炎球菌後所得到的)，然後用染料染色。假使患者的確遭受第一型病菌的侵害，那麼在顯微鏡下看起來，圍住肺炎球菌的白血球就顯著的膨大起來，使訓練有素的醫生可以一目瞭然，下一個明快的診斷。

白喉診斷應用白氏速成培養法 (Brady rapid cul-

the test)，在四小時內就能檢查出來。把塗藥器的一端蘸些凝固的馬血清，放入患者的喉中拭抹，使病菌黏着在它上面，取出後放在消毒過的玻璃管中，送入溫箱中——假使沒有這種設備，只要放在外套的袋中就可以了。身體的熱氣透到外衣袋中，就可以使白喉菌迅速繁殖。然後醫生把塗藥器在載玻片上塗抹，染上顏色，就可放在顯微鏡下觀察，假使的確找到了白喉病菌，就可加以迅速而有效的治療。

埃·桑爾氏反應法 (Asheim-Zondek test) 能把懷孕的事實在二十四小時內決定。差不多懷孕一開始，就有某種刺戟素產生，流注到血液和尿中。假使把少量的尿注射到雌鼠或雌兔的身體裏，就可以刺激牠們的卵巢。然後把這種試驗動物殺死，檢驗牠們的卵巢，假使卵巢增大，懷孕的診斷就可以確立。

自從X光應用到醫學上以後，醫生的視力就大大地擴張。開始的時候，只用來拍攝骨骼的輪廓，以後X光技術着着進展，使醫生可以觀察肺、心、腎以至於腸子的內容。假使醫生要仔細地考查你消化道的情形，他給你吃一杯脫脂牛乳，內含有X光不能透過的物質。你站在X光和白布之間，飲料在消化道中徐徐前進，醫生可以察看不透明的化合物的經過情形。他特別注意胃的形狀和大小，看空的時候和充滿的時候有什麼不同，從而可以決定瘤、痛或其他障害的地位和狀況。

要周密地檢查腎臟的時候，就得應用巧妙的斯威克氏試驗 (Swick test)。最初把一種含有碘化物的染料注入患者手臂中，這種染料進入大循環，急急地奔向腎臟，以便早些排出體外。醫生選定一個適當的時期，那時不透明的染料正在腎臟中，拍一個X光照相，就可以把腎臟的內幕清楚地顯示出來。稍為過了一些時候，染料滲出腎臟，在輸尿管中流動，又可以拍攝一張。五分鐘後，染料集中在膀胱中，這時可以拍攝第三張X光照相。醫生根據這三張斷續的照片，可以構成一個連貫的概念，明瞭腎臟作用的整個生理和病理的情形。

普通所謂消化不良，大約有百分之四十起因於胆囊。(胆囊是一個很小的器官，附着在肝臟的壁上。) 往往一個精於此道的醫生，也不能由外部的症狀來決定究竟是胆石症還是胆管炎。可是隨着醫學的進展，現在已可安全地加以分別。先拍一個X光照相，假使在照相中沒有石子的踪跡，表示胆石的所可能性已經沒有了，那麼他就應用其他的器械決定是否胆管炎在作祟了。

在外科醫生施行手術以前，他先要明瞭腎臟過濾廢物的情形。假使這個作用不能勝任愉快，尿素等毒物就堆積起來，使身體虛弱中毒，那個時候手術就不能舉行，以免引起意外事件。至於腎臟的作用是否完好，可用很多方法決定。其中有一個方法把染料注射到身體裏面，看它排泄到尿液中的速率如何，就可以明瞭腎臟的工作情形。另外

一個方法就是用化學方法分析尿液中「尿素態氮」的分量，看它是否正常。假使超出了正常的分量，表示腎臟不能完成分內的工作，毒物無可避免地堆積起來，這個時候對於手術的施行，就要加以鄭重的考慮。

血液試驗是醫學診斷上新開闢的一塊肥沃的園地。在驗血以前，先由你的耳朵或指尖，採取少量血液，放在血球計上計數——所謂血球計是一片特殊的載玻片，上面刻有很小的方格子，把血液放上後，就可以在顯微鏡下計算每一方格內各種血球的數目。有一種貧血症就是紅血球減少，應用血球計就可以有一個直接的證明。這些紅血球是在大骨的骨髓中製造的，所以最新的一個試驗法，由腿骨移取一小部分骨髓，檢查它製造的機構是否健全。假使白血球增加得太快，就變成白血球過多症，這是一種很危險的疾病。而白血球完全沒有的時候，也一樣的可以致人死命。所以這些疾病都可由血液試驗明快地斷定，以便早日加以治療。

醫生要宣告患者生關尾炎以前，先要檢查一立方體的血液，其中究竟有多少白血球。這是什麼緣故呢？我們知道這些白血球——血流中的鬥士——當身體和病原物作戰的時候，數目上迅速的增加。假使它的數目比正常的多，加上了其他的症狀，就可以下他的診斷了。血液中還有一種小形灰色的盤狀物，叫做血小盤，與血液的凝固有着密切的部係。假使一立方體的血液中，有十萬個血小盤，一

切都很合於理想；可是不到這個數目時，就很容易出血，而且出血以後，也不容易凝固。此外應用化學方法，可以分析血液中的糖量，看你有否糖尿病，測定氫離子濃度，看你血液反應是酸性的還是鹼性的，是正常的還是變態的。

有時候胆囊發生疾病，胆管不能暢通，胆汁流入血液中，於是就引起了黃疸病。黃疸病是一種很危險的疾病，最好能在早期就診斷出來，這時候就得應用一種色度計。正常的血清是深藍色的，但是黃疸病患者的血清是杏黃色的。假使這種杏黃的色澤超過色度計的某一等次，不論他的皮膚是否黃色，醫生就知道他的患者有了黃疸病。這個測驗是極有價值的，因為在臨床症狀發現以前就加以治療，可以收到事半功倍的效果。

當一個人表示神經質或者遲鈍，體重顯著的增加或減輕，可能是甲狀腺的作用失去常態，醫生就要到測量患者的基本代謝率。說得明白一些，在完全休息的狀態下，在一定的時間內，消耗多少的養氣。一個要檢查的人，靜靜的躺在沙發上，鼻子用器械閉住，一條管子插入口中，養氣就從這條管子進去，呼出的空氣通過另一條玻璃管，其中二氧化碳量加以周密的測定。幾分鐘以後，這個測驗宣告完畢，再以同樣的方法，進行第二次測驗，使結果格外正確而可靠。然後根據患者的年齡、性別、體重和其他因素，看他的代謝率有否失去常規，可以下一個百發百中的

診斷，加以對症的治療。

有一種人對於飲食中或周圍空氣中的某些蛋白質特別敏感，因之發生風疹和乾草熱。現在已知道的這種蛋白質多得不勝枚舉，由植物的花粉到日常應用的雪花膏幾乎無所不包。當患者發生風疹或乾草熱的時候，第一件事情就是要決定起因於那一種異種蛋白質。現在很多的物質已製成抽出液，醫生只要在你的手臂上稍稍劃傷，塗以抽出液，或者用細小的注射針，注入皮下。過了半小時後，皮膚發紅起暈，表示患者對這種蛋白質有一種變態反應，因之可以設法避免，或者造成人工的免疫，使這種疾病在暫時之間不再發生。

還有幾種頗堪注目的試驗，可以測定人們對於傳染病

的抵抗力。錫克氏反應 (Schick test) 可測定白喉的抵抗力。結核菌素 (Tuberculin) 可以指示小孩對肺結核的感

受性。狄克氏反應 (Dick test) 可以估量猩紅熱的抵抗力。假使這些試驗表示沒有抵抗力——注射之處變紅或發腫——就可以注射毒素、菌苗或血清，使患者獲得一種被動的免疫，以抵抗該類疾病的侵犯。

上面已把現代診斷上所用的精巧儀器和新奇方法，簡單地說明了一番。不過我們要知道，這些儀器和方法的應用，只是協助醫生的診斷，而醫生要下一個正確而安全的診斷，還得依靠患者的症狀，病案的歷史，個人的經驗，互相參照，互相補充的。

羅氏

# 品 鼎

## PANTEEN

第一發服命  
維他命  
生髮水

持久必能成功

PANTEEN ROCHE



★現在各醫院中使用的搖床，有一大特點，就是多數病人睡在搖床上，都比他們以前睡得更好，睡得更熟。

## 搖床——睡眠的革命 江寧

J.D. Facilitt 原著

原載一九四七年十一月號 *McCall's*

譯自一九四八年三月號科學文摘

李普·凡·溫克喝錯了一罐酒，結果大睡二十年。有許多美國人——特別是那一羣每天要吃到二百萬顆安眠藥的人們，歎羨不已，希望他們也能有這種福氣。沒有一件事，是像不能有一夜舒好的休息那樣痛苦的。

據若干方面的研究，科學對於解決睡眠問題，可能獲得一種極大的進步。這些研究並不是關於一些新的安眠藥，而是一切誘導睡眠方法中最古老的——搖動睡床。

原始時代的婦女就已經知道，嬰兒抱在臂中搖動，容易睡着。結果發明了搖籃。但歷時數千年以後，才有人想到把這個方法用到成人睡的床上。我們在下文中，將談到

這種為成人設計的搖床，現在我們先來談一下睡眠本身。

睡眠或許是一個最難解決的謎了。沒有誰知道它究竟是什麼一回事——為甚麼人體需要睡眠。當然，有許多猜測之詞。研究者認為，各種形式的睡眠——不論是由麻醉劑，頭部受擊或自然的疲倦而起——都趨向一種相同的機械作用。他們猜想，睡眠是人體用來重建自己和掃除廢物的一個時期。同時，睡前和睡後，在人體化學上，並沒有甚麼顯著的變化。

和其他的動物比起來，人類實在算不上大睡家。有些草蛇，在中午醒時，過了一個半鐘頭，又墮入睡鄉了。一



隻兔子，每天共要睡二十次。冬眠的撥士鼠可說是最令人羨慕的睡家了。在冬季牠一直酣眠不醒，僅維持一線生機。牠的體溫降低到零度以上一點點。如果是一個特別寒冷的冬季，甚至牠的血管內會形成冰結晶——在這種情形下，牠會暫時醒來，睡眼朦朧地把牠的窠挖得更深一些。

雖然人並不是了不起的睡家，但在熟睡的時期，人體差不多是在一種近乎死亡的狀態中。心臟的跳動和呼吸都緩慢下來。體溫下跌到正當以下。肌肉和血管壁都鬆弛了——因而血壓減低，腦部的血液減少。在入睡一小時以後，睡得最熟。這是用鬧鐘試驗，把人叫醒得知的。睡了三小時以後，開始逐漸醒轉，直到最後，僅差一點點就完全醒過來。醒轉過來的情形，正和入睡相反。在入睡時，對於肌肉的控制力最先失去，聽覺最後消失。在清晨將醒時，先聽見聲音，然後才能移動手或腿。在八小時睡眠的最後階段，人體和最低速度的汽車引擎一樣，僅能緩緩前行，不致「拋錨」而已。它所產生能量，僅能維持絕對需要的活動。它所消耗的能量，僅抵中等勞動工作——如鋸木的八分之一。在睡眠的大部份時間，腦子是完全空白的——平均每個人，在一星期中，僅有兩次半清晰的夢景。為甚麼我們要睡覺？研究家們，有一個時期認為睡眠是由肌肉內積有大量乳酸之故。酪乳的酸味，就是由乳酸而來。為了證實這一點，他們以實驗證明。將青蛙的腿肌懸浮在鹽水瓶中。利用電的刺激，使這腿肌舉重。直到最

後動不了為止。解剖分析腿肌的結果，發現乳酸大增。研究家們說，這就是疲勞毒素——使肌肉疲乏，人體需要睡眠。這個理論，在紙面上看起來似頗冠冕堂皇。但它並沒有解釋出為甚麼必須睡眠。同時查驗疲倦欲睡的人的結果，乳酸並未見增加。

另外一種理論，說是睡眠由於人體細胞內貯蓄的氧消耗完了——需要一個休息的時期，恢復補充。直接的觀察，也未能證實這種理論可靠。

關於我們為甚麼要睡覺這一點，俄國大生理學家巴夫洛夫的理論，可說是為多數人所公認。巴氏說，不斷地刺激的結果，逐漸減低腦子某一部份的反應能力。這些遲鈍的部份和另外一些興奮的部份相等，奪取腦子的控制權。它們得勝，我們入睡。到了那些興奮的部份佔上手，我們也就醒過來。

這種理論對於那些整夜躺着不能入睡，聽着鐘聲滴答的人，殊少慰藉。不過研究家雖還不能確定引我們入睡的真情，但關於我們怎樣睡覺，他們却搜集了一大堆資料。

我們知道睡眠是週期性的——在隔了相當時間，我們就想要睡覺，不管時鐘或外界的情形怎樣。這一點已由芝加哥大學「睡眠實驗室」的克萊文博士(Dr. N. Kleitman)證明。(請參閱西風第一〇〇期「你為甚麼睡不着」一文)受試驗的人，完全不知道鐘點或太陽的起落，每晚在一定的時間睡覺，每天早晨，在一定的時間醒過來。

我們還知道，缺乏睡眠，對於身體並沒有甚麼長久的損害。實驗室的學生一連四五天醒着不睡，但並不需要四五夜的睡眠來補足。他們經過八到十小時的睡眠，就恢復了正常的精神。

若干年前在比斯堡，米倫學社曾主持調查人們怎樣睡覺，頗有所獲。

使用無聲電影攝影機，研究一羣睡覺人的姿態。在一百五十個人中，只有一個人睡得像根木頭，僵直不動。他是一個精神病院內的病人。其餘的人，整夜都不斷地扭動，以獲得一個較舒適的位置。

每一個睡覺的人，都有十多種他自己睡覺的姿態：仰臥，蟠臥，俯臥等等。平均而論，睡覺者每隔十分鐘就要變換一種姿態。兒童比成人更多動，男子比女子多動。

至於這種不停變換位置的理由，是顯而易見的。因為身體重量置於任何一點，都會使肌肉緊張，關節壓縮，血管收緊和其他的不舒適。當身體某一部份遭到這種重壓而感覺疲倦時，它就通知腦部，改換一下位置。

比斯堡的研究還透露出其他有趣的事實。他們證明，人體其他部份都睡着時，腦子的某些部份還是半清醒的。睡着的人扭到床邊沿而不跌到地上，就是頭腦中負責保衛部份，發出警告。同樣的，這些半醒的部份，在每次轉身的時候，指揮兩手拉好被毯。每一個母親都熟知這種半醒的腦區域，會不聽見火車尖銳的笛聲，但是嬰兒一

哭，却會使整個頭腦都醒來。

夜間尖銳的叫聲，可能不驚醒睡着的人；但它們會影響到人體。一隻響起來的鬧鐘，可以使血壓上昇十五點。驚駭的惡夢也會使血壓上昇——有些人死在床上，原因不詳，可能就是由於夜間受驚，血壓暴昇之故。因這種血壓突然上升，可能使年紀較老的人，血管破裂，充血而死。

當比斯堡方面的研究工作進行時，另有一位研究家，在忙着全不相同的一種工作。在坎薩斯城，桑得爾斯博士 (Dr. C. E. Sanders) 覺得，一種弧形的搖動的床，可以幫助刺激若干病人的血液循環。對於斷腿或斷臂的病人，血管病和糖尿病病人，這種搖床都極有幫助。若干月前又發現一種新用途，它能幫助促進小兒癱瘓症病人的呼吸。

比斯堡的賴特博士 (Dr. Jessie Wright) 知道，澳大利亞的工人，發現遊戲場中的蹺蹺板，對於救活溺斃的人，極有幫助。頭朝下腳蹺起，腹部的器官壓住腹膜，使空氣從肺部呼出來。腳朝下頭蹺起，使空氣吸入肺部內。

如果蹺蹺板可以幫助救治溺斃的人，為甚麼不用來幫助嬰兒癱瘓症的病人呢？這樣一種搖床有許多優點。其中之一是，生理治療家可以按摩病人的四肢，訓練肌肉。

對於鐵肺內的病人，這類治療按摩是極困難，或不可能的。這種搖床要能搖動得很快，加強呼吸——每分鐘十四次到二十次，並要能搖動得很重，才能吸入大量的空氣到肺部內。這種搖床已有出品，效能卓著。它可以使病人

脫離鐵肺，因為使用鐵肺的病人，成為可憐的附屬品，離了它就不行，痛苦異常。現正進行大規模製造這種搖床。任何一個病人，如在鐵肺內，度過若干時日，一想到要離開鐵肺，就不免感到驚駭。對於症狀較輕的癱瘓症病人，搖床有和鐵肺相似的作用。

現在各醫院中使用的搖床，有一大特點，就是多數病人睡在搖床上，都比他們以前睡得更好，睡得更熟。有些病人甚至把它們買回家來，雖然定價極高，要六百美金一只，雖然他們在醫療上，並不再需要睡搖床。

如果說人們睡在搖床上，比睡在普通固定不動的床上，更香甜好睡，似為怪誕，那我們只要記住兩件事。水手們往往注意到，他們在船上比在陸上睡得好。一個輕輕搖動的床，顯然比一個固定不動的床，易於引人入睡。

這種看法也正和米倫學社的研究工作相合。人們整夜不停的扭轉，轉換身體上受重壓的疲勞部份。睡在搖床上，重量自動地轉換——不再需要睡覺的人耗費精力。

從現在的樣子看來，搖床是有史以來床的大革命。自從原始人將獸皮舖在草葉上睡覺以來，在床的設計上，以搖床的改變最大。埃及人最早發明可以移動的床，一種硬木床；希臘人用皮帶子編製成最早的床彈簧；羅馬人把羊毛，乾草和羽毛做成最早的床墊。但所有這一切的努力，都是想有一種較柔軟的床，而不是要有一種不同的床。

搖床是種嶄新的玩意兒，我們現在還不能斷言它能否

消除失眠。必須經過更多的試驗和觀察，我們才能確定。

究竟甚麼是失眠？在有的情形下，它僅不過是一種自我幻想。故作家史蒂芬·李考克，曾經舉過一個例子，說是有有一次，他和他兄弟不得不兩人合睡一張小床。第二天早晨醒來，兩人都說一夜不會合眼。但他們隨即看見夜間落在他們身上的屋頂灰泥。有些人的失眠都可作如是觀。

當然在另外一些情形中，失眠是實有其事。有的人極焦急的想睡着，而他們活動的頭腦，却將睡意全部驅出。對於這類病人，醫生所開的方子，約有下列幾項：

在睡覺以前吃一點東西，可以幫助入睡。因為吃下東西以後，把腦部的血液吸引到消化道中。貧血的腦子是昏昏欲睡的。

另外一種有效的方法，是洗一個熱澡，可獲得一種鎮靜作用。讀一本枯燥的書，或和一些乏味的人在一起，也都有催眠作用。

改變一下睡眠的時間，也能有效。比平常時間，早一個鐘頭上床，往往很有幫助。計劃早晨遲起也是一個辦法。不必擔心趕早起來，怕睡眠不足的心思，也就消失了。結果自然容易睡着。

學習鬆弛自己極為重要。要做到這一點，須仰天平躺，把身體上的每一部份肌肉都拉緊。然後從頭部和頸部開始，輪流使每一部份的肌肉鬆弛。

關於睡眠，還流行若干錯誤的傳說。流傳最廣的就是

說，靠左邊睡覺，會使心臟受到重壓，使心臟的工作加重。這完全是無稽之談。心臟差不多正位於胸膛的中央，所以靠那一邊睡，是沒有多大分別的。而且不論是靠那一方面睡下，過不了幾分鐘，一定會要變換一下位置。

另外還有一種說法，就是雙人床可以造成最美滿的婚姻。睡眠專家們却說，不要相信這種話。沒有兩個人睡覺的姿態是完全相同的。兩個人睡在一張床上，一定會打擾到對方的好夢。兩張單人床較好。兩張雙人床更好，因為地位較寬大。

至於硬床好，還是軟床好，各有擁護者。但睡眠科學家却認為兩者都不對。最容易引人入睡的床，是不太硬也不太軟的。

臥室牆壁的颜色，對於睡眠關係密切。淡綠和淡藍的颜色，有一種恬靜的作用；紅和黃則是刺激性的颜色。

關於飲用刺激品，如咖啡，對於睡眠的影響，因人而異，並不一定。一小杯咖啡，會使有些人整夜不能入睡，但也有些人，喝大量的咖啡對於睡眠並無妨礙——有一個小傢伙日喝四十杯咖啡，並沒有睡不着，反而睡得更好。所謂星期日是個憂鬱的日子，一般而論是正確的。星期日晚上，人們總歸是睡得最不好。星期一早晨起來，就不免覺得容易發脾氣。

如果各種安眠的方法，有的似乎混雜不明，那是因為有些問題，現在研究家們自己還沒有十分弄清楚。

# 金 城 銀 行

總行：上海江西路二〇〇號

電話一四二〇〇

分行處：全國重要城市

見 獵 心 喜

轉 載 自 自 由 雜 誌



## 小西風

### 傷風可以預防

醫生們承認，他們並不能治愈普通的傷風。但現在已有確證，我們能够預防傷風。多年的研究，和一連串的意外巧合，完成了這個預防傷風的新技術。

這種新預防劑，是甘醇(Glycol)噴霧藥，這原是一種噴霧殺菌劑，裝置在空氣調節器中，殺除空氣中的傳染病菌。它只有在經過噴霧器將它分裂成霧狀，才具有強烈的殺菌力。

紐約都城人壽保險公司和強遜藥廠都裝置了這種新噴霧器。在有空氣調節或空氣流通設備的大樓中，裝置這種噴霧器，所費不過五百美元。而最近將有小型的噴霧器問世，可以使教室中，辦公室中，家庭內都能享受這種新發明。

甘醇能在人體的血液中，產生一

種抗生素(Antibiotic)。所以就是每天在辦公處，嗅到幾小時的甘醇噴霧，而體內的抗生素，已足夠在一天中，對抗傷風傳染病毒了。

### 你的眼睛

你所消耗的體力，有四分之一是費在看東西上，如果你的眼睛有毛病的話，所費的『能』更多。

男人患色盲的比女子多。二十五個男人中，就有一個色盲者；二百五十個女子中，才有一個患色盲的。

人類眼睛所能分辨的顏色是隨科學進步而日增的。在一八九六年時，科學家說眼睛能看出的顏色，有三萬三千種。後來，一位哈佛大學教授的實驗，把所能看到的顏色，分為三十萬種。但今日，職業的配色家，能够分辨一百萬種不同的顏色。

你蒙眼，是因為讓眼睛可以休息一下。試着看本頁上的字，一直不蒙眼，你很好就會覺得字變得不清楚。蒙一下眼，就又都清清楚楚了。蒙眼

還可以保持眼睛的清潔，剷除異物。

去除眼睛內異物最好的方法，是把眼睛閉上十五秒鐘。眼瞼的淚珠，可以把異物剷除。如果眼睛需要動手術，一定要找眼科專家。有許多因意外而一眼失明的人，經專科醫師除去眼中的物體後，就又恢復視覺。

### 飛機為何失事？

我們在報紙上，常可看到飛機失事的新聞，但是，提到飛機失事的原因，總說正在調查中。假使機師乘客全都罹難的話，調查的結果，多半是沒有下文。

為求明瞭飛機失事的原因，航空界已經有了一種新發明，叫做『飛行記錄器』。它自始至終記錄着飛機航行的高度，速度，引擎的情形，及其他需要的資料。利用電力把它和飛行的器械聯接起來，在飛行的過程中，它永不『休息』。

『飛行記錄器』的構造很牢靠，它可以安置在飛機的尾部，或者飛機

上其他最不容易損毀的部份。有了這種新發明以後，飛機一旦失事，調查員可以從這個『飛行記錄器』上查出飛行過程中的真相，找出失事的原因。

## 痲瘋有救

醫學終於發明了一種醫治可怕的痲瘋的新藥，是一種和磺醯胺類藥劑微有關的新化學品。美國路易西安那州卡微爾的國立痲瘋病院中，在一九四六到四七年中，有許多病人治癒出院。

今日，人們仍害怕痲瘋病人碰觸過的東西，認為痲瘋是一切傳染病中最易於傳染的。事實上，根據衛生當局的研究，痲瘋遠不及結核病和許多別的普通傳染病那樣容易傳染。五十二年來，在國立痲瘋病院中，沒有一個護士或醫生被傳染上的。

痲瘋病菌是一八七三年，一位名叫漢森 (G. Armauer Hansen) 的挪威科學家發現的，它和結核病菌，

頗有相似處，但它怎樣傳染，却始終是一個謎。實驗室中的試驗，沒有一次能將痲瘋病菌傳染給動物，甚至也無法傳給自願試驗的人。

痲瘋桿菌可能在人體中潛伏很多年月，然後才露出病徵，侵襲皮膚及其他表面組織和器官，以及周圍的神經。

十年前，派克·戴維斯藥廠有一些科學家，把一種磺醯胺類的分子，重加排列，製成一種新藥，叫普洛明 (Promin)。試驗染結核病的豚鼠之後，這種新藥似就是期待已久的治結核病化學藥劑。但施用到人體後，普洛明使這些興奮的科學家，大失所望。

而卡微爾痲瘋院的故法傑特 (G. H. Fagel) 博士，試用它來治療痲瘋。每天大量注射，繼續一年半到數年之久，使腫態消除，病害痊癒。在最成功的病例中，用顯微鏡檢查，一個痲瘋桿菌也找不到。

此外，進一步研究的結果，又製

造出兩種相似的藥劑，一種叫『台爾生』 (Diasone)，一種叫普洛米佐 (Promizole)，都可製成片劑。

## 顏色心理

據美國幾家航空公司負責人研究的結果，認為飛機的顏色可以引起乘客精神或心理上的反應，而能間接影響身體之健康，普通乘客的暈航，常與周圍環境之顏色感覺及反應發生關係。以前幾家航空公司，喜歡採用黃色和棕色，結果常常引起乘客暈航。現在研究之結果，皆公認綠色和藍色，才能配合成一個寂靜的環境，尤以綠色為最理想。

有一家航空公司，曾經爲了要吸引乘客之注意，將所有飛機之機身，漆成白色，可是結果發生了一種反作用，因爲一般乘客，均認爲這樣的佈置，太像醫院了，所以營業狀況反不如前，後來將飛機顏色更換，營業才見好轉，可見機身塗用之顏色對於乘客心理上之重要。(惠洪)

## 小西風



★找尋快樂並無一定的方式，因為各人有各人的意志，需要，希望及不同的處境。但一般看來，人們並不善於找尋快樂；其實，他們還可以活得比現在更快樂些。

## 快樂的十大要素

周綠雲

Martin Gumpert 醫學博士著  
原文載一九四八年一月號『紅書』雜誌

我並不以深知快樂的秘訣自命，但從常常幫助青年男女們減少痛苦的經驗所得，我找出了人類的許多痛苦的原因。

尋找快樂，並無絕對的簡便的方法，雖大智也不能驟然得之，祇有在日常生活中，用最大的信念和耐心從經驗中得之。

尋找快樂，並無一定的方式，因為各人有各人的意志，需要，希望及不同的處境，但一般看來，人們並不善於尋找快樂；其實有許多人還可以活得比現在更快樂些。下列『快樂十大要素』，雖非快樂的絕對保障，但這可以用於所有的不能找到完滿快樂的人，如讀者能得到它，我深信你將比現在更快樂些。

### (一) 你善於自處嗎？

快樂的人，必是最能自處的，因為對『自己』不滿，

是人生的最大痛苦了。世上頂好的朋友，就是你自己，你的日常，起居，習慣，鏡中的熟悉的影子。尊重你自己，深愛你自己後，你就會發現你自己是如何可愛了。

試想，一個人不能使自己喜歡，怎能獲得別人的喜歡，與他人合羣呢？人，不懼怕自己，深信自我，即能產生自我的愛心和信心，而不再企求外界的刺激與麻醉了。許多人心，都存着痛苦，不安，仇恨，煩惱，那是因為他想逃避自己而起的。

世上最大的樂趣，就是在孤獨時能不覺寂寞；從緊張中得到鬆弛，來享受回憶，幻想，和夢似的希望。

### (二) 你是否幹着感到興趣的工作？

一個人最糟糕的事情，就是不喜歡他自己的日常生活。這方面的不滿，最容易引起疲勞，消化不良，和悲觀的感覺。所以人人須不怕改造日常工作中的困難，立志增



進生活樂趣，爭取幸福。

不幸世界上大部份的人，並不知道應該追求他們所喜歡的；大都存着得過且過的念頭，不去思索他們所需要的是什麼，而促使真正的快樂。他們應該認清自己的愛好，向這方向有決心有毅力地做去。

曾經有一個上了年紀的老太太告訴我，在她十七歲時，因為結婚，家庭，孩子的拖累，使她不能完成她所喜歡的會計功課。這樣，直至她五十五歲，子女長成，家庭負擔稍輕後，回到學校，去繼續完成她的未完成的功課，我現在看見她時，她已經是一個快樂，有地位的會計師了。

### (三) 你有沒有好奇心？

好奇心，最能激發人的樂趣。

一個人不知道他們活着的週圍是些什麼，這是一件最可憐的事情。他們不覺得自己是在一些什麼樣的人的中間。甚至連自己所在的時代，城市及國家都弄不大清楚。

事實上，「好奇」最能產生樂趣和身心進步了。就說國家民族的進步，也是以這些繼續不斷的「好奇」而產生。所以有一部份沒有「好奇心」的人，就等於一塊毫無知覺的木頭，祇是行屍走肉而已。

生命本來是一份用之不盡的「富源」，我們可以慢慢的用技巧去爭取它，由於好奇，得到進步。

許多人怕探險，怕去發現新事物，但是人生最大的樂趣，莫大於新發現，如難題的解決，算題的解答等等。

我們是活在這個時代，這個世界，祇有不斷的好奇心的爭取，才能得到進步快樂。

### (四) 你的身體健康嗎？

在醫師的診所裏，坐着一位富有，有名望的大實業家；他精神困頓，身體疲倦，一些都沒有因為他的事業的成功而快樂。

一個不健康的人，比什麼都痛苦，從皮膚以至全身各部，都感覺到不舒服，而性情變壞，脾氣也成為暴躁了。所以人的生理上和心理上的健全，互相連繫，比什麼都重要。

不過這裏所謂健康的身體，也包括一切殘廢的人，如聾子跛子，如果能在他們所能做事的範圍內做有趣的事，能夠自己找尋快樂，把本身的缺陷置之度外，這也可以稱為十分健康的人了。

所謂真正健康的人，就是在他大部份的時間內，生理和心理上不覺痛苦，對各種擾亂處之泰然，就像一個好的汽車司機，疾馳街頭，但等到有什麼突然而來的阻礙物，則他能隨機應變而不亂。

健康的獲得，並不困難，須注意本身生理與心理的需要，善於合理的保護和訓練，不論大小老弱，都能獲得這

快樂的泉源——健康——的。

(五) 你的求知慾會否休止？

知識缺乏，對於人是痛苦的。人是社會的動物，所以需要知道所有的社會動態；如應有的法律常識，他們家庭在社會上的地位，以及當地，全國，以至全世界的動態等等。

我們可以這樣想法：這世界的推進，會因為我的存在而產生；你我間的每一個人，都能用他們的經驗，智慧，能力來把這世界改造起，留入史冊。

而且知識的增進，在另一方面，也是對個人的一種保障；好比有許多人，還不知道原子炸彈是件什麼東西，那他如果身歷被炸險境，當不知所措了。

天下最大的痛苦莫大於無知，知識缺乏對於健康，生活，樂趣都有影響。很多人幼年失學後，就覺得自己太大，太老，太弱，不能去繼續攻讀，但要知學問並無年齡的區別，『做到老，學到老』，到老年還是應該不斷學習，因為知識能啓發人的疑竇，減少愚昧所引起的痛苦。

知識更是自由的源流，所以人生不斷學習，才是達到快樂的真正道路。

(六) 你有足夠的金錢嗎？

金錢是一件最可怕而且最有用的東西，往往有許多誠

實富於活力的人，因為金錢的短少，而坎坷一世，把他人生另外部份的樂趣，都給打消掉了。

我們都知道金錢本身的毫無價值，我們不能夠吃金錢，把金錢去買健康或愛情；至死，還是不能帶入棺木去享用。

金錢的價值，是在乎你對於它是否善於應用而已。所以，金錢雖需要，但不可太多，試想一個人，有穿，有吃，有住，不凍餒，不是與天下大富無異嗎？

所以我這裏所講的金錢，祇是指金錢的獨自性而言，一個人，自食其力，不除不欠，就是人生最大的樂事了。

此外，金錢還能給人一種施與的樂趣，如濟貧。金錢可叫人做它的奴隸，如賭徒；而更可施人以福——善用金錢和樂善好施。

(七) 你能否愛別人？

我們生長在這人的世界內，人與人之間互相有需要，互相要協助，才能產生快樂，那些幸災樂禍者，才是天下最傻的傻子。

人世間並非神仙世界，不過在人與人之間的互相競爭間，能使人覺得他們自我的感覺，得到滿足。而使這自我在這世界裏存在而發光，你需要有朋友。至少，一個人，可以比一本書，一張電影，更引人注意和逗人興趣。

人與人之間最大的連繫，就是了解和同情，用真心坦

白的態度去交朋友，沒有任何種族階級等隔閡在內，可以保證你交友成功。

『祇有愛人才能被人愛』，真是一句至理名言，人須用最小的成份去恨人，最大的成份去愛人，才是使人家得到真正快樂的辦法。

與一個善愛人，有幽默感的人結婚，是人生最大的幸運。各人在日常生活中，應該培養幽默感，還要教導兒女，以得人間永久的樂趣。

### (八) 你可會用過愛情？

被愛固屬快樂，但屬於被動，決沒有愛人的快樂。在戀愛中的人，才是真正懂得人生意義知道快樂的人。因為愛是人生的目標——把人生所有的精力，領導上去。

愛情的力量，可以驚人，增進工作效能，學習速度，和身體健康，和生命的活力。一個在戀愛中的人，才是度量最大胆量最大的人。

一個最聰明的人，就是一個永遠在戀愛中的人，把火花似的愛情保持得永遠新鮮，使生命豐富。

### (九) 你的能力是在繼續培植嗎？

很多人的腦子，還是和一張十四世紀的地圖差不多，簡單而空洞，要知而今山河變得複雜，而人類腦子，也該變得複雜了。這其間需要教育，天下有無數的天才，因為

無人發掘而湮沒，這是一件何等可惜的事情！

人與人的能力，並不完全相同，但須高低各盡其用，而快樂就在這『人盡其才』中慢慢產生。

生命是一條最豐富的源流，人人該用好學不倦的精神去探索，才能得到真正的幸福。

### (十) 你是否有確切的自信心？

世間最大的悲劇的產生，都是由於缺乏自信心而起，愛清中女孩子爲了一些家庭的醜事而自殺，男孩子爲了窮困而失去愛，這都是他們或她們對自己缺乏自信心所致。

人，有了自信，就能變得坦白，直爽，寬大，決不再因爲一些小的而怕於告人的失態事，放在心中，以致終生不安。

有許多眼角裏藏着悲哀的人，就是因爲在心底有重大的不可告人的秘密所致。

所以最後，我們如果要獲得快樂，就該把我們的心胸放寬，在坦白，直率裏得到自信，那麼，快樂就向我們招手相迎了。

★本刊應一部讀者要求，特將自由定閱辦法試改爲短期固定定閱辦法，由本期起實行。凡直接定閱讀者，於定閱期內可不受漲價影響。詳情請閱本期封裏廣告。



★遊戲是一種自由選擇的活動，工作是一種必須要做的事情，兩者應該得到平衡。

## 工作遊戲要平衡 雷若華

Howard Whitman 原著  
原載一九四八年二月號娛樂  
節譯自一九四八年三月號讀者文摘

美國人的生活中，往往缺乏工作和遊戲的平衡。許多人忘記了怎樣遊戲。有的人把遊戲和工作混在一起。還有人，似乎連工作和遊戲的區別都不明白。

今日美國，更需要情緒的健康，工作和遊戲的平衡，正可以賜給人這種健康。我們需要有時閒遊戲，使精神更飽滿，增加生產力的人。對於那些沒有遊戲，一直緊張活動的人，我們倒不一定需要。這種『工作機器』最後的結局，是醫師的嚴厲警告：『你必須停止工作，休息六個月。否則我不負任何責任。』

遊戲和工作的分別是甚麼呢？卡爾·梅寧傑博士(Dr. Karl A. Menninger)把這個問題歸納起來說：『精神病學家來做園藝家，是遊戲；園藝家來當木匠，是遊戲；木匠來做藝術家，是遊戲；藝術家來做廚子，是遊戲；而廚子也可以把做精神病學家，當做遊戲。』

工作和遊戲的分別，並不在於實際職業，而是心理方

面。由於個人對一種活動的看法不同，苦工可以變為樂趣，反之，津津有味的事，也會視為畏途。

威廉·梅寧傑博士(William C. Menninger 卡爾之兄)在二次大戰中，曾主持陸軍精神病服務處，他所下的定義是：『遊戲是我們自由選擇的一種活動——並沒有經濟上的需要或外面的壓力。我們遊戲，純粹是由於獲得一種滿意，同時我們可以隨意停止，或另換一種活動。』

威廉·梅寧傑博士，從他的職業中得到極大的快樂；不過到了完全是遊戲的時候——沒有強迫性，也不是非做不可的——他去弄集郵簿，和鳥雀。而在這方面，沒有誰來理會，究竟他是不是個好藏郵家，或好鳥禽學家。

另一方面，工作是有金錢價值的，而且不論我們喜歡不喜歡，必須要做的。耶魯大學的教育心理學教授瑪克·梅博士(Mark A. May)稱工作為一種『焦慮的活動』。許多人擔心，自己的工作也許不合格，擔心工作的結果也

許不好。這種焦慮是常有的事，也抹煞了真正的快樂。心裏怕的工作，當然決無樂趣可言。

檢討一下你自己生活中的工作和遊戲。你是否沒有充份的，自由自主的活動，來調劑工作時的焦慮活動？艾森豪威爾元帥深知工作和遊戲平衡的重要，在緊張的戰爭歲月中，他仍照樣玩橋牌，讀西部小說。當他計劃進攻法國，登陸歐洲時，把每星期下午的騎馬取消了。馬歇爾元帥拍電給他，叫他必須按時騎馬，並說『這是命令』。

謝曼教授 (Prof. Mandel Sherman) 根據芝加哥大學心理學實驗室中的數百個案，研究工作遊戲平衡的問題。他說，多數人的主要錯誤，是把遊戲當做一種奢侈，或甚至把遊戲視為浪費和沒有意思的。『他們認為，只有在絕對必需，或工作已完全做好了的時候，才可以遊戲。結果，他們對遊戲並不能欣賞。』

有些人不能享受遊戲，是捨不得花錢。其實任何醫生都會告訴你，在遊戲方面稍微花點錢，是最可靠的投資。

你怎樣可以達到遊戲和工作的平衡呢？只有你自己緊張，易怒和憂慮的感覺，能告訴你，你缺乏充份的遊戲。

對於遊戲的種類應該知所選擇，適合自己的性格和能力。因為遊戲的樂趣之一，是對某一種東西擅長。無疑的，並非所有遊戲，對任何人都是合宜的。不過，即使某一種遊戲，譬如說高爾夫球，對於一個人不合適，但他一定可以找到另外一種他所稱心的遊戲，玩得來的遊戲。

適當的遊戲的好處，是一定可以得到滿意。不會使你在遊戲時咬牙切齒，玩得一肚子氣。在遊戲方面，你選你自己喜歡的——若是結果不相宜，你另選別的遊戲。也許你不是一個大律師或大工程師，但你可能成爲一個打靶家或溜冰家。或是你可以收藏許多玩藝兒。

在精神治療上，遊戲的應用日廣，可知我們都可以在網球場上，高爾夫球場上，或釣魚上，發洩掉若干內心的情緒——一些在辦公室中沒有出路的情緒。例如遊戲，可以在社會容許的情形下，發洩人的侵略天性。我們可以打壘球，射動物，踢足球，釣魚或拳擊。

每個人至少要有四種滿意的遊戲，以適應特殊的需要。例如，集郵可以滿足人的獲取本能，木工可以適合人的創造慾，網球可以發洩人的侵略性，爬山可以滿足人的支配慾。當然，遊戲的種類多一些更好，將來總有用得着的時候，幫助你消除情緒上的鬱塞。





★犯罪的兒童往往都是那些不能適應環境和不愉快的孩子。

## 壞孩子不是天生的

梁其鵬

Vincent Whitley 原著

譯自一九四年四月號皇冠

少年法庭開庭了，法官的對面站着三個孩子。艾倫十五歲；『黨魁』哈萊還要小一歲。而沙屈克僅有十二歲。艾倫的臉上毫無表情，但兩隻髒手不安地扭着帽。沙屈克簡直要哭了，只是怕給另兩個孩子看見，強忍着沒有哭出來。哈萊則故意裝成傲慢不在乎的樣子。

『這個傢伙不會怎樣的，』他耳語着說，『他只是駭你一下，然後送你回家去。』

法官正忙着在看案卷。『你怎麼知道？』沙屈克悄悄地問。

『噢，我到這裏來過，』哈萊誇耀地說，『一點沒有甚麼……』

艾倫，哈倫和沙屈克三個孩子的樣子，看起來和所有各地的少年一樣。但，他們怎麼會破門進入一所沒有人的

學校，推翻桌子，打毀椅子，用小刀劃壞牆壁，臨走又把水龍頭打開，淹漫了兩層地板？爲甚麼另有許多其他兒童，每天走過這所學校，却都未闖進去大肆破壞？

我們可以撇開這個問題，仍向樂觀的方面想。但假使我們不根究『爲甚麼是這一個？』和『爲甚麼不是那一個？』我們將永遠把握不到犯罪問題的眞諦。

普通的一種解釋，是怪鄰居不好。當然，這也不無理由。在貧民區，道德敗壞的區域，和沿鐵道的陰暗房屋地帶——在這類貧窮的環境中，是易於促成犯罪的。可是那些貧民區的兒童，也有許多從未上過少年法庭的，這又怎麼說呢？

現在對於少年犯罪的原因，已有一種新的看法。它着重兒童和他最親密的成人伴侶之間的情緒關聯。多數是兒

童的父母們。有時是他們的親戚，教師，年長的少年，或甚至是他們所崇拜的偶像，不論是電影明星無線電明星，體育明星，或滑稽畫的腳色。有意的或無意的，兒童們摹倣這些成人的行爲，特別是在他和這些人的關係極愉快時，更易於倣效他們。

那些幸而受到建設性習慣影響的兒童，易於抵抗犯罪的誘惑。雖然在物質上，家中很貧困，但他獲得愛，了解，和滿意。

有許多兒童是沒有這種幸運的。就拿少年法庭上的哈萊說吧，他的成人偶像是他二十二歲的哥哥茂爾文，茂爾文現在在獄中，因為持械搶劫被處徒刑十年。承審的法官說茂爾文是一個「兇悍，難望悔改的惡徒。」

但在哈萊的心目中，茂爾文却是一個值要愛慕和敬畏的人物。不論社會對他的判斷怎樣，哈萊總認為他的行爲是值得倣效的。但哈萊的父母都是「好人」，誠實，苦幹，虔誠。爲甚麼哈萊和茂爾文都沒有接受他們的觀點呢？

哈萊與茂爾文，和他們的父母，從未有過美滿的關係。在他們父親疲勞的漠視中，在他們母親嚴峻的懲罰下，他們在家庭中所看到的，只是殘忍。沒有愛和個人的安全感，就不免在家庭中感到痛苦和敵視。

但他們在歹黨的活動中，得到家庭中所沒有的滿足。這裏有友誼，冒險，和一種被人重視和需要的感覺。貧民區的歹黨生活是粗暴冒險的。那些熱心的新加入的孩子

們，在危險的活動中，以超人的勇敢，獲得地位。因此對於他們，歹黨內的稱譽比家中的讚譽更爲珍貴。

少年犯罪的行爲，往往還受另外一種情形的影響。在家裏，兒童們對父母造成一種矛盾複雜的感情，結果往往造成兒童內心的強烈衝突。

依激勃就是這樣的一個例子。通常她是愛她的父母的，但有時她憤怒地希望他們都死掉。這種咒她父母死掉的念頭，多半發生在她的弟妹得到父母更大關注的時候。但因為對這種思想，有極強的犯罪感覺，所以她深藏在自己內心中。

某一次她在這和自我責備的心情下，到店裏去偷了一枝五彩鉛筆，送給她的朋友。這件「善舉」使她心裏覺得好過一點。不久，她就因爲在商店中偷東西，被送上少年法庭了。

像依激勃一樣，有許多表現內心衝突的犯罪，在外表上看起來，好像是毫不相關。一個神情不安的孩子，不斷地咬指甲，很可能是受到內心情緒的衝動，結果可能犯罪。我們沒有能够制止少年罪犯，是因爲對於這方面的工作，做得太少和太遲。

美國社會中，很少認真地注意到沒有犯罪的兒童們。我們很傻的，等到破壞社會的習慣養成以後，才加以重視，才着手想改正他們，而工具又不完備，並且太少。

(接排第四四六面)



★「現在人們所注意的是一個罪犯已經犯罪之後的事情，然而我們所注意的是一個可能的罪犯在未犯罪之前的預防。」

## 犯罪預防所

江同

Milton Cronenberg 原著  
節譯自一九四八年三月號 Magazine Digest

十五歲的珍妮·布斯特輕蔑地向着偵探的手電燈光霧裏眼睛，將撲着她的那個男孩子推開。

「你沒有理由可以抓我，」她說。

「那沒關係。」偵探的聲音是溫柔而堅決的。「最好跟着我走吧。有幾個問題有人想和你談談。」

仍然很傲慢的樣子，珍妮由一輛破舊而重裝的汽車裏爬出來，離開那兩個受了驚嚇的青年，頭也不回地走了。她沉默地上了偵探的汽車，當他們的車子行駛在麻州春田（Springfield）地方忙亂的街道上時，她始終沒說一句話。在警察總局裏，偵探將那個女孩子領到一個門口，那裏有「犯罪預防所」的標記。從桌子後面站起來招呼珍妮的那個年青的女人，看起來好像她自己也是新近才從學校裏出來的樣子。實際上，她是麗姐·歐康納——一位女警察，她是青年問題的專家，是春田犯罪預防所中的了不起的人物。

珍妮在不知不覺間已經向麗姐吐露了真情實話，兩小時後，她離開辦公室的時候，她的眼中發光，而且笑着。

第二天的上午，麗姐去拜望珍妮的家庭。她知道將要遇見怎樣的情形。這個十五歲的頑劣女孩子是一個孤兒，和她的兩個非常漂亮的姊姊住在一起。因為她們非常漂亮而珍妮却很難看的緣故，麻煩的事情就發生了。從嬰兒時期這個最小的妹妹就有一種自卑感，等到她大一點的時候，她看見孩子們總圍繞着她的姊姊而不理她。因為拼命努力要吸引男人的注意，於是她胡亂地交起朋友來。男孩子們不久就發現珍妮「沒甚麼好看，但她是熱情的」。

當麗姐將這種情形告訴她的姊姊時，她們非常驚嚇。麗姐向她們解釋必須想辦法使珍妮覺得她是重要的，是人們所需要的。

這個年青的女孩子，由她的行為已經被人知道的那個中學轉學到一個商業學校。才能測驗表現她有優越的書記



才幹。在商業學校一年就證明了這件事。珍妮在一班中名列前茅，有許多朋友——男孩子女孩子都有——而且成爲一個快樂的女子了。

如果春田城沒有犯罪預防所的設立，珍妮就會變成一個娼妓。她和幾百其他青年之所以有現在的快樂的生活，都該歸功於犯罪預防所和春田青年幹練的警察局長嘉拉格(R. P. Gallagher)。嘉拉格是華盛頓聯邦調查局附屬學校的畢業生，是用現代心理學的方法預防犯罪的專家。

警察局長嘉拉格在犯罪預防所中將一羣平常的犯罪的人改變過來。『現在人們所着重的是一個罪犯已經犯罪之後的事情，』嘉拉格說，『然而我們所注意的是一個可能的罪犯在未犯罪之前的預防。』

由春田犯罪案件的銳減，和送交法院的案件數目的減少，就可看出所中的十一位先生和三位女士是多麼成功了。由一月到九月底，有一千六百四十七個案件都指定歸犯罪預防所處理，祇有四百八十六個是需要逮捕的。其餘的案件未經法院審問就都解決了，因爲所中的職員和女警察與父母，社會工作人員，學校當局及教堂的職員合作，於是就研究出解決的方法來。有一千一百六十一個青年的犯罪傾向，就由這種方法而糾正過來，沒有受到法庭記錄的恥辱，也沒有和監獄中及改過所中那些老犯人接觸。

犯罪預防所中的人員都是便衣的，所用的汽車也和平民所用的完全沒有分別。他們是採取日夜輪流的工作制

度，所中的職員和女警察到咖啡館，彈子房，酒館和學校的校園裏去視察。他們由察看和傾聽獲得了許多嫌疑犯罪狀，如果有些少年現出很難管束的樣子，他們就將他們帶到所裏去。男孩子由男職員處理，女孩子由女警察處理。

因爲頑劣的女孩子的案件通常是很嚴重的，大部份是犯性的關係的罪，於是女警察們不能不照沙利文上尉所形容的：『白天黑夜，一分一秒鐘都是忙碌不停的。』

獲得女警察的職務是頗不容易的，這些女子必須經過嚴格的文官考試，祇有前三名才有被錄取的資格。

一個十四歲的中學一年級的女孩子，海倫·柯爾伯，在夜晚十時被發現在學校的院子裏和一個十七歲的男孩子正在發生性關係。這個女孩子被交在所中的女警察伊利沙伯·費滋派翠的手中，她是一位小個子，黑眼睛，很有能力的人。但海倫的態度一點不合作，起初她一句話也不肯說。她顯然地是料想着對她一定會施刑的。然而當她發現自己坐在那裏一個多鐘頭沒有人理她，那位女警察一聲不響地坐在桌旁繼續辦她的公事時，她實在忍不住了，最後突然說：『我要說了。我非回家不可。我若不回去，我父親會殺死我的！』

沒有費多少時候，就調查出海倫的父母是年紀相當大的歐洲人，關於教育子女他們有極嚴格的觀念。如果海倫和一個男孩子說話被他們撞見，她就要受罰。不久海倫就起了反抗，放學以後她開始每天回家的時間越來越晚。一

個比她大的，相信「對男孩子要親善」的女孩子開始影響她的思想和行爲。那天晚上，在學校的院子裏被人撞見，是她所經驗的第三次性的冒險。當伊利沙伯護送那個女孩子回家的時候，正是半夜一點鐘。她和海倫一同走進去，當她將她的警局徽章給他們看時，柯爾伯夫婦驚嚇萬狀，使她簡直不知道怎樣將海倫的事情講出來。

她老實不客氣地說，這個問題都是他們自己製造成。她將海倫的生活和她四周別的孩子們的生活比較。她向他們解釋他們這種高壓政策最後將造成怎樣不幸的結果。

柯爾伯夫婦是不容易說服的，經過四次的拜訪，伊利沙伯，費滋派翠才使他們的觀點改變了，有兩次的拜訪是有一位社會工作員陪着她去的。她的確將他們的看法改變了。在過去的三個月裏，海倫做了女童子軍隊長，她有了許多女朋友，於是就不去和男孩子們胡攪了。

當海倫的父母發現她有了更多的自由反而有許多晚上自己情願耽在家裏——而且也好像很喜願這樣做似的，這使他們非常驚異。海倫·柯爾伯不再是頑劣的少年了。

一位美國著名的心理學家宣稱：沒有頑劣的兒童——祇有頑劣的父母。春田犯罪預防所的全體職員都熱誠地同意這個說法。他們所處理的案件有許多都是直接由不快樂的家庭生活所引起的，因此不良的父母有不良的子女，在他們看來好像差不多是一句成語了。

三年以前，年青的佛來德·迦爾遜在舉起磚頭向一個

彈子房的窗投擲的時候被人捉住了。

快到十七歲的時候，這個孩子會有許多次越來越嚴重的荒謬行爲。犯罪預防所的職員會注意到他在彈子房的附近徘徊，且會有兩次警告他不要打架。這一次佛來德來到犯罪預防所，並且和巡查勞倫斯·歐康納作了一次談話。

瘦，高，敏捷的歐康納，每年曾經幫助差不多五百個青年調整自己的生活，恢復他們光明的前途。他的親密懇摯的談話，將許多可能犯罪的人改變成爲良好的公民，省了春田成千累萬的金錢。

佛來德出身於一個富有的家庭。然而他的父親太忙，除了早上說「哈囉」，晚上說「晚安」外，沒有工夫和他多談話。他的母親專心注意在交際和團體的工作，忽略了她自己有個親生的兒子需要照顧愛護。因爲是個獨生子，又沒有兄弟姊妹陪伴他，於是佛來德煩惱到要發狂的地步。

歐康納巡察帶佛來德去見一位測驗才能的專家，並且測驗他的智力商數。佛來德的智力商數差不多有一百四十，這的確是一位有天才的人了。他表現對於顏色和圖樣有顯著的偏好，然而對於學校中的課程沒有多大興趣。

經過幾星期後，佛來德的父母才相信將佛來德送入一個研究打榜設計的學校——一個平民的商業學校——並不是降低身份的事情，他們原來的計劃是要送他入貴族化的大學的。然而佛來德自己的熱誠終於取得了父母的同意，現在佛來德做了紐約一家大的室內裝飾公司的襄理。

在犯罪預防所的牆上，有兩張春田的全圖。一張上面釘有大的平頭的針，和許多小的各種顏色的針。另一張上面只有小的針。

第一張地圖上的大針指明城中每一個青年可能常去的地方。黃的指一年到頭開着的娛樂中心；綠的指避暑地；白的是學校；粉紅的是滾球場和彈子房；藍色的表示跳球場和溜冰場。小的針表示所犯的罪，由豆綠色代表乞討，玫瑰紅色代表性的罪。那一種的罪在甚麼特殊的地點發生，由這張包括一切的地圖上幾分鐘就可看出來了。

第二張地圖上指出犯罪的人住在甚麼地方，他們所犯的是甚麼罪。從地理方面顯示家裏所住的地點不好，和貧窮對於頑劣的少年有怎樣的影響。

這種地圖是警察局長嘉拉格想出來的，今年是第一年實行。以後每年要將這些地圖依照原來的顏色拍成照片，從這些照片上就可研究改變中的犯罪情形。

警察局長迦拉格不斷地主張控制報紙的宣傳。凡是送到法院的青年，他都嚴密地不使人注意。這種案件的處理都是在法院中一間類似辦公室的房間裏，絲毫沒有監獄的氣氛。當法院開庭的時候，除了充任主席的法官，審查這個案件的官吏和法院的書記外，任何人都都不准進那間屋子——除非情形是特殊的。

犯罪預防所中的職員們發現有太多的父母忽略了報紙的宣傳可以毀滅他們的子女的一生的這個事實。十六歲的

愷瑟琳·杜威的事情就是一個悲慘的例子。

愷瑟琳從家中逃跑了，她焦急的父母報告了警察局。女警察佛羅拉·米雷特勸告他們不要把這個偶然發生的事情公開出來，因為她準知道那個女孩子會自己回去的。

愷瑟琳的父母忽視這個忠告，他們將她的像片和整個的事情經過都發表出來：愷瑟琳是「剛復的難對付的」，和她的母親發生劇烈的衝突後離家的。

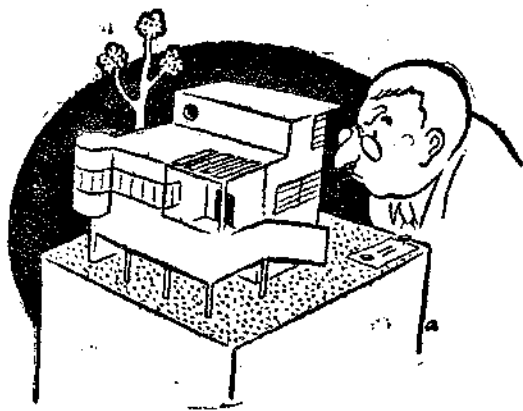
報紙上將她的相片和故事登出後兩天，愷瑟琳回家了，準備要認罪，並且非常懊悔她自己所做的事情。

然而太晚了。她發見城中每一個人都認識她是那個「杜家逃跑的孩子」，並且她以前學校中的朋友使她的生活太難堪，於是她又逃走了——這次是十天。她在大約一百哩以外被人找着了，正在和四個男孩子駕車出遊呢。

犯罪預防所的人覺得愷瑟琳的一生差不多算是完了，因為她的父母不肯搬到別的城市去，沒有人認識她的地方去住。現在她是在一個拘留所裏，完全成了怙惡不悛的人了，等候再一次的逃跑機會。

春田有十六萬人口，它們希望能有一個大一點的犯罪預防所。

然而這個城市是幸運的，因為這個由警察局長迦拉格所設立，由幹練的沙利文上尉所主持的機關，是全美國獨一無二的組織。假使美國的公民十分明瞭犯罪的預防的價值，那麼全國每一個城市都會有犯罪預防所的設立。



★英國工黨政府實施的辦法，是由政府代替人民付給醫師以診費，而把這種支出加在稅收上。每個英國人藉此可請醫生診病，住院，乘病車，得到醫藥材料的免費供給。

## 英國實施公醫制度

張新銘

譯自一九四八年二月六日『世界報告』

一個規模宏大的醫藥社會化的計劃，將於今年在英國實行，每個男子，婦女，和兒童都可得到醫生和牙醫師的免費診療。

英國工黨政府實施的辦法，是由政府代替人民付給醫師以診療費，而把這種支出加在稅收上。每個英國人藉此可請醫生診病，住院，乘病車，得到醫藥材料的免費供給。

五萬六千名醫生中有些表示反對，因為這樣將使他們成爲接受政府薪俸者，他們以不合作相恫嚇，但是其効力或者僅可對這即將在七月時實行的計劃稍加變更，而絕不能阻止它的實行。

因爲法令已經通過，並且工黨政府宣佈即使只有三分

之一的醫生合作也要實行。工黨政府的這個計劃。比較美國的幾種衛生設計所引起醫生抗議的還要廣泛；一個杜魯門總統所支持的建議，計劃自稅收中籌款，使勞工及其眷屬都可得到醫院的診治；俄亥俄州共和黨參議院議員塔孚脫建議，補助無力就醫的人使其有治病的機會；但是英國的這個計劃却包括了全體國民。

每個英國人都可以自由選擇醫生，凡是贊同這計劃而經過註冊的醫生都可以加以自由選擇，因爲註冊的醫生人名印成一專冊，可供大家選擇作爲家庭醫生。沒有經過登記註冊的醫生，自然也可請他看病，不過國家不能代付診費。

有病的時候，病人可以到他診所去，也可以請醫生到

家裏來。關於診治的次數和方式並沒有限制，所有醫生的需費都由國家付給。

至於藥品，由醫生開好藥方，拿到公共藥房或者已經「登記」的藥劑師那裏免費取用。

眼鏡，聽覺補助器，拐杖等輔助的器具，都可以其規定的式樣免費供用，不過有些人想要一個特別好的鏡架，那就得自掏腰包。

若有醫生的介紹，可以住院。醫治時間視需要而定。不過單人房間只有在認為必要時才可以住，否則就要另外收費。這計劃一開始，所有的醫院都要受到政府的管制。

外科醫師和精神病治療專家也可以免費為每人診治，專家治病時可以在某一醫院，或者在保健站，或是到病人家裏去。

家庭的護士及助產士，產科醫院，兒童診所和病車，都可免費為每人服務。

保健站為醫生設有門診間以治療疾病。這種保健站在每個地區都要設立，計劃中每站還要擴充成一個醫療隊，包括各科專家，普通科醫生，護士，和X光等一切設備，在保健站成立以前，醫生可以暫在他私人診所中施診。

英國醫生可以自由的決定他加入這種計劃，或者是不加入。不過有許多醫生誤會了政府的意旨，如擁有百分之六十四鄉村醫生的英國醫學會就是如此。

政府計劃中給每個醫生基本年薪一千二百元（美元，

下同），可是遭到了反對，他們認為醫生的收入應當根據所診視病人的多少而定，不應當定一個基本數再加上診治一位病人的有限的津貼。英國醫學會認為每個醫生領受國家固定的薪俸，將會破壞國家的醫學，毀滅個人事業上的野心和創造力。英國的衛生部長，一位社會主義者畢凡嘲笑這種論調，他指出一位英國醫生可以自由的加入或者不加入這種「公醫」制度，並且加入之後還可繼續私人的事業。他並且說，依照政府的計劃所定的標準，醫生的收入並不壞，年薪有一千二百元，一位病人的常年診費是三元零三分，若有二千五百個病人可收入八千七百七十五元。私人治療的尚不在內。一個用全部時間來診治「公共病人」的醫生，全年可以經常診治四千病人，就能收入一萬三千三百二十元。

醫生開業權的讓售問題，也成為政府與醫生的爭執。因為一個醫生獲得開業權很不容易，在他去世或退休之前，常將這種權利讓售與另一醫生。但是現政府認為這種處置是不合法的，英國醫學會想加以改良，不過政府方面要根本廢除它。新法律中通過一筆二億六千四百萬元的款額，用來補償醫生因退休或死亡不能執業的損失，每個醫生可以領到五千元。由於這種補償，想可助成醫生的參加這種公醫制度。

當這種醫藥社會化的計劃開始實行時，政府對於醫生執業的許可便有自由決定之權，並且衛生部在認為某一區

城的醫生數目是「供過於求」時，可以把醫生調往他處，英國醫學會對這兩點是反對的，它主張醫生應該是有自由的開業權，應該是可自由的在自己選擇的地方執業。

對執業的有無效率問題，英國醫學會和政府也有爭執。醫生方面認為政府若認為一個醫生不盡職而自公醫制度中將其除名，應該有向法院起訴請求判決的自由。政府方面想從法律中規定，這事不能交給法庭，應該交衛生部長處理，控訴與判決也應該交部長而不是交法庭。

這個計劃每年預計需費六億零八百萬元，其中的百分之七十二由政府自國庫收入中撥付，百分之四由地方收稅，另外由國家保險基金中支付，這基金是爲了救濟失業的人，病人的福利及養老年金而設的。

薪工階級及其眷屬已佔有英國全人口的半數，在一九一二年由法律規定之後，已經參加了部分的健康保險，它保證每年收入在一千六百八十元以下的家庭，可得到醫生的免費治療，美國也在力謀這種制度成爲法律通過，不過英國的這新計劃更爲廣泛。

工黨政府與英國醫學會的爭執，可能多少的影響到這新計劃實行的範圍，假若有太多的醫生反對，英國政府或要修改這個計劃，但是很少有人相信會加以廢除，迴溯到一九一二年，當健康保險實施於收入低微的家庭時，醫學會也會決定以不合作對待，但是後來醫生終究是參加那個計劃了，這一次英國政府認爲也將有同樣的結果。

(續自第四三九面)

也許最重要的一點，是早一點注意到兒童。我們在公立學校這個階段中，失掉了極好的機會。因爲在學校中，不僅教授兒童各種知識，還應教導他們怎樣和他人相處，以及認清社會上的權利和義務。

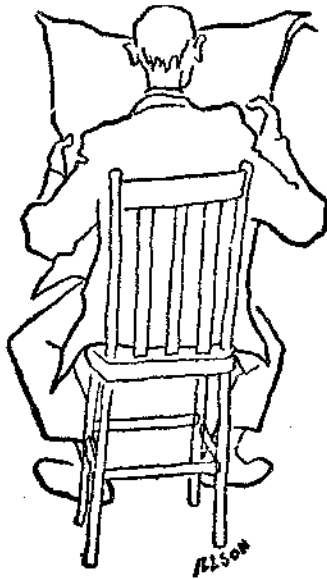
但，學校並不能單獨完成這樁工作。例如，在管教不良的家庭中，需要訓練的社會工作人員相助，否則學校中的教導，終將徒勞無功。訓練兒童的責任感，需要在團體的娛樂和公民活動中，給兒童以練習的機會。比如徵集兒童清掃街道一類的小事，就可以訓練兒童有一種公民責任感，意義很重大。

有一件工作，學校當局最適宜做，就是發現那些可能犯罪的頑劣學生。他們往往等不及幫助，頑劣的學生由一個教師，傳到另一個教師，直到最後爆發了不幸的事件。

嚴峻的訓導員能引起兒童們的反抗。兒童們需要的是良友和導師。要消除學校中的問題兒童，首先要剔除學校中的問題教師。學校中應該增聘有訓練的社會工作人員做訪問教師，照應那些鬧亂子，頑劣的，和胡思亂想的學生。

犯罪的兒童，往往都是那些不能適應環境和不愉快的孩子。要防止這類不幸事件的發生，我們必須做到兩點：

(一)及早發現他，予以「診治」(二)利用家庭，學校，和社會，做積極治療的機構。



★一羣真正大公無私的市民，對市政工作發生興趣，幫助當局把工作做得更好一點。

## 市政改革委員會

蕭 保

Stanley High 原著  
 The Christian Science Monitor  
 譯自一九四八年二月號 Reader's Digest

在美國坎塔基州路易斯維爾，有兩百個普通人民，把實際的基督教義應用到政府事務上，功效圓滿。主持這項計劃的人，多是路城各教堂中的人，他們眼見許多改革運動幾乎總是失敗，就不再厲聲疾呼，發起甚麼改革運動。他們僅是埋頭研究，把所得到的意見，勸說行政官員。他們不是揭發執政官員的錯誤，而是鼓勵他們去做對的，有益的工作。他們在工作目標中說：『我們人民沒有能做到一個好主人。一個好主人不斷地鼓勵和支持。我們現在的組織並不是偵查團，而是打氣隊。』

在六年之中，他們目睹他們的建議，一樣樣地成爲事實。路易斯維爾的監獄，法院，及處理少年罪犯，老年人，和其他社會問題的方法，都有了改善。對於這些改革，他們既不宜傳，也不邀功。他們說功勞應該歸於那些接受這些改革和實施這些改革的官員。

路易斯維爾的監獄是古老的，而且管理不佳。關於閱

讀，娛樂或工作的設備，全都沒有。有一個官員說，『差不多每一個獄犯，在他出獄時，都比他進獄時更壞。』這一個老百姓的團體，研究優秀的典獄學著作，徵詢專家的意見。經過幾個月的準備工作以後，他們邀傑弗遜郡的獄官，出席他們的一次會議。當然這位獄官不免疑心他們的用意，嚴陣以待，好爲自己辯護。但，當他發現這次會議並不是存心對付他，而是想幫助他，能把監獄弄得更好一點，他的這種敵對的態度立刻改變了。數星期後，這位獄官特請他們前往指正，以謀改進。這個委員會的人分成六小時一班，在獄中過了兩夜一天，親自觀察獄中的一切。他們從監獄中觀察出來以後，並沒有招待記者，揭發黑幕。相反的，他們提出建議，交給負責的官員，並答應支持他們改進一切。這是兩年以前的事。今日傑弗遜郡監獄，雖然仍欠完善，却已和過去大不相同了。它很乾淨，獄室都有燈光，有一個很好的圖書館。把一處很大的，一

直不用的地方，改建為運動場。古老的廚房也現代化了。

前任的一位路易斯維爾警長說：『二十年來，第一次看到一羣市民，真正大公無私地，對我們的工作發生興趣，幫助我們做得更好一點。』

這個委員會對於所完成的工作並不滿意，他們認為要真正解決該地的監獄問題，必須要有監獄農場。他們把阿特藍他監獄農場的監督請到路城來，向當地的市政團體和官員，解說監獄農場工作。然後選定了一所合宜的場地。大約在下一屆議會中就可以完成這塊農場的立法手續。

他們這一個團體，叫『路易斯維爾教堂聯合會制度委員會』，主席是喬治·史濤爾，一家煉油廠的總裁。他在七年前接任時，這個團體的性質完全不同。由於史濤爾的才幹和想像力，使它成爲一個對社會極有貢獻的團體，史濤爾認爲所謂會議應該不僅是談談聚聚而已，必須付諸實行。他說，『根據我一生做禮拜經驗，我所聽到的講道，關於應該做甚麼，大都是長長一大篇；而關於怎樣做，何時做，從何處着手做，却都略而不詳。』一九四一年的一個星期日，史濤爾聽過一次這類的講道後，他就決心由制度委員會來推動實際工作，以補救牧師講道的缺陷。他訪問路城的各教堂，勸說牧師登記普通人民。現在他的兩個會員，差不多可以代表該城所有的教派和教堂。

他們的工作包括三個部門。兒童福利，刑罰和衛生。每一個部門中，更分成若干委員會，負責處理專門問題，

如在兒童福利部下，設有防犯少年法庭，兒童中心站和少年俱樂部等委員會。各委員會徵求專家的協助。爲了改善某機關的飲食，委員會向路城一家大飯店的主持人討教。委員中一位有訓練的農學家，幫助負責該機關農場的人員，生產更多改善飲食所需要的食物。

從路城警察局防犯科方面，少年法庭委員會得悉，該城的少年罪犯集中在一個居民擁擠的區域內。那裏沒有運動場，少年俱樂部，或其他有組織的少年活動。他們發現在那個區域中有一所空閒着的大建築，是某教堂所有。於是他們以一元錢一年的代價把它租下來，勸救世軍派一個工作人員到那裏去服務，並幫助他組織紅盾少年俱樂部。

那是一九四四年的事。現在這個俱樂部，共有少年會員約一千人。在去年上半年，該區中沒有一個少年因犯罪被捕。據防犯科稱，在過去兩年中，路城的少年罪犯減少百分之四十七，大部份是由於制度委員會及其他方面的努力，建立了這一個少年俱樂部，擴大少年工作到其他部份，引起公衆對防犯科和少年法庭工作的支持。

也許制度委員會最大的成就倒是在心理和風氣方面，它創造出一種較諧和的氣氛，一種信心，使負責的官員們感覺到，有大量的市民對他們和他們的工作發生興趣。

許多地方的人民，一定都會覺得多數的官員全存心要好好地幹，如果有一個像制度委員會這樣的組織幫助他們，他們一定會幹得更好，更有成績。





★這方法使你書寫更迅速、持久、舒適，寫的字也更渾厚，大方而整齊。

## 新鋼筆執筆法 周亮

這裏討論一種新的鋼筆執筆方法。執筆書寫是我們現代人重要的生活部門，我們自然不妨花一些時間去檢討一下我們平常所用的執筆姿勢，看是否最理想的。任何一種習慣，尤其是那些習慣為我們天天應用着的，倘使有什麼缺點，必需由別人的勸導而加以改正，往往是一件不容易的事。但出乎我意料之外，最近我勸導朋友們採用一種新的鋼筆執筆法，他們都很順利的接受了。這原因是這種新的執筆法的優點是非常容易覺察的。因此，我想也許這執筆方法值得介紹給西風的廣大讀者。

這個執筆方法非常簡單，讀者只需參看下圖並注意下列要點即得：

- (一) 平常的執筆法是把筆管放在大姆指與食指中間。現在，這新的執筆法是把筆管放在食指與中指中間。
- (二) 由大姆指食指中指三者共同輕輕的扶持筆桿，

以指揮筆尖的活動。

- (三) 無名指疊在小指之上，小指靠着在桌面或紙面上。(當手拿高時亦可不靠。)
- (四) 慢慢的練習着把手拿得高些。(即手下的一段筆管留得長些。)

關於執筆姿勢，我想不必加以嚴格的限制。人的手部肌肉發達情形各不相同，讀者在細小部份儘可自由變動，以期最適合乎自己的要求。這個執筆方法的要領是在乎縮小手指運動範圍，並減少一般人過度使力握筆之弊害，免除肌肉及神經因緊張而疲勞。它的方法是簡單的，它影響於執筆書寫者的心理却十分重要。下面試列舉此項執筆法在執筆書寫者心理上的效果，這也是它主要優點之所在：

- (一) 節省精力——當我們應用這個執筆方法寫字時，我們頤然會感到內心的澄清安靜，同時可以維持更長

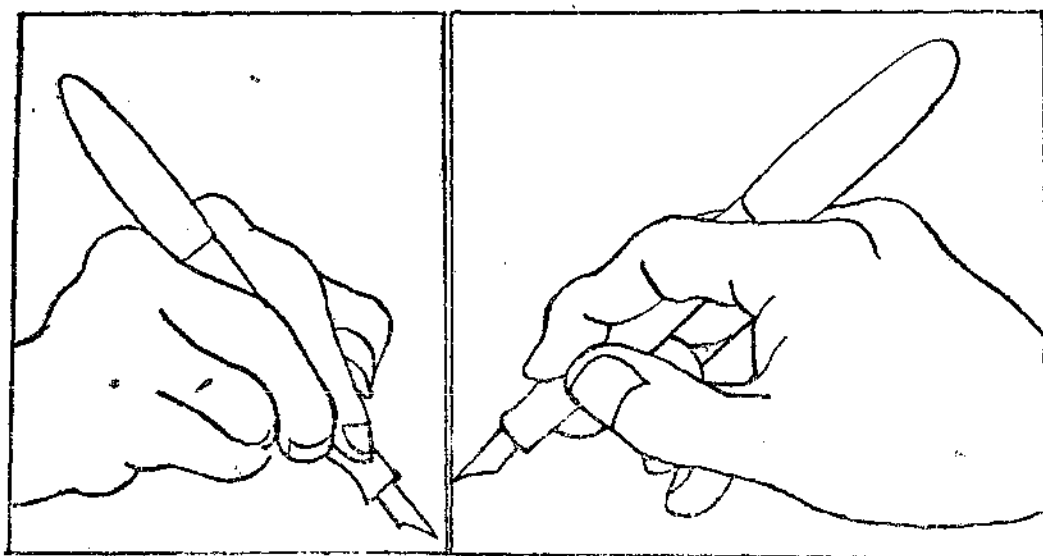
的時間而不感疲勞。(根據許多試用者的報告，其持久力起碼可以增加兩三倍。)這便是因為我們用這樣的方式握筆，我們的手指將無用武之地，免使我們寫字時去成全細微末節。這不但使我們所寫的字更見渾厚，而且給我們節省了許多精力，讓我們專心致力於文字內容的思考及延長書寫的持久能力。同時因為筆是挾在食指與中指中間，不必分外加力挾持，筆管亦無下墮之虞，手指免去使力之機會，便隨時都在輕鬆活潑的狀態中。一般人應用平常的執筆方法書寫，總是愈寫愈緊張，終至於桌子搖動，筆尖發出難聞的噪聲，促使肌肉神經陷入疲勞與不快的狀態中。節省精力的另一面，自然是我們的書寫更見迅速。

(二)增加寫字時的快感——應用這個執筆方法書寫，倘使又同時把手拿高一些，寫字的人頓時會覺得運筆之輕巧靈活，得以更有效的去發揮筆調之美。並同時覺得精神舒暢，以至於把深深埋着的頭抬起來。這時候筆尖輕輕的發動在紙面上，發出一些清脆的聲音，讓我們享受到寫字的樂趣。也因此叫我們愛好寫字，跟一個聲調優美，口齒伶俐的人愛講話一樣。

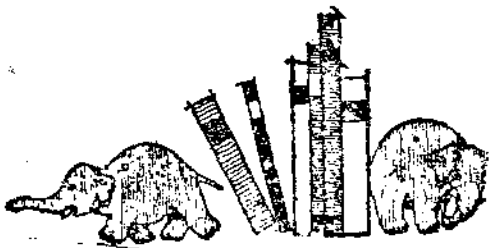
除此之外，尚有許多較不重要的優點：例如應用此法執筆，筆桿較偏於一旁，於筆尖附近之視線免受筆桿所遮蔽。(這在用各種硬筆作書時尤有用處。)倘使讀者是一個在校的學生，應用這個執筆方法去應付考試，讀者還能發現一個用處：在寒冷的天氣之下，再因用腦關係而使頭

部充血，手足發冷(大部分人恐都有這種現象)，又因考試時肌肉及神經緊張的結果，最易使執筆的手僵硬顫抖，影響寫字時的便利。這時倘使應用這個方法執筆，便可減免此種不良影響。因為手指不用力，便不會緊張，不緊張便不會發抖。

也許有人覺得這個執筆的方法更顯得笨拙。我希望讀者馬上試用這個執筆法去寫文章，抄筆記，寫信，看寫的字是否比以前更整齊清晰，並是否更迅速，持久而舒適。



(大部分人恐都有這種現象)，又因考



★與其叫他作『編輯』，還不如叫他『中央社電訊稿的整理者』，更『名符其實』些。

## 十 分 鐘 編 輯

劉楚冰

——我的職業生活

記得在中學唸書的時候，曾經和同學們熱烈地討論職業和事業的問題。當時仁者見仁，智者見智，有的主張職業和事業決不可分開，有的主張職業是職業，事業是事業，兩者不必強求合一。最後大家都認為後者的理由比較充足些，不過能夠把事業和職業打成一片，那就再好不過了。

不錯，我今天所從事的職業和我抱定志願要幹的事業已打成了一片：因為我在讀高小一年級的時候就抱定了做一個『名作家』兼『名記者』的。而今我却是一個新聞記者；不是『很有可能』達到我的志願，走上我事業成功的坦途嗎？這不是夠您羨慕而且會伸出大拇指喊出一聲『頂好』的嗎？

當然，不僅您這樣想，而且我也很『光榮』而且『驕傲』的這樣的認為。——但是，當你讀完了我這篇文章以後，您（連我也在內）一定會為我失望的。但是，現在且慢失望罷，耐心讀完

再說。

前年十月間，我以一個高中二年級的學生，年方十九歲的孩子資格，初踏進社會，就在一家日報擔任編輯工作。這對我又是驚又喜的。驚的是以我這樣不學無術的人，怎能把這工作弄得好呢？喜的是平素我認為『神乎其神』的編輯老爺，却不費吹灰之力就讓我弄到手。在這驚喜各半的情形下，我也儼然變成『編輯老爺』了。

但是，您知道，我僅僅是一個高中都未畢業的普通人，既未學過新聞學，就是連新聞專修班都沒有進過。對於『編』這件事，不僅不懂得『編輯技術』，就是連字釘共有幾號都弄不清楚。以這樣的門外漢，能編個什麼呢？所以，當那位總編輯從他近視眼鏡裏透出眼光直瞧着我說：『劉先生，今天晚上就開始罷！怎麼樣？編國際版還是編國內版？』那時我聽了他的話，真是又羞

又急，心想這個飯碗準倒了，不禁使我怨恨介紹人爲什麼不知輕重就介紹我做編輯呢？當時爲掩飾自己計，便只好說：「啊，我今天才來，還不大熟悉，讓我看一下，明天晚上開始罷！」其實心裏面早已打定主意，明天早晨一早就把行李搬起走，拚着不幹就是了，總比當面丟醜好些。總編輯當時自然不能估到我馬上幹，於是便說：「好極，好極！」

可是，事情却出人意料之外，當天晚上我固然失望之至，但在失望中也不免偷眼看他們如何編法。雖然自己不會有編報的份，但也馬馬虎虎長點見識。這一看不打緊，我却一下子變得絕頂聰明，才一晚上工夫，我不僅曉得字釘有幾種，如何用法，而且還知道如何排版。哈！這一下我可樂了，如是做「編輯老爺」的興趣又復活了。第二天早晨，不僅沒有把行李搬走，而且第二天晚上也毫不推辭的坐上編輯的位子上，很神氣地提起紅筆，二號字三號字，五變三，四變三的編將起來。編得那麼熟練，顯得十分內行的。所以第二天報一出來，不僅社長（他是外行）先生絕口讚好，就是那位總編輯也點頭稱善。

讀者，你想我那時是多高興，多幸福啊！於是打從那日起，我就開始做我的新聞記者。一直到現在，已快是我從業二週年紀念，而且也是我二十一歲的將末。在這二年內，我先後換了三個報館。最初在一家日報編電訊稿，第二次在一家晚報作短評主筆兼外勤記者，現在在一家日報編本市新聞和另一家日報作外勤記者。其中我自己還辦過兩個週報，一個出了七期，一個出了兩期，但都無疾而終，原因還不是爲了經費？

說到編電訊稿，那實在太乏味。而所謂電訊稿者也，完全是由中央社供給；該社發稿共分三次，第一次是下午十點鐘左右，

第二次是十二點鐘左右，第三次是清晨兩點鐘左右，於是我們就成了中央社的稿件侍候人；尤其我編國際電訊稿，簡直全部是採用中央社的稿子。所以「編輯」也者，只不過根據它的標題隨便換上幾個字，號成字數，寫好長短，交到排字房去罷了。最初我還比較熱心，要點花樣，規規矩矩的劃好版式。但後來知道這樣用心不值得，於是便睡在床上，等到第二次電稿來了以後，叫小工來把我叫醒，這時助理編輯早已把我的稿子放到我的櫃子上，於是我帶着七分睡意，將稿子的標題略略看一下，選出頭條和尾條，照着它的標題，把字數號好。頭條照例是五長，尾條是四長，再選兩個三長，幾個二長，其餘便完全是短題，上加「補充」二字，由排字工友自己去選棄。有時候遇着較長的稿子，便給他來一個闖欄。至於第三次電訊稿，壓根兒就不去管它，一律請入字紙簍。這樣的結果，我每天晚上編稿子不過花了十分鐘的工夫，所以在新聞界裏有「繳卷編輯」和「十分鐘編輯」、「神童編輯」等美稱。但說句笑話，我雖在編國際電訊稿，但對於國際間的新聞，却從來不知道。這因爲我編稿的時候，未曾看過內容，只根據電訊稿中原有的標題變化一下而已。

您會說，像你這樣，豈不是太對不住報館，對不住讀者，對不住你自己嗎？這，我絕對承認。但是，即使再「加油」，再努力，內容還不是一樣？只不過版面或許好看一點罷了！像這樣的「編輯」，與其叫他作「編輯」，還不如叫他作「中央社電訊稿的整理者」，更「名符其實」些。另外，由於我自己身體本來就孱弱，再加上這夜工作的磨折，我確實「吃勿消」，身體一天一天的更形衰弱了。我不能把自己的生命當作兒戲來幹這乏味的工，最後還不是辭職了事。

後來加入一家新創的晚報，工作是每天寫一篇雜感一類的短評，外加跑外勤。這新的工作使我發生了新的興趣，這工作比較自由得多，至少比編電訊稿那『撈什子』工作來得快活些。我敢說，我當時的確非常忠實於自己的『分內事』。寫短評時我是敢寫、敢說、敢罵，對一切壞事，不惜予以尖銳而不留情的批評。這樣一來，成都市好些名流都被我得罪，這事使我們的社長先生不勝驚駭，他帶着哀求的語氣對我說：『請你還是稍稍寫緩和一點罷！不要這樣任性，不然我這個報紙就無法生存！』

我說：『那不行！寫短評要緩和的話，那不是成了寫應景文章，我可寫不出來那樣的稿件。』

他勸了我好幾次，我都沒有聽他的。到了最後，他終於漲紅了臉，鼓着勇氣對我說：『楚冰弟，我勸了幾次，請你把短評寫緩和一點，你偏不聽，現在各方面對我的責難一天天的加深，如果再這樣下去的話，我的報紙一定會被壓迫而停刊。所以，現在我要做一件對不住你的事，就是從今天起解聘你的聘。我希望你原諒我，了解我這不得已的苦衷。實在，我是非常愛你，但也非常恨你。我愛你這樣年輕便有這樣大的能力；尤其能寫出一手好文章。我恨你太任性，太不聽我的話。你少年英俊，前途自然很遠大，但如果你永遠這樣任性下去，我也不免替你就着幾分心。』接着他緊握着我的手，眼淚花也在眼睛裏打着滾，他再補充一句：『你能原諒我嗎？你說！』

我向他點了點頭，表示我接受了他對我突如其來的打擊。是的，我原諒了他，因為他到底還保存着幾分善良的人性，還有幾分良心。可是，誰使他會『又愛我又恨我』，解了我的聘，不敢對醜惡的社會宣戰呢？這，我是知道的，而且我也非常了解

的。同時我這一輩子也不會忘記他那一次的談話，『我也不免替你就着幾分心。』不僅他替我就着幾分心，就是我自己也替自己就着幾分心呢！

自從慘遭『解聘』之後，覺得不如自己辦一個報比較好些，那時候任心所為，不會再遭到什麼限制。於是便先後辦了兩個週刊，但結果還是垮台，主要的原因自然是爲了經費，但多少還是因爲自己太任性而『自食其果』。這裏我也不必詳述，事過境遷，談來也是枉然。

現在我是一家日報的本市版編輯和另一家日報的外勤記者。說到編本市新聞，自然比編電訊稿來得愜意些。第一，編輯的時間是下午九十點鐘左右，所謂編『上半夜』，自然比編『下半夜』舒服。第二，稿子很多，除了本報外勤記者的訪稿外，還有成都市幾十家新聞社和通訊社供給稿子，可以由我自由選擇。但稿子太多，一一看起來却也相當頭痛，而且稿子差不多都是清一色的機關消息和黃色新聞，好的稿子很少。所以雖然有那樣多的稿子，實際上可以用的，還不能塞滿篇幅。至於那些機關新聞，不是照抄公文，就是宣揚德政，如果一一刊用出來，那所謂『報紙』也者，就成了機關的公報了。還有些黃色新聞，那更使人不忍一讀。但我們的總編輯似乎對這類新聞極表歡迎，他常會笑着對我說：『多來一點黃色的，一定賣錢。哈哈！多來一點！』

以黃色新聞來吸引讀者，在我看來，那的確是罪該萬死。但我也認爲黃色新聞至少比那些宣揚德政的機關消息稍好一點。所以當我實在沒有稿子的時候，也編入一些淺度的黃色新聞。而我們總編輯看到時，總會搖着頭說：『這還不大夠味，再深一點就好了！』有一天我索性大用其黃色新聞，而且標些極刺激人的題

目，滿臉氣他一氣，殊不知他讀後，却歡喜得哈哈的笑個不停。他拍着我的肩膀，笑着說：『就這樣，永遠這樣！好極了！好極了！』我當時又好氣又好笑，但以後我並沒有大登黃色新聞，他似乎極爲失望呢！

有一次，一位外勤記者拿了一篇攻擊私人的稿子給我，我順手就給他丟進字紙簍，他連忙撿了起來，把我和總編輯請到外面，對我們說：『這是一個朋友稿子，他送了三十萬給我，現在我們一家分十萬。』說着他便拿出錢來，總編輯當時慨然受之，但我不僅沒有接受他的錢，而告訴他絕對不用那條稿子。他老是對我說好話，總編輯也勸我不必太任性，一切有他負責，於是我便將稿子交給他，請他發到排字房。雖然這樣，那位外勤記者還是將十萬元遞給我，我沒有要他的，於是他又和那位總編輯一家五萬分用了。第二天，那位外勤記者穿了一雙新皮鞋，很『光榮地』在地板上走得嘖嘖的響。口袋裏一盒上等香烟，不時飛到我的面前，很卑恭的把火燃好讓我吸煙。我雖然看不得他那副尊容，但也只好忍而不露。

還有一次，也是一位外勤記者拿了一條『消息』來，上面說某街一家新開的甜食店開張了，什麼味道好，價錢巧，座位舒適，招待週到等。我看了由不得笑了起來，心想，這也算新聞？不是給他登義務廣告嗎？而那位外勤却再三央求我，請我務必登出來。我當時很疑惑是他自己開的舖子。好在編報也必須講點人情，所以便給他標了一個短題：『××甜食店，已正式開張。』殊不知第二天晚上，這位外勤一定拉我去『吃白食』。我本來不去，却讓他硬拉去了。舖子不是他開的，那位老闆對我們却非常客氣。什麼三合泥，湯圓……不停地給我們端上來。我本來就不

大愛吃甜食，而且當天晚上肚子已經吃得很飽，實在吃不下去，但他却硬要我吃，以致使我難過了一晚上。

俗話說，和尚吃八方，但有人說新聞記者却要吃十方，這話兒並沒有侮辱新聞記者，簡直一點兒也不錯。我每天就至少要被報館指定出席一次招待會。這兒的招待會真多，除了某些機關照例每週一次招待會外，臨時被招待的事一天也有好幾起。有時我整個一天都出入於招待會裏。自然，招待時也有僅用茶點的，也有用西餐的，也有魚翅海參席的。不管它是什麼，好在總歸得吃；即使一杯咖啡，幾個西點罷，那也要值好幾千塊錢呢！吃了以後，一哄而散，謝也用不着道一下。回到報館，寫點『招待週到』、『情緒熱烈』、『賓主盡歡而散』，又可以抵一條新聞，何樂不爲？而且時常還可以有些意外的機會來滿足你的食慾。像剛才我談過的糖食店的事情，不是很夠『意外』嗎？還有一次，一個同業的朋友約我去看川劇（四川的地方劇），他說他可以『闖火』（成都俗語，意即不出錢可以看戲的意思）。我本來愛看川劇，於是便同他去了。他先領我到後台化妝室去，一位很好看的女伶正在化妝，看見他去了，連忙招待不迭，又拿出頂好牌子的捲煙來，又親自倒茶。我的朋友把我介紹給她說：『這位是名作家，名記者，也是影評和劇評的聖手。』我當時聽了他的話，幾乎要發嘔，但那位女伶却對我頗爲崇敬，不時向我頻飛媚眼。後來又走到一位男人扮女人的『小旦』化妝室裏，他正在包頭，滿屋生清油臭，使人發昏，他自然也同那位女伶一樣很客氣的招待我們。我看不慣他那妖裏妖氣的樣子，坐不了一下，我就催着那位朋友走了。我們剛剛坐上位子看戲，一位打雜似的人物，忽然拿了一包香烟，兩包糖菓，遞給我們說：『這是某某請

二位先生吃的，請你們多給他寫點文章。」從開始看戲到把戲看完，我們接了好幾包香烟，十幾包糖菓。雖然不住嘴的吃，也沒把它吃完，還包了帶回家去。有一位坤伶曾在唱完戲以後，親到台下來敬我們一大堆橘子，惹得觀眾都向我們注意。但回去以後，我並沒有寫一句捧角的文章，而那位朋友却天天催着要我寫。最後沒法，便略略寫了一點批評其中一位坤伶演劇技術尚佳的短稿，交給他發表（當時他正主編一個戲劇刊物）。他視為寶貝一樣，刊登在他刊物上的第一條，並給我散佈謠言，說我對那位坤伶「有了心」，真是活天冤枉。因此我知道白吃不是好事，從此不敢再進川劇院。雖然後來那位坤伶曾送了我三次戲票，但我却都轉送給別人，而那位朋友對我這舉動，也歎為「觀止」。他說：「我沒有看見過像你這樣的寶氣！以你這樣又漂亮又有才學的翩翩少年，却一點也不風流。」我不聽的，因為「吃人嘴軟」，吃了別人的東西，沒有不還情的。要還情就得「發新聞」、「寫文章」，這樣下去，新聞記者豈不變成「吃人記者」了嗎？

外勤記者的工作自然是採訪新聞，但除了參加「招待會」以外，我實在找不出第二個採訪新聞的地方來。其他的記者們天天往機關裏鑽，但我是不高興去的，因為往機關採訪新聞，無異乎是一個「公文情報員」，因為除了照抄公文以外，實在沒有什麼可採訪的新聞。而且那些機關對新聞記者向來是當作「小偷」看待，好像深怕偷了他們的什麼似的。尤其那些「上級官吏」們，和他說話，他不吃不擺的，你問三句，他答半句，而且這半句也是「官腔」。有的機關更乾脆，在辦公室外寫着：「新聞記者，非請勿入！」簡直侮辱之至。所以在機關裏採訪新聞，所得到的，

完全是清一色的「好消息」。「壞消息」你是無法探到的。我受不了這些，而且也不想做一個「公文情報員」，所以很難得到機關裏去。有時省參會開會啦，市參會開會啦，我却高興去「旁聽」。第一既可混時間，第二也可以順便參觀一下中國的「民主盛況」。但平時，我早晨八點鐘出街，晚上七點鐘把消息送回報館，八九點鐘再到另一家報館編稿。但在出街那一段時間內，我真的是滿街毫無目的地亂跑，我想這樣也許可以碰到一點新聞；但往往是碰不到新聞。我高興去社會上任何一個角落，高等的交際場合，影院，劇院，和最低等的下等妓女集中的「特區」裏。自然，這樣一來，我可以得到不少的小消息，因此我現在是專寫這一類的花絮新聞；內容伸展到每一個角落，倒也是「別開生面」。而寫這一類的新聞，必須人事寬廣，所以我不能不大事交際，於是三教九流，男女老幼，高等下等的人都認識很多；而交際就必須應酬，因此我現在沒有一天是悠悠閒閒過下去的。

可是，要應酬就必須要花錢，但我現在雖在兩個報紙工作，另外還收得一些稿費，其數也不過幾十萬元，這幾十萬元，並不給家裏一個，但還是不夠得多。吃飯自然不成問題，但製衣服還得由家裏拿錢，因此我常常鬧着經濟恐慌。自然，如果我不在外面交際應酬，那一定就夠用，但這樣，我的「花絮新聞」就無法寫下去，而且生活也會變得枯燥而無味，同時，和廣大的社會人士接觸，正是一個新聞記者應該做的事。何況我還是抱定要做一個「作家」，生活的內容自然應該使他更豐富啊！

但我有點任性，我決不高興捧誰或吹誰，自然更不會給誰拍馬屁。這樣一來，稍有成見的人是不高興和我打堆的；而真正喜歡和我打堆的，是一些和我一樣的年輕人和下層階級的人士。我

不願意和高等人士在一塊。年輕人和下層人士都是非常坦白，有正義感，所以大家都非常合得來。

爲了職業而交際，而因此也會交到很多朋友。但朋友也有朋友的麻煩，比方女朋友，應付她們實在傷腦筋。她們一會兒又不高興了，一會兒又不理你了，一會兒又哭了，一會兒要你陪她看电影，陪她去理髮，這一個才陪了，那一個接着又來了，真糟糕，我雖然想方設法避免她們的無意識舉動，但總無法避免。

做了兩年的新聞記者，自然談不上經歷，更談不上成績，但這却是一件「吃力不討好」的事。爲了這個工作，不僅對自己的健康不利，而且根本就沒有自修的時間；所以一本二十萬言的小說，我花了一個多月的時間才把它看完。而且生活極無規律，更無保障；一天昏頭昏腦的過日子。這樣下去，結果還是昏昏沉沉的過一輩子。

而且在今天的中國，新聞記者根本就是一個可有可無的點綴品；別人需要你，一頓飯，幾枝香烟就把你買得伏伏貼貼的。別人不需要你的時候，那你簡直是一個討厭的東西，「新聞記者，非請勿入」，就把你拒絕了。如果還像我這樣的「任性」，那你更無伸腰幹的一天。

但不管怎樣，我却高興幹這個工作，不管社會上如何輕視它，壓迫它，不管自己的精神生活如何痛苦，物質生活如何艱窘，我也要永遠站在一個真正的新聞記者立場，忠實於這個工作。

西風徵文：我的職業生活





## 叫我怎樣忘記她？

西風信箱編輯先生：

我是一個二十四歲的青年，尙未結婚。在三年前的夏天，我認識了一個朋友的夫人。她是一個極和藹可親的人。無形中我倆

竟會互戀（是純潔的），更知道我的這位朋友是一個患有癡待狂病症的。有一天，一位朋友向他談起我倆感情甚好的事，被他知道了，引起許多的誤會。我因為不願她受無謂的苦痛，就以廣大的愛去愛她

——疏遠。但在我的心田裏，永遠是沒有辦法去忘記她。而她也因為好幾天不會見我去，而打電話問我是否生病。我將實情告訴她後，她更以半生氣的口吻囑我永遠不要再見。經過我感情與理智的鬥爭，理智是輸了，仍不時往還，感情更好。她更送我一幀像片，而他與她之間的裂痕也日深，這完全由我所造成。我已成爲一個罪人。假使我不再與她往來，我相信我倆都會變成精神病的患者。如此艱難的問題，百思不得一解。素仰貴信箱專爲讀者解決難題，敬乞

不吝指示。敬頌  
撰安！

榮眉先生：

在男女社交上，有一條最重要的原則，不論男女雙方，必須

## 西風信箱

一個忠實的讀者榮眉敬上（上海）

遵守的，就是不要與有配偶的異性談情說愛，如果自己已有配偶，也無論如何不能再談情說愛，因為有配偶的人是已經失去了與別人談情說愛的資格了。這是在今日的社會中男女社交所必須遵守的規則，正像踢足球的時候除了守門員以外不許用手碰球，打籃球的時候不許用腳踢一樣的。您如果犯了規，麻煩（對自己和其他人的）與煩惱（自己的）便來了。

如果您覺得這個原則應該遵守的話，那麼您便不該再與朋友的太太「互戀」。不管對方多麼愛您，不管對方的丈夫患了多重的虐待狂，您如果與有夫之婦相愛，您便是違犯了男女社交中一條最重要的不成文法了。

當然，不論已婚未婚，男女做普通的朋友是可以的，但是這祇限於絕對普通的友誼，不能超越一分一厘。如果是與已婚的異性做朋友的話，那麼一個最好的原則，是跟夫婦雙方同時做朋友，大家公公開開，千萬不要鬼鬼崇崇，這是避免糾紛的最好辦法，也是講社交道德的人所應該遵守的。

您說您和朋友的太太「互戀」，又說是「純潔的」，不知道這所謂「純潔的」是何所指？澈底講來，如果您們的交情超越了友誼的範圍，不論是精神上或肉體上的，都不能算是「純潔的」。如果是「純潔的」，就不該要經過「感情與理智的鬥爭」，也不該相信兩人「都會變成精神病的患者」。所以照這個標準說來，您的友誼恐怕是不能說是「純潔的」了。您應該急流勇退才是。

我們都是人生球場上的球員。一個足球員不能說「我非用手去碰球就要變成精神病的患者」；同樣的，您也沒有理由說非與對方維持原來的關係便會「變成精神病的患者」。這不但是沒有理

由的，而且也是絕對不會的。時間或者距離都可以沖淡兩個人的感情，另外一個異性的友情也可以取現在的友情而代之。這是社交上自然的定則，是勢所必然的。如果不然的話，世界上的『精神病患者』不知道要增加多少呢！

如果您這樣下去，造成您的朋友與他的太太間的更深的裂痕，那您真是罪孽深重，真的要『成爲一個罪人』了。

即使您的朋友待他的太太不好，即使他的太太生活缺乏樂趣，那也是他們夫妻兩人間的事情，與您無涉。您至多祇能以朋友的身分從旁勸解，不該用違反社交道德的手段去造成另外一個也許是更大的錯誤。因爲原來的痛苦祇是兩人的，如果您參加進去，則將來的痛苦也許將變成兩個家庭或更多人的痛苦了。

星星之火，可以燎原。愛情就像火一樣，如果處理得不恰當，危險是極大的。您應該小心，您應該急流勇退！

西風信箱編輯部

## 深深地懺悔

西風信箱編輯先生：

我是一個幼稚低能的少年，小學尚未畢業的苦學生。迄今在一家書店裏學習，因此能得與貴刊見面的幸運，藉悉先生是徬徨歧途青年的導師，領導人們向光明的坦途邁進！正在恐懼和愁思之中的我，憧憬着一些幼稚的疑問，盼望先生許予啓示。

我生就是個腦筋遲鈍的人，却有一顆向上慾很強的心。這也許是爲了惡劣逆境的驅使，曾矢志衝破我所厭憎的樊籠。我明白改造環境要從充實技能知識入手，計劃了一個自修規戒日誌。先生就在這裏發現我可悲憂的前程。計劃中有如下的規定：（一）

閱報，（二）習字，（三）看有價值的書籍，（四）早起運動數次，（五）不許有手淫自戕的行爲，（六）待人禮貌和睦，（七）不爭辯，不評人之短等。時常爲了這些，會使我拿了一面鏡子，自譴地的痛哭，深深地懺悔。起初是萬個決心去履行，畢竟沒有毅力去克服。在整個一年的日記中，百分之七十幾是越軌的。例如：（五）當怒火衝動之時，會迷糊的，被手淫之魔誘進自毀的懸崖，事後又悔恨回頭。先生，除了禁看熱情戲劇及桃色故事之外，在鄙人不能結婚的環境裏，有何更妙的法子弭止呢？（六）禮貌和睦是商人應有的基本修養，不過有許多荆棘阻礙。如和一個熟人點首招呼時，他會假裝瞎眼不理睬，或是輕視而走過（這當然不全是），若第三者瞧見時，一種酸心激動得面紅耳赤。下次會減少我許多勇氣。先生，你認爲是多此一舉嗎？有更好的辦法糾正嗎？

將一個理想和希望拋在前頭（非奢望，指計劃中的一些），經過一段時期的進攻，成功的希望仍杳然，而荆棘重重。一種疲憊頹唐的情緒，與向上的理智激戰得無可適從。這種不易形容的苦悶，此時此際，還是痛快的捨棄欲望呢？或是有更好的捷徑？

名人故事常言道：『偉大人物之所以成功偉大，他們都具有超人的毅力和勇氣。』這毅力是先天遺傳的嗎？生來的天賦嗎？或是自己培養的，如何培養呢？

明察秋毫的先生，祈你恕我這拙劣的文字，惠予解答，實不勝銘感的。

敬祝

撰安

異愚先生：

讀者異愚謹上

您年紀還小，來日方長，不要灰心。

許多偉大的科學家和發明家，如愛迪生和達爾文，在年紀小的時候，都是被認為魯鈍的孩子。但是他們終於有輝煌的成就了。這就是由於他們每日有規律的自修。這種成就決不是一兩天或一兩年的，而是每天每一刻長期堆積而成的。

您的「自修規戒」都很好，祇有第五條比較有問題。這並不是這個戒條本身不好，而是您對於手淫的態度是不正確的。我們相信您最大的「失敗」，使您「痛苦」，「懺悔」的，一定就是這一條，因為要完全制止「熱火的衝動」和手淫在大多數人是不可能的，而且往往是不必要的。

現在的心理學家，教育學家，和醫學者，都相信偶然的手淫對於身體方面是沒有多大害處的。手淫的害處往往發生在心理方面，為害最大的是恐懼、憂疑、自責，和自卑的心理。而這一類要不得的心理，往往是由於對手淫的認識不足而引起的。使青年對於手淫有不正確的認識的，是一部份醫藥廣告，思想落伍的告誡青年文字，以及成人的不正確的思想。

手淫並不是甚麼「自戕的行為」，也不是甚麼引誘人的魔鬼。手淫往往祇是顯示一個青年生理上的成熟。在一個潔身自好而又不能結婚的青年，偶然的手淫不但不是有害的，有許多研究性教育和性心理的專家，反而認為是有益的，是現狀下的一種最好的出路。當然，過份的手淫是不好的，但是這往往祇是顯示一個青年在生活上不能適應的地方和不能解決的難題。所以手淫不是可以用意志來硬加抑制的，如果一個青年因為有問題不能解決而有過度的手淫，那麼合理的解決辦法是幫助他解決心理上和生活上的問題，才是根本的辦法。

所以關於手淫一事，您不必悔恨，不必痛心疾首，祇要不過度，可以順其自然，這對於您的身體是不會有甚麼害處的。等到您結婚以後，手淫往往就自動停止了。

至於禮貌一點，當然應該講究。您要抱定一個宗旨，認為您盡您所應做的去做，人家的反應如何，你當另外一回事。如果他們對你態度很好（多數人應該是如此的），那你可以得到一種鼓勵。如果有少數人沒有注意而不理你，那你應該體諒他們沒有留意或者沒有看見，至於可能有極少數的人看不起你而不理你（其實這種可能性是極少的，這可能是你的自卑心理使你這樣想），那末要明白這正表示他們的意識不正確，並不能減少你個人的價值，不必放在心上。如果能夠這樣，你的勇氣就可以逐漸增加了。

成功不是一朝一夕所能造成的。不過凡是有毅力和有勇氣，同時把時間放上去的人，多少總是會有成就的。一個人的毅力和勇氣有沒有遺傳的成份，這很難說，不過我們可以肯定大部份並不是遺傳而來的，而是一個人從幼年起的教養和訓練所造成的。培養毅力的方法，就是要使自己養成一種工作的習慣，時時刻刻日夜不斷地朝某一固定的目標走。

西風信箱編輯部

## 丈夫熱戀另一女子

西風信箱編輯先生：

我是有兩個孩子的母親。四年前我們是自由戀愛而結婚。當初感情相當的好，然而去年起他熱戀着另一女子，對我母子生活不顧，因此時常吵架，於是他一去不回。我因受生活的壓迫，托

友人介紹到一家紗廠內做書記，待遇祇可維持我們母子生活，然而以後問題怎樣解決呢？下面幾點，請先生賜以解答：

- (一) 以後他仍不供給費用，可否向他提出離婚？  
 (二) 他不願離婚，孩子由他撫養，對我名義可有問題。  
 (三) 孩子由我撫養，將來孩子教育問題，可否在離婚時提出？

- (四) 由親友勸他回來可有希望？  
 (五) 是否可單方聲明脫離夫婦關係？  
 以上五點敬求指示，感激不盡。敬請

撰安

佩珍女士：

朱佩珍謹上

關於您所提出的問題，我們的意見如下：

- (一) 丈夫一去不回，不履行同居和扶養的義務，可以提出離婚。您說他熱戀另一女子。如果有通姦的事實可資證據，則提出離婚，更無問題。  
 (二) 他如不願離婚，則您和他們是夫妻關係，名義沒有問題。

(三) 孩子的教育問題，可在離婚條件中提出。

(四) 由親友勸他回來，有沒有希望，這完全要看您們感情破裂的程度和他的態度而定。如果他與另一女子熱戀，則「勸他回來」的可能性恐怕不大，但不妨一試。您如果對他仍存有萬一「回頭」的希望，則應該虛心研究當初他與您決裂和與別人熱戀的原因。爲甚麼一個好好在您手中的一個丈夫，會進了別人的懷抱去？這是值得研究的。這裏邊可能有您的錯誤的成份，使他不滿意，或者您們婚姻生活中有不協調的地方（如脾氣太大，好吵

架，性生活不滿足，思想距離太遠……等），以致他棄您而向外發展。當然，這件糾紛可能他該負大部份的責任，但是錯誤則往往雙方都有一點，兩人都得負一部份的責任。

夫妻有問題該冷靜地好好地商談，不可出以吵架的方式，更該避免各走極端。如果您自覺有錯誤的地方，則應設法改善，在丈夫與對方冷淡時，可能回老家來。

(五) 像您這樣的情形，離婚應得雙方同意，或由法院判決，不能單方面聲明脫離夫婦關係。 西風信箱編輯部

## 求學方式

西風信箱編輯先生：

我是一個剛滿二十歲的青年，可是輟學已經有四年多了。本來，我也有一個怡樂的家庭；父親是一個往來南洋各地的商人，母親是一個性情溫柔，態度慈祥的農家出身的婦女，很能治理家務，哥哥是一個軍人，還有一個讀書明理的祖父。當時父親的事業經營有方，所以有着一一些儲蓄，一家在融融洽洽中過去。

可是好景不常，太平洋戰事發生，南洋各地音訊斷絕，父親被難身殉。祖父因愛子心切，竟至一病不起，臥病月餘，藥石罔效，與世長逝。母親經此打擊，痛不欲生。經我兄弟勸以大義，才重振精神料理家務。從此家庭生活一切均賴田產收入。當時，我猶求學初中，適逢粵北發動戰爭，家兄身先士卒，結果戰死沙場。母親得此惡耗，痛不欲生，我是時，心中如搗，五內俱焚，表面上尚婉言勸慰母親。接着軍事失利，鄰縣告急，學校相繼停課，我經此打擊，遂參加志願青年遠征軍。入伍生活約年餘，抗

戰勝利後，奉令復員，本擬返校求學，惟恐家庭經濟能力不能負擔，於是暫時踏入社會，一俟經濟情形好轉，再行入校。但是三年來，經濟情形每况愈下，入學不易，而本身之求知慾高熾，欲自修，又乏人指導，長此以往，必將墜入歧途，由是倍感憂切沉默，意志消極。又我服務處離市廛甚遠，故鮮補習機會，若棄業就學，則經濟又成問題，是以特向先生提出下面三個問題請教：

(一)在這種情形下，如何才能得到盡善之讀書方法？(二)如無法入學，則該採取何種方式？(三)讀書的正確的態度如何？

以上三點，還請費神賜以詳示為感。敬請

撰安

讀者丘紹瓊謹啓

紹瓊先生：

你要進修，不外這三種辦法，即入校求學，補習與自修。但入校求學，必須先解決經濟問題，如果這個問題不能得到解決辦法，則唯有補習及自修。但你目前既因工作所在地遠離市廛而找不到補習的機會，那末你祇有自修這一辦法了。自修並不是難事，世間儘有許多學問家都是自修成功的。重要的是你要有決心和自信，肯用腦筋。你得就你興趣之所近而決定學習的方向，按照你所有的程度，逐步進修，由淺入深，勿求躐等，那麼日積月累，必有成就。同時得多多設法請教人，和找朋友互相切磋。對於修學工具如字典、辭書、參考書之類也須多備一些。課本也要選擇適宜於自修的，譬如英文讀本最好要有註音、註解或中文翻譯的，那末讀起來可收事半功倍之效。

在現社會制度下，學校教育祇有少數人可以享受，望學校之門而興歎的何止你一個人！你何必因此而「憂切沉默」？「意志消極」？已故民衆教育家陶行知先生曾說：「上天無路造條路，入

地無門開扇門。」你應該在沒有辦法中找辦法，靠自己的能力去求取學問。自學與入校求學同樣可以得到學問的進步，祇是方式上的不同而已，而在目前的情形下，你是可以採取這一種求學方式的。

西風信箱編輯部

## 自由被控制

西風信箱編輯先生：

我在本市某市立中學肄業。半年前結識本級一女同學，性情頗為投機。不幸在一個頑固的家庭中，我被控制了自由，由父母作主，與一個不相識的女性訂婚，而且禁止我再和那位女同學通訊，原因是那位女同學和我是同姓。據他們說，將來是不會發達的。請問同姓結合在法律上是否禁止？請先生在繁重的工作之餘，能給我一個圓滿的解答與辦法。敬祝

編安

忠實讀者沈培正謹上

培正先生：

法律是沒有禁止同姓結合的。同姓結婚「不會發達」，也是沒有科學和事實根據的一種傳說。

你如果對目下的婚約不滿意，那麼你特別應該設法充實自己謀生的技能。因為青年婚姻自由的所以被控制，往往就是經濟權的被控制。你如果將來有謀生的技能，那麼婚姻的自由權很可能就回到你的掌握了。

有婚姻自主權的法定年齡是二十足歲。到了那個時候，你就可以收回你「去了的自由」。最重要的一點，是千萬不要被迫與不合意的異性結婚，因為你的終身幸福很可能就此被出賣了。

西風信箱編輯部

### 讀者來函

#### 略表互助而已

編輯先生：

我讀西風是有好幾年之久了，我覺得在一般刊物中，要以西風及旅行雜誌為最好，但後者祇是報導風景，及旅行方面諸情形而已，前者則有人的生活趣味，像信箱、心理、修養等等，均為值得一讀的好文章。

可是我購置西風的方法，不知變更了多少樣了；最初是零買，其後定閱，後來變成自由定戶，最後，因為我們的行止不定，簡直不能順利地如期看到一本西風，而不得不退出自由定戶，托朋友們在交通方便的地方，隨購隨寄。我們到了延安已經好幾個月了，我們中一共有五份西風，一期不少，一期不慢，也可以說是「奇觀」。它們是托西安的朋友代買後寄來的。你看，我們是不是西風迷？

我們讀到第一〇一期的四五二頁中衫先生的信，才知道在交通方便的地方，也有購讀困難的事情的存在！真是替她感慨。我們常常看到能夠多吸一盒美國紙煙的人，而不購讀有益的刊物；能多吃一頓豐筵的人，而不願定閱新聞紙的事情，真有點奇怪！我們曾有過讀不到西風而煩燥

的滋味，所以湊上國幣五十萬元，替衫先生定一份。

我們不願得到回信，也不希望將此信發表，這不過略表互助而已！

駐延安國軍守兵一份子上

#### 偉大的惠施

編輯先生：

在患難之中得到這種意外的同情和惠助，對於您，對於這位隱名的好人，我除了心裏感激外，實在說不出一句感謝的話來。現在，我有一個打算，想將這位先生為我定的西風在讀後轉送給別一位和我處在類似情境中的人，讓他們也能享受到這份偉大的惠施，您看還是由我寄給您再轉寄，還是徵得他們的地址，由我直接寄去？這些都得藉賴您的「樂於助人」的精神，請不要使我失望！

衫衫鞠躬

#### 從中取利

編輯先生：

您或者不相信吧！我是一個小兵，我很歡喜看文學之類的書。有一天我在一個朋友那兒玩時（他也是幹兵大哥的），看見他床上放着一本西風。問起這書的來由，他說是拘留所一個失去自由的人的。爲了看了第一篇便把我吸引住了，我便要來他借給我，當我拿回來時，在一個黃昏的時份，便獨個兒拿了它跑到住宅後面

的一個山上，坐在草地上，出神地看着，看着，它使了解了許多關於歐美的情形，看到有幾篇精彩的抗戰中國故事時，我又隨着故事中的悲喜壯哀而哭笑，挺胸脯，流眼淚。最後看到了西風信箱，又使我心中也解決了一般青年心中常有的許多難題。一直看到了天黑，眼睛模糊了，實在看不清楚了，才好剩下最後的兩頁，滿懷感慨的走下山來，我高興極了，有些手舞腳踏。回到住所，就燈下把最後的兩頁也看完了，又翻來覆去的看第二次，才上床睡覺，可是總不能成眠，心中老在想能長久的做一個西風的讀者多好，再不然定幾期來看也不錯。但是，可憐的我做一個一等兵，一月全部薪津才只有三十六萬五千元，除了一月買一刀十行紙，一本筆記簿、鉛筆、及洗衣服的肥皂外，所餘尚有多少？最後我決定第二天去請問一個我從前的老長官魯某，他說，他也很歡喜西風月刊，決定做西風的一個定戶，這樣，我便也可以從中取利了。

敬祝  
撰安

羨慕做一個西風的讀者

#### 又得一位同病

編輯先生：

多承您費心，定單和信都已收到，又得到一位同病的地址，我一定按期將西風給他寄去，想來他也要感激您和那位隱名的先生的善意的，時間不允許我多寫，即此向您致謝，並祝愉快！

衫衫鞠躬

# 西風月刊投稿簡章

- (一) 本刊接受外稿。
- (二) 來稿須用稿紙精寫清楚，並將通訊地址註明稿端。
- (三) 如係譯稿，請詳細註明原文出處，最好附寄原文。
- (四) 編輯人對來稿有刪改權，不願被刪改者請預先聲明。
- (五) 稿費每千字三十萬元起，於每期出版後五天發給。
- (六) 來稿在本刊發表後，版權即歸本社所有。
- (七) 該稿除由本社致送稿費外，並贈送刊登。
- (八) 來稿非在刊一稿端特別聲明，並附寄貼足退稿郵票之信封者，概不退還。
- (九) 來稿請寄上海(23)膠州路一八六號西風編輯部。

## 西風廣告價目

後封面	一千八百萬元
目錄前第一面	一千五百萬元
普通全面	一千二百萬元
半面	六百萬元
四分之一	三百萬元

欲刊登者請與本社接洽

民國二十五年九月上海創刊  
 民國三十三年七月重慶復刊  
 民國三十四年十一月遷滬出版

# 西風

第一〇七期  
 三十七年六月號

顧問編輯 林語 嘉音 (在假) 德堂  
 主編 黃嘉音  
 發行人 黃嘉音  
 發行所 上海(23)膠州路一八六號  
 重慶辦事處 重慶臨江路大井巷二十號  
 特約經售處 泉州新南書社 青島祥記 爪哇一蘭學社  
 印刷所 中國科學圖書儀器公司  
 上海中正中路五三七號

## THE WEST WIND MONTHLY

Advisory Editor: Lin Yutang

Editors: Huang Chia-Teh, Huang Chia-Yin

Publisher: Huang Chia-Yin

# 西風社圖書目錄

生活的藝術	林語堂著	黃嘉德譯	六八〇〇〇〇元
浮生六記	沈復著	林語堂英譯	六八〇〇〇〇元
戰地春夢	漢明威著	林疑今英譯	六〇〇〇〇〇元
流浪者自傳	台維斯著	黃嘉德譯	六〇〇〇〇〇元
流犯餘生記(長篇驚險自傳)	黃嘉音譯		三二〇〇〇〇元
抗戰中國的故事(九週得獎文集)			二〇〇〇〇〇元
天才	夢(三週得獎文集)		二二〇〇〇〇元
星空巡禮(科學小品)	戴文賽博士著		二一〇〇〇〇元
幼童教養法	沈陳式譯	黃嘉音編校	三三〇〇〇〇元
古文小品(漢英對照)	林語堂譯		二五〇〇〇〇元
冥寥子遊(漢英對照)	林語堂英譯		一四〇〇〇〇元
徬徨歧途(信箱集)	黃嘉音主答		四〇〇〇〇〇元
光明之路(信箱集·土紙本)	黃嘉音主答		二〇〇〇〇〇元
失樂園(信箱集)	黃嘉音主答		三三〇〇〇〇元
希望和幸福(信箱集)	黃嘉音主答		三二〇〇〇〇元
空遊(徵文集)			二八〇〇〇〇元
創痕(三週徵文集)			三五〇〇〇〇元
人生之路(心理·修養)			二五〇〇〇〇元
大眼戲(社會暴露文集)			四〇〇〇〇〇元
創子手(社會暴露文集)			四〇〇〇〇〇元
文明病(社會暴露文集)			四〇〇〇〇〇元
翻譯論集	黃嘉德編		四八〇〇〇〇元

胎兒的故事(家社版)	劉祖洞譯	一五〇〇〇〇元
孕婦保養法(家社版)	劉本立醫師著	一五〇〇〇〇元
我愛講的故事(土紙本)	黃嘉音著	一二〇〇〇〇元
廣島被炸記(光社版)	黃嘉音譯	二〇〇〇〇〇元
阿丹諾之鐘(光社版)	林友蘭譯	二二〇〇〇〇元
實用避孕法(家社版)	郭泉清醫師著	一五〇〇〇〇元
怎樣教導子女(家社版)	唐現之譯	一〇〇〇〇〇元
黑孩(家社版)	黃朱綺譯	一八〇〇〇〇元
實用育嬰問答(家社版)	黃嘉音·江同編譯	二二〇〇〇〇元
新籃球裁判法(體育社版)	彭文餘編譯	一〇〇〇〇〇元
西風合訂本(一、二)		一〇〇〇〇〇元
西風合訂本(三)		六五〇〇〇〇元
西風合訂本(五、九)		八五〇〇〇〇元
西風合訂本(六、八)		八〇〇〇〇〇元
西風合訂本(十五、十六)		七五〇〇〇〇元
西風副刊合訂本(一、二)		一一〇〇〇〇元
家合訂本(一)		一〇〇〇〇〇元
家合訂本(二)		六五〇〇〇〇元
家合訂本(三)		五五〇〇〇〇元

上列各書價目自三十七年四月二日起實行，如有更動當以款到時本社門市價目為準，西風及家定戶註明定單號碼者一律八折優待。

內政部登記證京警滬字第九六號  
中華郵政特准登記認爲第一類新聞紙類

定價國幣拾