

告青年

告青年

告 青 年

例 言

今日青年受生活環境之壓迫，政治社會之刺激，縱不墮於悲觀失望，亦不免困處於惑亂迷惘之境界中，惕勵而指導之，使能奮發有爲，蔚成國家有用人才，而不虛擲此一生，寧非當務之急乎。今日青年之可寶貴，一猶往時，今日青年之可能性，不滅曩昔，惟在青年之自處耳。然則振作青年志氣，指示青年路徑之作品，實爲今日所不可或缺。此本編之所由作也。

本編共分十篇，就青年所處境地及所有問題，作懇切率直之談話，消極方面務求矯其惡習，被其迷惑，積極方面則以實現完美人格，爲社會國家造成新的將來爲指歸。各篇之中，多數已先後在青年進步中發表。讀者以爲此類文字極有益於身心，宜彙訂專藉，以供青年章弦之佩，故特略加增刪，刊行問世。

本編所取各篇，不獨富含精深遠到之見地，且頗爲青年設身處地着想，作切合實用之規勸，

細加玩誦，殊覺親切有味，可作立身行己之益友，讀者幸勿輕輕忽過。

本協會出版部前出致今世少年書一種，大受一般之歡迎。近者該書於現代潮流，間有不甚適用者，須加改訂，而四方要求出版者頗衆。編者前曾商諸余日章先生，請爲吾國青年，覓眼另撰一書，以應今日之需求，稍假時日，定能得當以報；本編之作，不過爲該書之嚮引而已。書中有謬誤未當之處，如蒙讀者不吝匡正，尤所深感。

民國十七年四月 胡貽毅

告青年

目次

卷首語	告青年	蕭
篇一	青年與創造	蕭
篇二	到創造的路	蕭
篇三	青年成功的路徑	仁
篇四	青年的病態與診治法	顧惠人
篇五	青年對於社會的責任	張執欽
篇六	青年與人格訓練	張仕章
篇七	青年的自覺與自修	袁伯樞

告青年

卷首語

一

青年啊！青年啊！

你在新空氣中呼吸；

你在新日光中洗浴，

你企求的新天地，

你督促的新進步；

你圖謀的新幸福。

一一

青年啊！青年啊！

你看：——

雪白的李花；

緋紅的桃花；

碧綠的楊柳。

你在春光明媚中，——

把你的過去……來懺悔；

把你的新生命……來接受。

三

青年啊！青年啊！

現在——

家庭的煩悶；

社會的腐敗；

國家的紛擾。

你却要一塵不染的——

上前……奮鬥……

實地的改革；

努力的創造。

四

青年啊！青年啊！

你的靈是聖潔的靈；

你的肉是性穢的肉。

你務必靈肉一致的，

把爲他服務，

做唯一……永久……

人生的工作。

五

青年啊！青年啊！

你對於完全的——高尙的——偉大的……

人格；

你對於理想的——光明的——和平的……

天國，

你告奮勇！

你抱熱誠！

你不斷絕的希望！

你無窮盡的忍耐！

你更在千辛萬苦，

十二分的危險中；

充滿了和悅。

六

青年啊！青年啊！

你投身現世界；

世界環繞了你；

世界也等候了你。

你須自問！

你須自決！

你今天不背了十字架；

更待何人！

更待何日！

你看娜……你！

你想哪……你！

詭

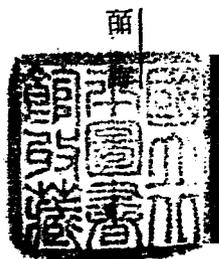
誨

告 青 年

篇 一 青 年 與 創 造

青年是能創造的人。因為他是青年，所以不能不創造；因為他的創造，所以稱他是青年。青年會創造，不成其為青年，創造沒有青年，也就沒有創造的希望了。

怎樣是創造？這句話很容易回答：不因襲舊的，一定要開發新的，便是創造。世界上凡事凡物，都是舊的一天一天退去，新的一天一天跑上，他們天天在那裏長進。天天在那裏創造。試看一棵樹，今年的枝葉，並非去年的枝葉。今年的花果，並非去年的花果。去年的枝葉和花果，適應去年的環境，比較前年的不同了！今年的枝葉和花果，適應今年的環境，比較去年又不同了！這樣！明年的枝葉和花果，一定要適應明年的環境，斷不能與今年相同。他的年年不同，便是他的年年創造。他若沒有年年的創造，吾們可以說這棵樹，是已經死了！他的前途，他的希望，就在於他的創造。換一句話說，他要



表明他的不死，不和一切的枯柴，同在拉雜摧殘之例，他必須創造。

吾們的人，是怎樣呢？有多少舊風俗，有多少舊習慣，常常把吾們束縛牢了。吾們像蠶在繭中，輾轉纏綿，他的外殼，便一天厚似一天，沒有敲破的方法了。吾們在家庭裏，稟受了舊家庭種種遺傳。吾們在社會中，薰染了舊社會種種的污穢。吾們的耳目塗塞了；吾們的聰明蔽鋼了；吾們說舊風俗是當然的；吾們說舊習慣是固然的；當然的不應改，固然的不必改。倘有人竟改了，吾們便須反對他。吾們要今天還似昨天。吾們要今年還似去年。吾們要一千年之後，還似一千年之前。吾們要復古，不要開新。吾們的道德，從程朱復到孔孟。吾們的文學，從唐宋復到周秦。復古的信仰，日日的深，開新的機會，日日的窒。這就是把吾們青年創造能力，漸漸減少，以至於無的所以然了。一棵樹，不創造，就是死。一個人，不創造，是怎樣？他雖是活着，他和死無二。他沒有前途，他沒有希望。再進一步說，這沒有希望沒有前途的人，並不是一個，是吾們中國的全體。再進一步說，這些沒有希望沒有前途的人，並不是一代如此，直是代代皆然。那麼！

吾們的中國，要到什麼樣田地，也就可想而知了！青年啊！你說要救國，是你的覺悟！救國自然不是用舊，能救的啊！設使用舊能救；中國舊了數千年，一定與盛極了，爲什麼要待救呢？設使用新來救，請容納吾的幾句話；你要創造！你要打破舊風俗來創造！要排除舊習慣來創造！你要生氣勃勃的創造！你要大無畏的創造！現在是什麼時候？吾們放開眼界，看看世界上的人，那一國裏頭的青年，不在認真的創造嗎？歐戰以後，無數新立國發現。這新立國的人民，不是熱心的創造，他的國怎能成立呢？戰敗的德國，分裂的俄國，殘破的比國和法國，他們不在這時候奮起，竭力的創造，有恢復舊觀之日嗎？就是戰勝的英美，他們經過此番惡戰鬥，痛定思痛，不但要彌補以前的瘡痍，並須要創造以後永久的和平呢！所以世界青年，在於今日，差不多合力向一個創造的目標而走。吐棄舊的，闢一條新路。開一個新門。揀選他們理想中所有的新事物一度；兩度，至於多度的試驗起來。像俄國德國，他們願做世界實行社會主義的急先鋒。他們願先投入大化學師的試驗管中。他們不肯因襲，抄什麼先進國的老文章。他們要

創造，縱使受盡了創造的磨難；歷盡了創造的艱辛；他們不畏懼，也不退縮。他們的精神是活潑的；意志是堅決的；氣象是光明的。他們要把最後的創造物，湧現在吾們的眼前。這就是世界青年的狀態啊！吾國的青年怎麼樣？吾國青年的創造事業怎麼樣？

有人說：吾們要創造，只怕創造的差了！吾國有無數老前輩，他自己不思創造，他也不許後輩創造。他的意思說：『你們少年人有幾許能耐，要想創造呢？這創造是容易的事嗎？除非古代聖賢，纔擔當得起創造兩字；後生小子，妄言創造，肆無忌憚，豈不是人心世道之憂嗎？』這一種整襟危坐的論調，就是把中國青年，陷入無底地獄；永遠不得超身的！吾也是白髮老人了！吾勸青年，慎勿聽了膽怯！你們創造的起初，自然免不了差。就是到了中間，也不免有差。你們要努力的改正，要努力的進取。難道因噎可
以廢食嗎？古代聖賢，是古代的；你們的創造，是現代的。現代用不着聖賢，只有青年的
創造！

現在吾把創造的事，略略分述在下面：

第一，是思想上的創造。青年創造，最要緊的，是在於他的思想。思想要高尙，不要卑劣，要前進，不要後退。要獨立，不要依賴。要規畫遠大，不要圖謀淺近。青年有這種的思想，他自然不安於小成了。他決不眼前的衣食住所困；他要用思想創造新環境，而不爲環境所埋沒。這是青年創造的第一步。

第二，知識上的創造。一般青年，進學校，讀書；不過進學校讀書罷了。他沒有向上的目的，所以讀了許久的書，還是一個毫無知識的人。他雖然精通中國文外國文，講到知識方面，却同兒童一樣。知識是必須企求而得的；必須磨鍊而成的；必須舍去舊見解，方能於新知識上有進益的；必須在現世界中，尋覓活知識；不是在破紙堆裏，勦襲些死知識的。能夠這樣，是青年創造的第二步。

第三，能力上的創造。大凡青年，能力薄弱，最爲創造的害處。他儘有些思想，儘有些知識；他沒有能力；便事事不能實行，也就沒有一事可以成功了！怎能創造呢？但是人的手沒有能力，爲他常縮於袖，不肯多用以作工。人的足沒有能力，爲他常坐在椅上，

不肯多用以走路。能力不是天生的，青年須先告奮勇，再有百折不回的毅力，做後，那就有創造的第三基礎了！

第四，道德上的創造。輕薄少年，沒有誠意，沒有真心。他是浮動的，遊移的，取巧的，偽善的。他不但對於他人不懇切，他對於自己，也不懇切。這等人便是沒有道德心，決不能負荷創造的重任的。吾們須知，創造是創造在吾們的誠意上，吾們的真心上。換句話說，是創造在吾們的道德上。道德是真實的，是厚重的，是虛心的，是摯情的，是熱忱的。這五樣是人生的根本，也是青年創造最要的根本啊！

思想的創造，知識的創造，能力的創造，道德的創造，合攏來，便是青年人格的創造。青年既能創造自己的人格，這纔能創造家庭，創造社會，創造國家，創造世界。所以青年兩個肩頭，一個要挑自己人格的重擔，一個要挑家庭社會國家世界的重擔。挑了，都望那創造的一條大路而奔。

創造家庭 吾們幼時，都是生長於家庭中的，故多爲家庭所創造。良家庭，創造佳

子弟。不良家庭，創造惡劣的子弟。因為這個緣故，吾們要改變以後家庭的新青年。先從今日的青年，用力改變舊家庭入手。家庭的種種問題，像專制解放，迷信破除，教育增進，衛生改良，這都是創造的事情啊！

創造社會 社會是人與人接觸的場所。社會腐敗，就是社會裏面人的腐敗。但這種腐敗，就同瘟疫的一般，有最大的傳染性。青年一到了社會，受了那種無形微生物的沾染，就即刻腐敗起來，不久便不可收拾了。所以吾們不能不建設清潔的，神聖的新社會，做他的替代。這是青年的責任啊！

創造國家 國家這名詞，並不是以政府為他的代表，是以平民為他的代表呢！青年的創造國家！並不是叫他做政客，做官僚，是叫他把平民的資格，造就平民的國家呢！吾們國家的貧啊！弱啊！不文明啊！都是吾們平民的不爭氣，也是吾們青年的不爭氣。以前的青年，扳援政客，附和官僚，他把國家弄到這般田地了。吾願以後的青年，忠心的服務平民，忠心的服務平民創造國家主義。

創造世界 世界的現在，是誰創造的，是人創造的。吾們是人，自然也有創造世界的一分子。世界已是他所有，供給吾們；吾們也應該竭盡心力，爲世界的供給；從現在的世界，創造到將來世界。吾們不會跳出世界之外，一人的作爲，全世界受影響。吾們個人的創造，以及家庭社會國家的創造，推到極點，都可以說爲世界而創造。反轉來說：世界的潮流，也影響及於吾們。吾們順了他的潮流做種種創造的事業，那是世界有用的青年啊！

大哉青年的創造！
勇哉創造的青年！

篇一 到創造的路

誦 誨

創造世界，是我們青年唯一的人生觀。但是創造這一句話，本含有兩種意思！
是破壞，一是建設。

舊世界的種種，我們不可不破壞他；新世界的種種，我們不可不建設他。我們爲什麼要破壞，因爲要建設；我們因爲要建設，所以要破壞。破壞即建設裏面一部分的計畫。不是破壞是一事，建設又是一事。一方面建設，即是一方面破壞，不是破壞在先，建設在後。

由前一層意思講；譬如造屋。必須已經畫圖打樣，庀材鳩工新屋的籌備，一切完全，然後再把舊屋拆卸。由後一層意思講；譬如植物，每到春天，新芽怒生，然後他的舊葉脫落。可惜現在講破壞的，他於建設事項，一概置諸不問；專門的破壞，弄得沒一樣不糟糕。

那講建設的，他但求在陳舊的根基上，加一重新建築，這就是耶穌所呵斥的，「把新衣補

舊衣新酒盛舊囊，」使他加倍的破裂了。

以上所說，多是理論，請證諸事實：我們不是天天在那裏講解放嗎？解放就是破壞；解放舊禮法，就是破壞舊禮法；解放舊風俗，就是破壞舊風俗；解放舊習慣，就是破壞舊習慣。舊禮法破壞了，從此變為無禮法是好嗎？舊風俗破壞了，舊習慣破壞了，但是他的自命為新風俗新習慣，還是舊者的變相，而且比舊者更為惡劣。但看解放於專制政體底下的中華民國，九年以來的紛擾情形，就可概見了。其他國中的事情，工人的解放啊，青年的解放啊，女子的解放啊，那一件不是這樣呢？

再講到建設的事實：教育不是建設裏面最重要的一樁事嗎？我們中國有沒有社會教育？有沒有家庭教育？就是學校教育，三十年來，傾向於西方文明，是不差的。但是被世紀前五百年的舊教訓，拖住了脚，使他「追而不飛」。人人說什麼注重科學，發展實業，究竟他們的根本思想，還不出「中學為體，西學為用」的老見識。所以「黃牛馬角，不今不古」的教育，造就了無數「四不像」的人才，以至釀成這「尷尬」的時局。

推開一步說，我們浮慕歐風，不問自己力量如何，日日向奢華路上去走。那知「金玉其外，敗絮其中」內面的窮困，遂至不堪言狀。越越的奢華，自然越越的窮困；越越的窮困，還要越越的奢華。有勢位的，不得不貪暴了；有氣力的，不得不搶掠了。勢位和氣力俱無的，只能輾轉呼號，填瘠於溝壑。這種現象，也是新舊衝突，東西文明背馳，沒法調和的結果。

創造之難，到了我們中國的今日，可以算極點了。我們理想的新國家，理想的新社會，理想的新家庭，怎能夠實現呢？要這種種的實現，先要實現一新青年。

現在不乏有志的青年；但是他為遺傳所限止，環境所束縛，不免變為四個式樣。第一，是無意識的樂天家。第二，是有思想的厭世家。第三，是冷酷的旁觀家。第四，是狂熱的盲進家。

怎樣是無意識的樂天家？古來的樂天家，並不是無意識的。現在這些樂天家，他並不知世界的悲痛，我們中國的危險；即使知之，却也與他無干。他懷抱一利己主義，華

衣服美飲食育妻子買田宅足夠他的平生了。他略通中外文字，却無研求更上學問的思想。他頗有辦事才幹，却無發展更大功業的志向。他是隨俗浮沉，不知不覺的，由少而壯，當壯而老，一世過去了。也許留貽些財產，以與子孫，却沒有留貽什麼別的，以與世界。安逸過一世，也是庸碌了一世。這不是樂天家嗎？這不是無意識的樂天家呢？青年的創造，到這種人身上，都相銷而等於零了。

怎樣是有思想的厭世家？青年最怕沒思想；只要有思想，就勝過上文第一類的人物了。不過他的思想太趨於極端，稍不如意，便進銳退速，至於十二分的灰心了。須知世界上的事，本來「不如意者十常居八九。」這句是中國古諺中最有經驗之談；那有樣樣如意的。但是他因為一樣失望，遂至事事均作失望觀；無可奈何，不得不歸到厭世思想；這類人真是不少。再加以吾國古書之中，無論文與詩，大半含一種厭世主義。因為這些詩文，雖然多出於儒家，儒家却並不厭世，而且反對厭世。但古來的大文豪大詩翁，他要成功，總須受過道家和佛家的洗禮，這兩家都是厭世主義最濃烈的。聰穎的青年，

讀了幾篇古文，幾十首唐詩，出語時自然而然而都是一種「無病呻吟」的話頭了。既然厭世，那裏會努力去創世呢？但求脫離世界的苦難，那裏會創造世界的幸福呢？

怎樣是冷酷的旁觀家？這一類人，是自以為有見識的。但是他對於世界，只取旁觀的態度。無論什麼事，無論什麼人，他總有批評的，他的批評，却又有貶無褒。這樣不好，那樣不是，試問你為什麼不自己去做呢？他總絕不犯手。我們中國最大的壞處，就是批評的人太多了；做事的人太少了。這些「坐而言」的，作了無數的主張，出了無數題目，發表了無數的議論，他是一概不「起而行」的。他們袖手旁觀，等待人家行了，再可以從而議其後。——人家怕他們的批評，也就不行的還好。尤其甚者：這些旁觀家，再有迎頭痛擊的一法：一件很好的事，剛剛有人熱心辦理，他却微微的一笑，說道：「你知道嗎？這是某方面的利用，這是某黨派的陰謀。」裏頭含有某種的作用，受了某某人的運動。」這樣的批評一出，局外人裏足了，局內人短氣了；那件事的成敗，可想而知了。所以冷酷的旁觀家，他是立於世界之外，敗壞世界的；他沒有分兒去創造世界。

怎樣是狂熱的盲進家？少年有志之士，願爲他的志意而犧牲，這一類人，是最可貴重的，也是我們最當愛護的，不過爲他的心太熱，他的進行，不免陷於盲目了。第一：不諳時機，像取果未及成熟一樣。第二：不問程度，像小兒使負重擔一樣。第三：不依階級，像綠梯欲上青天一樣。聽說某主義，是今日世界最好的主義，他立刻就提倡某主義。聽說某方法，是今日世界最好的方法，他立刻就實行某方法。不知這種主義，這種方法，在世界各國，各有各的歷史，各有各的國情，各有各的民性。譬如食物，硬的，倘然不經自己胃臟的消融，怎能補益身體呢？有一般人食古不化，現在他們，又是食今不化，一變要成病啊！所以狂熱是可敬，盲進是可怕。我願青年，對於創造的事業，姑抑止你的狂熱，先平心靜氣，下一番研究工夫，一番討論工夫，一番試驗工夫。

我們自己造成一個新青年，不變成上面四類的式樣。有真心的，有毅力的，能忍耐的，肯犧牲的，那麼，可以到創造的路了。

篇三 青年成功的路徑

仁 彘

成功之生活。醉生夢死的生活，是人生可太息的慘劇，一敗塗地的遭逢，是人生莫大的奇辱。人憑着秉賦的良能，遵着智慧的引導，所得的酬報，那就是成功。然而世界上的人，無論男女，一個個奮勇前進去達到他所要的目的，自的一經達到，就驕傲自滿了。這不是成功，却是成功中的一種引誘；成大事業的人，是以天下爲己任，決不是「淺嘗輒止」的。吾人往往將「名譽」二字以爲與「成功」的解釋相同，於是沽名釣譽者有所假藉，醉心富貴，放蕩淫佚，彼自詡爲得意的，其實不過表面上的「勝利」罷了，那裏是成功！這種勝利，不足以驕騰人心，那是有識之人所共見的。所以成功之生活，實無他道，是一種有意識的競爭，生活競爭得勝，則精神愉快，意滿志足，這就是證明成功之所在。

成功基於進取之繼續。所以成功目的之達到，是進行不怠之事，今天的事業，就

該勇往直前希望來日的成功。這樣奮鬥前進，達到歷年所未達到的目的，這其間可獲無限的愉快。可是到了這個境界，你就掩旗息鼓，不再上進，去求最後的勝利，那麼你的生命，就要恐慌叢生，還歸失敗了。所以連續的成功，乃生命之無上酬報。生活的愉快，不在你數年前的如何成功，乃在你現在的如何奮鬥。你對於自己的事業，洋洋得意，不再作進取的思想，那麼，你的生命就無趣味可言，失敗可不旋踵而至了。

失○敗○之○教○訓。失敗之字，雖足以寒懾吾們的膽，然而也含有激勵之意。此字的意義有二：其一為患難，其二為忍耐。凡古今來成大事業的，無不從失敗中得來。事業的成功，未有不經歷幾次的失敗。吾們每經一次失敗，即得一次教訓，有此一番經驗，就可達到生活的真正目的了。人所以勿因失敗而志墮氣餒，須重整旗鼓，另定方針。努力進取，目的終可達到。人們常說，沒有氣運機會，事業便難成就，所以相信庸碌的生活，是天之所譴，人所應受。然而意志堅強熱心工作的人，具有百折不回的精神，拔山蓋世的氣概，他看着天下之事，無不可為，就不受天譴了。

進行之途軌。你要有成功的生活，應該有幾種先決問題，就是覺悟自己的缺點。牢記自己的宗旨，洞悉自己的前程。這樣，機會一來，就能隨機應變，措置裕如了。你不要驚慌，驚慌是事業成功的魔障，消磨能力的工夫。勇敢前進，立定方向，剛毅不撓，無論何事，如果經驗多年，自能有進步的。果然失敗了，就當研究這是那一個的罪呢？失敗雖難挽回，然而失敗的原因，一定是尋得出的。

奮鬥之熱忱。能力的發達與否，全在人之奮鬥如何？奮鬥可以轉旋機體，若缺乏了奮鬥精神，就事事無能爲了。人的能力，有時薄弱，不足應身體的需要，因此肌膚呆木，腦力遲鈍，事業失敗，無挽回的餘地了。缺乏奮鬥熱忱的人，庸庸碌碌，生存於世，實在是人類所不齒的，他做了社會的寄生物，無益於世，運不如死的好。奮鬥的熱忱是什麼？那是神聖的起源，受了能力的激刺，智慧的引導，而做刷新世界的主動力。

熱忱之價值。無熱忱而要想成功事業，那是妄想。所以熱忱是吾人所當力求而重視的。但是沒有智慧的引導，熱忱亦無由顯著。熱忱是人類的靈魂，有轉移世界的

力量，要想成功事業，一定要這種熱忱。光陰是我人的經驗場，吾人在未來的光陰中，該永遠的有此熱忱，那就無往而不活潑，不致庸庸碌碌地過却一生了。雖然吾人的一生活不能說單受這熱忱的影響，如感情經驗等，也是灌溉生命，增加知識的。人們說教育事業係僅指學堂而言，這話不對，人之生命，也就是學堂。你不必介意你的職業是什麼？你倘能優爲己業，自可以從中得着良訓。就是患難之中，也有教訓，使吾人可以知道熱忱的價值，錯誤的來原。

憂患使人成功。許多人因憂患的激刺而成名。凡立志上達者，仔肩巨艱，歷年月之切磋琢磨，後經憂患，却是越憂患越奮鬥，越奮鬥便越發達他賦乘的本能了。所以憂患之用，狠可以促進人格的能力，使人成功，古人臥薪嘗膽，終雪其辱，這就是憂患使人成功的例證。

窮苦勝於大學教育。窮苦是不可逃免的一種困難，然而未始非智識上最大的一種激刺。古今來偉大人物，常覺窮苦礙人太甚。可是窮苦是高明的教師，吾人愛他的

教訓，因此振奮而起，盡力爭雄，以至於成功。窮苦當然慘痛，却是惟其慘痛，所以可爲醉生夢死的藥石，破除那粉飾虛張的弊病呢！

愛德華德博克

Edward Bok 氏是婦女

家庭雜誌的編輯，他曾描寫他個人兒童時代困苦的经验道：『我飽嘗窮苦之味，歷經辛苦，所以我早歲無一定的方法可以定我立身的基礎。』凡是一般出身卑微，而勤勞奮鬥以至功成名立的，大概都知道此同樣的经验。你萬不可以窮苦而憂慮，窮苦實在不是玉汝於成的，使汝有豐富之生命的。窮苦勝於大學教育的一說，那是確實的，並不是吾們過分的論調。因爲惟有窮苦，纔能使汝知道生命的真正價值。不過受窮苦，是無一定限制的，所以貧賤的勢力，往往使未遇英雄。吁嗟嘆息，無法解決。

戀愛工作

赫格麥斯脫先生

Mr. H. H. Masters

在他的著作中，會講明生利

的方法。他說人們要有豐富之酬報，須先有工作的戀愛。上文會說及熱忱，戀愛工作就是熱忱。所以你盡心竭力地做你每天的工作，你也能從其中得到美滿之結果。這就是戀愛工作之應驗。

身。體。健。全。之。重。要。

以上所說，戀愛工作，備具熱忱，奮鬥進取，凡此種種，還有一個總根基，便是你的身體。你的身體，乃是達到目的的工具。身體的價值，難道不及汽車飛機良馬麼？難道不及財貨麼？你應該認識他的價值。你身體上的發達，固然是靠着食物維持，然而更重要的，却靠你的運動，血液，筋力，神經，各機關的健全；要求各機關的健全，全靠那食物的適宜，運動的合度。

元。氣。充。足。精。神。活。潑。之。生。活。

你要你成功的才能，有增無減，你必需有充足的元氣，活潑的精神。你有了這元氣，這精神，你的技藝，知識，都可以增加了。所以身體的缺點，最宜注意，身體好似器具，器具壞了，安能應用呢？身體的修養好了，然後進一步，使腦力與身體有同等的發育。這樣你的生活就可達到成功的目的。

篇四 青年的病態與診治法

顧惠人

「後生可畏」「旭日初昇」「鵬程萬里」「前途無量」諸如此類的好口采，人們常用來恭維現代的青年；在這興高采烈，自鳴得意的當兒，忽然來了一個不識時務的人，說什麼現代青年的病態，那末，這個人不是一個巫醫，定是有神經病的。說來亦真不錯，「無病呻吟」，恐怕弄假成真，真的生起病來了？然而有病不宣，硬裝好漢，這樣，「外強中乾」，一旦「病入膏肓」，欲治無方，到了那時，後悔莫及！青年啊！不要再自欺，自己掩飾自己的病；要知道我們的病，已成險症，牠的病態，已經畢露，掩無可掩了。事情已經到了這般田地，我們何不直直爽爽的把牠說出來呢？或者我們可以得到華陀扁鵲一類高明的醫士，把我們的病診治。否則我們祕而不言，誰知道我們的病，病在那裏。雖有了那些「妙手回春」的醫生，他們亦不知從何下手。我是現代青年的一份子，我深覺我自己的病，而且我已做了十二三年的學生，就是現在還在這裏做學生，所以同時我親

竟親聞同學中有與我犯同樣毛病的。因此我敢不藏不諱的直寫出來；縱或青年中沒有這種病的人，那末，我要向他道歉。總之，這樣病態都是一般青年所流露於報章雜誌中的；我從我同學中親見親聞的和從我自己的經驗中直覺到的。設青年中有讀了大以爲不然的，我要請求他們不要老羞成怒，只當我自己的病態的寫真罷。

(一) 關係智識上的病態

(甲) 枯燥。智識是青年生命的一部分，亦是助長生命的滋養料。青年學生所以汲汲焉，皇皇焉，費了好多的金錢，要入學校，就是要求智識上的滿足，這就是入學校的重要目的之一。現在我們在學校裏，平心而論，可說大多數是不知智識作何解，不知什麼是學問的。一個學生，倘能將學校所規定的功課，逐一的豫備而不欠債，這種學生就算上等的學生了。這樣上課，落課，休息，川流不息的一天一天的過去，什麼報章啊！雜誌啊！不要說去看，連顧問亦不去顧問的，甚至我們中國現在出的那幾種的雜誌的名字，他們亦恐怕叫不出來。總之，校中日程中的功課與他們的分數有關的。倘一不及格，那

就沒有學分，學分沒有讀滿，那末，對他們的畢業，拿文憑，要發生極大的關係。所以他們拚命的死讀，爲的不過幾個學分和一紙文憑而已。其他對於畢業和學分不相關的學問，竟以冷眼相待，拋在九霄雲外了。在這種機械式的學程中，天天在那裏討生識，這兩三年的工夫一過，只成了木板式的腦子。雖有滿肚子的學問，亦不能應用於世。這是顯然在智的一方面，犯了一種不消化的病，於是血液停頓，而呈一種枯燥的狀態。

(乙) 浮泛。學問二字，談何容易，苟非勤習有素，自修有方，那末，學業終沒有一日能成就的，至於要想學識登峯造極，更非夢想所能得到的。這樣說來，要得學問，須付代價，所付代價的高低可以定奪學問的深淺。現在我們在學校裏，只貪省力的路走，譬如這裏有幾班選課，可隨學生的自由揀選，那末，大多數的人，總要去揀那最容易過班的去讀，不管這班功課與他們有實際的利益與否。如此因循苟且的，一天一天逍遙過去，直到畢業，在這種景况之下，對於學問絲毫沒有下過深刻的功夫，但到了期限，而學士的頭銜，竟得到了。如此的所謂學士，我們豈不應當撫心自問，所謂學士，學在那裏？總之，求

學而不以學爲目的，所以對於學問不發生興趣和感情，得過且過，浮面的得些學問，就算了事。青年啊！這不是我們的病態麼？

(丙)自滿。學問沒有終止，而人生却有年限，以這樣有限的人生，去求那無限的學問，我們不免要與望洋之嘆，只好謙謙虛虛的，求到一分是一分，那裏還可以趾高氣揚，目空一世，以爲自己的學問高入雲霄，人家不如我呢？可是我們青年，往往犯了這種病，讀了一本文學史，和幾本近世的小說，就要自豪爲文學家了；讀了一二本社會學，就要談談什麼社會主義了，讀了幾本教育學，便以教育家居居了。更可笑者，有的要以所讀的誇耀於人，於是各立門戶，以排斥他人爲惟一的目的，有的整起旗鼓，在報章上各顯神通，竟打起筆墨官司來。起初純爲理智上的討論，後竟以感情用事，牽及個人問題了。所謂一般現代青年學者，而中了這種病，如何能使我們在智識上有所造就，在世界學術上占一位置呢？這種自滿的病，既把智識上的生機消殺殆盡，自然過了五年十年，仍舊依然故我，智識上終不能得絲毫的進步了。

(二)關係德行一方面的病態

(甲)虛僞。我們在學校裏以求學爲名，而實行欺騙的手段。什麼卑鄙下等的行爲都可做得，只要瞞得過校長和教師的耳目，一概可置不問了。大羣廣衆中，說得天花亂墜，什麼尊重女子的人格啦！勞工神聖啦！使聽者覺得十二分的佩服現代青年人格和道德如此的高尙，誰知他們到了寢室內，什麼下流的話都會講呢！非但不配說尊重女子的人格，實在是蔑視女子人格的尤者了！到了飯堂裏，就忘記了「勞工神聖」這幾個字，那飯司務只要少受幾句罵，少吃幾個嘴巴，已經算他們的大幸哩！我一有次記得我對一個某某同學說：「現在的學生，真可憐！無處不用其弊，只要有可用弊的地方，他們就大施其技。」那位同學對我說：「這種便宜貨不貪，到幾時呢？而且現在都是人騙人，學生騙教員，教員何嘗不騙學生呢？」他回答我的話，雖使我心痛，但他所說的，我看真說得痛快淋漓，把現在青年學生對於德行一方面虛僞的病態，赤裸裸地表現出來了。

(乙)奢華。這種病態，彰明較著，人所共知其曉，不必容我多說。奢華對於青年學

生的害，實在不少；牠能使青年分心到細屑無關重要的事情，如衣食這些問題上去，以致使他們不專心學業。但我以為奢華對於青年自己的害，並不算大，最大的害，就是影響及於家庭和社會。怎樣說呢？我們一入奢華之途，我們的費用較大，於是家庭的負擔亦加重，做父母的定是疼愛他們的兒女，無論如何，他們總要盤算計畫，省吃儉用下來，使兒女受教育。雖然如此，我們有時還怪做父母的不好，說他們教養無方。青年啊！我們已到了成年的時期，我們應當覺悟自己有自己的主權了。奢華對於社會，亦有極大的害，奢華以後，消費最大，消費大，必仰賴供給之多。說一旦供不敷求，物價一定飛漲，這經濟學上的原理，誰亦不能否認的。一種物品的價值抬高，其餘的貨物，亦因之而加價，這樣生活程度增高，一般經濟力不足的人，豈不是要受極大的壓迫和痛苦嗎？

(丙)自私。我們青年常說：現在我國的官僚，犯這種自私的病，犯得最厲害，倘若他們沒有這種病，那末，我們的國家，早已弄好了。聖經中說：「我們只見弟兄的刺，而不見

我們自己眼中的樑木。」我看我們青年就是這樣的人，只見一班官僚犯了自私的病，而自己同樣犯了這種病而不自覺，因為這是普通的流行病，習以為常，不見有什麼希奇。然而牠的毒真可致我們的命而有餘，他日蔓延到社會和國家，足足可以送牠們的命啊！我亦不必說這些瑣屑的自私行為，只要讓我來問一個問題：「我們為什麼要求學？」倘然我們照良心上說起來，自然我們求學，是要服務社會；効力國家；為人羣謀幸福，但是這些話都是欺人的話，老老實實的說一句，是為自己的生計起見。再說得簡單些，是為保全自己的肚子不空起見。我不是說我們不要顧全自己，但我說我們切不可太為自己計謀，至於人家的事在我們的腦子裏連轉亦不轉了。

(三) 關係身體上的病態

(甲) 腦弱。普通人所說的神經病，就是這種腦弱病，患這樣病的青年，實占多數，有了此病，一見了書，頭就發痛，身體雖在課室內，而他的思想簡直飛騰於九霄雲外，不知在那裏。這種病的發生的原因，大致因空思妄想，和缺乏睡眠所養成的。

(乙)近視。一個學生初入學校的時候，視力非常強的，但讀了二三年的書，他的目力就一天衰弱一天，所以在學生中，十之七八有患近視的。一個人的兩隻眼睛，實為全身之燈，一旦失了目力，那就萎靡不振，作事無序了。

(丙)肺癆。肺癆那種病，遇着身健的人，牠無從生長，因為身體的原力，足可敵這種的黴菌而有餘，一遇體弱的人，那真是牠的好機會，乘此有隙可入的時候，就侵入肺臟了。於是這些黴菌在這人的肺內作祟，一天一天的加重，竟成了肺癆。所以體弱的青年學子，往往有這種病。

現代青年的病態，真是層出不窮，他們的病勢，天天在那裏改變，要我一一說出，是不可能的。以上我所提及的，不過是現代我們青年普通的流行病。我們既已察出種種的病態，這仍不夠，我們還要再進一步，去考察病的來源。以我個人的觀察，我們青年的病，從兩方面造成的。那兩方面是甚麼呢？(一)自身，(二)學校（或說環境。）

(一)自身。人身上無論那一種病，牠的原因，不外自己的不衛生，和黴菌的傳染。

什麼叫做不衛生？就是不照康健之道去做；飲食不時，動作無常，睡眠不足，沒有暢快的娛樂，這些都是不衛生的規則，所以疾病叢生了。還有其餘對於智識和人格上的病，亦是爲了不守牠們所定的規則和程序而產生的。

(二)學校(或說環境) 前面已說過，病的來源，就是青年自身。但自身以外，環境亦是非常重要的。現代青年學生所常處的環境，豈非學校麼？我們往往聽一般先生們說：「一個青年學生離了學校，一入社會，非常危險。」那末，我要問他們一句，什麼危險呢？他們一定回答我說：「社會上的惡勢力太大，青年入了社會，十之八九，不能抵禦，隨波逐流，慢慢的墮落了。」我聽了這番話，不禁使我喊嘆難堪。現在一般師長們，和所謂教育家，竟說出這樣不負責任的話。青年插身社會，而不能抗拒外來的惡誘，足可以證明青年的不健全，有了種種的病。換一句話說，就可表示他們所受的教育的弱點。那末，身任教育之責的，當然應當起來設法如何改良學校的環境，使學生受完滿的教育，將來立身社會間，無論遇到怎樣的引誘，仍能不折不扣，保守他們的人格，這種教

育纔算真正的教育了。

致病的原因，我們已知道了，最後的一步，就是對症發藥。青年的病，既由上面所說的兩方面得來，那末，醫治之法，還須從這兩方面入手：

(一)對於學生所發的治方

(甲)覺悟。「覺悟」這二個字，就成了現在學生的口頭禪。什麼事都要講覺悟，他們所說的覺悟，究竟覺悟些什麼呢？以前說起婚姻，定要有「父母之命，媒妁之言」，現在青年覺悟了；婚姻不應當受束縛，所以應該自由戀愛，自由結婚。以前教育是少數人私享的權利，現在青年覺得教育應當共享的。這些都是極好的現象，表示青年的覺悟。但我以為這些覺悟，都是關於社會的制度，而青年對於自己實在沒有絲毫覺悟的表示。我們青年應當覺悟我們生活上種種病態，能阻止我們的進步，所以非把牠們診治不可。

(乙)修養。我們青年在智、德、體，各方面都發見病的狀態，那末，就是顯出各方面弱

的情形；而且牠們經這幾次的大病，一定大傷元氣。我們倘要，想牠們復原，非修養不爲功。至於怎樣修養？那我亦抱同樣毛病的。要得十二分的復原，非另請高明不可。

我現在簡簡單單說幾個我自己的方法在下面：

- 1、多看名人傳。
- 2、常和自然爲侶。
- 3、鎮靜的求學。
- 4、多研究人生問題，這樣，可以得到人生的價值和真意義。
- 5、重視衛生之道，以保身體健康。
- 6、實踐所信仰的教義，或由書籍中所得的真理。

(二)對於學校所發的治方

(甲)環境。普通的人，把學校的環境看作盡善盡美，有的竟看牠以爲是理想的，那末，我們跑到學校裏去看看，實地的調查一下，就可知學校的環境，沒有到十二分的圓滿，牠的缺點尙多，這些像學校的圖書室，未見得可以使學生得到他們屬智的一方面所要得到的。課室中的空氣和光線又未能適宜。總之，教員不能說學校的環境，已到了十二分的完備，因此他們可以卸責，不謀所以改良了。

(乙)善誘。什麼是教員？這個界說，我從沒有見人定過，而我亦沒有這種學識去定這個界說。但我深識所謂教員，不是單單在課室裏教書的，落了班，什麼關係學生的事不去管他們了。我以為教員除教書以外，還要負訓育的責任，我國有稱教員為「春風時雨」的那話，就是我的意思了。

青年啊！我們雖生了這些病，可是還未見牠們的根深蒂固。我們還是青年，有機會可以把牠們連根帶蒂的剷除。今錄創造週報歧略一篇中一首詩在下面，以作我的結論，為青年諸君勉：

趁着我們的血浪還在潮，

趁着我們的心火還在燒，

快把那陳腐了的舊皮囊，

全盤洗掉！
新中華的改造，
正賴吾曹！

篇五 青年對於社會的責任

張執欽

中國自從改建共和政治以後，國內的現象一天比一天混亂。洪憲以後，國內紛爭愈烈，社會上因而受了重大的影響，一切風俗習慣，一天比一天惡劣。所以人民的思想，多半是偏向到鑽利營私的一方面。以致於一般有錢的富翁們，只圖自己一時的快樂，便將一切義理道德的事情都置諸腦後。有無數勞苦的貧民，因為生計所逼迫，自己又無處謀生，所以一切寡廉鮮恥的事——如騙掠拐盜——都做出來了，這就是現在中國社會的不良現象！我們要想改造現代的中國，自然是應當由政治和社會兩方面入手。現代中國的青年，對於現代的中國政治，不容易得到參政的權柄；——這就是多數說——但是他們對於社會改造的責任是能夠擔負的。社會是多數人集合而成，政府是少數人所組織的。設使社會上的風俗習慣改良了，那執政的幾個少數人的一切動作行爲，也就自然而然的隨着社會改變了，所以「改造中國社會」這個問題，比「改造

中國內政問題還要重大些。

中國現代青年，是中國最有希望的國民。

「中國前途是光明或是黑暗，」這個問

題完全該他們負責去解決。既然他們有改造社會的能力，就應該照着所負的責任去做。他們所負的責任是什麼呢？就簡單說，約有五項：

(一)引導人民，掃除一切不良的嗜好。人的嗜好不好，最容易引誘他做不道德的

事。就最普通的說：吸煙、飲酒，這是最無補益而且有害身體的嗜好，並且還花費銀錢，甚至於有因醉酒而作出許多危險事情的。這種不好的嗜好，差不多人人都知道是無益的；然而他們因為貪享片刻的快樂，就忘却了其中的一切利害。我們曾受教育的青年，應當常常和他們講解這種嗜好的害處，並且還要竭力激勵他們戒除牠；對於那些沒有這種嗜好的，更應當勸止他們不要沾染。設使他們要沒有這種惡劣的嗜好，就不容易做出那些不道德的事情了。

(二)改良腐敗的家庭。家庭的美惡，與個人的道德和行爲是極有關係的。社會

上有許多人是藉家庭的輔助而成功他一生的事業。換句話說，受過良好家庭教育的人，他不致於流落爲一個下落社會的人物。但是現代中國社會的家庭，內容腐敗的仍是不少。他們心目中的中國，還是閉關時代的中國；他們心目中的人民，還是滿清專制時代的人民；所以家庭裏的一切設施，仍是附帶些專制的性質。因而家庭裏的一般青年，飽受了無形的壓迫；於是乎將他們那種英氣勃勃的態度，活活潑潑的精神，漸漸的消滅了。而家庭裏的氣象，也是暗淡陰沉，無絲毫和樂的樣子。這些青年們，受了這種專制家庭的影響，所以甚麼「女子解放」啊，「社會公開」啊，「自由戀愛」啊，都直是能說不能行的了。

我們要改造中國的社會，必先要改造中國的家庭。因爲社會是多數家庭集合而成，假使各人將自己的家庭改良了，他家裏出來的子弟，自然見識和行爲都要高人一等，並且還可以做別人的榜樣。那麼，一做十，十做百，多數的家庭，比少數的家庭好，社會上的好人比壞人多，社會更容易改良了。

(三)潔身自好作爲人民的儀表。大概普通人的心理，都是摹倣性強於改造性

一個團體之中，設使有八九個好人，只有一二個壞人，多半是這一二個壞人也要漸漸的做著好的做。反過來說，設使八九個壞人和一二個好人組織一個團體，這一二個好人多半也要漸漸學壞了。現在社會上的壞人太多，所以社會纔能這樣惡劣。我們既要改良社會，必先自己改良自己的一切行爲，不致於與這萬惡的社會一樣。所以凡是一般不良的嗜好和習慣，費錢耗時，傷身疲神的事，我們都應當竭力棄絕。我們要扶助人民，成爲社會的優秀分子，必先將一般易犯的通病根本剷除，使他們做效着我們由正道走上走。所以「潔身自好」四個字，是個個青年都應當審察透澈，切切實實的一直做到一生之末，作爲人民的好模範。

(四)向民衆表示愛國運動。人民設若對於國家的觀念不明瞭，他們的一切舉動行爲，全不把國家所受的影響存在心裏。因而國家所受的種種無形損失，他們全然不管。譬如一般商人不知道日本與中國國際間的關係，他們只圖自己的利益，便盡力的

購入無數的日貨，又轉售與中國人。在商人的目的，固然是以賺錢爲本，然而國家經濟上所受的損失，他們就不顧了。在一般商人的心理，以爲「愛國」二字，不過是學生們的「口頭禪」，其實他們何嘗知道愛國如何愛法。我們要是常常表示愛國的運動，慢慢的引導人民知道愛國的方法，那麼，中國的社會，就和國家連成一氣了。

(五)傳播高尚的教道。一國的宗教，對於一國社會所受的影響，非常重大。現在中國人民的思想漸漸開放，宗教的信仰心也自然要慢慢的變更，一切爲舊風俗舊習慣所拘束的行爲，都應當完全剷除了。我們知道現在世界最普遍的宗教是基督教。基督教是抱「大同主義」的，是以自由平等的思想爲目的。美國的基督教會很多，宣傳的速度最大，並且又最普及；所以社會事業都含有一種自由平等的意思。中國下等社會的人民，沒有受過教育的居多數；所以應當常常將基督教的道理，透透澈澈的輸送到他們腦子裏，使他們的思想完全脫離了束縛的範圍。只要自己知道這樁事是正當的，就祇管去做。那麼，社會上一般自私的心理可以消滅；自由平等的行爲，就可以漸漸增

多了。

由上面所說的幾點看來，我們知道中國青年擔負改造中國社會的責任確實重大。但是這種重大的責任，不僅是一二個青年就可以應付的。所以合作的能力要特別注重。然而現在有許多青年，都把這個重要問題不放在眼上。甚至有若干青年直與這萬惡的社會，同流合污，做了若干傷身喪德的事情。這真是令人見着可悲的現象！

青年們，醒了罷！中國社會還在遠遠的立着，等候你們救護牠呢！

篇六 青年與人格訓練

張仕章

我近來偶然讀到富司迪所做的人格的十二種試驗 (Twelve Tests of Character)，深深的覺得其種有許多的說話，很可作為今日中國青年的「當頭棒喝」，所以我特地把這本書的大意介紹給一般讀者，以供各人反省自淑的資料。

(一) 知所先後

人生的光陰和能力，都是有限的。世界上的事事物物，我的學生也做不了的。宇宙間的形形色色，我們一世也看不盡的。我們既不能同時操作兩樣的事工，又無法一總享受各種的幸福。我們只好把重大的使命放在面前，而將輕小的事情丟在背後。我們應該先從事當今的急務，然後再打算將來的工作。因此，我們就不可不明白什麼東西是最有價值的，什麼事情是無關緊要的，又不得不知道什麼工作是現在急須的，什

麼計劃可暫且從緩的。如果我們專在小事上奔忙；那麼對於重大的工作，就無暇顧及了。這是一樁可嘆可悲的事情，也是我們在人格上失敗的一個普通的原因。

現代的青年男女，不知道要費掉多少寶貴的光陰在修飾上，又不曉得要消耗幾許精神的能力於娛樂中。他們對於賭博一道，樣樣都精；而關於遊戲方面，也件件皆能。但是他們已經把社會服務的良機都錯過了！

還有一班莘莘學子，專以讀書為消遣，却將知識的寶庫置之度外。什麼愛情小說，他們看了不忍釋手；什麼滑稽文章，他們也讀得洋洋有味。至於敦品礪行的經典，他們倒不願請教；論及立身處世的名著，他們就無暇研究了。他們涉獵書籍，正像濫交朋友一樣，完全不知「擇善而從之」。所以他們的學問既沒有進步，事業也不能成就了！

最可嘆的，就是有些人往往因為孜孜謀利的緣故，就把自己的子女忽略了，天國的道義忘記了，精神的生活也糟蹋了！他們太看重物質，過慮瑣事；以致不能發展精神的能力，或求得心靈的安慰。這樣的人生，豈不可惜？

二十世紀，真是青年奮發有爲的時代。但是我們的成功或失敗，全在乎自己的事業是否犯了『出主入奴』的毛病。所以我們在行爲上能否知道輕重之分，或先後之別，就可當作人格上一種很好的試驗了。

(二) 力持鎮定

童子軍在露宿的時候，必須要一座不怕風雨的帳篷。他們在塔這座帳篷的當兒，總想用一種又長又牢的繩索。但是繩子長，樁子也要強。不然，狂風大作，帳幕就要飛到半天裏去了！我們做事也是如此的。若使我們專講擴充範圍，推廣營業，而自己却無實力，不能鎮定，那麼一經挫折，就必完全失敗了！

現在的青年，只想脫離別人的束縛，伸張自己的自由。他們不顧禮教，不守法律，被長要毆打，教員要驅逐，——真所謂縱火傷人，無所不爲！但是真正的自由，不僅在乎解脫舊時的束縛，乃是要拿內心的自制來代替外界的壓制。所以真正的『德謨克拉西』也不在於殺死了路易十六而以羅伯斯庇爾代替；或是槍斃了俄國皇帝，而使列寧和

特洛次基執政，就算了事；因為民主政體的實現，却是在乎全國民衆打倒了專制魔王以後，自己會有聰明才力來管理自己啊！

近世的婦女總算解放了！他們在法律上，教育上，職業上，和政治上，也爭得不少的自由了！但她們有時解放過度，常要越出軌外，以致家庭不能穩固，社會亦不得安寧了！

我們的生活，好像一顆樹。牠們枝葉多了，那麼牠們根本一定要深入土中，纔能保持固有的地位。我們的人格，又好比一所房子。牠的基礎若不牢固，那麼高大的堂樓，或是美麗的房間都容易坍塌的。我們看到目下的青年，他們的魄力固然很大，而發展也未嘗不快；但是他們頭大足小，上重下輕，稍有不慎，全身都傾覆了！所以我們要有一番轟轟烈烈的大事，必須心志鎮定，腳踏實地，不可紙上空談，輕舉妄動。至於我們要得到一種堅忍不拔的精神，和根深蒂固的毅力，那就不得不借助於宗教的能力。因為我們倘若放蕩不拘了，宗教可以使我們能自制；事業繁瑣了，宗教可以使我們得安定，工作失意了，宗教又可以使我們有希望。

耶穌說：『凡聽見我這話就去行的，好比一個聰明人，把房子蓋在磐石上。雨淋，水沖，風吹，撞着那房子，房子總不倒坍，因為根基立在磐石上。凡聽見我這話不去行的，好比一個無知的人把房子蓋在沙土上。雨淋，水沖，風吹，撞着那房子，房子就坍倒了，並且倒塌得很大。』所以我們在生活中能否鎮定，有無毅力，也是人格上一種大的試驗。

(三) 自視清高

土匪是可怕的，因為他們殺人放火，草菅人命。盜賊也是可恥的，因為他們自輕自賤，以身殉財。但是他們都是可悲的，因為他們既不曉得自己人格的高尚，又不明白別

人生命的寶貴。我們若不自視清高，注重道德；那就難免卑污苟且，無惡不作了！

古來歷史上有名的大人物，可以說都是由他們高尚的自尊心造成的。他們看自己的人格是神聖不可侵犯的。所以從前荷蘭的大哲學家斯賓諾莎寧可苦度光陰，專心思神，不肯把他的一種著作獻給路易十四以博得俸金和官爵。這種自重自愛的高見，正是現在青年人所不可少的。

有人說，我們若想解決兩性的問題，祇要把生物學上的性知識，完全灌輸給這些青年們就是了。但是結果仍舊不行。這是什麼緣故呢？因為青年的男女，僅有了些性的知識，是不夠的。我們倘若還不能使他們自己真正覺得男女的性生活，確是神聖的，也應該清潔的，那麼他們決不會自敬敬人，自愛愛人的。所以我們要使男女間不發生卑鄙醜陋的性生活，必先發揮他們的自尊心纔好。

家庭裏的父母，常常怪他們的子女沒出息，學校中的教師時時責他們的學生太愚笨，而且社會上的改良家也往往說人民的生活多卑下。他們都叫這些青年人往下看，不是使他們向上望。這不是教導青年的好方法。從今以後，我們應當在詩歌，小說，戲劇或演說方面，多講些高尚純潔的模範青年，少寫些不堪入目的社會生活，好使一般的青年看了聽了，都會使生自敬自愛的感想，就肯努力向上，提高他們固有的人格。

現代的唯物思想，已經深入人心了！資本家看工人好像是出貨生利的機器。科學家嘗人生不過是物質原子的活動。他們不明白人生的精神意義，也不知道人格的

高貴價值。所以互相殘殺，世界大亂了！我們要救濟這種弊病，那就非靠宗教之功不可。因為世界上的各大宗教——尤其是基督教——都是看重人生的，尊敬人格的和發揮精神的。這樣說，來使人能啓發一種自尊心的宗教，也是人格上的一個試驗了。

(四) 無微不至

現今婦女們所視為最珍貴的妝飾品，就是金剛鑽。但是這種金剛石，照化學家的眼光看來，不過是一種炭素排列成四面形的結晶體罷了，有什麼可貴呢？我們知道她們看金剛鑽戒指，是另有一種眼光或見解的。至於這種神聖的符號和寶貴的意義，實在是科學家所看不到的，或是物理上所察不出的。

一個人若僅知道些物質上察得出的意思，而不明白精神上看不見的價值；那麼，他還不能算是一個完全的人。我們的生活，不可像一種直直白白的散文，乃要含有神妙莫測的詩意。我們如果祇在顯露膚淺的事上觀察，而不在微妙深奧的道上着想；那就恐怕我們的人格難保不失敗的。

人類的觀察力，可以分爲三方面——就是上，中，下，三個方面。我們往下看，就見得比我們下一乘的動植物生活；若從旁看，就碰着圓顛方趾的同類。但是只有我們「人」可以有望上觀察的能力，才能知道比人上一乘的超人生活——就是精神生活。現在世界上的人，對於下方的動植物，固然已經考察得很明白，而對於四周的同伴也總想共享太平的幸福。可惜他們所應該敬仰的「至高者」已拋至「九霄雲外」去了！

凡是人，總有向上求神的心，因爲人的靈魂不能在精神以下的事物上得着安全的。一個人要到禮拜堂裏去做禮拜，聽道理，就是爲了要敬拜看不出的上帝，或是求得聽不見的聖靈。所以我們進高大的教堂，好像坐飛行機；聽牧師的道理，又如同打望遠鏡。可是我們不是要試驗飛行機的快慢，乃是要由此上升到足跡不可達的上帝寶座；我們也不是想觀察望遠鏡的新舊，乃是想從此看得見目光不可及的永生快樂。因此，聖經也可以說是考究心靈的顯微鏡了。

丹麥國有一個寓言，說到一只蜘蛛在積穀倉的屋椽下結了一個網，可以捉着許多

的飛蟲，於是牠就飽食終日，悠悠自得。有一天，牠看見網上一個絲是掛在牠頭頂看出的所在。牠說：「這有什麼用處？」就把這絲弄斷了；不料全網都因此倒塌了！現在有許多人的精神生活，也好像這只蜘蛛。所以「無微不至」實是人格成功的一種要素。

(五) 安居樂業

有人說，英國的小說家司克脫在二十四小時以內所得的快樂，能比別人在一星期內所享的還要多。至於快樂是人生不可缺的，也可試驗我們的人格。所以我們無論做什麼事情，是應當有快樂的；並且不拘在什麼地方，總可以得平安的。

學校生活是快樂的——若使做教員的不當教書是一種義務，做學生的也不看讀書是一種責任。家庭生活又是快樂的——倘然做夫妻的不當結婚是一種義務，做父母的也不看治家是一種責任。我們如果看各種職業生活是一種權利；那麼處處都能得着快樂了。

講到人們對於責任的觀念，大概可以分爲三類：有一種人，很厭惡責任，不肯盡責；還有一種人，雖厭惡責任，但潦草塞責；第三種人，就是很願意盡責，也覺得非常高興。這第三種人的見解，是難得的。我們對於各種的責任，若不是『勉強而行之』，那就『樂在其中』了！

一個人的快樂和平安，都是他內心方面的事。我們的神，如果能平安，態度也常快樂；那麼我們就無處不可安居，無事不得快樂了。但是要內心平安快樂，就不可不從宗教方面去求的。所以信仰基督教的人，心中必定覺得快樂平安，自由自在。他們當所處的境遇，是上帝給他們的機關。他們看各種的生活，是天父賜他們的權利。這樣講來，有宗教的人，就能『安居樂業』；『能『安居樂業』的人，在人格上就可以發展了！

(六) 正人正己

一個人所有最難解決的問題，就是在他自己的方面。我們無論要成家或是立業，都是靠自己有沒有決心，又要看自己能不能長進。我們的事業若使失敗了，就該應先

問自己無過失，切勿怪命運不佳，別人錯誤。因為人家的錯誤，我們很容易看見的，但是我們自己的過失，實在很難覺得的。不過我們還不能糾正自己，怎能指正別人呢？

耶穌說：「爲甚麼看見你弟兄眼中有刺，却不想自己眼中有梁木呢？你自己眼中有梁木，怎能對你弟兄說，『容我去掉你眼中的刺呢？』」這句話，倒很可試驗我們的人格。

我們的生活，應當完全由我們自己負責的。況且有許多不幸的事，並非天不做美，也非他人作祟，實是自己作孽。太甲說：「天作孽，猶可違，自作孽，不可逭。」這真說得不錯啊！

泰西相傳有一個很可耐人尋味的故事。這個故事，說到一個詩人做了一個爲鬼所迷的夢。他在夢裏常常看見一個以布覆面的鬼怪。他發了財，這個鬼怪就把他所有的貨產都搶去了。他成了名，這個鬼怪又把他的名譽都毀壞了。到了他在禮拜堂裏結婚的日子，這個以布覆面的鬼怪又大聲向着牧師說：「我要禁止他結婚！」於是這個受壓迫的詩人就怒目對着那鬼怪呼喊說：「你是誰？」他反把這個鬼怪的

面布撕破了一看，原來就是他自己的「副面孔」！所以我們所有「七顛八倒」的生涯，往往是自己作祟，並非是妖魔爲虐呢！

現在有許多的社會改良家，只講改良社會的罪惡，不管自己的錯誤；因爲他們已經忘記了自己是社會當中的一份子，也應該竭力改良的。我們固然很反對一味的損人利己的人，但是我們也不敢贊成那些盲目的爲人利他，忽略自己的人。我們知道要照顧自己的心靈和發展自我的個性，實在是一件很難的事。不過宗教可以給我們自覺心，刷新自己的罪過，又能夠給我們活動力，增進精神的生活。所以我們若想在人格上成功，就當先改正自己的錯誤，而整理自己的生活。至於正心修身的工夫，非從宗教上着手不可。

(七) 循規蹈矩

現在的世界，差不多已經變成「無法無天」的世界了！在下的既不守法，在上的又不行法。人民祇要自由行動，政府也大失威信。社會上的流氓土匪，固然要到處拐

騙劫掠，殺人放火，可是國家中的武人官僚，也時常有私自捕人，就地槍決的暴行。美國的宣教師，或者要勸日本人不可虐待高麗人，但是日本人也可以問他們的國家爲什麼要用私刑害死了不少的人民。我們知道號稱基督教國家的美國，在最近三十五年當中，已經用私刑處死了一千多白人了！其他的國家，也可想而知了！但是私加酷刑是野蠻的非法行爲。所以目今世界上的人，都想把服從法律的德性打破。不過他們不肯『循規蹈矩』，怎樣可成方圓呢？這就是我們人格上的一種試驗了！

現代的青年，非但要反對國法，違背家法，打破宗法；而且他們對於自己的心法也不願遵守了！他們有時不肯服從良心的主張，真所謂『明知之而故犯之。』他們只求面子上過去，不覺內心上慚愧。但是一個人的人格，最容易在他暗地裏心中所思念的事上顯出來的。他若在暗中也聽從良心的驅使，那麼他就是一個好人了！愛默生說：『我們的世界，全靠拿善人的信實來維持的，因爲他們能夠使這世界變爲良善有益。』我們也可以在他們心中時常看出他們的誠實心，責任心，和敬神心；而且他們對於

內心所發的命令，總是願意服從的。

服從心，可說是人格的關鍵。可惜世界上的青年男女還沒有覺悟到這一層道理；以致把養成完美人格的好機會，都給非法的行動侵佔去了！他們不曉得保守人格於未失之前，要比恢復人格於既失之後容易得多。況且一個人犯了罪再悔改，實在是一種悲慘恐怖的經驗。所以我們不喜歡『浪子回頭』，却希望各個青年起初就能服從最高的理想，不必去做『浪子回頭金不換』的主角。

宗教是要叫我們服從上帝的法律——就是宇宙間的自然律和人心中的道德律。耶穌的人格，所以能夠如此偉大完全，就是在於他遵守上帝的法律，服從天父的旨意。所以我們若使要在行動上得自由，人格上得完美，就不可不遵守法律，服從真理。

(八) 出類拔萃

『德謨克拉西』是現在世界上最流行的一種新名詞，牠的口號，不外乎『服從多數』，『尊重民意』。『但是這些口號，並非『盡善盡美』的；因為我們在各種團體會

議中間，覺得少數人的主張有時很對，而大多數中意見，反常有錯誤的。我們若拿四書、五經、水滸傳、和紅樓夢來問目前的青年男女；那麼大多數的人歡喜選讀那一種呢？我們若再吩咐一班小學生隨便去讀書，寫字，唱歌，拍球；那麼他們中間大多數的興趣是在那一方面呢？我們若又把孔子或耶穌的畫像和「模特兒」的照片放在男女學生的面前；那麼大多數的人將要揀選那一樣呢？所求多數的民意，大半是靠不住的。可是我們的判斷常常要跟着羣衆的趨向，而且我們的生活也往往要迎合社會的心理。因此，一個人若能出類拔萃，特立獨行，不肯「人云亦云」，不會「隨波逐流」，那就可稱有偉大的人格了！

我們看到社會上各種組織的勢力，無非要把各人的生活平均起來，好使他們能適合一種普通的標準——就是一方面要提高最壞的人，他方面却又要降低最好的人。譬如一個國度裏的政府，不過是一只「截長補短」的機器罷了。牠的法律，是要勉強那些在中人以下的國民向上而行，否則就要受罰了。但是在中人以上的國民，若不照

樣下退，也要吃苦的。所以從歷史上看來，各國的監獄裏，總是充滿了最壞的和最好的兩種人民。雅典城裏的監牢有亂臣賊子，但蘇格拉底——西方聖人——也在其內。裴德福的監牢裏拘留了許多流氓叛徒，但彭揚——天路歷程的作者——也被捉將進去。我們又知道羅馬的政府服從了多數猶太人的意見，就把耶穌基督和另外二個強盜一同釘死在十字架上。所以現在的政府雖能把生活卑下的人民提高，可是牠也要把理想高超的先知抹殺。我們站在這種威權下，還是『同流合污』而享安全呢，還是超羣獨行而受苦難呢？這就是人格上的一種好試驗啊！

非但政府如此，就是歷來的教會也是這樣的。猶太的教會，因為耶穌不肯照他們普通的規矩做，所以就當他『大逆不道』，把他捉去釘死了！現今的基督教會，也不知道已經擠出了多少的先知，先覺，和先進的教徒，因為這班人在教會的眼光中看來，都是講些『異端邪說』，『反背普通的信條的』。但是我們要真正做耶穌的門徒，就不可把新布補在舊衣服上，新酒放在舊皮袋裏，儘管勇往直前，特立獨行。我們人格上的成功，

是在此。

(九)克己復禮

人類的心念，有善有惡。善的就是屬於高等的靈性，惡的就是發於下流的獸性。靈性的生活，是仁愛的，公義的，和平的，清潔的；可是獸性的生活是殘忍的，自私的，爭殺的，污濁的。有些人，以為這二種生活是勢不兩立的，所以他們想要做一個完全的善人，就不可不把種種的獸性禁絕；然而事實上，這是很難成功的。我們看見有許多的好人，忽然會野心稍發，以致人格破產。這是因為他們「克己」還沒有「復禮」的緣故。

所以我們怎樣去處置我們內心的獸慾問題，也可以做人格上一個試驗的。

人類的各種獸性，和其餘的天性是一樣的。牠們不是本能中卑劣的部分，乃是天賦高貴的原動力。我們既不可完全順服我們的獸慾，但也不該強制牠們，又不能滅絕牠們。正當的對付方法，頂好是提高牠們的地位，發展牠們的功用，引導牠們的目的，刷新牠們的活動。比方狩獵是一種獸性，也是太古人民所必需的一種求食方法。所以

狩獸的本能，就是要滿足人類的食慾。但是這種獸慾一經提高擴大，或引向到新的目的上去，那就可以變成一種促進偉大事業的動力。麥哲倫的環行地球一遍，伽利略的造天文鏡以觀察行星，和巴士特的發明麻瘋症的治療法，都是起於他們求知探真的欲望。至於這些欲望，不過是狩獵性的變相和進化罷了！

一個人的好勝心和競爭心，可以使他作歹，但也可以助他爲善。他受了好勝心和競爭心的驅使，就要攘奪地盤，搜括民財了。不過他爲了好勝心和競爭心的緣故，也會替自己爭人格，代別人謀幸福。創「救世軍」的蒲十，到處要掃清社會的惡風，但是這也起於他要救人靈魂的野心。羅耀拉本是一個野心勃勃的戰將，後來竟變成一位無所顧忌的社會改良家。所以我們的慾望只要能利用，就愈大愈妙；我們的獸心只要能「復禮」，當然是越強越好。我們不怕野心大，只怕自制力小。我們更不怕不能「克己」，但恐怕不懂「復禮」。爲了這個緣故，新時代的宗教，就不該把人的獸性一味的強制，或是消極的壓迫，總應當因勢利導，設法提高。這也是宗教陶養高尚偉大的人格

的一種法門，我們不可不注意的。

(十) 寬宏大量

一個人氣度的闊狹深淺，可以顯出他人格的大小高低。所以我們若想測驗自己的人格，那只要看看我們對於別人的氣度能否「寬宏大量」就是了。但是要做到「寬宏大量」的地步，不是一件很容易的事情；因為人類的妒忌心和報復心，實在是難以消除的。我們看到人家僥倖的升官發財，豈不要眼紅麼？我們又聽了別人無理的嘲笑辱罵，豈不要懷恨麼？我們知道意大利的名畫家米開蘭基羅雖能大量的稱讚別人的畫工和雕物，可是他爲了羅馬教皇身傍的掌禮官俾亞喬批評他的一張裸體畫不配放在教堂裏的壁上，尙且還會懷恨在心，就此畫一張頭生二角，身繞毒蛇，慘遭地獄之刑的俾亞喬像，以圖報復。就是大名鼎鼎的文學家但丁，也不免要在他的歌劇中辱罵他的仇敵呢！這真所謂「以德報怨，『堯舜其猶病諸』了！

耶穌說：「要愛你們的仇敵，爲着逼迫你們的禱告。」（馬太五章四十四節）（林

肯有一次對人家說：『你們對於個人的報復心，實在比我多。或者是我太少了報復心，但是我從來想不到這種心思是真能報償我們的。』僕因華盛頓也講過：『我決意不准別人爲了我恨他的緣故，就把我的心靈降低了。』以上這些話，都是他們成功偉大人物的祕訣，——就是寬恕的態度。

有許多人，以爲耶穌所講『愛仇敵』的話，不過是一種空想高調，在事實上恐怕是不可能的。然而我們曉得非但耶穌自己已經實踐了他的話，就是在他的信徒中也有能照他的榜樣去做的。不多幾年前，土耳其人在阿米尼亞仇殺耶穌教徒的時候，有一個美國女子和她的哥哥被一個土耳其兵追着了。她親眼看見她的哥哥被這個兵殺死了，不過她自己總算乘機逃走了。後來她又被土耳其政府拉去當陸軍醫院裏的看護。有一天，她忽然看見那個殺她哥哥的兵丁撞倒醫院裏來醫病。他的毛病很厲害，看護得不大週到，一定可以致他命的。但是她看護他，好像其餘的病人一樣。這個土耳其兵也認識她，所以他很詫異，就問她爲什麼不要害死他。她就回答他說：『因爲我是那叫人愛仇敵』

的一個信徒。」那人就好久不能作聲，後來對她說道：「我從來沒有曉得過這樣的宗教。倘使那是你的宗教，請你多告訴我些教訓，因為我現在很急需這種宗教。」這件事實的故事，就是以表明愛仇敵的效果了。

目今的世界，最需要這樣寬宏大量的友愛精神。所以這種「以德報怨，」以善勝惡」的氣度，非但可以訓練個人的人格，而且也能促進國際種族間的和平啊！

(十一) 保存國粹

我們對於前途的生活狀態，多少可由自己決定的；但是關於背面的遺傳經驗，絕對不能自由選擇的。我們生在中國，就是中國人，長於富家，就算富家子，因為我們的遺傳是別人贈給我們的，不是自己可以作主的。不過我們應付遺傳的態度，却可自由選定的。我們可以感激牠，尊敬牠，保存牠；或者可以忘記牠，輕蔑牠，敗壞牠。所以在這些態度當中，就可以試出我們的人格來了。

一個人所有的遺傳，可以分作二種：就是血肉的遺傳和社會的遺傳。血肉的遺傳，

不過是我們由祖先所傳下的身體和性情罷了。至於社會的遺傳，就是我們所處的環境和所受的文化。我們也知道血肉遺傳常要受社會遺傳的極大影響，而且一個人的血肉遺傳無論如何優美，總不能完全反抗社會上各種遺傳的勢力。況且社會的遺傳——如同文學，美術，科學，宗教等等——都是我們列祖列宗費了畢生精力所造成的產業。我們看了古人這許多心血的結晶品，還不寶貴麼？我們得了祖宗現成的好家產，能不感謝麼？我們若不欣賞社會的成績，又不保存國家的精華，那就變成「忘恩負義」的人了。

現今的青年，總是喜新厭舊的。他們以為舊的禮教已經是陳腐過去，不能適合新潮流的趨向了。他們又想，若不把社會的舊遺傳完全破壞，那麼世界的新文化斷不能產生的。他們不曉得新的東西是可以拿舊原料來造成的。所以新的文化是要從舊文化裏蛻化出來的。我們應當盡量的吸收舊遺傳，竭力的發揮舊精神，熱心的保存舊材料。這樣，我們就可創造新生活，發起新運動，建設新事業了！

天下各種的事情，都是破壞容易建設難。你看以弗所城中的岱雅那廟——世界七大奇觀之一——是爲幾千工人經年累月所造成功的。但是只被一個人放一點火，一夜工夫就都化爲灰燼了！所以我們不應該再做世界文化的敗家子了！我們就當快快回頭，先把各人固有的國粹保存起來，然後再提倡發揚，以分給別國的人民，使他們和我們一同享福罷！

(十二) 有始有終

中國有一句古話說：『靡不有初，鮮克有終。』所以一個人能不能『善始善終』，就是他一身人格上最後的試驗。可惜現代的青年，做起事來，不是『虎頭蛇尾』，便要『半途而廢』，弄到末了，毫無結果。他們雖有『善始』的熱力，但無『善終』的毅力。這樣的去提倡新事業，發起新運動；那麼對於自己的人格和別人的利益有什麼增進的希望呢。

我們在人格上的奮鬥，完全和打仗一樣的。牠的勝利，也要在最後的五分鐘。我

們看世界上的人，往往在起初謀生的時候，很能鄭重將事，後來漸漸懈怠，以致一敗塗地，不可收拾了！現今美國的監牢裏有個囚犯，他在起初五十年的生活當中，名譽很好，人家都尊而敬之。他後來在大戰期內奉了美國政府的命令，出使法國。不過他那時在財政上舞了弊，就此名節掃地，全功盡棄了！他五十年的高尚生活，誰還看重呢？他以前的種種美名，誰還記得呢？

人生最後的成功，是很重要的。我們臨終的努力，是不可少的。因為我們的生活好像劈一塊大石頭——這個石匠連續的用力將他的鐵錐擊石，到了後來，這個石頭就分開了。若有人要問這是那一擊的功勞，那麼當然是全數有份的。但是沒有末一次的打擊，石頭就不能劈開。這樣，他頭一次的打擊，豈不白費力氣麼？所以一個人「堅持到底」的能力，是不可缺的。至於我們要「堅持到底」，必得有忍耐心纔好。因為我們青年人做事，總想「開口要，閉口到。」可是天下的事，沒有這樣容易。況且「欲速則不達。」我們若不耐到底，終究不能完全成功的。

世界上偉大的人物，都是由忍氣耐苦而來的。因為他們有了貫徹主張和忍耐到底的能力，自然可以全始全終，大功告成了！你看耶穌在客西馬尼園裏的時候，若不肯忍氣耐苦，竟把以前的主義一概拋棄；那麼他怎能成全上帝的使命呢？他的教訓早已忘記了；他的工作完全無效了；他的生活也不能成聖了！所以他最後的勝利，還全靠十字架的功勞。因此，他在十字架上臨死的時候方可說：『完成了！』（約翰十九章三十節。）

篇七 青年的自覺與自修

袁伯樵

一 引言

吾國的青年，因政治的不良，社會環境的惡劣，人格之墮落，道德之敗壞，已成爲燎原之火，滔天之水，非人力之能阻撓了。吾國本有的舊思想，舊道德，舊習慣，未加演進；而西方的新道德，新思想，新習慣，則盲然輸入，變本加厲之餘，尙足以遺害吾國青年前途于無窮。青年人之思想，貴於貞潔，而吾國青年，大都鐘情於戀愛，致發生種種曖昧情事。青年人之行爲，貴於正直義勇；而吾國則大部以貪生怕死畏首畏尾爲多，如在戰事時期，往往戰事未起，而各校已早停課放學了。青年的學業，貴於修養；而吾國青年則奔走應酬場中，遊玩於酒肉林間，受人運動而反對校長者有之，受人供給而宣傳過激主義者有之，爲軍閥官僚作走狗者亦有之。北京某大醫院之報告曰：「北京患梅毒症之最多者，爲學生與兵士。」此項言論，聞之實屬痛心，吾國大學以表面而言，則曰某大學府，加以科

學的分析，能潔身自好，終日從事於學問之奮鬥者，寥若晨星。

以上所言，不過舉其要者，若常此以往，覆亡之禍，近在目前。青年人呵！我們自身方面，究需自覺否耶？

二 自覺與奮鬥

要自覺之成功，尤當有奮鬥。譬諸出戰，將出戰的目的，出戰的方法，與克敵的利器，都預備好了；然要攻城克地，戰士的奮勇直前，百折不撓的精神，就是吾所謂奮鬥。奮鬥爲世界成功者之生命，而關係於吾國青年人更爲深切；因吾國人對於奮鬥一端，素爲羸弱；此不獨目前的情形而然，實已在歷史上有了許多牢不可破的證據。譬如孔子老莊楊墨荀孟等學者。以鄙見所及，他們僅僅倡了一種學說，而從未見其爲某學說某主義而始終如一的奮鬥。其他若唐宋元明以及於清的學者，亦大都相似；故久久相傳，不奮鬥竟成爲華人的慣性。論者以爲是吾華人美好的『和平性』，其實那裏是和平性，不過是東方歷史上遺傳下來的『弱性』罷了！

常聞人言印度甘地之無抵抗主義，可作吾東方人種特性的代表；其實他的無抵抗主義，不過是他用以抵制英人帝國主義的一種方法，而其『躬踐立行，百折不撓』的精神，正吾東方人之所無。他如孫中山先生十敗十興的精神，也是西方的舶來品，非吾東方的土貨。說到此地，請讀者注意，余非欲輕視東方固有的文化以媚外，實在事實昭著，無可諱飾。讀者不信，試看近年來之愛國運動，國人既知國家危在旦夕，何不急起奮鬥，以提倡教育，振興工業實業，使人民實力上得以充足。化除私見，以國家為公，使全國民氣得以一致。何意山崩土裂那麼大的運動，不五分鐘而意見紛歧，弊竇百出，團體瓦解了！吾人自五四運動以來，已飽嘗了這種經驗，此皆吾國無奮鬥精神，有，亦不過五分鐘的而已。

吾國處今日險急危亡，一髮千鈞之時，青年人的自覺固要，而奮鬥精神實為尤要也。但奮鬥亦非徒託空言所能了事，今將其要件數端，述之如下：

(1) 奮鬥的動機與目的，必以正理為依歸，若其動機徒起於情感，或一時忿怒的衝

動，其目的則徒爲一己之私。此乃私鬥，不得叫作奮鬥。

(2) 奮鬥的精神，是純粹的，高潔的；若愛國其名，而利用愛國以爭權奪利，夤緣升官，其實那種精神，就不純粹，就不高潔了。他的奮鬥，是決定不能成功的。

(3) 除目的動機和精神三者外，其第四點，卽爲計劃。欲奮鬥之成功，須要有系統的計劃，否則，如盲人騎瞎馬，至山盡路窮的時候，必墮入深谷。近來國人對於愛國運動，頗爲激昂，若有系統的計劃，實可促成該項愛國運動迅速收效。以此次滬上慘案而言，其計劃當分爲二：(1) 暫時的——經濟絕交不合作等。(2) 永久的——普及教育，提倡工業，培養民德，練習武備——等，若計劃已打定了，則當本百折不回的精神，按步前進。

「奮鬥」兩字，斷非易言，青年人若能立意前進，則亦容易成功。中國政治既如此腐敗，社會如此黑暗，人心又如此不良，欲改進之，必需數十年之奮鬥，亦必需數千百萬青年人之奮鬥力，始能了事。青年人呀！青年人呀！莫畏難，莫怕死！速起向我們自覺的路上奮鬥呀！

三 自覺與修養

大凡事業的成功，有二種要素：(1)計劃，(2)動的能力。第一種，因人而易的，作者不詳論。現在余要注力於第二種動的能力。簡單說來，這種動的能力，就是由修養而來的。余嘗讀西洋史，而歎馬丁路得、克爾文及約翰納克司輩事業的偉大。然細考其生平事略，無一不在事前有一番偉大的修養。即以目前而論，我國之孫中山、俄之列寧、印之甘地，其人格，其行為，其毅力，其學說，世界之大，都同聲讚揚，述其故，亦由修養而來。總言之，世界上沒有一個人非修養而能成功的，所以我們要事業的成功，非修養即緣木求魚也。

(一)信仰的修養 人生的意志，可分為兩大類，就是理知與情感。理知為科學所驅使；情感則為信仰所驅使。科學祇能予人以解決問題的方法，而不能予人以解決問題之能力，而此能力之來，厥惟信仰是屬。例如引起馬丁路得之反抗舊教者，非其高深之理知力，——學術方面——乃係當時舊教內各項腐敗事實所引起之情感力。孫中

山之倡革命，亦非其革命之理想，與民主政體之學說；乃係清政府亡國滅種的政治所引起的情感力。考諸歷史，諸如此類的證據頗多。總之，世上什麼頂天立地的大事業，都以情感爲主的爲多，而理知爲主的爲少。上面已經說過，情感爲信仰所驅使的；故情感之高尙與否，善良與否，抑積極或消極，全賴信仰之若何爲依歸，此即信仰修養之所以重要了。因高尙的信仰，善良的信仰，積極的信仰，斷非易得，必經高深純粹的修養，始能成之。此即修養之關於自覺成功之第一點。

(二)學問的修養 學問亦成功要素之一，盡人知之，蓋學問之關係於事業，非皮相的，而乃係內裏的。因吾人之圖事業之成功，必賴高尙之思想，遠大之識見，和數千來成功與失敗的各項事實。凡此諸類必賴學而後知。學問愈高深，則其思想與識見亦愈遠大，而其所成之事業，亦必大異於常人。不學無術的武夫，如項羽者，他的肚子裏，不過僅僅充滿着『可取而代之』那種自私自利的企想。劉邦朱元璋輩，雖以驅暴逐夷爲號召；但一旦得志，便以帝王自居。荆棘是荆棘，橄欖是橄欖，荆棘中到底生不出橄欖

來。

英國是民治精神的發源地，美國爲德謨克拉斯西政體的產生處，究其成功之原因雖多，要之其此項運動之領袖，大都是博學多能，因而見識遠大，思想高深之所致。學問與事業，我們便可以以操舟爲喻。操舟的人，一定要有操舟之技，才可翻蕩海中，不爲波濤所吞沒，否則，目的未達，而命先喪了。所以青年人之欲以國家、社會、人民爲己任者，首當養成高深學問。然所謂學問，尤非分數課本之能代表也。

(三) 身體的修養 語云：有強健之身體，始有強健之學問。易言之：有強健之身體，始有偉大之事業。昔日帝王時代，則曰：智者使人，力者使於人，好像祇有了使人的本領，什麼事都可不講；那種陳腐的思想，我們可完全棄之於太平洋中。我們要有計劃的本領，也要有實行計劃的本領，否則，若單有智而無力，而欲坐利天下的，還不失爲專制的遺毒。

吾國民之體質本厚，措楫偶無人，而練習乏方；且社會環境不良，吸烟淫風等，在在可

使青年人喪德敗身。故吾國之執政的，往往年未五旬，而身體多病，難勝公務。間常以一樁活潑有爲的事業，一經那般陳腐者的手，即現半死半活的景像。

再看吾國的青年人，歷年來中日菲三國的遠東運動會，我國無一次不失敗的，今年在非舉行，連足球籃球隊球三項，可坐操勝算的，除足球外而并失敗之。此實吾國青年之人體育，不若他國青年人體育強健之鐵證。

吾國政治既若是之紊亂，民生又若是之貧乏，青年人責任之重大，不言自知；然而今日青年人的身體既柔弱到這般田地，試問何以可得勝此重任呢？自覺的青年人呀！快起來！操練你的身體，鍛練你的體格，使你的身體可以勝常人所不能勝的大事。

四 結論

作者爲此文，雅不願以有限的光陰，作無爲的論調。然觀於今日社會的消息，人心的就下，和政客官僚那般的罪惡，無論其看法爲縱爲橫，總覺青年人有自覺的必要。但更重要的，就是修養與奮鬥了。若一個青年不能在他的信仰學問體格和奮鬥上，大大

的修養一番；那他自己便沒有自覺，自己既沒有自覺，那可不必去覺人。不先覺自己而欲覺人的，是萬萬做不到的。

現在我們既已說到此地，我們不妨將自覺的幾個旁枝，再提出來討論討論（一）就是青年人的態度——青年人對於做事的態度，往往歡喜從聲譽處下手。譬如近年來，的愛國運動，每任任會長副會長和各項重要職員的人，多不勝數。至於辦平民學校，義務學校，露天演講，實聘之不得。同是一樁愛國事業，爲什麼一則那麼多，一則那麼少呢？其故不言而喻，就是前者費力少而收譽易；後者費力多而收譽難。此項事實，不獨愛國運動的團體如此，即各地的農會商會也是如此。又廣而言之，中國的政府也是如此：做總統閣員議員省長督軍者，多如牛毛，而做好國民的少如麟鳳。每經一度選舉，則那些好譽者，不惜人格，不惜金錢，多方運動，以期得一席好職。這些實在在政治上，羣衆運動方面的一個大缺點，所以對於態度的正當，雖是青年人自覺的一個旁枝，確實也是必須自覺的一個緊要關頭。

(二)就是青年人做事的步法——青年人做事的步法，往往歡喜從大處，易處，近處，淺處落足。每一事來，大家所想到的僅及皮毛，而他的根本要圖，非但不想到，也是不願想到的。作者平時最抱怨的，就是歷年來的學生運動，學生運動的最大目的，就是救國；然而救國那麼大的事業，斷非一時的抵制——抵制英日貨等——，一時的鼓吹，或遊行演講和拍電報所能成功的。還有其他根本的方法。可惜歷年來學生們所做的，不過是抵制，講演，和拍電等皮毛的，淺近的，容易的方法罷了。至於根本的方法，則從來沒有做過一件。中國今日的貧弱，第一，是民德的墮落。學生既有志於救國，何不大家聯合起來，將學生自己的道德方面，大大修養一番呢？振作一番呢？今日中國貧弱的第二個原因，就是實業不振與，學生既有志於救國，何不將大家的烟錢，賭錢，看京戲的錢，看影戲的錢，和一切裝飾品的錢，積省下來，去開辦工廠呢？雖然學生的能力有限，恐盡全國學生之力，尚不足以開一中等工廠的資本。不過要知道，若學生能躬行於前，則國民定必力予應援於後，理所當然的。所以青年人做事的步法，要向遠處深處走；也是青年人

自覺的一個旁枝。講已講了長長一大篇，作者最後的希望，就是盼望我們青年人，大家能在自覺的路上努力。

篇八 青年與挫折問題

善齋

人生的幸福，莫如和災厄猛戰而終得勝利，和貧窮猛戰而終得勝利，和失敗猛戰而終得勝利。沒有嘗過這種經驗的滋味的青年，決不會領略真正的幸福。如果看見人家享受幸福，而徒然羨慕人家運氣好，運氣決不會得跑來的。「猜忌」兩個字，乃是懶惰人的愚笨的意思。青年切不可不想想自己的「不敏」和「懶惰」，而祇顧歎息自己的運氣不好。運氣不好，就是因為「勇氣」和「才具」不夠的緣故。聰明的人，自己會得開拓佳運的。無論是誰，祇要奮起活動，總能夠得着最後的幸福的；徒然自悲失望，仰天長歎，幸福斷不會不招而自來的。

無論遭天災或失敗的青年，都應該把已往的災厄和失敗統統收拾起來，放在腦後，不去睬她，祇顧考慮前途就行了。已經死的過去，把牠埋葬了就算了，覆水難收；過去總在後面的，未來總是在前面的。青年如拿希望的眼光來看那未來，那末必定能觀看到

一道的光明。如其看不見光明，那末應當自己去找尋光明出來，不必懷着懼的念頭和失望的恐怖。青年如果懷了疑懼和恐怖的思想，就不能發揮真正的能力了。凡遇到有事的時候，戰戰兢兢的人們，一定沒有萬夫不當之勇氣。必須自己心裏懷着「我要做，」「我能做，」「我斷不可不做」的確信，那末無論什麼事都做得成功。青年們奮起勇進的時候，這種心理作用，是必要的，是萬不可少的。

做人不可安於小成，不可偶然遇着一兩次的災厄和失敗，就心灰意懶，意氣沮喪，不打算再發達起來了。不可自暴自棄，否則就不能算是一個有用的人，祇好算人類界裏面的竹頭木屑。如果青年遇受挫折，不想努力進取，一味的歎息貧困，怨恨自己沒有才具，那便是愚蠢到極點的人了。高大無比一株銀杏樹，在他起初的時候，是常常被人家踐踏的一顆小小的種子。世界上頂優秀的成功者，當初的時候，都是從本無一物的境界中出身的。他們的成功，自然是靠着自己的才能，但是總不外乎奮起自強，刻苦精勵的結果。

志氣軟弱的人，和遇了意外的災禍，便意氣銷沈，懷着絕望的念頭了；但是剛毅不屈的人，却反要利用災厄，鍛鍊自己的志向和膽力，把災厄當做一種彈力機看待，很相信這樣的方法，便是跳過災厄的鴻溝，達到安穩堅固的彼岸的捷徑。青年遭遇災厄，宛如劍客遇了敵人的暗箭似的。劍客如果遭遇敵人的暗箭，便很敏捷的捉住他，就在這時候，很巧妙的趁他的疎隙，將他打敗。不幸而遭遇挫折的人，也應該取這樣的態度，一朝遭遇意外的災厄，應該奮然崛起，和災厄奮鬥，不勝不休，青年須明白：當人們遭遇災厄和困難，身受痛苦的時候，若能拚命奮鬥，那末這種惡景象，不久就消滅無形，仍舉恢復平安的原狀了。如果不然，沒有和災厄奮鬥，祇曉得躲避，那末，所得的結果，祇有失敗和悲哀罷了。自古以來，有名的人，都是從艱難困苦中磨鍊出來的。現在略為舉出幾個在下面：

古時候以改革宗教出名的馬丁路得，年紀輕的時候，是很卑怯的；他做大學生的時候，因為身體虛弱，對於前途，抱着悲觀，所以他的抱負也從此放棄了，還往往做了可恥的

誘惑的俘虜。當大學畢業的那一年，他從家鄉出來，到大學裏去，走到半路上，忽然雷雨大作，閃電一亮，有一個同走的朋友，觸電死了。馬丁路得恐怖萬狀，連忙跪下，大聲叫喊：「神呀！求你幫助，我要進修道院了。」死的恐怖叫他奮然發生預備在宗教界健鬥的決心。他的決心，非常堅固的。他的勇敢的氣魄，充滿全身。他的老父反對他進修道院；但是他置之不問，毅然決然的去了。他進修道院之後，也不管什麼健康不良，甘心情願把這身體投在苛嚴的生活裏，做一個苦行頭陀。在這個時代，他屢次要想自殺，但一回都是振起了強固的意志，把自殺的念頭按捺下去。到了後來，馬丁路得終完成了一個精神界無雙的健將，和羅馬教皇反對，使實行改革宗教。他的熱烈的男性的精神，和愛正義的強烈的信念，能殺叫虛弱的身體變成精神上的健兒；這是全靠他自己對於自己的缺點拚命攻擊的效果。世上遭遇挫折的，和事業失敗的，都應該振作精神，和挫折失敗奮鬥。人們遇着這種境界，祇有冒百難而奮起勇進的一條路。

自古以來，實業界的成功者，和白手起家的著名富豪，都是窮苦出身的。這件事，

無論東西洋，或是中國，是大致相同的。這一類人物，大都在少年貧苦的時候，鍛鍊他的心志，能毅以非常的決心奮起勇進的。像以麥酒事業，馳名全世界的拔布思德氏，就是其中的一個。拔布思德生在德國，十二歲的那一年，跟父親到美國。在那個時候，他們家裏貧苦到極點。他們住在芝加哥。有一會，芝加哥地方流行霍亂病。拔布思德不幸，也傳染下這種病，因為沒有錢醫治，萬分爲難，幸而靠着他底父母熱心看護，能毅免了一死。這種窮苦的情形，叫病後的少年，發生了非常深刻的感慨和奮興。他心裏想道：「我雖則少了幾年年紀，也是一個體面的男兒，不能安閑着眼睛看兩老辛辛苦苦的操作。好在我的病已經好了，我這時候再不奮起作工，恐怕不論什麼時候，沒有奮起的機會了。」他也不管病後體力還沒有復原，便四面八方去奔走，找事情做。總算運氣，他當了一個旅館裏的小廝。他果然能毅靠着勞動來打退病魔，賺得細微的工錢，貼補家用。這個時候，他祇有十三歲。後來他又當了輪船上的茶房。因爲他辦事勤慎，蒙他的上級主任另眼看待，所以年年升調，到了廿二歲的那一年，已經升到船長的位分。後來

他改換職業，投身到麥酒專業裏去，便成了世界有名的成功者。凡貧窮落魄，一概不管，祇曉得奮然蹶起，朝前猛進的男兒的志氣，能毅成大事業，這便是一個實證。還有靠銀行業起家的美國的富豪彭大力泊氏，是從小生長在一貧如洗的家庭裏的。他小的時候，真正是喫盡苦頭。十四歲的那一年，他的父親死了，家計越發窮苦。他沒奈何，祇得替人家趕牛，一天到晚，收拾幾頭小牛。後來因為苦不過，又進了哇六拉街的機器廠做小工，一天要做十小時的工作，只拿到七角五分一星期的工錢，他還要節省幾個錢下來作為儲蓄。後來他又做了新聞記者了。再過了幾年，他又投身到商界裏去做銀行家，從此就一年一年好起來，發了大財。不可一世的富豪，尙且經過當牧童的時代。青年而受挫折的人們想想看！可以再不奮起勇進麼？

世界上有些人，從起頭到末了，始終就着一定的職業，從來不曾改換的；也有些人，一世換了好幾樣職業，都不順手，直到了最後一次，纔得成功的。古人說：「才能要發揮在相宜的地方，而要找到相宜的地方，必須經過相當的歲月。」這幾句話，却是有些意思的。

人們在青年時代，改換職業，末嘗不可以，但必須到了四周的情形不得已的時候，纔可以改換。俄國的文豪哥耳幾氏，便是這樣一個人。他幼時是個窮苦的孤兒；他寄住在親戚家裏，當一個皮鞋店的徒弟。後來他又做了油漆店裏的徒弟。後來又做了輪船公司的茶房。他到處受主人的凌虐，喫盡種種苦楚。當時俄國的國情，資本家和勞動家隔絕得很厲害，苛待用人的風氣極盛。哥耳幾年紀雖小，可是心裏的憤激，却萬萬按捺不下。有一天他想到：「這樣的受凌辱，無非因為我是個貧苦孤兒。可是這樣的磨折，豈能夠永遠忍耐着挨下去嗎？無論怎樣，我總得想個法子，脫離了貧苦境界，做一個文壇的成功者，不然，我必定自殺。」他自從立了這個誓之後，立刻猛然奮起，用功讀書，非常的刻苦勤修。但是他的境遇，却依然如故。有的時候，做種樹的工人。有的時候，做麵包店的火夫。一星期祇得到了五六角的工錢。一天要做十八小時的工作。睡的是草薦，吃的是人家吃剩的殘羹冷飯。還要抽出一些時間來讀書，沒有一天間斷過。有的時候，他因為絕望到極點，想拿手槍來結果了自己的生命；但是一經想到從前自

己的誓言，又打消了死的念頭，格外的奮勇用功。後來又做了鐵路工人；這個時候，他廿六歲，偶然做了一篇軍事小說，投寄到某報館去，居然把他登出來。他因此高興得很。後來他辭了鐵路的事，靠賣酒度日，一面讀書，一面做小說，於是他的文名漸漸的大起來，竟成了文壇的健將了。諸君想想看，世界的文豪，在少年時代，曾經做過皮鞋店的徒弟，油漆店的徒弟，後來總有一日，名揚天下，脫離苦境。所以青年諸君，不必悲觀前途，祇須鼓起精神，期望將來的大成好了。大致成名每在窮苦之日，失敗多在得意之時。所以現在境遇不好的青年諸君，萬萬不可失望，祇要朝着將來的目的努力前進，罷勉奮起。成功的門，正開着歡迎諸君！

古人說的，男子出門，有七個敵人。但是如今時勢不是這樣的了。現代大家正在高唱「人類互助」的時候，除非有特別的事情，未見得個個人有仇敵罷。不過我們現在所處的社會上，無論什麼事業，總不免有競爭的人，所以有的時候，好好的人，或者出其不意，受競爭者的損害，也是有的。尤其是政治上的競爭和黨派的軋轢，每每有暴烈的

舉動。在這個時候，身當其衝的——被損害的——自然不肯屈伏，應該依着正義，拚命的和對手猛戰。

從前有個日本人，姓高峯的，在美國新發明一種酵素，叫做高峯酵素。他想在美國試用這種酵素來做酒精。美國酒精信託公司和他訂了合同，用他的酵素在試驗所裏做酒精。於是乎那公司特為高峯造了大規模的工廠，幫助他的研究的工作。美國一向是用「莫兒脫」做酒精的。製造「莫兒脫」的，因為聽見高峯酵素的成績很好，恐怕奪了他的銷路，於是竭力的反對他，妨害他，脅迫他。高峯置之不理，專心一志的釀造酒精。反對他的人，竟買通了無賴，放火燒高峯的工廠，想藉此阻撓他的事業。還有人捏造謠言，說：「因為他釀造酒精失敗了，對於公司方面有些說不出，所以出此下策，掩飾人家的耳目，索性把工廠燒掉了。」這種事情，在高峯的確喫了一個大虧。他的事業失敗了。他的胸中憤恨鬱積，過了好些日子，得了個非常劇烈的肝臟病，有一回，幾幾乎斃命。後來經有名的醫生盡心調理，纔漸漸的好起來。這時候，高峯和酒精信託公司

所訂的合同，已經取消了。高峯在這時候，忽然起了一種大勇猛心。他想到：「如果酵素不成功，我一定要拿別的大發明來變動美國人的耳目。」從此之後，高峯便傾注他的全身熱血，廢寢忘餐，用功研究，到底被他發明了一種澱粉發酵素 *Diatase*。這種新發明宣佈出來，美國全國的人聽了，非常之佩服。從此以後，高峯博士和野口英世博士（在陸克番賴研究所）的名字，美國知識階級無人不知了。美國人都非常信用尊敬這兩個博士。像高峯那樣遭遇挫折，越發奮興，可以算得不失掉好男兒的本來面目。

高峯所遭遇的損害，也可以當做不幸的災禍看。一個人遭遇這種不幸的災禍的時候，一點都不灰心，祇顧慨然奮起，這是做人最要緊的關頭。凡人奮起做一件事情的時候，全靠熱血，有了熱血，終要做成功了那椿要想做的事情，纔肯罷休。

人生在世，不免終要受着些風浪的。有的時候，遭遇意外的事情，要受些屈辱，也是說不定的。不過受了屈辱，與其徒然氣惱，還不如拿他來做個發奮的動機為妙。有志氣的人，一遇到受屈辱的事情，他的發展的門，就從此大開了。現在有一個人，他的歷史

很可以拿來做一個榜樣，如今寫在下面給諸君看看。

日本某雜誌裏記載一段故事說：「樞密院顧問官金子堅太郎子爵幼小的時候，是一個出名的福崗藩的神童。他十四歲的那一年，蒙藩主派他出洋留學。後來因為別的事情，又改變計劃，不叫他出洋，派他在東京留學。他在學校裏讀書還沒有畢業，忽然藩主半路裏停止發給學費。他這同學，也是被藩主派到東京留學的，因此都一個個回家去了。祇有他一個人懷着「不學成毋寧死」的決心，留在東京。他一面當司法省的官員，平賀氏的從僕，一面仍舊繼續求學，做一個純粹的苦學生。當時他天天跟了平賀到司法省去。無論極冷的天氣，極熱的天氣，總是赤着腳跑去跑來的。有時候，他在平賀的家裏，主人回來，不免還要盡做下人的禮節，在大門口跪着迎接。這是當時的一種習慣，然而他的心裏很悲痛，眼眶裏不免常常包含着掬的眼淚。有一回，他憤然自念道：「現在，人家都當我是一個僕從。須知我以前却是會蒙藩候選拔的一個秀才。今日居然來做位分在藩候之下的人的僕從，還要逼着行跪迎的禮節，未免太屈辱罷。」

生爲好男兒，豈能長受這樣的屈辱嗎？」於是他就用了全身的精力，拚命的用功讀書。他的學問就大有長進了。藩主聽見了他的勤學的消息，馬上就破格提拔他。從此他就一步一步的得意起來，直到今日的地位。」

金子爲了充當奴僕的屈辱，使慨然奮起。這就是拿屈辱來做發奮的動機。世界上的人，受了屈辱，並不拿他來做個發奮的動機，祇曉得懷怨恨之心，急急的要圖報復。這樣的人，比較的佔其多數。我們果然想轉禍爲福，利用不幸來做成功的途徑，那末與其怨恨悲歎，還不如把他來做個勉勵自己的資料，勉勵自己的刺激劑爲妙。所以凡氣量寬大，立志向上的人，將來終有發達之日，雖然目前的地位或不如別人，機會也不如別人，但是能奮鬥求進的人，他的前途必是很光明的，希望也必是很大的。所以可愛的青年啊，你們切弗灰心，你們應當努力，應當前進！

篇九 青年與娛樂問題

任夫

娛樂是人生所必需，就中國青年而論，此一問題更應特別注意。普通的人，對於娛樂，誰不歡喜樂從，何待什麼勉強。不過娛樂有正當與不正當，吾們應分別清楚。我們要知道娛樂斷不是游惰無所事事；娛樂乃是工作的一種預備。古人說，「日出而作，日入而息」；一晚近勞動運動的口號說，「睡眠八小時，工作八小時，休息八小時」，都包含這一個意思。人的體力和腦力都有限制的；做了一天工作之後，我們覺得腦筋緊張，肌肉疲憊，所以必須有休息時間去調劑。照生理上看來，恢復疲勞最好的方法，莫如做些快心適意的事情，則精神肉體都覺得活潑舒泰。一個終年憂愁勞苦，絕無娛樂生活的人，莫說壽命不會長，即使壽長，他的生活也完全是機械的，無聊的，無絲毫趣味的。

歐美社會把娛樂兩字看得極鄭重，辦公或勞動之外，即從事於種種娛樂的生活。就歐美大學生的生活而論，娛樂實占重要的部分。音樂會，遠足隊，野宴，賽船，訪友，參觀

工廠，舉行宴會等等，都是他們所常有的活動。所以他們的大學生，都精神飽滿，活潑勇敢，一旦投入社會中做事，毫無拘泥退縮的態度，並且慣過團體的生活，所以無論辦什麼事，都有良好的結果。反顧我國怎樣呢？社會上對於娛樂兩字，向來「諱莫如深」，勉勵青年的話，無非是「刻苦用功」四個字。所以歷史上傳下來的佳話，什麼「囊螢讀書」，什麼「頭懸梁，讀刺股」，都是違反自然，有礙衛生條件的。從前形容那些讀書人，總說他們「手無縛雞之力」；讀書人爲一國思想界的領袖，他們這樣的力弱無用，其對於國家社會的影響，可以不言而喻了。

——學校是養成青年的第二家庭，假使學校不注意提倡正當娛樂，則青年血氣未定，空閒的時間，更將從事於種種軌出軌外的消遣。現在多數學校，校風惡劣，學生道德墮落，沒有正當的娛樂，未始不是其一種原因啊。娛樂固然是人人所需要的，但娛樂而不得其當，則貽害實大。我們試把現時社會上流行的各種娛樂分析起來，竟有一大半是不正當的，這吾們更不可不嚴重注意。現社會流行的娛樂有如下述：

(一)賭博 家庭中空來門幾圈牌，玩幾回葉子戲，算是很平常的一會事，所以又麻雀打撲克早已成爲應酬的必需品了。假使有人邀你入局，你聲明不會，這在社會上看來，好像是極不漂亮，極可羞恥的事情。不知賭博不能沒有輸贏。既有輸贏對個人或家庭的經濟必發生影響，無形中養成損人利己的劣心理惡習慣。結果虧空舉債，至於不堪收拾的，比比皆是。至於陷溺較深的人，每天非賭不樂，每賭必徹夜達旦，甚而至於奸詐偷盜，無所不爲，這不但喪失精神，更把自己的人格也斷送了。

(二)煙酒 近年來紙煙在吾國行銷的廣，真堪令人驚駭；無論都會，繁市，窮鄉，僻壤，煙紙舖到處皆是。這都是由於一般人以爲此中有樂可尋，以致養成惡癖而不自知的緣故。無數的金錢化爲灰燼，固極可惜，而堂堂頂天立地的人類，化做吞雲吐霧的煙突，弄得滿身煙臭，惹人掩鼻生厭，這真是太不值得了。鴉片流毒，更不用說。至於飲酒，社會上向不指摘，且以爲三斤酒量是處世不可少的條件，甚至父母尊輩有強迫子弟學飲的。又時流習尚以爲酒是風雅的東西，更有「酒能却百病」的謬

論。別的姑不說，只就健康而論，酒實是損害肝與心臟的利器，這已歷經醫學家的證明了。嗜酒的人最易犯腦沖血病，所以因酒天亡的，我們時有所聞。即此可見酒這樣東西，決不是我們正當的娛樂品。

(三) 戲園和遊戲場 戲劇和電影本是理想中高尙的娛樂，並且是社會教育的良好工具。但是現在社會上通行的劇本，適和此旨相反，不是描摩神怪仙佛的迷信劇，就是形容拆白弔膀的誨淫劇。這類的戲劇和電影，大抵害人有餘，益人不足。至於所謂遊戲場，更無怪不有了。上海一埠，這種遊戲場更多，取費雖很低廉，以求迎合社會一般的心理，但是內容則齷齪不堪言狀，裸體跳舞，淫詞穢曲，以至種種誨淫誨盜的俗戲，靡所不有。這種地方豈是潔身自好之士所宜涉足。而且戲場內人聲雜沓，穢氣薰蒸，投身其中，尤與衛生有礙。

(四) 性的小說 今日新舊各書坊銷路最廣的書籍是什麼？就是紅男綠女的小說。多數青年終日不務正業，惟沉醉在這類小說之中，以爲這是無上的消遣品。他們指

有益的金錢和光陰虛耗了，把大好的精神妄費了，而其結果不外毀與自己的德性，戕賊自身的人格。社會上既充斥都是不正當的消遣，青年道德日漸墮落，社會風俗日漸奢靡，那也是自然的結果。老成的人一聽到娛樂兩字，就「掩耳疾走」，這豈是娛樂之罪嗎？

再把今日的青年界來分析一下，那沈溺於不正當娛樂中的固多，絕對不娛樂的也不乏其人，而能真正實行高尚娛樂的，簡直是鳳毛麟角。我們一方面要利用閒暇去娛樂，一方面更要選擇高尚有益的娛樂。我們選擇娛樂的標準是：

- 1 道德方面 頤養心性。
 - 2 健康方面 合於衛生的條件。
 - 3 經濟方面 力戒奢侈或浪費的習慣。
 - 4 事業方面 調劑勞逸，使精神旺盛，事業有更大的發展。
- 有了上述的四項標準，則所謂正當娛樂的意義，可推想而知了。但人的性情，環境

和程度各各不同，所以娛樂的方法，只能由各人自己抉擇，總期裨益身心，不浪費金錢而已。現於姑舉社會上最通常的娛樂講：

甲、室內的娛樂

1 讀書 冬季嚴寒，夏日酷熱，懶意出門，則就火爐，或陰涼處，一卷愛讀的書，如詩詞小說之類，徐徐諷閱，不但消寒解熱，並可涵養文字的興趣。

2 音樂 音樂是最好的娛樂品，能夠引人入勝，能夠使人心平氣和。去年法蘭西和西班牙聯軍遠征摩洛哥，正在激戰的時候，忽聽得土人吹起笛來，聲調抑揚，雙方的軍隊不知不覺的悠然神往，把炮火都停止了。可見音樂感化力之大。家庭中閒來彈琴唱歌，定可免除勃谿詬辭，外間倘有音樂大會，也切勿錯過。此外如裝設無線電收音機，或置備留聲機，則茶餘飯後，更可飽享清福了。

3 詩花象鳥 家內倘有空地，開來詩種花卉，或栽培盆景，供作案頭屋角的陳設，頗可怡情悅目。現在社會上最通行的爲春蘭與秋菊，因爲蘭菊比較可多保存時日。

也。至於禽鳥貓犬，也是家庭中常見的玩物。

4 搜集古董字畫 古董字畫，自有美術和考古上的價值，樂此者尤覺津津有味。此外如舊郵票與各國泉幣，也有人專事搜集的，很能使人獲得一種特別的知識。

5 室內遊戲 如桌球，乒乓球，下棋，猜謎，射覆，行令，及社交適用遊戲法（青年協會書局出版）上所列舉的種種，都可採擇的。

6 講演故事 晚飯前後，良朋三五，各述生平所經和所聞的種種戀愛或冒險的故事，以及笑話，趣史，真可樂以忘憂。年幼兒童求智慾正盛，尤喜聽講，故為父母尊長者，不妨無形中灌輸以掌古知識。我國向有專以講故事為職業的人，如南方的說書，北方的大鼓詞，但詞句鄙俚，內容淺薄，且時有穢褻之處，故為上流社會所不齒。倘能設法改良，易以有價值的小說和歷史，則未始不是消遣的良法，且亦有裨於通俗教育也。

7 戲劇與電影 凡陳義高尚，有裨世道人心的劇本，可偶一往觀。但當注意別

擇於自己裁制的一方面又不可稍事玩忽。

8 交際與宴會 人類既是社會的動物，則自不能沒有交際，既有交際，尤不能沒有宴會。交際與宴會不但聯絡親友感情，並可增高自己的社會地位。不過各人的家境有否泰之分，所以社交應有限制。倘過度揮霍，反致負累，這就誤用交際了。

乙、室外的娛樂

1 運動與野外遊戲 如足球，棒球，游泳，騎馬，自行車，及賽船等。

2 遠足與旅行 都市中人天天被車馬和煙塵所包圍，生活至沈悶，倘於星期日結隊遠足郊外，一吸新鮮空氣，一賞自然界的美，真有樂而忘返之概。如果假期較長，則旅行遠處，或訪都市，或弔古蹟，藉以擴張眼界，開拓胸襟。詩曰：「駕言出游，以寫我憂。」足見旅行可以忘憂的。

3 露宿 露宿是適於夏季的娛樂生活，即在海濱或曠野蓋搭蓬帳，日出游覽，或享受海浴的樂趣，夜則棲宿蓬帳內。歐美青年工人與學生，常常結隊露宿，為期總有

一兩月之久，我國則祇有少數的童子軍偶一實行耳。

4 野宴 春秋佳日，攜兒挈妻，或呼朋引友作郊外之游，同時攜帶菜蔬果品，在樹林中或山坡下圍坐而食，甚或臨時烹調，則趣味格外濃厚了。西人頗樂此不替，德國每星期日為野宴的乘客特開專車，即此可想見他們的盛況了。我國舉行野宴的，現時尚不多見。

5 公園 公畢散步公園，這是最簡省的娛樂法。但我國都會中公園很少，如上海一埠居民逾百萬，而稱得起公園的簡直沒有，即有亦是外國人的專利品耳。吾們如能在尚無公園的各地，提倡開闢，固是件極有價值的事；但若一時做不到，則樹木茂盛的空曠處所，或郊外山水清秀的地方，都是絕好的天然公園。再不然附近私家的花園內，倘能設法得其准許，隨時瀏覽，亦大有裨益也。

第十 青年與習慣問題

爾 壽

「少成者天性，習慣如自然。」這兩句孔子之言，是相互的文章就是說，少時由習慣而成的，到了後來，差不多像自然的天性，不能改變了。所以習慣這一事，關係於青年，比壯年，老年，尤爲要緊。

依神經生理學者說：「人類的神經，非常複雜。常用那一種神經，這種神經的細胞便發達，能長出無數小枝來。小枝愈蔓生，即於這種神經運用上愈熟習。但那不用的多種神經，因此更覺枯萎，漸無發展之餘地了。」照這樣看來，和我國言性家，頗有脗合之處。王充論衡本性篇說：「周人世碩以爲「人性有善有惡。舉人之善性養而致之則善長。惡性養而致之則惡長。如此則性有陰陽，善惡在所養焉。」故世子作養書一篇。密子賤漆雕開公孫尼子之徒，亦論情性與世子相出入；皆言人性有善有惡……」
「世子所說的養，即習慣也。習慣於善，自然善的神經長發。惡的神經被壓而萎縮，永

爲善人了。習慣於惡，他的效果相反，不免永爲惡人。這樣，善人惡人的分趨於兩途，推到他起初的時候，不過兩種不同的習慣。青年怎可不懂慎啊！

留誨從前開辦振華學校，李提摩太博士送一學生來，年十三四歲。據送來者云，此子本爲一乞兒，李君已收養多年，送某某各學校讀書，但頑劣成性，終不能化，姑請收留以觀其後效。那時就接受了，教育二年，毫無改變。遂終恐其害羣，不得不斥之去。後聞李博士亦大灰心，逐之門外，卒爲人力車夫，不知所終。這可見得雖然經過數年教育，不能變化他幼年時代一度乞兒的習慣。神經受了惡根性的盤踞，不再能夠剷除。我們所經歷，像這人的，也不止一個，家庭的教育，幼稚的習慣，真是人生一世的關係啊！

「宋朝程明道十六七歲時，最喜田獵。後來年長求學，自己說：『已無此好了。』」

他的師周茂叔說：「那裏有這樣容易，不過此心潛隱未發。一旦萌動，必復如前。」其後十二年，暮歸，在田野間看見田獵的人，不覺有喜心，方曉得果沒有除掉。」這一段記在二程外書中，表明少年的習慣，深伏在心底。像明道先生的天資學問，和他的省身克

己工夫，尙且不能斬絕根株；其他的人更不用說。田獵一端算不得什麼大害；我們青年所可怕的，像賭博，像煙酒，像女色，比田獵的害，更大千萬倍。一經沾染，漸成習慣，那就不可救藥了。

心理學家說：人類心力分作兩部，中間像有一道鴻溝，把他分開。一部分顯在外面，可稱爲顯覺悟，*Consciousness* 他的動作，是思想，是意識。一部潛在裏面的，可稱爲潛覺悟，*Subconsciousness* 他的動作，不靠託思想，也不靠託意識。然而：潛覺悟實在顯覺悟的根。他伏在下面的，一旦浮動，就能奪了顯覺悟的位置，指揮全身的動作。我們平日所見，所聞，所做，多有「偶爾爲之」的事。但是在顯覺悟上，是偶爾爲之，過而不留。那知道在潛覺悟上，却已大書深刻，永永不忘。總有發作的時候，在不知不覺之間，乘顯覺悟的冷不防，他竟突然出現了。這偶爾爲之的事是好，那邊可以。倘然不好，禍害便非小。所以有半世好人，到晚年忽然失節的，就是他惡的潛根性驟然發見而已。

哲學家說：人類顯露的覺悟，像大洋裏冰山。浮在水面的，不過八分之一，就是顯覺悟。沈在水中的，倒有八分之七，就是潛覺悟。潛覺悟的勢力，比較顯覺悟要大七倍，我們一切的能力，若沒有潛覺悟做內容的基礎，專靠顯覺悟，一定浮泛無力。易言之，我們平日行動，倘然是非習慣的，便有格格不相入之苦。爲什麼呢？因爲沒有潛覺悟的根柢的緣故。

照這樣說來，習慣在我們更爲重要了，你看大演說家，他們的演說時，信口所言，信手所指，都能娓娓動人。他何嘗句句預備，語語用心，若使說了一句，再想一句，更處處謹防他差誤和遺忘。這種演說，一定斷斷續續，聽的人要掩耳疾走了。我們自覺，在演說之際，有潛覺悟供給我資料，使我滔滔不竭。這時候的顯覺悟，只能照顧會場上現象，沒工夫管，到要說的是什麼了，所以不能演說的人，沒有習慣，就沒有潛覺悟的供給。專靠了顯覺悟，兩言三語，就此告罄，再也不能敷衍下去了。

縫紉之老嫗。手持鍼黹作物；一面與人絮絮談話；一面不轉盼的看他幼孫的嬉戲。

鹹不暫停，話不中輟。這是他的潛覺悟，能支配其手口，維持顯覺悟中間的斷續；那就可稱爲他的習慣。世傳毛西河能五官並用。其實西河雖然聰明，但他的生平著書甚多，熱極而流，才能手寫，耳聽，目視，口講，分開了致用。若是叫他丟去文學方面，走入商業場中，恐怕他的五官並用，就要躓斷不敏了。

萬事離不開習慣。我們日夜之間，做的，說的，寫的，算的，計畫的，動作的，不曉得有多少。從思想而來的，由意識而出的，實在沒有幾許。其中大半最按着習慣，行所無事。早起的人，到了黎明，就覺醒了，不用人呼喚他。將食之頃，舉起七箸，自然把食物送入口中。其他坐臥，行立，都是出於有意無意之間。這都是潛覺悟和顯覺悟融洽而生的，便是習慣。所以思想，是像開生門，習慣，像走熟路。意念像登高山，習慣像滑墜冰。習慣的可愛在此，習慣的可怕也在此。

吾國學文之法，純以習慣爲條件。條件是什麼？多讀，多看，多做。用此條件於秦漢文，便能模仿秦漢。用此條件於唐宋文，便能模仿唐宋。再推到作詩的習慣，寫字

的習慣，都是這樣。習慣做杜詩的，下筆便像少陵，習慣做李詩的，下筆便像太白。習慣寫顏柳的，出手就像顏柳。習慣寫歐褚的，出手就像歐褚。後來即有變化，要完全脫離，是很難的。我們因此，便知道幼小能多見懿行，多聽嘉言，躬行實踐，那麼長大不容易做壞人。壞人是從幼小時壞起，好人也從幼小時好起。

金錢可以劫奪，爵位可以襲取，名譽可以倖致。獨有人格，是不可偷盜的，必須積年累月，由平日之換行，奮志努力而成的。種種的操行，成了種種的習慣。人格乃適如其分以相肖。

譬諸蘋果，是從他色香味三樣上，認為蘋果。突然和別種水果不同。我的一嘖一笑。天然和別人的嘲笑不同。須知這一嘲笑，裏面包含無數習慣。怎樣面貌，怎樣精神，怎樣肌肉的牽動，怎樣神經的傳達，積了生平的習慣，是自然而然。不知其所以然的。從他人看來，便是我的嘲笑了。嘲笑尚且如此，何況人格呢？

所以我們可以下一句斷語說：『人格者習慣之結晶也。』敬告青年，欲養成高尚

年 青 營

的•人•格•從•養•成•良•好•的•習•慣•始•。



年 青 告

編 毅 貽 胡

中華民國十九年九月再版

▲每冊實價大洋二角▼

編輯者 胡 貽 毅

校訂者 青年協會書報部

刊行者 青年協會書報部

發售者 青年協會書局

上海博物院路廿號

代售處 各處青年會

TO THE YOUTH

Compil.d By

Y. K. WOO

ASSOCIATION PRESS OF CHINA

20 Museum Road, Shanghai

Price: twenty cents per copy

#10\

476264

476264

藥