

# 兒童的新生活

胡適



我們發行這叢書的目的，是在使新生活運動取得學術上的根據，根據學術的精神，發揮新生活的重要性而必然性，使中國人一般的注意，求得合理化，科學化，藝術化，革命化，現代化。

同時，在古今中外的名人中，搜求其歷史，事實，分析其時代背景，敘述其奮鬥的過程，成功的途徑，以及其對於社會所發生的功效，作我們自立立人的模楷。

而後再將現代的各種職業的內容，從理論上加以研究其原理，聯結各種業務員應該具備的條件，說明各種業務員身內應有的事，及為可敬的標準，以及對社會國家無可逃避的責任，使一切生活習慣，均不背於新生活的精神而存在，作我們生活的標準。

現在新生活運動的高潮，已普及全國。但如何實踐新生活？如何發揚新生活？如何使新生活運動影響到大眾的衛生？作這運動的切實具體的計劃，大家還在焦灼地期待着。所以，本叢書的發行實是一件刻不容緩的工作。我們這本叢書所包括的內容，一定能滿足大家的重要的。

書叢活生新

活生新的童兒

著異叔胡

刊局書中正京南

213524

兒童的新生活 出版

知而不行，等於不知；  
以行求知，纔是真知。  
小朋友宜行新生活，  
應首重行而知次之！

潘序辰題



# 兒童的新生活目錄

胡叔異近像

- 一、什麼叫做生活
- 二、什麼叫做新生活
- 三、新生活是誰提倡的
- 四、蔣委員長的訓詞
- 五、新生活規律
- 六、新生活怎樣實行
- 七、新生活歌

目錄







# 兒童的新生活

## 一 什麼做叫生活

什麼叫做生活？曾見上海市新生活運動促進會緣起中有很好的解釋曰：『生活者何？簡言之，人類求「生」存之「活」動也。』又曰：『人類求生存之活動，大別之爲八：曰食，曰衣，曰住，曰行，曰工作，曰教學，曰娛樂，曰交際。時不論古今，地不問中外，凡屬人類，宜皆有此種種之生活。』

我們小朋友，也是人類，也在世界上求生存，自然也有這種種活動。衣，食，住，行，當然是我們不可少的生存條件，大家已很知道

了，故不再申述。工作，教學，娛樂，交際，也是小朋友們天天有的活動狀態。不過我們平日不很注意到，因此給大家忽略了，故有說明的必要。

我們在學校中，不是時時有工作課嗎？工作課以外，不是要做值日生去清潔教室嗎？不是要做值日警察去站崗嗎？學校中不是規定有大掃除日子，要大家去揩拭全校的門窗，打掃全校的屋舍嗎？我們在家庭中，不同樣的要作種種事情嗎？這些都是工作，都是我們小朋友們應有的工作，大家應該努力去服務的。廣義的說，我們一切的活動，都是工作，一天到晚都是我們工作的時間。

我們在教室中上課是教學，在上課以外，我們也有教學。我們不

是每天應該看報的嗎？看報可以知道本國的事情和世界的大勢，使得我們明瞭中國在國際間的地位，怎樣去挽救中國。我們不是應該閱讀各種雜誌和書籍嗎？我們不是有老師爸爸媽媽講故事給我們聽嗎？這是增進我們知識的。我們不是應該到各處去旅行或採集動植礦物的標本嗎？這是增進我們的見聞和備作研究材料的。這些都是教學，都是小朋友們常有的事情。廣泛的說，世界上的一切，都是學問，都在等我們一班小朋友去研究和發明啊。

我們一天到晚的工作和教學，我們的身體，一定很疲勞了；我們的精神，一定很倦怠了。須得有幾許娛樂時間來調濟調濟，以養息我們的身體，恢復我們的精神，然後可以再行工作和教學。好比虛弱的

人吃補藥一般，於我們身體很有益的。我們學校中不是有音樂課嗎？我們娛樂室中，不是有許多娛樂器具，給我們玩弄嗎？我們週會中，不是有許多有趣的表演，使我們笑樂嗎？我們禮堂中，不是開映教育影片，給我們觀看嗎？我們的爸爸媽媽，不也帶我們去看戲看電影，或參加音樂會，或到公園中來閒逛嗎？這些都是娛樂。一面可以消除我們的疲勞，一面也增加我們的見聞和知識。所以娛樂也是重要的事，並非無謂的舉動，徒耗光陰和金錢的。

小朋友，似乎沒有交際可言，這是不對的。人是營團體生活的動物，在團體中生活，即有交際。我們在校，有老師，有同學，有了老師同學，其中便會生出關係來，這便是交際。我們不是對人應該有禮

貌嗎：人家有婚喪喜慶的事，不是應該去祝賀或弔唁嗎？我們不是與人有約會或參加集會嗎？我們不是要出外旅行或求學作旅客嗎？不論對於老師，同學，親戚，朋友，凡與人交接，其間必生關係，這人與人因交接而起之關係，即是交際。所以，小朋友也有小朋友的交際，與成人雖不盡同，其為交際則一。

以上種種，都是人類生存的活動，簡稱之曰「生活」。無論何人，沒有一項可以免除或缺少的，我們小朋友，當然也不例外。

## 活生新的童兒

## 一一 什麼叫做新生活

生活也有新舊嗎？曰有。所謂新生活，並不是吃新鮮菜，穿新衣服，住新房子，坐新車子，抹新桌子，讀新書報，看新影片，交新朋友等等。也不是衣，食，住，行等八項以外，另有所謂新的生活項目。所謂新舊，不在生活的原則方面，而在生活的方法方面。衣，食，住，行，工作，教學，娛樂，交際，是生活的原則。怎樣穿衣，怎樣吃飯，怎樣起居，怎樣走路，怎樣做工，怎樣讀書，怎樣遊戲，怎樣接待，是生活的方法。隨便穿衣，隨便吃飯，隨便起居，隨便走路，隨便工作，隨便讀書，隨便遊戲，隨便接待，這便是舊生活。好好

的穿衣，好好的吃飯，好好的起居，好好的走路，好好的做工，好好的讀書，好好的遊戲，好好的接待，這便是新生活。

我們再詳細一些的說，使得大家都知道怎樣是舊生活，怎樣是新生活，對此有個明晰的判別。

新生活是知禮義的。

舊生活是無禮亡義的。

新生活是明廉恥的。

舊生活是寡廉鮮恥的。

新生活是守規矩的。

舊生活是僣規越矩的。

新生活是愛清潔的。

舊生活是不清潔的。

新生活是整齊的。

舊生活是紊亂的。

新生活是有條理的。

舊生活是雜亂無章的。



新生活是簡單的。

舊生活是修麗的，誇張的。

新生活是樸素的。

舊生活是奢華的。

新生活是迅速的。

舊生活是緩慢的。

新生活是確實的。

舊生活是虛偽的。

新生活是忠，孝，仁，愛，

舊生活是不忠，不孝，不仁，不愛

信，義，和平的。

，棄信，背義，擾亂和平的。

新生活是親愛精誠的。

舊生活是不親愛精誠的。

新生活是天下爲公的。

舊生活是自私的。

新生活是振作的。

舊生活是萎靡的。

新生活是進取的。

舊生活是退縮的。

新生活是勇敢的。

新生活是奮發有爲的。

新生活是壯健有力的。

新生活是認真的。

新生活是負責任的。

新生活是誠實的。

新生活是守信重諾的。

新生活是忠良的。

新生活是公平的。

新生活是正直的。

舊生活是懦怯的。

舊生活是頹廢的。

舊生活是衰弱的。

舊生活是敷衍的。

舊生活是隨便的。

舊生活是謊騙的，譎詐的。

舊生活是喪約的，狡賴的。

舊生活是好惡的。

舊生活是私曲的。

舊生活是邪僻的，譎媚的。

新生活是落落大方的。

新生活是守紀律的。

新生活是奉公守法的。

新生活是服從命令的。

新生活是擁護中央的。

新生活是團結的。

新生活是愛護國家的。

新生活是勤勉的。

新生活是節儉的。

新生活是文明的。

舊生活是油腔滑調的。

舊生活是不守紀律的。

舊生活是作奸犯科的。

舊生活是自由行動的。

舊生活是反抗中央的。

舊生活是分散的。

舊生活是危害國家的，賣國的。

舊生活是怠惰的。

舊生活是糜費的。

舊生活是野蠻的。

新生活是建設的。

新生活是有計劃的。

新生活是講求效率的。

新生活是新穎的。

新生活是廉潔的。

新生活是謙和的。

新生活是莊重的。

新生活是重理智的。

新生活是幫助人的。

新生活是虛心的。

舊生活是破壞的，搗亂的。

舊生活是胡亂的。

舊生活是得過且過的。

舊生活是腐敗的。

舊生活是貪鄙的。

舊生活是驕矜的。

舊生活是輕浮的。

舊生活是感情用事的。

舊生活是欺侮人的。

舊生活是自滿的。

- 新生活是貞烈而有節操的。舊生活是屈辱而無恥的。
- 新生活是高尙的。舊生活是卑鄙的。
- 新生活是光明磊落的。舊生活是鬼鬼祟祟的。
- 新生活是忍苦耐勞的。舊生活是貪逸苟安的。
- 新生活是恭敬的。舊生活是傲慢的。
- 新生活是積極的。舊生活是消極的。
- 新生活是守時間的。舊生活是任意愆期的。
- 新生活是愛惜光陰的。舊生活是浪費時間的。
- 新生活是能注重體育，鍛鍊身體的。舊生活是耽溺嗜慾，斷喪身體的。

新生活是服用國貨的。

舊生活是愛好洋貨的。

新生活是思想合乎時代潮

舊生活是思想開倒車的。

流的。

好了，好了，不再舉例了。卽就上列許多條文，我們當可明白怎樣是新生活？怎樣是舊生活？總括的說：新生活是合理化的，規律化的，時代化的。

什麼是合理化呢？一切起居飲食，但求其合乎滋養衛生的條件，不求華美逸樂，這便是合理化。什麼是規律化呢？一切行爲動作，但求其合乎知禮守法的條件，不自由行動，這便是規律化。此外，則我們的思想，應合乎現代化。現代的中國，是怎樣的破碎支離，岌岌欲

墮？我們應怎樣的團結內部，服從中央？以堅忍爲國·忠勇爲國的精神，去抵抗這赤白色帝國主義的侵略，去挽救我們的國家，建設我們的國家？

中國的衰弱，已好久了，中國的分裂，也好久了，國家的危亡，已在旦夕。所以衰弱，所以分裂，皆在生活陳舊與腐化，又不知革新之故。故欲挽救中國的危亡，惟有提倡新生活，實行新生活，以改造自己，改造社會，改造民族，改造國家。每一個人能自己實行新生活，即全國的人都能實行新生活，全國的人都能實行新生活，則全國的人已有鐵樣的組織，和鐵樣的強力，這樣，中華民族還不會復興嗎？中華民國還不會隆盛起來嗎？不平等條約還不能取消嗎？喪失的領土

活生新的童兒

還不能恢復嗎？請小朋友們想想，大家要不要努力實行啊？



### 三 新生活是誰提倡的

新。生。活。運。動。即。救。國。運。動。

新生活是中央軍事委員會委員長蔣介石先生所提倡的。他見得中國人的生活，實在太陳舊，太腐敗了。因此國勢弄得岌岌可危，將要從次殖民地的地位，走上亡國的道路。他又見得中國人陳舊腐敗的生活情形，委實太多，決非三言兩語可以說得盡，而其最大的病根，則在：沒有禮貌，沒有義俠之氣，沒有廉潔之心，沒有羞恥的觀念。故他特別提出「禮義廉恥」四字，作全國人生活的總目標。大家都能做到禮義廉恥，中國便有救了。他稱這「禮義廉恥」的生活叫「新生活」

。因提倡新生活而起的運動，叫新生活運動。所以這新生活運動，即是一種救國運動。我們要救國，便應努力實行新生活，並積極提倡新生活。

禮義廉恥四字，有很古的來歷的。在距今二千六百餘年的周朝時候，有個人叫管仲，他是中國古代的一位大政治家，他在齊國做相，幫助齊國的國君桓公，治理國政，使齊國非常富強，稱霸諸侯，他把他從政的經驗，和政治上的主張，著成一部書。書名「管子」。其中第一篇是「牧民」。牧民，即治民，即怎樣治理人民之意。他說「國有四維：一曰禮，二曰義，三曰廉，四曰恥。」

維便是綱，綱即網的四邊的大繩。網中無數的細目，都連結在四

條網上。管子以無數的治國之道，比之綱目，以禮，義，廉，恥，比之四綱。綱舉則目張。猶國家有了禮，義，廉，恥，則其他治國之道，都可以跟着立起來了。什麼是禮？他說：「禮不踰節。」不踰節，即不越過法度，等級的意思。什麼是義？他說：「義不自進。」不自進，即不私自有所作爲的意思。什麼是廉？他說：「廉不蔽惡。」不蔽惡，即不掩飾自己的過失。什麼是恥？他說：「恥不從枉。」不從枉，即不要跟人家做邪曲的事情。照現在的說法；禮是禮貌，義是義氣，廉是廉潔，恥是恥辱。他又云：「一維絕則傾，二維絕則危，三維絕則覆，四維絕則滅，傾可正也，危可安也，覆可起也，滅不可復錯也。」又說：「四維不張，國乃滅亡。」其意即四維中斷了一維，

則國家將傾側了，斷了二維，則國家危險了，斷了三維，則國家將打翻了；斷了四維，則國家滅亡了。傾側，尚可端正牠；危險，尚可安穩牠；打翻，尚可扶持牠；滅亡，則不再可以安放的了。

試看現在的中國，大家有禮貌麼？衣服穿得那麼不整齊，吃飯時又那麼吵鬧而沒有規矩。對於父兄長上，也一點沒有禮節，沒有禮節，便沒有尊敬之心，那作奸犯上的勾當，便會生出來了。同是中國人民，應大家有義氣，對於國家，要愛護，對於同胞，要救助，碰到有外患的時候，要能一致禦外，拚死力以抵抗敵人。但看前年「一二八」事變時，一班漢奸，紛紛作日本的暗探與嚮導。如胡立夫等，竟在閩北設維持會，作日人的爪牙。其時江西的共匪，非但不能一致對

外，反趁這時機，向外擴大，以阻礙國軍的抽調與行動。這無異於幫日本作內應，以減弱抗日力量。這樣的沒有義氣，說來非常痛心。至於貪求不義之財的人，國中又非常之多。因為做官的貪錢，所以政治黑暗了；因為奸商貪錢，所以仇貨充斥在市場上了。至於廉潔的人，真不多見。這貪字是中國政治腐敗，經濟衰落的大根原。孟子說：「羞惡之心，人皆有之。」一個人本沒有不知道羞恥的。等到奸惡的事情做慣了，那羞恥的心便漸漸失掉了。你看東北的一班漢奸，起先擁溥儀做執政，如今又擁他做皇帝，對他稱臣奉表。他們也知道溥儀是日本的傀儡，對溥儀奉表稱臣，等於投降日本一樣。然而他們竟忘記了自己是大中華民國的人民，却卑躬屈節，安心樂意的做日本的奴

才了。這真是無恥之尤。

因為中國人沒有「禮義廉恥」的生活，便造成這連年內亂，反抗中央，匪盜橫行，漢奸遍地，政治腐敗，經濟破產的局面。管子說：「四維不張，國乃滅亡」的地步，快要到了。要知國家滅亡了，是不再可以恢復的！快趁這將亡未亡的時候，厲行這「禮義廉恥」的生活，以挽救垂亡的國家吧！

#### 四 蔣委員長訓詞

南昌各界同胞，今天大家在這裏舉行新生活運動，從今天運動這種精神，這種秩序看來，南昌民衆，可以做中華民族模範；南昌民衆，可以做中華民衆復興的基礎，本委員長得與各界同胞，共同一致的參加其間，覺得是非常光榮，非常滿意的事情。

我們要曉得中國人爲什麼會受外國人侵略？爲什麼會給外國人欺侮？這裏我們應該想一想。我們中國人的體格，有沒有外國人強健？再進一步講，我們中國人的學問行動，有沒有外國人循規蹈矩？我們中國人的家庭，學校，社會，和外國人比較，有沒有外國人一般清潔

整齊？其他吃飯，穿衣，走路，有沒有一樣比得上外國人的有條理，有規矩？這些日常生活之種種，外國人能夠做到，我們中國人皆通統做不到。所以由生活的不講規，不講清潔整齊，而影響到身體的不強健。外國人隨時到中國來，中國人都沒有力量去抵抗，這便是中國人受外國人侵略和給外國人輕視之原因所在。換言之，亦即中國人不知愛護身體，保重自己的身體。身體尙且不知愛護，又安能愛護國家，保護國家呢？

今天新生活運動的目的，第一是要使各個人做一個強健的國民。要想國家強盛，須國民有強健的身體，纔有偉大的力量。有力量保護自己，然後有力量保護國家。這方不會給外國人欺侮。南昌的同胞，



尤其是青年學生們，應知道要愛國家，必先要保護自己的身體。保護身體的方法怎樣做呢？就要照新生活運動的規律來做，如果不能照着新生活的規律來做，則就是不能保護自己，不能保護自己的人，豈不是父母冤枉生了你這身體；況且不能愛護自己身體的，不但糟蹋了自己，并且影響到民族的衰落，這永遠給外國人欺侮，終於免不掉要做出亡國奴了。所以各位要知道，要做一樣的國民，只有個合乎時代的正當國民，就一定要做到新生活的規律，新生活運動之規律，如知禮義，明廉恥，守規矩，愛清潔等等，都是告訴大家做一個良好國民的道理。希望各位能瞭解，能做到，在家成一孝子，在國爲一良民，在學校爲一好學生，在社會爲一強健優秀份子。此卽爲新生活運動中之最

緊要的一點意義。

各位過去所過的生活，是舊生活，舊生活在外國人講，叫野蠻生活。何謂野蠻生活？就是等於上古的生活。但是現在已開始新生活了。從今天起，我們知道新生活的道理，依照去做，以後便是文明生活。各位還是願過野蠻生活，抑願意過文明生活呢？我想一定願過文明生活。那末，就要照着新生活的辦法！守規矩，知禮義，明廉恥，如衣服要穿得整齊，帽子要戴得端正，在家要孝敬父母，在學校要敬重先生。總理曾告訴我們。要忠，孝，信，義，親，愛，精，誠，新生活運動也就是遵照 總理的遺教，使大家對國家，對長官，能夠忠實；對朋友，能夠友愛；對父母與先生，能夠孝敬；懂得這些，能夠

做到，就叫合乎時代的文明生活，不懂這個道理的人，可以說是冤枉爲人了。

今天各界同胞，有這種精神和秩序，我們中華民族的老祖宗在天之靈，一定有很大的希望。希望各位來救國家，來救自己。各位同胞今後不要再過野蠻生活，一定要做到新生活，這便是各位救自己及救國家的工作。

此外還有一點，要和各位講的，就是各位知道我這個人是個怎樣出身，我想大家知道，只是我曾做過總司令，也曾做過國府主席，現在又做了委員長。究竟從前是怎樣一個人，大家一定不會知道。當我在小的時候，天天受父母先生的教訓，要掃地，要擦地板，要燒飯和

洗鍋盤，吃飯的時候，偶然掉下幾粒飯來，穿衣的時候，如果有兩個鈕扣沒有扣上，一定要受父母師長的責罰。須知我也和各位一樣，是一個小學生出身的人。因為父母師長能嚴格教訓我，能受父母師長之教。各位應該明瞭，一個人不是生成會做革命領袖的。要能夠努力，人人都可以和我一樣，能做到這種生活，相信南昌將來很可造成大多數偉大人物，以救國救人。今天我個人以身作則，教訓各位，希望人人能夠努力完成革命工作，更希望各位從今日開始做起。

這是二十三年三月十一日，蔣委員長在江西南昌新生活運動市民大會中所講的。希望一班小朋友們「在學校爲一好學生，在社會爲一健強優秀份子，」去努力完成革命工作。

或有些人，以爲「知禮義，明廉恥，守規矩，愛清潔」等等，都是中國舊有的道德規律，何以稱做新生活呢？不錯，這是中國的舊道德，在二千六百餘年前的管仲已經說過的。要知這種種，我們從前並沒有做到，要做到這種生活，在我們是新的，所以稱做新生活。大學一書中有云：「大學之道，在明明德，在新民。」南宋大儒朱熹的註解是：「新者，革其舊之謂也。」又說：「去其舊染之污也。」翻成現今的白話，卽「新者，是改掉或除去舊有的種種說法，」及「除去那舊時所沾染着的污點。」我想，這是新生活的很好的解釋。

活生新的童兒

## 五 新生活規律

蔣委員長於三月二十九日在南昌行營召集政訓工作人員，講述新生活運動的大意，其中有一條云：「新生活運動之原則，由整齊，清潔，簡單，樸素，迅速，確實，六項，做到一切合乎禮義廉恥。」蔣委員長又規定「規矩」「清潔」兩項，爲新生活運動的第一期工作。「規矩」是一個人立身的根本，能夠循規蹈矩，自然不會做壞事情。從積極方面說，自然能夠「知禮義明廉恥」了。大學上說：「古之欲明德於天下者，先治其國；欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意。」這「規

矩」一項，便包括誠意，正心，修身，三步工夫。能夠修身，而後可以齊家，而後可以治國，而後可以平天下。清潔是衛生和健康的根本，有健康的身體，然後可以肩負救國的重任，擔當復興民族的工作。隨時可以抵抗敵人，和敵人拚個你死我活。

「規矩」「清潔」實新生活運動中最急要的兩項。蔣委員長所定為第一期工作，這是有深意的。

然則我們從那裏做起？從「食，住，衣，行，工作，教學，娛樂，交際」八種生活做起。能從這八種生活中，先做到「規矩」「清潔」二項，則新生活運動的第一期工作便完成了。

我們的規律是：



規矩

食的方面

飯吃要規矩。

座位要端正——橙子要放正，身體要坐正，勿將身體與手臂全依

靠在桌上，以致失了端正的姿勢。

兩臂不張出——以免侵占了他人的地位。即古禮「並坐不橫肱」

之意。

足不直伸桌下——以免蹴及他人。且姿勢亦欠端正。

不疊股——疊股，亦容易蹴及旁人。

吃飯時不說話——在公衆會食時說話，容易破壞秩序。  
論語鄉黨

《篇記孔子的言行，有「食不語，寢不言」的話，我們應當

取法。

碗筷匙要擺好。

碗筷匙要輕放，不要碰擊出聲，或用匙括湯出聲。

喝嚼勿出聲——食時勿嘔嘴出聲，喝湯啜粥勿出聲，飲茶勿出聲

。

咳嗽打嚏向地下，並承以手帕。

不先食——等坐齊後，然後舉筷。

衣的方面

衣服要整齊。

衣服要樸素——不炫裝異服。

衣服要簡單——不多製不必要的服裝。

在校要穿制服。

徽章要帶好——不要忘記。

衣服破綻要補好。

鈕扣要扣好——尤當注意頸間及褲子上的鈕扣。

帽子要帶正——勿左，右，前，後，傾側。

鞋襪要穿好——鞋跟要帶上。襪勿褪下。

皮鞋要時常刷淨——勿沾泥污。

行禮時要脫帽。

集會場所要脫帽——室外可不拘。

出門要帶帽。

進了房屋不帶帽。

身邊一定帶手帕。

衣服要用國貨。

勿用化妝品。

勿戴裝飾品。

勿燙髮。

住的方面

用具要簡單。

用具要放好——且有一定場所。

書籍要放好——勿亂拋。

室內不奔跑。

室內不大聲叫喊。

能孝順父母。

能友愛兄弟姊妹。

能尊敬長輩。

早晨見父母及長輩，要說「××好」。

別後見父母及長輩，要說「××好」。

見長輩要敬禮。

見賓客要敬禮。

坐時見長輩和賓客，要起立。

升降黨國旗，要敬禮。

要尊敬黨國旗——不毀損及糟蹋。

要尊敬總理遺像——不毀損及糟蹋。

唱黨歌，要脫帽起立致敬。

逢到國慶日和紀念日，要懸旗。以示慶祝或哀悼。

行的方面

走路要靠左邊。

走路不爭先。

走路不可太慢。

走路時不東張西望。

走路時眼向前看。

走路時不要吃東西。

走路時不要勾肩搭背。

走路誤碰別人，說聲「對不起」。

車站買票，要一個一個順着走。

公共場所進出，要一個一個順着走。

早晨相見要說：「你早」。

相別時要說：「再見」。

拾得東西，交還原人——不知道原人，可交給警察招領。

上下車站，要讓人先走——男讓女，大讓小。

車船中要能讓坐——男讓女，大讓小。

車船中不要高聲談笑或叫喊。

飯館，茶店及旅舍中，不要高聲談笑或叫喊。

公共場所或會場中走路，腳聲要輕。——穿皮鞋時，尤當注意。

愛惜公物——不隨意損壞，不隨意糟蹋。

愛護花木——不隨意攀折。

愛護草坪——不隨意踐踏。

工作方面



做事要有專心，有恆心，有誠心——不時作時輟，有始無終。

做事要刻苦，耐勞——不出怨言。

做事要有條理，有計劃。

做事要負責任——不敷衍塞責。

做事要公平正直——不私心偏袒。

做事要勤勉迅速。

做事要講求效率。

做事遇到困難，不畏縮，不推諉。

今日事，今日畢。

受了不正當的攻擊，不灰心，不屈服。

工作時常抱樂觀的態度。

不輕視勞動的工作和勞動的人。

服從命令，接受指導。

不取非分的錢財。

不受非分的獎譽。

不貪非分的便宜。

愛惜光陰。

遵守時間。

遵守規則。

無事不惹事，有事不怕事。

學習方面

功課要溫習。

習題要做好。

不懂要發問——不亂問，發問時要舉手。

每天要看報——不專看圖畫及附張。

要明瞭國內外大事。

留心研究各種新事物。

常常參加有益的集會。

集會要遵守「民權初步」。

不着無益的書籍。

不看無益的圖畫。

見老師和賓客要敬禮。

早晨見老師要說：「X老師早」。

早晨見同學要說「早」。

能幫助幼小的同學。

見老師或賓客走過，應偏立路旁致敬。

老師或賓客給東西時，應起立用雙手接受。

### 娛樂方面

煩悶時要尋適當的娛樂，不隨便生氣。

要從日常生活中找到樂趣。

控制脾氣，不使發作。

不賭錢。

不做近於賭博的事——如抽糖，搖彩等。

選做一種正當的娛樂。

對於一切娛樂，不沈迷留連。

不要無益的耍戲。

不做無益的遊戲。

不到下流的遊戲場所。

在娛樂場所要肅靜——除拍手外，不高聲叫喊。

交際方面

約會要守時刻——此事中國人素不注意，應格外遵守。

訪客閒談，不過十五分鐘。

說話態度和氣。

靜聽別人對我的說話。

不要竊聽人家的說話。

等人家說完了再說。

握手須用右手——過輕則表示沒有熱情，過重近於粗鹵。

入室時，見室門關閉，應先輕輕敲門，等有接應，然後開門入室。

出入他人居室，要隨手關門——本開直者，可不關。

吃了人家的東西，臨走要說「謝謝」。

接受人家的贈品，要說「謝謝」。

送客要送至門口。

人有喜事，應慶賀。有喪事，應弔唁。

人有喪事，不嬉笑。

賓客面前，不叱逐貓犬——恐有誤會。

人前不呵欠伸腰——這是厭倦的表示。

人前不支頤擺膝——支頤是以手撐頭。皆非莊敬的表示。

人前不作耳語——恐他人有所誤會。

人前不赤身裸體——這是野蠻無禮的態度，且不衛生。

人前不脫賸小衣——如僅穿汗衫襯褲等，為失禮。

別人打架要勸解——不強勸。

見人跌倒要攙扶。

見人受傷要救護。

不開口罵人。

不動手打人。

受了痛或委屈，不哭。

不說人壞話——不批評人家的短處。

凡事要講道理，不要吵鬧。

受人無理侮辱時，要和他講理，不隨便忍受。

得罪了人要道歉。



對於女子和小孩，要禮讓。

對朋友要講信義。

對人態度要誠懇。

能隨時隨地幫助他人。

他人寫信不窺看。

他人信件不拆閱。

慰問疾病，勿久坐長談——醫生關照不宜見客時，勿請見。

無謂應酬要減少。

集會要肅靜，要準時到會——無故不缺席。不能到會，須預先聲明。

對於正當公道的事情，肯做證人。

非不得已時，不向人借錢。

非不得已時，不託人帶信。——託人帶信，須不封口，受託者，可當面封好。要節儉，不浪費金錢。

清潔（其他衛生事項附）

### 食的方面

飯屑不亂拋。

骨屑不亂拋。

吃飯要細嚼緩嚥——勿狼吞虎嚥，否則不易消化。

吃飯不過飽。

菜肴不求甘美，但求滋養。

要多吃蔬菜——蔬菜中多維他命，又富有滋養。

不多吃糖果糕餅——多吃不消化。

不吸煙——煙中有毒，傷腦。

不飲酒——傷腦。

物不潔不食。

水不沸不喝。

肉類及蔬菜，不煮熟不食。——防寄生蟲。

食前食後，不作劇烈的運動。

碗筷等力求清潔。

不吃腐爛的食物。

不吃有刺激性的食物——防消化器有傷害。

不吃去皮零賣的水果——防傳染病菌。

不吃蒼蠅停過的食物——防傳染病菌。

不多食油膩及油煎的食物——不易消化。

食後一定嗽口——保持口腔的清潔，以免牙齒腐蝕。

食物要有定時——勿一天到晚不停嘴的吃，以節省胃力。

食物不用手取。菜肴中有骨壳，也不用手齧剝。

玩具不放在嘴裏。

銅子及其他錢幣，不放在嘴裏——這是極骯髒的東西，須留意。

衣的方面

衣服要潔淨。

帽子鞋襪要潔淨。

被褥要常洗常晒。

內衣要時常洗換。

襪子要時常洗換。

手帕要時常洗換。

衣服被褥等，要摺疊整齊。

鞋子要放好。

污穢的衣服鞋襪，不隨地亂拋。

鼻涕不拭在袖口及衣角上。

住的方面

房屋要潔淨——能時常打掃。

牆壁勿塗污。

傢具要收拾乾淨。

門窗要常啟——藉通空氣。

要早起早睡。

早起多喝幾杯開水。

早起一定刷牙齒。

不以面巾擦牙齒。

不以手指剔牙齒。

不以手指挖鼻孔。

不要隨處吐痰——以免相互傳染肺病，最宜注意。

不要隨地小便。

要常常洗澡。

頭髮要梳理，並時常洗沐。

指甲要常剪——以免積垢。

要時常洗手。

紙屑等不亂拋。

鉛筆屑不削在地上。

要吸新鮮空氣。

要多接觸太陽光。——太陽光中的紫外綫，有殺菌及促進生機的

功能，於身體非常有益處。

每天要有一種失宜的運動。

做值日清潔要盡責——不隨便敷衍。

溝渠要常常疏通——不積污水，以免蕃殖細菌和子不。

廁所要乾淨——勿使滿地便溺和草紙。勿塗寫廁所的牆壁，馬桶

蓋要蓋好。

廚房要乾淨。

蚊子要撲滅——蚊子是傳染瘧疾和絲蟲病的媒介。

蒼蠅要撲滅——蒼蠅是傳染霍亂和痢疾的媒介。



老鼠要捕殺——老鼠是傳染鼠疫的媒介。

垃圾倒在箱中。箱蓋要蓋好。

要天天打掃門口和街道。

行的方面

車船中要保持清潔。

公共場所要保持清潔——勿在牆壁上亂塗「××於×月×日到此

一遊」等字樣。

果壳紙包等不亂拋。

鼻涕痰，要受在手巾裏——隨地吐痰，是中國人很壞的習慣，尤

當注意。

不隨地便溺——以前上海的公園門口，立一牌子，上書「狗與華人，不得入內」。皆因中國人隨地便溺，隨地涕吐，隨地拋棄，果壳紙包，及任意攀折花木等。故與狗同一待遇，不許入內。你們想羞辱不羞辱？

廣告不亂貼。

走路時身體要挺直。

### 學習方面

看書要坐直——勿僵僂曲背，有傷肺部。

眼與書本，要保持相當的距離——約須保持一市尺之距離，免傷

目力。

娛樂方面

勿多看電影，免傷目力。

交際方面

勿用公共的面巾擦眼睛及口鼻——免彼此傳染。

不以烟敬人。

非主人，不勸人飲酒。——不固勸。

活生新的童兒

## 六 新生活怎樣實行

蔣委員長說：「新生活運動之方法，要先從自己身體力行，然後以身作則，來勸導感化社會一般人」。所以新生活運動是重在各個人「自己身體力行」。自己已經做到了，能夠「以身作則」了，然後去「勸導感化社會」。自己不能實行，不能以身作則，便沒有勸人實行新生活運動的資格。故不要問人做不做，只要問自己行不行。一切的人都能「自己身體力行」可無用「勸導感化社會」了。到那時，倘使有少數人未能實行，則稍稍加以勸導和感化便行了。

不過在一種運動之前，必先有一度「提倡」。提倡是叫大眾都能

「知」。能「知」而後能「行」，提倡是一時的，實行是永久。提倡是非實現的，實行是有效果可見的。只知提倡而不實行，結果必等於零。可是中國人的老毛病，每每高興提倡而不高興實行，這便是貪懶苟安的大病根。一種運動好比一味藥，把藥吃在肚裏，病才可以治好。可是中國人只知嚷着某藥怎麼怎麼好，然而並不把牠吃在肚裏，病那裏會好呢？蔣委員長所倡導的新生活運動是一味藥，是醫治中國人一切病的病根的一味藥，即治療這「只嚷而不服藥」之一病的藥。不知我們中國人此次還依舊「只嚷而不服藥」否？

先總理說：「知而不行，即是不知」。我們現在可說是已經「知」的了。不知是否能「行」，是否大家依舊空嚷一下便算了。要知這一

味藥不再服下，那中國人的病，便無可救藥了！

我們不要見了許多規律以爲太多太難了。多雖多，難則並不難。這些都是平常的道理，大部分都我們已經知道過的。不過我們日常生活中，並沒有實行到，所以還等於不知。我們應從今天起，努力實行，實行蔣委員長所倡導的新生活。

實行並不難，只要你在生活中稍稍留意一下就得了。譬如我要吐痰了，過舊生活的人即隨地一吐，現在叫你不要隨地吐，抽出手帕來吐在手帕裏，這便是新生活。難嗎？一些也不難。又如我們平日是隨口罵人隨手打人的，這便是舊生活。我們在要罵人打人的時候，便閉口不罵了，停手不打了，這便是新生活。是確確實實在實行新生活。

難嗎？一些也不難。又如我們見了老師說聲「好」，鈕扣一齊扣好相別時說聲「再見」，牆壁不亂塗，靜聽別人對我的說話……，難嗎？不難，不難。所以實行新生活是不難的，只須在日常生活中隨時留意一下便得了。

要「知」道新生活的規律，也不難的。因為都是很平常的且都切近日常生活的。看來條文很多，實際非常簡單。不過規矩清潔兩種原則而已。只要你在日常生活中，隨時留意到「規矩」「清潔」四字就是了。

故實行「新生活」的關鍵，不在難易和規律的多少，在乎「高興不高興」實行。你「高興」實行的話，真正難的事情，也容易的。



「不高興」實行的話，儘容易的事情，也難的。譬如上舉的「不隨地吐痰」一例，你既經知道，以後便不再隨地吐了，這是極容易的。你雖是知道了，可是「不高興」行，依舊吐在地上，這還有什麼辦法呢？這關得難，易，多，少，什麼事呢？

所謂高興不高興，即對於實行新生活有沒有「決心」。蔣委員長又說：「新生活運動之性質」乃一種極平實，簡明，普遍，而久遠之救國救民的運動，並無任何範圍，時間，地域，與人的限制」。請大家下一「決心」，以實行這救國救民的運動吧！

臨了，我們再把蔣委員長所頒發的新生活歌，錄在下面。

生新的童兒



活生新的童兒

# 新生活叢書全部四十種書名

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 新生活運動……………蔣介石    | 新生活與娛樂……………曹仲麟     |
| 新生活與民族復興……………汪精衛 | 新生活與農村建設……………鄒樹文   |
| 新生活與心理建設……………陳劍脩 | 新生活與世界經濟……………      |
| 新生活與唯生史觀……………陳立夫 | 新生活與國民經濟……………      |
| 新生活與公共衛生……………劉瑞恆 | 新生活與近代哲學思想……………    |
| 新生活與健康……………劉瑞恆   | 新生活與舊社會……………       |
| 新生活與情操……………葉楚傖   | 新生活與政治改革……………李 經 羲 |
| 新生活與禮樂……………唐學詠   | 中國國民新生活運動……………陳立夫  |
| 藝術與新生活運動……………林風眠 | 黨黨員與新生活……………       |
| 新生活與婦女解放……………陳衡哲 | 青年的新生活……………諸公辰     |
|                  | 店員的新生活……………王漢良     |

兒童的新生活……………胡叔異  
新生活與優生……………潘光旦  
新生活與家庭……………邵洵美  
銀行員的新生活……………張公權  
農民的新生活……………范苑聲  
文藝家的新生活……………王平陵  
戲劇家的新生活……………唐槐秋  
電影家的新生活……………洪深  
音樂家的新生活……………蕭友梅  
勞動者的新生活……………

政務官的新生活……………  
公務員的新生活……………  
軍官的新生活……………朱培德  
教育家的新生活……………汪懋祖  
校長的新生活……………  
警士的新生活……………陳焯  
憲兵的新生活……………谷正倫  
士兵的新生活……………張治中  
縣長的新生活……………梅思平  
婦女的新生活……………

# 正中書局初中教科書內容介紹

——二十三年秋季出版——

初級中學  
教科書

## 公民

汪懋祖 錢安毅 趙祥麟 劉杰 魏等編校

本書遵照教育部規定改學時數，並參酌公民課程標準起草委員會所定大綱編輯，計分五冊。第一學年授道德及政治，第二學年授經濟及法律，第三學年授地方自治。道德部份：主在擴充我國固有美德，并闡明新生活之意義，自家庭出發而以人格救國作結。政治及法律部份：闡明本國現行法制，并給予學生關於政治的法律的基本知識，而以培養政治觀念及守法習慣為歸宿。經濟部份：以國民經濟為對象，并說明帝國主義經濟侵略之情形及生產、國貨、節約運動、勞資協調等問題之重要，而以 總理實業計劃為歸宿。地方自治

# 中正書局初中教科書內容介紹

部：是書選國大綱，說明自治之意義，準備、組織、各種事業及實施方法而以達到建設之目的。每章之末，略附參考或問答以便討論。

## 國文

汪懋祖沈榮齡周侯子汪定孫等編校

本書按照教育部編譯標準編訂部定教材。全書內容：以合於中國地區之體制及政策者、合於民族意識陶冶學生情感者、合於發揚國民道德灌輸生活常識者、合於適應生活旨趣改進社會習俗者各點為標準。第一學年文七語三，注重記敘文表抒文，參照學生生活之經驗，供實際的練習；第二學年文六語四，注重說明文表抒文，區別生活事項之性質，供分析的說明；第三學年文五語五，注重議論文應用文，歸納青年既有之思想，作系統之整理。語文及默寫均切，詞意顯豁，能引起學生之興趣者為主，表抒文以練習讀



此，意味傳承，能發揚學生之情意者爲主，談論文以說理透澈，平正條達，能啓發研究之興味者爲主；由淺入深，分配於三個學年。每冊選定精讀教材四十篇，附選補充教材十篇，全書六冊，成一整個系統；便於學生自動研究及教師活用。注釋以特殊語彙及重要參考爲限。

初級中學  
教科書 **本國地理**

王益崖編著

本書遵照教育部課程標準編輯，以經濟地理爲經，三民主義教育原則爲緯。關於產業交通的現狀和物質建設的計劃，特別注重，使學生明瞭本國國內的地人現象，一方面啓發生產建設的基本志趣，了解總理實業計劃的重要。同時如邊疆形勢，國防概況，被外人凌辱的領土和利權，也詳細敘述，養成愛護國土的概念。全書分三編：首爲概說，從天體的演化說到本國自然地理的大概；次爲各論，先分全國爲六個自然區，作一概括的敘述，

條目再一一詳加說明各者；有於說明其地人狀況和氣候；其次為討論，把全國地的人文現象作一比較，再總之而分析，再由分析而綜合，前後相互呼應，條理清楚，易得一系統而整理也。對於力求正確無誤，圖表統計盡量插入。每節後附提問要點，書末附有多項，以備隨時檢閱。

## 植物學

王守成編著

本教科書係根據課程標準編寫，取材以日常習見之植物及在自然界有切近關係之植物為主。全書分上下兩冊，訂了四章，大半部先分論高等植物之形態、構造、生理及生態，後論植物之生活史上兩章之專章與原理；後數章就植物界之要門類，依次按雜序一併討論之。植物學之教學應注意的順序，對於一切學術上術語，力求善用，並圖務求能明正確，無誤之處。如有疑問，只希望學生溫習與教師提出討論之參考。

## 中正書局發行大九雜誌內容介紹

### 時事月報

每册二角五分 全年大洋三元

(時事月報社編)本刊爲國內研究時事之唯一定期刊物。評析時事之前因後果，推測世界之未來趨勢。執筆者均爲國內第一流專家。對於各種重要時事問題，莫不有精詳之論述，並供給具體的系統的每月重要新聞。關心世界大勢及研究者咸爲現者，均不可不閱本刊。

### 開發西北

每月一册二角 全年一元八角

(開發西北協會編)本刊爲國內研究西北問題之專刊。由各專門家撰述。介紹西北實際情況，討論開發西北之各種方法。開發西北，爲中國當前非常重大之問題，國人對此，亦已日漸注意，本刊實屬研究西北問題之唯一參考物，亦爲欲知西北實況者所不可不讀之書。

## 地政月刊

每册二角

預約費另議

(中國地政學會)本刊為國內優秀之研究土地問題之刊物，其內容包括：(一)地政學之研究，及促進國內之土地改革為主旨。由對本問題之研究，而發見其重要之事實，或新發現，闡述，參考資料，會議紀錄，時論摘要，法令彙編，報告，調查報告，地籍，地籍調查，地籍測量，地籍登記，地籍管理，地籍教育，地籍行政，地籍立法，地籍司法，地籍國際合作等。

## 日本評論

每月一册三角

預約費另議

(日本研究會)本會為研究日本之唯一定期刊物。其內容包括：(一)日本之政治，經濟，社會，文化，教育，宗教，藝術，科學，技術，軍事，外交，國際關係，及日本與中國之關係，與中國有關之感，而特別注意。吾人公認日本之未來，必與中國之未來有密切關係，故欲究一國之趨勢，非日本途徑者，尚不可不閱本刊。

## 日本研究會小叢書

每週一册

每册一角

預約費另議

(日本研究會編)本雜誌以日本為研究之對象，以每一個問題為中心，予以詳詳之論述，為留心日本問題者最感需要之參考物。每週出版單本一冊，現已出版五十餘冊，書名限於地位，不克備載。

## 政治評論

每週一冊五分 全年二元二角

(政治評論社編)本誌為研究中國政治問題之唯一刊物也。每週出版一冊，將每週中政治上之重要問題，各為詳論，而此項重要之事實俾使詳述之，見解於世。立言正大，為國人研究最近政治狀況之南針。

## 新社會科學季刊

每季一冊四角 全年一元六角

(中華社會科學社編)本誌為研究社會學之唯一刊物也。其內容之豐富，材料之充實，為國內研究社會科學之必備刊物。探討最近社會學之重要問題，材料至為豐富。



# 版權所有

(4)

中華民國二十三年五月印刷  
中華民國二十三年五月初版

## 兒童的新生活

一册定價二角五分

(外埠酌加運費匯費)

主編者	葉楚傖
著作人	胡叔異
發行所	正中書局
印刷者	正中書局

總店 南京太平路  
分店 南京鼓樓

