

# 幸福的人生

費南魯博士原著

顧啟源編譯

上海西風社發行

費南魯原著  
顧啓源編譯

幸  
福  
的  
人  
生

上海西風社發行

本書封面：  
黃嘉音設計  
蔡振華作畫

# 目錄



著者原序.....( I )

前言.....( III )

第一章 祖先與民族的遺體.....( 一 )

(一) 序言.....( 一 )

(二) 精蟲卵子與遺傳.....( 二 )

(三) 奇妙的遺傳.....( 三 )

(四) 顯性與隱性.....( 五 )

(五) 性格的遺傳.....( 六 )

(六) 子女愚弱之因.....( 七 )

- (七) 父母與胎兒的關係……………(七)
  - (八) 民族的遺傳……………(八)
  - (九) 先天遺傳與後天病態……………(九)
  - (一〇) 你該做的事情……………(一〇)
- 第二章 衛生和教育與人生幸福……………(一二)
- (一) 身體與精神……………(一二)
  - (二) 頭部的外傷與震擊之害……………(一四)
  - (三) 毋將小孩當做玩具……………(一四)
  - (四) 實施衛生和預防疾病……………(一五)
  - (五) 發展兒童的優點……………(一七)
  - (六) 注意兒童的書本……………(一九)

(七) 切勿漠視孩子.....	(二一)
(八) 對兒童表示同情.....	(二三)
(九) 兒童的遊戲.....	(二五)
(一〇) 兒童的友伴.....	(二六)
(一一) 兒童的心理衛生.....	(二八)
(一二) 毋做不良的榜樣.....	(二八)
(一三) 潛意識.....	(三〇)
<b>第三章 養成良好的個性.....</b>	<b>(三二)</b>
(一) 注意家庭的環境.....	(三二)
(二) 養成克己的力量.....	(三三)
(三) 先入為主.....	(三四)

- (四) 學習控制情緒……………(三五)
- (五) 怎樣處理情緒……………(三六)
- (六) 消除恐懼……………(三七)
- (七) 審慎地施行懲罰……………(三八)
- (八) 體罰無益……………(四〇)
- (九) 懲罰與糾正不同……………(四一)
- (一〇) 斥責與鼓勵……………(四二)
- (一一) 根除說謊的惡習……………(四五)
- (一二) 不要欺騙兒童……………(四六)
- (一三) 滿足兒童的好奇心……………(四七)
- (一四) 灌輸性教育……………(四八)
- (一五) 『媽媽，我是那裏來的？』……………(五〇)

(一六) 指導兒童的傾向..... (六四)

第四章 兒童的過失與病態..... (六七)

(一) 兒童無辜..... (六七)

(二) 探求病態的原因..... (六八)

(三) 怎樣對付易怒的孩子..... (六九)

(四) 孩子的注意力..... (七〇)

(五) 驕傲與懶惰..... (七一)

(六) 內分泌與性格..... (七三)

(七) 過失為病態象徵..... (七五)

(八) 不要冤屈孩子..... (七六)

(九) 教導須有方..... (七六)



(一〇) 過失應該改正.....	(七九)
(一一) 兒童聽從的問題.....	(八〇)
(一二) 兒童是好動的.....	(八二)
(一三) 孩子的自由.....	(八三)
(一四) 校正與教育.....	(八五)
(一五) 個別地教育兒童.....	(八六)
<b>第五章 做強毅自由的人.....</b>	<b>(八九)</b>

(一) 意志與自由.....	(八九)
(二) 何謂性格.....	(九〇)
(三) 意志能否改變性格.....	(九一)
(四) 自由與自主有別.....	(九二)

(五) 意志並非天秤	(九三)
(六) 意志與情緒	(九四)
(七) 行為與責任	(九六)
(八) 真正的毅力	(九七)
(九) 做一個成功和幸福的人	(九七)
<b>第六章 認識自己</b>	<b>(九九)</b>
(一) 認識自己的缺點	(九九)
(二) 謙遜與專心	(一〇一)
(三) 使缺點變成優點	(一〇二)
(四) 懶惰	(一〇三)
(五) 缺點的後果	(一〇五)

(六) 違逆	(二〇六)
七 怎樣對付違逆的人	(二〇八)
(八) 注意矛盾的性格	(二〇九)
(九) 輕浮	(二一〇)
(一〇) 利用情慾	(二一三)
(一一) 好好地教導孩子	(二一五)
<b>第七章 幾個最重要的教育問題</b>	<b>(二一七)</b>
(一) 選擇學校	(二一七)
(二) 公共教育	(二一八)
(三) 母親與教育	(二二一)
(四) 不良的教育引起疾病	(二二三)

- (五) 孩子的心理教育……………(一二四)
- (六) 最重要的嬰孩時期……………(一二五)
- (七) 思春時期的教育……………(一二七)
- (八) 思春時期的遊戲與消遣……………(一三〇)

## 第八章 積極的人生……………(一三二)

- (一) 人定勝天……………(一三二)
- (二) 發掘自己的優點……………(一三三)
- (三) 認清目標……………(一三四)
- (四) 專心一志……………(一三五)
- (五) 忘懷過去的失敗……………(一三七)
- (六) 感覺的重要……………(一三八)

- (七) 不要魯莽……………(一三九)
- (八) 保持鎮靜……………(一三九)
- (九) 鼓起熱情……………(一四〇)
- (一〇) 學習和他人相處……………(一四一)
- (一一) 悅人與誠實……………(一四三)
- (一二) 和善待人……………(一四三)
- (一三) 同情罪犯……………(一四四)
- (一四) 人生的真諦……………(一四五)
- 第九章 談職業：手藝工人……………(一四七)**
- (一) 審慎選擇職業……………(一四七)
- (二) 職業的指導……………(一四八)

(三) 提高工人的程度	(一五〇)
(四) 量力而行	(一五三)
(五) 修養自己	(一五二)
(六) 檢驗身體	(一五四)
<b>第十章 再談職業：自由職業·婦女與職業</b>	<b>(一五五)</b>
(一) 法官·軍官·教師·工程師	(一五五)
(二) 醫師業務的重要	(一五七)
(三) 醫師與病人發生誤會的原因	(一五八)
(四) 獲得病人的信仰	(一五九)
(五) 醫師的責任	(一六〇)
(六) 福煦將軍的名言	(一六一)

- (七) 看護婦的業務道德……………(一六二)
- (八) 文學家與藝術家……………(一六二)
- (九) 婦女的職業……………(一六四)
- (一〇) 職業婦女能否兼顧家事……………(一六五)
- (一一) 新式家庭的經濟問題……………(一六六)
- (一二) 可愛的家庭……………(一六八)
- (一三) 一封少女的信……………(一六九)
- (一四) 母親應求取進步……………(一七〇)
- (一五) 充實的生活……………(一七〇)
- (一六) 厭倦家庭的婦女……………(一七一)
- (一七) 職業婦女與婚姻……………(一七三)
- (一八) 我們的意見……………(一七五)

第十一章 結婚前後……………(一七七)

- (一) 克服肉慾的引誘……………(一七七)
- (二) 撲滅花柳病……………(一七八)
- (三) 實行節慾……………(一七九)
- (四) 逃避蕩婦的誘惑……………(一八〇)
- (五) 守貞無害……………(一八〇)
- (六) 結婚以前……………(一八二)
- (七) 婚姻中的性的地位……………(一八二)
- (八) 興奮劑……………(一八三)
- (九) 吸烟和飲酒……………(一八四)
- (一〇) 保養身體……………(一八六)



## 第十二章 論結婚……………(一八七)

- (一) 不要早婚……………(一八七)
- (二) 謹慎觀察……………(一八七)
- (三) 一個譬喻……………(一八八)
- (四) 婚前的少女……………(一八九)
- (五) 頑固的父母……………(一九〇)
- (六) 切勿隨便地介紹……………(一九一)
- (七) 獨身者是否幸福……………(一九二)
- (八) 夫婦間的愛情……………(一九三)
- (九) 早婚有害……………(一九四)
- (一〇) 環境與教育……………(一九五)

(一)	(一) 互相瞭解	(一九五)
(二)	(二) 製造愛情	(一九八)
(三)	(三) 檢驗身體	(一九九)
(四)	(四) 物質的享受	(二〇〇)
(五)	(五) 忠告畏懼結婚者	(二〇〇)
	第十二章 幸福的藝術	(二〇一)
(一)	(一) 好動者與夢想者	(二〇一)
(二)	(二) 快樂和痛苦的夢想	(二〇二)
(三)	(三) 胡思亂想	(二〇三)
(四)	(四) 文學與藝術	(二〇四)
(五)	(五) 夢想者的特性	(二〇五)

- (六) 針對現實……………(二〇六)
- (七) 選擇優良的書籍……………(二〇七)
- (八) 虛榮心……………(二〇八)
- (九) 職業與業餘消遣……………(二〇九)
- (一〇) 資產的慾望……………(二〇九)
- (一一) 金錢與幸福……………(二一一)
- (一二) 遵從意識……………(二一一)
- (一三) 準備人生的旅行……………(二一二)
- (一四) 幸福的藝術……………(二一三)
- (一五) 給親愛的讀者……………(二一六)

著者原序

不能獲得賢明父母與優良教師指導的人，祇有憑藉個人生活的經驗，四週事物的觀察，以及書籍刊物等，遲緩地與艱苦地認識世間有一種生活與幸福的學問。

當他們能夠追憶往事，當他們能夠審視到底那一條途徑，可以引導至最好的目標之時，往往為時已感太晚，因為他們已經走過人生路程的一半了。

此時他們要想後退已辦不到，但是，在狹小的範圍之內，尚可矯正所走途徑的方向，及其錯誤的後果。

青年的人們，如能知曉前代人所遲滯方才學得的知識，不無裨益；天資較高

的人，如能推究一輩不安者、心理不平衡者、遲疑者、情緒衝動者、孱弱者、如何方能獲得他們所無力獲得的成就，那麼其益處亦非淺鮮。

我不敢說我是在担負指導的責任。我不過拿起筆來，將最好的生活方式，加以輯錄而已；我要向讀者們申說：請諸位看看在這些記錄裏面，有沒有一些對於你們有益的東西。

我也曾探索過光明與途徑，因為我也曾經遭遇遲疑、不定、錯誤、失敗、與痛苦，是以希望這本書，亦像貝多芬（Beethoven）完成其某一樂曲之時所寫的一樣：『從心坎中來，到心坎中去！』

我願這些有關人生的問題的討論，對於讀者不致毫無貢獻。

## 前 言

法國費南魯博士是一位博覽羣籍和思想前進的學者。

這本幸福的人生，便是他根據了四十餘位著名的心理學家、精神學家、生理學家、兒童專家、婦女專家、教育家、醫師、軍人、著作家、大學教授、世界聞人等等所發表的名言讜論，以及十數種極有價值的專門著作，而編輯成功的。

原來有若干無關緊要的部份，因為內容稍嫌蕪雜，已為筆者大胆地改編了一下，但是重要的材料，依舊絲毫未動，忠實地譯了出來。

此書又可題名為『幸福的藝術』，因為它指示每個人怎樣合理地去獲得人生的幸福。

讀者看完這本書後，如果覺得它尚有一點價值的話，請將它介紹給親友們看

看，此書或許對於他們有些幫助。

希望爲人父母、教師、和子女者，以及青年的男女們，都有機會聽聽費南魯

博士和各位專家的意見。

顧啓源 中華民國三十年八月上海

## 第一章 祖先與民族的遺傳

### (一) 序言

每人皆有二種生活：過去經歷的生活，意志的生活，和幻想的生活。這三種生活，不是陸續發生的。它們同生同滅，並且互相關聯。我們從出世以至老死，不絕地度着上面三種生活。我們應該研究這種人生的複雜之處，檢討自己的遺傳、教育、環境、機遇、被動性或反應力，以及在某種目標之下恆久的意志力量等等問題。因為此項工作，對於我們本身，以及能將他人經驗作為殷鑒的讀者，都有裨益。

能夠在生活中間，獲得賢明父母的剴切指導與熱誠教訓者，真是非常幸福的



人，因為他們可以避免無數的猶豫、打擊、失敗、和艱困。

## (二) 精蟲卵子與遺傳

我們的祖先，對於我們有優良或惡劣的遺傳。

遺傳當然是最神秘又最複雜的問題。一百萬條精蟲，同時向一顆卵子進攻，結果僅有一條精蟲，能對卵子發生作用。

精蟲的形態，雖極纖細而能夠透過兩層濾紙，但是重要異常，因為牠除了能遺傳父親身體與精神的性質以外，兼能遺傳祖先的特性。

這一百萬條精蟲，是否都有同樣的組織呢？如果鑽進卵子者，乃係另外一條精蟲，或是另外一天放射的，那麼，未來的孩子，是否將因此而變成另一孩子呢？

將來出世的嬰孩，無疑地是另一個孩子，因為父母所生的子女，決無完全相

同的。

受精之時，能夠進入卵子者，祇有一條精蟲。卵子外層遇到精蟲以後，便向內凹陷，將精蟲吞蝕，同時第二條精蟲被阻入內。然而我們迄今尙未明瞭，該精蟲與卵子，爲甚麼有此種親密的關係。

精蟲鑽入卵子以後，許多無用的物質就次第被淘汰了。根據比那醫師 (Dr. Pinard) 的臨牀實驗，細胞核中的染色體約有四份之三被陸續淘汰，此項作用，或可使祖先的若干缺點，不致遺傳給子孫。

### (三) 奇妙的遺傳

當我們默察若干遺傳情形之時，常見許多孩童，成胎之際，正值父母處於最嚴重的中毒期間（例如酒精中毒），但是長成以後，毫無父母的病態；反之，在父母中毒初期所孕育的兒童，却染有沉重的病態，和他們的父母相似。

烏斯卡愛惠格氏 (Oscar Hertwig) 研究此項問題以後，便發表下列有趣的解釋：

『假如我們把青蛙的精蟲，先用鐳光照射，然後再使該精蟲接近健全的卵子，那麼，不久便有許多畸形而不健全的動物產生出來。精蟲受鐳照射的時間愈長久，其所產生的動物，愈不健全；但是如果照射時間超過了相當的限度，則所得結果，恰巧相反，照射過於劇烈，反能產生健全的動物。』

這是甚麼緣故呢？

愛惠格氏答道：『如果精蟲並未受着過度的損傷，那麼牠非但能夠刺激成熟的卵子，且能將其染色體與雌性細胞核合併起來，其所產生的動物，當然都是畸形與發育不全的了。如果精蟲所受的損傷較為嚴重，牠雖然尚能刺激卵子，可是不復能使其染色體，與母親的染色體凝合。』

『在這種情形之下，精蟲的能力，祇可刺激卵子，使其長成而已；致所生的

動物，略似一種單離生殖的動物，並無父體的性質，而祇含母體的特點吧了。」

#### (四) 顯性與隱性

生物學者曾發現下列有趣的遺傳現象：

我們倘把甲乙兩種植物交配，則產生的第一代植物，皆有甲種植物的形態。讀者們或將因此疑心乙種植物，未曾把它的性質，遺傳給後代，孰知事實不然，因為如果我們試將第一代植物自相交配，所產生的新植物之中，四分之三雖仍保存甲種植物的原狀，但其餘的四份之一，却完全沾染乙種植物的性質。是以甲乙兩種植物的性質，的確均已遺傳給第一代植物，不過那時乙種植物的性質，隱藏未顯吧了。因此，乙種植物的性質，叫做隱性，甲種植物的性質，叫做顯性。

植物的遺傳如此，動物亦然。在人類中間，似乎父體的性質屬於顯性，而母體的性質屬於隱性。

精神上的各項性質，與身體的性質一樣，亦能遺傳。

蒙田 (Montaigne) 寫道：『產生人類的一滴精液，是極端神奇的。它除了形成未來的體格以外，且能傳衍祖先的品性。』

### (五) 性格的遺傳

祖先的性格，若能遺傳至一二代之久，我們可稱之曰性格的遺傳。

世人對於後天所獲得習性的能否遺傳問題，爭辯頗烈。

生命的狀態，殊為複雜，所以各項先天遺傳與後天獲得的性質，甚難區別。

即使父母有強大的遺傳力量，但遺傳的性質，仍易常被子女的反應動作所改變。因為接受遺傳的子女，不是完全被動的，他們也有智慧與願望，容易感受外界事物的影響。

有時父母與子女共有的一種性質，因為環境與機遇不同，結果發生完全差異

的現象。

### (六) 子女愚弱之因

下列諸點，都是子女愚笨和衰弱的原因：

——受胎之時，父母身體與精神均不健全。例如病後或酒醉之際所孕育的孩  
子。

——在受胎以後與分娩以前的時期之內，母親不甚注意孕婦衛生，過度操  
勞，從事劇烈運動，發生強烈的與不良的情緒，染有烟酒等惡劣嗜好等等。

——生產之時，接生手術欠佳。

——小兒出世以後，遭遇各種不良的環境：飲食、氣候、疾病等等。

### (七) 父母與胎兒的關係

小兒成胎時期，非但父母的疾病和烟酒惡習，足使胎兒受到損傷，並且，父母身軀的疲勞，消化不良，和強烈的情慾等等，都有不良的影響。他們對於子女精神上的關係，其重要性並不亞於肉體。例如父母的驚怖、欺詐、情感上的刺激等等，皆可使未來的嬰孩，受到意想不到的痛苦。

受精以後數小時，胎兒的神經系就開始發展了。嬰兒神經系的潛伏能力雖強，但是長成得很慢，且在長成以前，非常脆弱，經不起些微震動。因此，未來的母親，亟應注意衛生和保持身體的寧靜。她們尤須明瞭，她們對於子女，具有不可忽視的影響力量。

### (八) 民族的遺傳

父母對於子女的遺傳，固有優良或惡劣的分別，然而民族對於國民，亦有遺傳。

一國世代相傳的哲學思想和宗教信仰，和其國民性極有關係。倘使哲學與宗教都能投合國民所好，則其左右民族的力量，尤爲重大。

所以，研究任何一種民族的性格之時，決不可僅以該族人民頭部的面顏角度，和髮膚的顏色，作爲標準，而須依據其風俗、教育、文學與藝術，始可推測該國人民的性格。

人類極喜模倣。例如民衆爲了競學時髦，竟連衛生、道德、甚至理智也忽略了。這種互相做效的本能與傳統習慣，極易養成民族的特性。

### (九) 先天遺傳與後天病態

許多父母因爲忽略衛生，以致常有疾病的痛苦。但是他們並不阻止其子女也犯同樣的錯誤。例如父母飲食無度而患有風痛，却仍舊縱容兒女狂飲大嚼，坐視孩子得到相同的疾病。



有人以爲子女的病態，大部份由於父母所遺傳，其實很多疾病，都屬於後天性質，而由不良的教育所造成。

若干先天的遺傳，可用醫藥與優良的教育，設法改善。

教育能使個人向善，而民族的改進與演變，亦端賴教育之功，否則，世界怎麼會有進步，『文化』兩字，豈不將變爲空虛的名詞？

## (一〇) 你該做的事情

我們在這簡短的一章之中，不能徧論各項遺傳的問題。

然而，我們要請諸位讀者，不必拘泥上述的理論；希望已爲父母者，和未來的父母，都能明瞭遺傳的重要，而對於他們未來的兒童，負起應盡的責任。我們尤其深盼爲子女者，不要忘却父母遺傳的恩惠，他們應該感謝父母教育的劬勞，並須自行查檢所賦有的各種遺傳性，俾得設法培養其中的優點，同時矯正其中的

缺點。

他們所得的遺傳，無論怎樣地不良，我們總希望他們切勿因此自暴自棄，或者憂鬱氣餒。因為遺傳問題，雖然頗值重視，但其中規律，並不絕對正確，況且，富有經驗的醫師，都承認教育的力量極大，勝於遺傳的力量多多。

## 第二章 衛生教育與人生幸福

### (一) 身體與精神

當母親坐在初生嬰孩的搖籃旁邊之時，她在有意或無意之中，對於她愛兒的前程，已經具有重大的影響了。如果她能夠使孩子享受新鮮的空氣，充份的陽光，溫暖的衣着，適宜的飲食和週密的保護，她的孩子，便可避免疾病和孱弱的痛苦了。

莫利斯特弗勒理博士 (Dr. Maurice de Fleury) 說道：『小兒的飲食與消化，對於其身體的發育，肌肉組織和腦神經系統等等，都有密切的關係。

『我們記憶力與智力的強弱，以神經系的強弱為轉移，神經系的強弱，又須

視營養的充分與否而定。』

卜葉與馬登薛斯德龍 (Bouyer & Martin Sisteron) 兩位博士寫道：『世人通常以為精神的不平衡與衰弱，是由腦部與神經，發生疾病而起。此項理論，僅有一部份正確，實際情形却非常複雜。』

『當然，腦葉與中樞神經系的神經節，對於人類的思想、情緒、反應的和適應環境的能力等等，不無關係，然而究竟怎樣，我們還不甚知道，將來科學進步以後，必能發現其中秘密的。』

『營養肌肉的血液，管理血液循環的心房，消除毒素的肝臟，消化食物的胃腸，以及一切內分泌腺體等等，無疑地皆能直接影響神經與精神的活動，是以精神生活乃是一種全身綜合的生活。』

『因此，在這種複雜和微妙的生活之內，有無數原因，都能困擾整個的身體。』

(二) 頭部的外傷與震擊之害

頭部外傷便是上述原因之一。

史德芬曉凡博士 (Dr. Stephen Chauvet) 曾稱，有若干初起的癩癩病，和其他類似的病症，如局部與延長的頭痛等，其病源往往種於小兒呱呱墜地之時，嬌嫩的腦壳，誤被接生醫士用鉗子碰傷之故。

小孩傾跌以後，頭部隆起的小瘤，以及猛烈的掌頰，和頭部的擊撞等等，也會引起同樣的疾病。

曉凡博士說道：『世人過於漠視頭部受傷以後可能發生的後果。頻頻地拍擊頭部，即使輕微，也能使腦袋受傷。其他如車輛的震顛，長時間的顛動，與喧鬧的聲音等等，對於人類的神經系，大有妨害，尤以兒童爲甚。』

## (三) 毋將小孩當做玩具

「我們切不可把小孩當作一種可愛有趣的活動玩具。成人們每喜令孩子表演各種遊戲，以博自己的歡笑，而不顧小孩的疲勞和衰弱，孩子的神經系統因此便受損傷了。他們不知道小孩的神經系統，應當保持平衡的狀態，無論實質生活或精神生活，都不可缺少這種平衡。

「又如將小孩劇烈地搖擺或高擲空中，或用粗暴的聲音向他說話等等，對於小兒，都有危害；因為這類動作，足以震動孩子嬌嫩的與半液體的腦部。」

#### (四) 實施衛生和預防疾病

我們既已明瞭健康對於人生的幸福，有如此重大的關係，即應儘可能地使孩子早日講求衛生了。我們不僅要使其注意衛生，且須灌輸以衛生的教育。因此，家庭裏面每個人的生活方式，都應合乎衛生的原理，兒童耳濡目染，自然不知不覺地一切舉動都合衛生了。

遵守衛生的規律，也是一種培養性格和鍛鍊意志的妙法。

特弗勒理博士勸告世上之爲父母者，須在兒童尙未患病以前，先請醫師檢驗其身體。他說：『吾人應先向醫師請求衛生之道，以免日後向醫師請求診治。』

『一位博學與優良的醫師，能夠阻止兒童變成傴僂或懶惰，肺癆或性情粗暴。』

他並引述笛卡兒氏（Descartes）所說的一段話：

『我們的神志，極易被體質與全身官能所影響，所以，世人如欲尋覓一種方法，使人類都成爲智巧與靈敏，我相信唯有在醫學範圍以內，始能獲得此種方法。』

有許多疾病都可以預防或治愈的，但是忽略之或遷延不治，便易變成致命的或終身痛苦的疾病。

爲父母者，應當時常牽引孩子去訪問醫師，庶可預防各種疾病。須知身體的

肥胖與羸瘠，病痛與健康，對於人生的愉快或不幸，決非毫無關係。此外，許多天生的癖性，亦可以設法改正的。

### (五) 發展兒童的優點

近年以來，世人知道訓練低能兒童時所用的方法，亦能發展正常兒童的智慧。這種訓練方法，非但寓教育於遊戲之中，且可藉以發現與糾正兒童的缺點。

我們可令兒童辨認圖畫、音響、臭氣、滋味等等，令其用觸覺去辨別袋中的各項物質，教他們練習各種簡單和正確的姿勢，或令他們隨同音樂的節奏而動作，上述諸法，皆可使兒童變成敏捷聰明。

某著名外科醫師，自知他手術之所以巧妙，是由幼年時期練習手工所致。他說此種練習，應該及早開始，到了十五歲之後，便不易獲得優良的成績了。

幼年時期就應該培養的一種良好習慣，便是做事必須澈底，例如房門不可虛



掩，不可將物件搬動以後隨手亂放等等。

我們倘要養成一種注意別人的習慣，例如要認記他的皮膚、眼睛、與頭髮的顏色等等特點，我們就得用正直和誠實的眼光去注視他們，同時，亦可藉此訓練觀察的能力。

鮑歇博士 (Dr. Pauchet) 曾經敘述他利用各種遊戲，去訓練兒童的方法：他指導兒童鑑別各種物件的品質，度量其大小，權衡其輕重，辨別其顏色，和猜測它們的用處；他又令兒童說明他們喜歡商店裏面的何種貨品，或者請他們判斷所見人物的年齡和貧富。他說這些方法，極能發展兒童的觀察力。

上述方法，也能發展注意力。兒童的注意力，很難持久，訓練兒童之初，成績當然有限，可是謹慎地徐徐訓練，終可使他們變成留神的和專心的孩子。

但訓練之時，切不可使孩子們變成過份的小心和多疑，此係唯一的應該避免之點。

兒童又應發展舉動敏捷與適應迅速的優點。鮑歇博士說道：

「當你的孩子們年幼之時，你便應訓練他們，使他們變成正確，機變和敏捷。

「敏捷和躁急不同，辦事敏捷者，一方面須有充分的時間，從容考慮，一方面不可延誤時刻，以致坐失良機。」

### (六) 注意兒童的書本

民間相傳的歌詞與故事，往往對於兒童有害。

成人時常把神怪的故事，灌輸入小兒天真的頭腦，這委實是極大的錯誤。鬼神故事的缺點，並非在乎它的神奇性，因為兒童本是好奇的；其缺點在乎其中含有不道德的和驚怖的敘述，它們對於兒童極端靈敏的感覺，頗有危險。

我們可以選擇真實的或像真的，以及明晰而富有教育意義的故事，去替代荒

## 誕的傳說。

有許多小說和書籍，都是荒誕不經，非加刪除不可。我們一方面亟須焚燬民間流傳的許多毫無價值的書本，一方面又應搜集各時代與各國的優良作品，按照兒童的年齡與閱讀能力，加以編輯整理，分門別類。

凡兒童所喜閱讀的書籍與圖畫，須經嚴格審定。

禁止一切描寫盜賊的故事或無意義的冒險故事等書籍。

無數兒童，因為讀了不良的書籍，思想遂受着惡劣的影響。

為母親者，當子女們年齡漸長之時，便應該和他們在一處朗誦有益的書籍。

母親和子女又須同享讀書的樂趣，藉以增加天倫之愛，否則，他們各人手中執了一冊書本，其母子間的愛情，即將消失了。

他們所閱讀的小說，非但宜擇趣味濃厚而富有教育意義者，且須揀選能夠培養孩子的好奇、智慧、善良、學習熱心、與判斷力量等的書籍。

假使母親爲了貪圖自己的安靜，與省却麻煩起見，儘把乏味的或低級而有害的讀物，隨便給兒童閱看，那麼她這種教育，實在錯誤到極點。

孩子們看了有害的書籍之後，將發生何等背謬的思想呢？

米濃博仕 (Dr. Mignon) 警告爲父母者說：

『注意你們子女情緒的反應，注意他們的讀物。』

### (七) 切勿漠視孩子

不要冷淡孩子，因爲這是使孩子變成孤僻的起因。

如果兒童被人輕視，或者他們第一次發問與感情興奮之時，即遭別人斥責，或者如果他們常被惡劣的同伴戲弄與虐待，那麼他們便容易變成『精神分裂』者 (Schizoide)。

他們因爲初次與現實接觸之時，即受打擊，就養成逃避現實的習慣，久之，

終於不復能適應現實了；那時他們即不變成內向遲鈍，便陷入幻想的境界中去。

敏高斯基博士 (Dr. Minkowski) 在其精神分裂症一書中間，告訴吾人說，精神分裂病態，介於『感覺過敏』(Hyperesthésie)與『感覺麻木』(anesthésie)兩者之間。他以為『精神分裂症，既非過份敏感，又非過份麻木，而是兩者兼有的病態』。

患此病者，一方面因為感覺過敏，故常將世間任何東西，當作痛苦之事，一方面又因感覺麻木，所以時常忽略他自己與別人的關係。他對於交際的活動既不覺得需要，又無絲毫興趣。他與現實很少接觸，並不參加社會的任何活動，而離羣索居。在道德方面，他採取一種『刻板』的主義，且將此項主義，『刻板』地施行於自身及他人身上，不肯稍留通融的餘地。

要是他盲目地與危險地繼續他的生活方式，而不圖改良，他的病態，即將變成『孤獨性』(autisme)，與現實完全隔離了。

敏高斯基博士又稱：『有若干精神分裂者，驟視之似乎頗善酬酢，但是他們的交際，總嫌虛浮不實，這是他們缺少一種人生所不可缺少的情感之故。』

在輕微的精神分裂與嚴重的孤獨性之間，尚有各種輕重不一的病態，我們的環境、友伴、生活狀況等等，對於上述諸病態的演變，極有影響。

### (八) 對兒童表示同情

愛培史本塞(Herbert Spencer)曾說：『兒童最希望別人對他表示同情。坐在你膝上的小孩子，常把玩具湊近你的臉孔，希望你能加以注意；奔進室中的兒童，常大聲呼叫：「媽媽，看這個呀！媽媽，看那個呀！……」；「成人率領兒童們在園中散步之時，兒童往往向成人奔去，把他們所採摘的花朵獻示給成人看，一面稱讚着花的美麗，他們希望成人也附和着稱讚他們手中的花朵。』

白勒蒙(Bremond)寫道：『兒童被人冷淡以後所感覺的悲痛，是非常可憐

的。兒童雖然外表好像漠然無知，可是其心中時常發生熱烈的情感，而需要成人的安慰和同情。成人們大都不知道這一點，所以當兒童初次表露其內心的感觸之時，往往因為囁嚅胆怯或不善詞令之故，以致反受成人的漠視與譏笑。」

因此我們應該對於兒童表示同情，切勿漠視或譏笑他們，以免使孩子發生精神分裂或『妄想狂』的病態。

『妄想狂』（paranoia）的特性，是自我中心（égoentrisme）、自大、絕對自信，以及對於他人的疑忌。此種病態，有深淺不同的程度。

妄想狂的病態，有時發生頗早，且與先天的體質有關，但不良的環境，亦能養成這種病態。除早期發生的妄想狂以外，尚有較遲發生者，乃係由於自信力或偏見太深，或過份受人欺侮所致。

被人輕視與虐待的兒童，因為精神不時感受打擊，每易發生此種病態。

因此，我們明瞭，在對待兒童之時，應該何等地小心。父母和教師對於兒童

的幸福，實有莫大的關係。

### (九) 兒童的遊戲

兒童嬉戲之時，應該有人在旁指導，代為選擇遊戲。

葛拉氏 (Queyrat) 在兒童的遊戲一書中寫道：『兒童遊戲時，往往沉溺於幻想中間，當他們扮飾各種人物時，便自信已經變成這些人物了。』

是以兒童應扮演善良人物和故事。至於戰爭與竊盜等事跡，自以避免為宜。在各種遊戲之中，最佳者莫如能訓練兒童，使其行動變成敏捷的遊戲。

遊戲非但應該有益，並應使兒童感覺興趣。有時兒童因為覺得厭倦，而與母親纏擾，母親時常對他說：『你去玩吧。』孩子問道：『媽媽，玩些甚麼呢？』『你喜歡玩甚麼就玩甚麼好啦，難道你一個人不會玩嗎？』於是孩子獨自去玩了，他的玩耍方式，往往有害身心，並易使孩子發生厭倦，結果孩子的性格，大受不良



的影響。

音樂、歌唱、繪畫，也是兒童的極好消遣。

孩子天然有一種繪畫的傾向，他在試繪一件東西時，並非是在注視所繪之物，竟是在練習觀察了。所謂注視，例如僅在辨別花朵與馬匹之不同而已，除此以外，別無其他作用。至於觀察，是將花與馬的形狀比較、分析、以及研究其結構等等。孩子經過此項仔細的與深刻的觀察以後，便能獲得物體真正的形像，且能十分準確地將其重新繪在紙上了。

繪畫能夠發展個性，又能幫助其他的工作，且可用以消磨空閒的時間。

## (二〇) 兒童的友伴

孩子獨居無伴，是毫無益處的。

當兒童們聚集在一起遊戲之時，他們已經初次接觸社會的生活，而認識社交

的意味了。

我們應當乘機教導他們互助，最好培養他們良善和慷慨的性格，使其對於患病與被棄的孩子，發生憐恤之心，對於貧苦與被人虐待者，表示同情。

兒童時期一起遊戲的同伴，也應該慎加選擇，因為他們將來有成爲朋友的可能；最密切的與最堅固的友誼，多在兒童時期開始的。

米濃博士在其兒童心理教育一書中曾稱，我們應當勇敢地不顧一切命令子女與其他精神病態的孩子——這種孩子，不一定患有嚴重的精神病，然而性情怪僻，激烈易怒，並且時常說謊，——斷絕一切關係。如果我們不能夠完全隔離他們，至少也須告誡子女，切勿模倣這些可憐兒童的行爲。

反之，我們應該使一個胆怯，遲疑和孱弱的孩子，去接近堅決、有力、與剛毅的同伴。

## (一一) 兒童的心理衛生

卜葉與薛斯德龍兩位博士，勸告吾人不要忽視兒童的心理衛生。

他們說：「我們雖看見許多歡笑與幸福的孩子，然而有不少孩子却不爲成人所瞭解，而在痛苦之中掙扎。」

他們以爲時常懲罰孩子，嚴加呵斥，與對待孩子缺乏溫和態度，足以引起孩子重大的病態。他們又說：「如果一個小孩，其態度異於年齡相髣的孩子之時，家長便須尋究發生此種差異的原因，俾得設法消除或減輕這種不良的現象。」

他們勸告吾人用快樂的態度，簡單的交談以及娛樂等，去博得孩子的親近，同時吾人應誘其談話，並引起孩童們對於人生的興趣與好奇心。

## (一二) 毋做不良的榜樣

特弗勒理博士告誡爲父母者，毋在子女面前，做出種種輕蕩的行爲。他說：「在可能範圍之內，任何年齡較大的孩子，要是已經無需母親週密的照顧，便應離開父母的寢室。」

「在孩子的頭腦中間，性的本能，覺醒得相當地早，所以父母不宜做出過份浪漫的榜樣，以免太早地引起孩子的此項本能。我們倘去研究心理分析，便可發現無數精神病的患者，都曾蒙受其父母此種錯誤行爲的影響。」

寶邦魯氏 (Dupanloup) 也請吾人留意家中的僮婢。他說：「非但品行卑劣的傭僕，對於小兒有害，並且許多服務多年的忠實老僕，因時常干涉與他們無關的各種事情，或袒護兒童，以致使父母與教師無法實施優良的教育。」

無數可憐的小孩，都因接近酗酒、淫蕩、與行爲不檢的奴婢，遂變成卑污下流了。

### (一三) 潛意識

潛意識並非一件神秘的東西，其實這就是侵入我們頭腦的思想與感覺吧了。它們留在我們的記憶中間，隔了相當長久的時間，才重新出現，然而我們却往往不知道其從何而來。

我們日常的許多行動，外表似乎完全自由，但仔細研究，覺得這些舉動，無不聽從潛意識的指揮。

許多人士常讀帶有文藝色彩而意義不正當的書籍。他們認為祇去欣賞文藝而不去注意其內容，未必有害；孰知此項讀物是非常危險的，因為不正當的思想，即於不知不覺之間潛入腦中了。

我們每日的所見所聞，皆與生活的環境，所做的工作，往來的親友，以及娛樂方式等等有關，是以，我們必須竭力注意四週的環境。

倘然我們時常見聞惡劣的言行，縱使我們絕不加以注意，但是頭腦中間，自會不知不覺地印留着惡劣的思想，隔了相當時候，它們便會從潛意識中顯出來了。

我們可用意識去糾正或防制不良的潛意識，一方面使思想趨於嚴正，一方面避免惡劣的見聞。

我們對於兒童，更應加意防護，不可任其目覩各種不良的行爲。切勿以爲孩童年幼無知，而常在他們面前，隨意做出不好的舉動，因爲兒童當時雖似不知，但日後回憶，必將完全明白了。

### 第三章 養成良好的個性

#### (一) 注意家庭的環境

卜葉與薛斯德龍兩位博士，在心理衛生與精神病預防一書中寫道：

「當兒童很小的時候，家長便應施以兒童的心理與神經衛生了。家長應當觀察兒童的性格，設法發展他們的優點。

「家庭環境對於性格的養成，極有影響。所以一個新生、敏感、與前程無量的小孩，其未來一生大部份的幸福，都種因於幼年在家庭中所得的印象。

「爲父母者，倘使沒有知識，或者疏忽自己的責任，以致家庭環境不能有益於兒童的心理衛生，那麼此種環境，對於孩子們的前途，必有害處，決非沒有影

響的。

『孩子爲了瑣屑原由而發生的情緒，常被成人輕視和譏笑，他們抑制孩子的意見，在兒童面前任意談話行動，竟把孩子當做愚笨、盲目、與龔臨的蠢物。這都是極大的錯誤！』

## (二) 養成克己的力量

特弗勒理博士寫道：

『吾人如欲使孩子具有堅強的意志，使其將來能夠應付人生的困難，吾人便應使孩子：

『一、能夠自願行動。

『二、能夠自願克制惡劣的行爲和不良的衝動。

『初生的嬰孩，祇有兩種本能的姿勢：抓取一切他所喜歡的物件，與拒却一



切和其慾望相反的東西。

『他雖能自願行動，但不能克己，因為他缺乏精神上的控制力量。直要等到他將來知識充足與飽受教育以後，才会有此種控制的力量。』

### (三) 先入爲主

特弗勒理博士又稱，孩子的頭腦，因爲空洞無物，所以他所得到的觀感，極易印入腦中，而逐漸醞釀成爲一種行動。至於成人的頭腦，因爲早已充滿各項由經驗或教育方面所得到的印象，故而外界的感觸，便不易深入了。

有時成人腦中的知識和思想，反覺太多，以致不能決定任何的行動，這是他情感的衝動力過強，同時亦是其控制力量太嫌薄弱之故。

所以，心理的平衡，基於適當的知識，正確的教育，良好與健全的頭腦，以及訓練與習慣。

#### (四) 學習控制情緒

當一個人受情緒操縱之時，他便失去自主的力量，而不復能明瞭自身了。他  
有時被情感的衝動所驅使，有時則茫無頭緒，手足無措。

情緒的激動，能夠使人做出各種愚笨的事情，例如可笑的姿勢，錯誤的舉  
動，與拙劣的行爲等等。

有一種人，如能寂靜地熟思一項問題，或能得到合理的解決辦法；但是他倘  
若被別人突然詰問，便會做出重大的錯誤。

都羅士博士 (Dr. Toulouse) 在其生活的藝術一書中說道：

『要測驗一個人精神上的毅力，可視其如何反應各項情緒而定。我們無時無  
刻不受情緒的襲擊，這些情緒，不停地設法使吾人的行動，越出適當與平衡的活  
動範圍。因此，我們的生活，乃是一種與情緒不斷的搏鬥。』

『我們應該訓練自己去克制情緒；可是並不是說我們必須消滅情緒，因為情緒自有其用處，它是我們精神活動的基礎；然而我們應當控制情緒，使其向有用的方面發展。』

這種方法是必須學習的，且在幼年時期，便須開始逐漸地學習了。

### (五) 怎樣處理情緒

卜萊與薛斯德龍兩位博士曾說：『幼年時期，控制自身的力量，尙未充分發展，所以孩子的情緒，往往極爲強烈。他們喜怒哀樂的表現，遠較成人爲強烈。如果孩子天然地發生上述各項情緒，我們不妨任其自然，但是許多小兒往往故意狂笑大叫，則不妨加以阻止。』

『我們切勿用嚴厲或輕視的態度，去對付孩子情緒的紛亂，也不可暴力抑止情緒，應當讓它發洩出來，任其自行逐漸地降低。避免用任何方法，延長孩子

的情緒。吾人尤應自然地幫助孩子發展其個性，切勿用粗暴的方法，壓抑其重要的天然傾向，讓這些傾向，獲得一些發展，否則孩子的情緒，將要變成過份激烈而不能發洩了。』

我們尚須教導孩子在情緒激動之時，竭力忍耐和鎮靜以及避免輕舉妄動，又須囑其熟思過去發生的事情，當前的問題，和他應該採取的行動。

我們又須使孩子知道，如果他在情緒衝動時做錯了事，那麼他應該竭力補救他的錯誤。

### (六) 消除恐懼

如果孩子恐懼某種東西，例如黑暗，我們可以使他逐漸地習慣黑暗，消除他的恐怖。

但在實施此法之時，必須謹慎小心，竭力避免使孩子受驚，不可讓他聽見極

響的或突然發生的怪異聲音，也不可讓其看見能使他驚怖的影像。

米濃博士說：『假使實際上我們無法使孩子永不感覺恐懼，我們至少應該避免引起他的恐懼心，更不可爲了使孩子明瞭其恐懼的不合理起見，強迫他去習慣那使他畏懼的事物，以致反而增加他的胆怯；因爲我們在養成他這項習慣以前，必須先行強迫孩子經歷情緒的刺激多次，每次刺激使其神經系感受震動，而此項震動，非但未能使神經系增加對於未來情緒刺激的抵抗力，反使其更易發生震動。所以，小孩非得要經歷多次的情緒刺激，和飽受其他各種的恐懼，始能養成某一項習慣。我們一方面雖可破除孩子的某一種恐懼，然而一方面他必已養成其他的恐懼的習慣了。』

所以，最好不要強迫孩子，讓他自己去明瞭他恐懼的錯誤。

### (七) 審慎地施行懲罰

懲罰孩童時，應該十二分的謹慎。

甘邦夫人 (Mme Campan) 曾說：『如果一個年幼的女孩，寫字潦草或女紅粗率，你便該叫她重做合格的工作。假使你如此對付她，却罰其不許穿著新衣新鞋，那麼你不啻在增加她虛榮的傾向了。如果你因為一個小孩子不肯用功讀書，而罰他只吃沒有糖漿的麵包，那麼你反在發展他饕餮的傾向了。比這些方法更爲有害的懲罰，便是故意在小孩面前，優待其同伴或兄弟姊妹；無疑地這種方法，能夠使孩子非常難受，但是勢必引起他的嫉妬心。』

烏福祿斐博士 (Dr. O'Folovel) 以爲強迫學生多做功課，乃是不良的懲罰方法。孩子將因此不喜讀書而厭恨教師了。假使學生功課不佳，不妨令其重做，但不可罰他多做。同時，孩子所做的功課，必須與他的能力相稱。

卜葉與薛斯德龍兩位博士主張：如果孩子爲了某種傾向而做事錯誤，我們爲欲阻止其再犯錯誤起見，可將另一種目的，去滿足其傾向。例如好勝的孩子，

如果搶奪同伴的玩具，我們可以使其好勝的傾向，轉向學業的成績方面去發展。

他們說：『我們應當依據各人不同的性格，而施用各個懲罰的方法，例如有若干人祇須簡單地呵斥幾句，便已足夠，而若干人必須禁止其參加遊戲等等。真正公允的懲罰，係因人而施的。』

### (八) 體罰無益

烏福祿斐博士在其兒童的懲罰一書中，曾說體罰除能引起精神抑鬱，身體衰弱，與感覺過敏以外，尚有下列的害處：答責能刺激身體上血管與神經較多的部份，這些部份的神經，常與生殖器官的神經，具有密切的關係，因此鞭答對於生殖器官非常有害；長時間的罰立，亦能損壞青年脆弱的骨骼；平伸雙臂跪在地上，使兒童感覺極度的疲乏，且能引起其精神的抑鬱，致使兒童不復能做任何事情。所以，凡使兒童失去工作能力的懲罰，都是不良的方法。

至於掌頰，倘打在耳朵上面，便會引起嚴重的害處。又如扯拉兒童的耳朵，或將兒童關閉在空氣惡濁與光線陰暗的室內，以及阻止兒童睡眠等諸法，與上述各種足使兒童身心交疲的懲罰方法相較，亦未見妥當。

其他不合衛生的責罰，當然愈加危險。

葛冷氏 (Klein) 說道：『肉體的刑罰，僅能產生表面的與一時的痛苦，它不過阻止受罰者於短時期中，暫不表現惡劣的性格而已；至欲剷除這些劣性的根源，直是夢想吧了。道德的思想，怎會從野蠻的體罰中間產生出來呢？刑罰的唯一結果，就是使受罰者明瞭施罰者的權威較其強大，故他下次如若再犯之時，必將設法不被施罰者看見了。』

### (九) 懲罰與糾正不同

世人似乎時常忘記『懲罰』與『糾正』兩種名詞的意義不同之處。



所謂懲罰，是將刑罰施諸某人身上，至於糾正，寓有改正缺點之意。

包那摩博士 (Dr. Bonnamour) 說得很對：『我們今日已經明白，用懲罰的方法，不能收改善之功，反有嚴重的害處；我們一致公認，理想的教育，就是一種真符合「教育」兩字本意的工作。所以專事矯正而不施責罰的教育，豈非一種完美的教育？』

當然，不良的行為，應當加以制裁，所以教育者亦須具有權能。

## (一〇) 斥責與鼓勵

虧克氏 (Quick) 寫道：『理想的教師，能使孩子爲了敬愛教師或喜歡讀書而自願用功。』

『溫和兩字之意，與玩狎或柔懦不同。』

『如若斥責時不帶嚴酷和憤怒的態度，讓孩子自己明白他的錯誤，同時促其

改過，那麼孩子就會獲得深刻的印象了。

「不幸，懂得斥責方法的人很少，普通人在呵斥孩子之時，既不會運用動聽的言詞，又不知表示各種態度，也不善選擇適當的語氣，和利用良好的時機與環境。

「孩子有一種希望被人稱讚或獎勵的傾向。我們應當利用這種傾向，去增長孩子的自尊心，使他感覺呵斥與稱讚的重要。然而我們切不可過於誇獎孩子，因為，斐納隆氏（Fénelon）說過：「稱讚應使孩子活潑，不可使其瘋狂。」此外，我們也不要任其過份自尊，免得他變成驕矜。總之，教育者應該設法使孩子明瞭，保持良好的品行，其目的並非欲得他人的褒獎，乃是為求自己良心的滿足。

「我們應該發展孩子的道德觀念，讓他明白他所應當厭惡者，並不是懲罰，而是不良的行爲。

『我們須鼓勵孩子奮發有爲，則教育的工作，可收事半功倍之效。

『一個人要改正缺點，唯有依賴他自身的努力，才能成功，所以自身的檢點是必須的。道德的規律，不應由別人來強制執行，應該自願去遵守。』

佛蘭茜絲蓋夫人 (Francisque Gay) 說，如果孩子做事沒有錯，我們便向其微笑；如果他做事不好，我們便須收斂笑容，並用不滿意的語調向他說話，那麼年幼的兒童，就會明瞭好與歹的意思了。佛蘭茜絲夫人主張我們應該鼓勵孩子儘量去做良善的事情，以免他發生不良的傾向。

他說，『不』這一個字，孩子往往不能瞭解，而且這個字像一條木柵；木柵能引起人家跳越它的念頭，它似乎在說：『跳過我』；『不』字能夠刺激和惹怒。

與其禁止孩子爲惡，毋寧鼓勵他去行善。

『例如，使孩子厭惡說謊的最好方法，莫如培養其誠實、正直、與光榮的情操。』

(一一) 根除說謊的惡習

許多兒童，和頭腦衰弱的老人與病者，都有說謊的傾向。

特弗勒理博士寫着：『我以為說謊者都是頭腦衰弱和心理不健全的人。這種人往往耽愛不能博人歡心，並時常希望有人稱讚，他們自尊心極低，希望別人注意，喜歡顯炫自身的價值。』

『說謊者與竊賊相似，乃是一種情緒衝動下的犧牲者，他過於重視目前的成功，以致不顧日後可能發生的惡果。』

『我們應使孩子不說謊話。我們必須養成他們健全的頭腦，灌輸以純正的思想。』

『及早根除他們說謊的惡習。監視他們，不許他們欺詐，不斷地示以良好的模範。』

## (二二) 不要欺騙兒童

當兒童們盤問父母，其身體從何而來之時，爲父母者，常用種種謊言去回答孩子。特弗勒理博士極不贊成這種回答的方式。他說，許多父母往往杜撰各種神話來哄騙子女，其實沒有一個孩子，會輕易置信的，這種謊話，對於孩子的健康和其將來的生活，皆有很大的害處。

佛蘭茜絲蓋夫人也主張吾人永遠不可欺騙兒童；宗教中的一切傳說，亦以不去告訴孩子爲是。她說：

『當兒童們詢問其出世的事情時，吾人爲何不肯就其所能瞭解的真相告訴他們呢？如果兒童並不查問此事，吾人又何必必要將許多錯誤的故事，講給他們聽呢？』

## (一三) 滿足兒童的好奇心

卜葉與薛斯德龍兩位博士也曾於心理與神經衛生一書中寫道：

「我們都知道，兒童有強烈的好奇心。他們與父母或教師談話，始終採用詢問式的語氣；兒童的理論，完全偏重於事物的結果方面。

「兒童不甚注意事物的內容與形式，他最注意者，就是事物的目的，所以，「甚麼時候？」「怎樣？」或「甚麼東西？」等語氣，也是不常採用的；他每喜使用「爲甚麼？」等語調。成人們對於這類問題，應該完全回答，切不可用錯誤的言語含糊應對。

「幼童的好奇心，往往與性的本能有關，我們應當簡單地回答兒童，去滿足其求知的慾望。至於粗劣的謊話，或錯誤的神話等，常能使孩子終身蒙受不幸的影響。」

## (二四) 灌輸性教育

倘若孩子向我們詢問，他的身體，從何而來，我們祇須對他說，人類是和植物一樣，由一顆很小的微粒所變化而成的。這顆微粒異常脆弱，所以它在變化之時，應當把它好好地保護，達數月之久；保護這微粒最安全的地方，就是母親的腹部；那一顆微粒藏在母親的『心房下面』（引特弗勒理的話），母親就用他的『最佳的血液』去滋養它——她的孩子。她溫柔地保護她自己和她的孩子，她避免一切不良的影響，當這顆微粒成熟，變為嬰孩之時，它就從母親的身體中鑽將出來，使母親感受許多痛苦。

此時，我們可以告訴孩子說，父親是家庭的保護人，唯有靠了父親的工作，家庭才會安全，母親和孩子才能度着舒服的生活。同時，我們應該將母愛的美麗與偉大，以及父親的尊敬與恩德，告訴孩子，引起他對於雙親的摯愛。

日後，父母可視各種需要，將以上所說的話，加以補充；例如，假使孩子自覺雖然他是母親所生，却又酷似父親，而表示奇怪，那麼可以乘機告訴他遺傳的重要了。

有時孩子往往默然凝思着上述的問題，竟於不適當的時候，例如在街車上，突然向母親探詢關於生育的問題，聰明的母親便可如此地回答他說：『我到了家裏，再告訴你聽。』

吾人不妨選擇適當的時間，去回答孩子的詢問，但切不可置之不答，也不可撒謊。如果我們回答不出，就該承認不知道，要是可能的話，不妨先轉詢他人，再去告訴孩子。

特弗勒理博士以爲吾人不宜使孩子對於一切有關性的知識，含糊懷疑。

我們用不到將整個解剖的與生理的知識，完全灌輸給孩子，祇須告訴他們以一部份必需的常識就夠了；等到將來孩子年齡漸大，再可慢慢地將其他的知識告



訴他們，庶免其誤入歧途。

我們也不要遲遲地不使孩子獲得應有的性知識，以免不良的同伴，暗中用卑劣的言語，教以不正確的知識。

父母應該告誡子女們，說人體之上，有幾處部份是非常脆弱的，萬不可任意用手撫弄，否則便將發生悲慘的病害。

(一五) 『媽媽，我是那裏來的？』

賴波博士 (B. Lieber) 曾經著有孩童與家庭一書，其中有下列幾段母女的對話，爲母親者，在應付其子女的詢問之時，可以作爲參攷。

其 一

『媽媽，我是那裏來的？』

「當你是小寶寶的時候，我把你生產出來的。」

「生產是甚麼意思呢？」

「你是從我這裏跑出來的。」

「我是從你身上跑出來的嗎？」

「是的。」

「那麼我以前睡在你身上那裏呢？」

「在小腹裏面，在這裏。」

「難道孩子們都是從大人的身體裏面出來的嗎？」

「是呀，小寶寶都是從他們母親的身體裏出來的。」

「那麼母親們呢？」

「母親們嗎？她們小的時候，也是母親生的。」

「父親們呢？」

『父親也是他們的母親生的。』

其 二

『媽媽，小寶寶爲甚麼一定要睡在母親的身體裏面呢？』

『他們一定要睡在那裏長大起來的。他們一點一點地長大，直到變成真正的嬰孩，大到在裏面再也住不下時爲止。』

『要是他們早一些出來呢？』

『要是他們還沒有成熟就出來了，他們就不能活命，立刻便會死去，小寶寶們就像果子一樣，你還記得我們鄉下屋子旁邊的蘋果樹嗎？』

『是的，我記得的。』

『當這些蘋果還是很小很小的時候，你記得嗎，它們懸在樹上，太陽給它們溫暖，樹身從內部供給它們營養，樹根在地下吸取滋養料，由細管內輸送給它們，樹葉從空氣裏面替它們攝取滋養料。每一顆小蘋果都在長着，長着，由青裏

泛出一點紅色來，最後完全變成紅色，而且長得很大了。小寶寶在母親的身體裏面也是這樣地長大起來的，他從母親的血液裏取得溫暖與營養。」

「媽媽，我愛你！」

其 三

「媽媽，小寶寶怎樣從母親的肚子裏跑出來的呢？」

「他們是打一個口子裏出來的，這個口子每個女子都有的，在她的兩腿之間，當小寶寶從那裏出來之時，媽媽就感受極大的痛苦。」

「痛苦嗎？」

「是的，可怕的痛苦呢……但是，你爲甚麼哭呀？」

「你爲了我會受過可怕的痛苦。媽媽，我真愛你到極點了。」

其 四

「媽媽，你不以爲海倫，米爾特萊和阿媚是說謊者嗎？」

「你爲甚麼要問我這句話呢？」

「我講給她們聽，說小寶寶在母親肚子裏怎樣地成長，又怎樣地產生，可是海倫說這是假的。她的母親說，他們是鸚鵡腳來的。米爾特萊笑我，因爲據她想來，她們是醫生放在口袋裏帶來的。她說當她的小弟弟出世之時，他曾親眼瞧見醫生帶來了一只皮袋。阿媚聽她的大姊姊說，他們是在白菜尖兒上揀到小寶寶的呢。」

「這一切都是假的，不過這倒不是她們的錯誤，因爲人家把謊話告訴了他們。」

「爲甚麼呢？」

「因爲她們的母親和別的許多大人們，都怕告訴她們真相。」

「爲甚麼呀，媽媽？」

「因爲他們蠢呢。他們怕小孩子知道了真相以後會變壞。」

其 五

「媽媽，米爾特萊的母親生米爾特萊的弟弟的時候，爲甚麼要躺在牀上，我知道。」

「爲甚麼呢？」

「因爲小寶寶從媽媽的身體裏出來，媽媽受着極大的痛苦。」

「是呀，親愛的。」

「我又曉得了，當小寶寶還沒有出世的時候，爲甚麼米爾特萊母親的肚子很大。」

「爲甚麼呢？」

「因爲孩子躺在裏面，而且長得很大呀！」

「是的，我的孩子。」

其 六

「米爾特萊的母親爲甚麼不把生孩子的真相告訴給米爾特萊聽呢？」

「因爲她蠢。不過這也不是她的不好，人家教她不要把這件事告訴人的。」

「誰教她的？」

「她的親母。」

「那麼誰又教她的母親呢？」

「她母親的母親……一直就這樣推下去。差不多所有的母親和父親，都以爲

一個女人生小孩是難爲情的。」

「米爾特萊的母親是難爲情的嗎？……哈，哈，哈！」

「親愛的，你爲甚麼笑呀？」

「因爲她怕難爲情，可是生小孩和做母親就是那麼好的一回事呢。」

其 七

「媽麼，小貓是怎樣長成的？」

「牠們是在母親——你知道，就是在那老貓的肚子裏長成的。你沒有注意嗎？近來我們那隻貓的肚子大了一些了。牠很快就要生小貓了。小牛也是在牠母親，即母牛的肚子裏長成的；小羊和小狗也是這樣生出來的。」

「老貓生小貓的時候，也會受痛苦嗎？」

「是的，我的孩子；不過沒有像女人那麼痛得厲害。」

其 八

「媽媽，牠生出來了。」

「誰？生甚麼？」

「貓在地窖裏生下了小貓？」

「你看見牠們嗎？」

「看見的，牠們小極了！爲甚麼老貓一連生了四隻？」

「貓是這樣的。但不是一切獸類都這樣的，牛常是一次生一隻，女人也是一



樣，不過有時女人一次也會生兩個孩子的。」

「媽媽，給我一塊餅乾，讓小貓去吃。」

「不能，我的孩子，牠們不要你的餅乾，牠們還不能吃。牠們的母親，那老貓，會用奶子給牠們喂奶，直到牠們大些爲止。」

「這和米爾特萊的母親一樣，她也喂奶給她的小寶寶。」

「那自然，當你小的時候，我也是用奶子喂你的。」

「媽媽，我多麼愛你！」

### 其 九

「媽媽，所有的禽獸都是從牠們母親的身體裏出來的嗎？」

「都是的，不過出來的方式不同吧了。有些禽獸祇生下一個蛋，再用自己的身體來溫暖它。當一隻母雞生下了許多蛋後，牠就蹲在窩裏孵它們，要孵上好幾天。牠總是將它們藏在自己的羽翼底下，直到小雞孵出爲止。」

『呀！多麼有趣啊！可是雞却没有奶子和乳汁吧？』

『沒有的，親愛的，雞祇能教小雞們吃小穀子和別的東西。只有生幼兒的獸類才哺乳。生蛋的禽類是不喂奶的。』

『媽媽，以後我要照你所說的去注意所有的禽獸了。能夠知道牠們的一切是多麼好呀！』

其 十

『媽媽，有一次你告訴我，蘋果是蘋果樹的孩子。難道蘋果沒有父親嗎？』

『不，親愛的，在樹上，父親和母親是住在一起的。』

『同生在一棵樹上嗎？』

『是的，同在一棵樹上。你不相信嗎？下次到鄉下去的時候，我將指給你看。你以為一切生物都是這樣的嗎？不對的，你看，樹是不能離開土地的，可是我們和禽獸都能夠走動；不過也有一些樹和別的植物，它的父親和母親，就是它

的雌雄部份，並不生在同一棵樹上。」

「小蘋果怎樣會開始生長呢？」

「你看這裏吧，這是一張蘋果花的圖畫。等到春天蘋果樹開花的時候，我們再揀一個星期天一同到鄉下去，把真的蘋果花給你看。可是現在，我們先來看看這張圖畫。這些是蘋果的父親，這些是它們的母親，父親有一種好看的黃色粉末，母親有一種黏質的東西。風一吹，父親的粉末就飄在空中，飄到母親的黏質上面。當父親的粉末跑進母親的身體裏面去以後，母親就把自己的黏質，與父親的粉末混合起來，於是一件偉大的工作便開始了，它們的小孩子開始生長了。」

「那一個小孩子？」

「就是那小蘋果。」

「哦！我懂得了。它將在那裏長成爲大蘋果，是不是？」

「是的，親愛的。」

『那麼蘋果的父母們還會回到樹上去嗎？』

『不回去了。蘋果的母親懷着它的小孩子，就是那蘋果，一直等到蘋果成熟，至於父親呢，他跟花朵從樹上掉下來了。』

『呀！所以我在春天看見花兒落在地上！多麼美麗呀！有時候真像地面上鋪了一層雪呢。』

『是的，這是你常在花徑上所看到的。不過有些花却在它尙未有機會產生菓子以前就掉下來了。』

『媽媽，我以前並不知道花兒的用處，我想它們祇是爲了美麗而生的呢！』  
『世界上無論甚麼東西都有原因的，我的孩子呀。』

其 十 一

『有一次你告訴我說，每個女子都有一個生小孩的口，是嗎？』

『是的，親愛的，每個婦人與姑娘都有的，由那裏進去，就是普通叫做子宮

的地方。這是生小孩的機構。不過在小姑娘身上，這些機構還沒有完全長好，所以還不能做母親。」

「這些機構在那裏呢？」

「在身體的裏面，不過它的入口是在外面。」

「呀！我知道了，那個入口就是小寶寶出來的地方。」

「是的，親愛的孩子。」

「你說，小寶寶是在子宮裏成長的，可是子宮是在身體的那一地方呢？」

「在小腹的下部。」

「父親們也有生小孩子的機構嗎？」

「有的，在他們的兩腿之間。」

「哦！我現在知道了；我在小男孩的身上看見過的。」

「禽獸的陰陽器官，是在同一個身體上的嗎？」

「不，大部份的禽獸是陰陽異體的，和人類一樣。例如雄貓雌雞，公雞母雞等。」

「蛋就是孩子嗎？」

「那是不會成熟的樣子。」

「是的，我曉得它們的母親——母雞——會孵蛋，使它們變成真的孩子——小雞。」

「對啊，我的孩子。」

「小蘋果的父親，讓風把它的黃色粉末，飄到母親的身上，可是雄雞怎麼辦呢？」

「雄雞沒有黃粉，但是另有一種物質，從牠後面兩腿之間的雄性器官中出來，這物質跑到母雞的雌性器官裏面，就慢慢地變成雞蛋了。」

『但是這物質，怎能從雄雞身上，跑到母親身上去呢？』

『當我們在鄉下的時候，你看見那隻公雞跳到雌雞的身上，你時常去趕開牠們，難道你忘了嗎？』

『哦，我知道了！……我以為牠在咬雌雞呢。』

『不是的，親愛的，當牠們的雌雄兩性器官碰在一起之時，雄的就伸進雌的口子裏去，把那物質放在裏頭。其他的雄貓和雌貓，雄狗和雌狗都是這樣的。』

『這真奇怪……難道男人和女人也是這樣的嗎？』

『是的，親愛的，當他們長大到可以做父母的時候，他們也會這樣的。』

### (十六) 指導兒童的傾向

家長必須獲得子女們的信仰，使孩子時向家長請問一切。』

卜葉與薛斯德龍兩位博士，請我們注意兒童傾向的發展，因為此事與孩子良

好個性的養成，極有關係。他們說：

『正常的好勝傾向應該有一種目標（即滿足此項傾向的目標）。父母須令子女在其能力所及的目標方面，去發展好勝的傾向。例如鼓勵子女在學業方面勝過儕輩等等。』

『對於冒險與痛苦畏懼的傾向，足以減弱好勝心，有時且使孩子變成懶惰、懦弱、和保守，但這種傾向，如能加以指導，可養成孩子的謹慎小心。所以，爲父母者，應該指導子女們明哲保身，使其培養氣力，以備從事有價值的困苦工作，而不可過份抑制子女們的此種傾向。』

兒童是天然地喜歡糖食的。佛蘭茜絲蓋夫人說：

『我們不必廢除孩子們所愛吃的糖果。我們祇要使他們飲食有節，告誡他們說，無論何種形式的肉體享受，都能變成自主力與意志力的障礙。』  
米濃博士以爲孩子在很小的時候，已經發生肉體享受的傾向了。



「孩子往往在吮飽乳汁之後，還含着乳頭不放，將面頰緊靠母親的乳房。他覺得溫暖柔潤的心胸，貼護於面龐之上，便明顯地現出一種異樣的情趣。

「肉體的享受，極易變成淫逸，並且許多惡習，也大多起因於此。卽如孩子的咀嚼指甲，也是一種肉體享受的傾向，因此我們須加禁止。」

幼時所表現的傾向，其後果是不容忽視的。

卜辭兩位博士說：「我們不該聽任孩子有呆木不動的，或靜默和幻想的傾向。我們不可讓他胡思亂想，或很早地就開始內省，以免他發生強迫觀念和疑懼心等等。」

他們又說，家庭的和諧，乃是心理與神經衛生的重要因素，夫婦間的爭吵，對於子女心理的平衡，實有莫大的害處。因爲父母不和以後，子女往往被迫傾向於父母中之某一方面，而敵視另一方面，從此便失掉了對於父或母的應有的信仰與尊重。

## 第四章 兒童的過失與病態

### (一) 兒童無辜

在以前數章中間，我們會討論人生遺傳、環境、疾病等對我們所具的影響，以及教育對於個性發展的關係等等，因此，吉貝羅頻博士 (Gilbert Robin) 在其兒童無辜一書中，認為兒童並無過失，僅是患病或所受的教育不良而已，吾人覺得此項見解，頗有理由。

他說：『孩子的錯誤，並不是真的過失。』

這句話中有一部乃是真理，因為他說孩子的過失『是由誤會、無知、懼怯、以及成人的專制態度所造成的』。

## (二) 探求病態的原因

吉貝羅頓博士說：『如果一個孩子生在健康的家庭裏面，又受過良好的教育，忽然脾氣變成暴躁，動輒發怒，那麼這些變態，尋常是由一種不良的原因而起。例如羊癲瘋或流行性腦膜炎，常使一個可愛的孩子，完全失掉常態。』

『在某姓家庭中間，有一個小孩，和他的兄弟姊妹完全不同，顯出低能的樣子。後來我們知道那孩子的母親，在懷孕期中，嘗遭受各種痛苦；及後分娩時，又遇到意外之事：臍帶脫落，接生醫師手術不良。』

『在另一家庭中，有一個小孩非常懶惰，時常逃學和撒謊，另一孩子低能而庸劣，又有一個女孩子脾氣頑固，其他兩個孩子則與常人無異。查究這些兒童們的父母，雖然都身體強壯，和精神健全，但是他們的祖父母都有精神的病態，內中一人且患瘋病。所以這些病者的子女本身，雖能不染惡劣遺傳的流毒，然及其

孫兒孫女，仍難免遺傳的影響，可是此項遺傳，並非每代後裔必受其害，而且遺傳的程度，亦深淺不一；足證遺傳雖然重要，但是絕非不可避免，更無一定的規律。

### (三) 怎樣對付易怒的孩子

所謂憤怒者，僅是一種拒却有害的或使人不悅的事物的本能傾向，可是，憤怒的傾向，往往是癲癇病或腦神經疾病的象徵。

若要使孩子革除易怒的惡習，為父母者，必須先行注意自己切勿發怒。

特弗勒理博士寫道：『我們應該承認，我們時常嚴厲地或激烈地對待孩子，實在不妥。雖然他們的胡鬧與擾亂，的確惹人厭惡，他們的囁強，又易使人激怒，可是當我們盛怒之時，便忘却身負教育之責了，這時我們不復爲了使孩子變善而予以懲罰，祇因爲神經受了刺激之故，遂將他們瘋狂地亂打亂罵，以發洩怒』

氣爲快了。

『假使盛怒之時，失手打傷了孩子的腦部，那麼他或將永遠變成一個精神病態的人了。』

用呵斥、撲擊或其他各種懲罰方法去對付剛復的孩子，往往毫無效用。許多孩子爲了極瑣屑的事情也會發怒，可是他們並不兇狠，不過心理有些不平衡而已。他們憤怒之時，全神灌注於一點，對於其他問題，竟完全置之不顧。

#### (四) 孩子的注意力

幼孩的注意力，每因好奇的緣故，而時常變更。所以，我們毋需即加糾正，但是如果日後仍舊如此，那麼他必有一種所謂『不固定』的缺點。這類孩子對注意力，往往飄忽無定。

費利浦與包羅朋戈 (Philippe & Paul-Boncour) 二氏寫道：『這種孩子

的注意力，能隨時隨地表示出來，亦能自動消失。教師有時會發現某一學生起初聽講非常用心，但未隔片刻，那孩子却與低能兒一般，毫不注意教師的說話了。」

### (五) 驕傲與懶惰

驕傲與懶惰往往是妄想狂的象徵。妄想狂者，常有錯誤的理論，以及驕傲與猜疑的傾向。有若干妄想狂的孩子，並不用功讀書，他們自以為已經知曉一切了；直到日後，他們自己明白尚須學習許多其他的知識，始能應付現實之時，他們方肯獨自去用心學習。

有許多孩子，均因缺乏工作的興趣，與惟恐浪費精力，所以變成懶惰。

在各種懶惰之人中間，有一種是夢想者，他們愛好冒險的故事，不願人家強迫他去讀書；尚有一種患有精神分裂病者，時常胡思亂想，做事因循，往往半途

而廢，我們必須不斷地嚴加督促，方能使其從夢中驚醒，他們又有疏忽與萎靡的劣性。

若干懶惰者，乃係體質衰弱的病人，他們既多憂慮。又頗遲鈍，有時爲了精神上受着痛苦，或因厭煩、幻想、以及某種思想等的壓迫，以致變成懶惰。

此外，兒童在生長時期，其身體所感覺的疲乏，或內分泌不良等等，均是懶惰的起因。

吉貝羅頗說：『有若干兒童，幼時異常穎悟，前途極有希望，然而他們將及成年或尙未成年之時，却忽然變成懦弱而遲鈍，他們對於任何事物，不再覺得興趣，亦不愛好遊戲，即受懲罰，亦置之泰然，他們粗疏怠惰，做事無精打采，好像身體十分疲乏。這種不可改正的懶惰，乃是一種可怕疾病——初期的狂亂症——的象徵。』

因此，一個人的性格，似受疾病的影響而發生變化，同時，內分泌腺體的機

能過旺或過衰，亦與性格有關。

### (六) 內分泌與性格

賴涅拉伐斯丁教授 (Prof. Laignel-Lavastine) 曾經告知吾人內分泌對於性格的重要影響。

在一九二八年，他早已開始研究內分泌與性格的關係了，據說內分泌過旺與過弱皆能影響性格的變化。因此，他提倡病人性格的內分泌診斷法，作為生理診斷的基礎。

他說：『易怒的人，不過為其有甲狀腺的氣質而已，正如懶惰者是腎上腺細胞減少之故。雖然影響性格的因素，常與內分泌有關，可是性格的變化，有時却由於其他重要的原因，與內分泌毫無關係。

『甲狀腺是一種對於精神生活最有影響的內分泌腺。



「因此，我們可稱之謂情緒腺。

「甲狀腺機能太旺，能使性格發生變化。患者容易變成敏感、不安、喜怒無常，且有劇烈的憂慮與憤怒的反應。

「甲狀腺機能不足，相反地能夠引起一種遲鈍的狀態。患此症者，類皆昏昧怠惰，並缺乏活潑的姿勢。」

賴涅拉伐斯丁教授繼乃謹慎地說，無數因素均能影響人類的氣質與性格，這些因素相互的關係極為複雜，所以我們不可根據了少數的徵象而遽下判斷，因為每個人對於各項因素的反應方式，各不相同。

假如我們仔細研索以上所述，便可相信紐約的貝爾孟氏（Bernain）所說，倘使我們已知某人的內分泌機能，我們就能預言此人一生重要之點，如疾病、嗜好，癖性，習慣等等，甚至其人未來的若干重要之事，亦可預卜。

但是，影響我們精神與身體的內分泌，並非始終不變的，因為正常的內分泌

機能，往往變成過度興奮或衰弱，此種變化，無從預料。

此外，尚有許多人曾經應用臟器治療的方法，以改正其不良的癖性。

我們亟宜趁早將一切能夠影響性格的內分泌因素，探聽明白，俾得用臟器的與精神的治療方法，去糾去正不良的性格。

此項糾正的工作，無論如何困難，吾人總得設法進行。

所以我們如有憤怒的傾向，就得努力抑止自己，免得產生不良的後果。

### (七) 過失為病態象徵

有若干過失，乃是疾病的象徵。當然，我們不能夠在每一個病態相同的孩子身上，尋出他的病源，但是根據吉貝羅博士的意見，「我們知道這些孩子，都曾親身經歷許多家庭的悲劇：如離婚的訴訟、虐待的行為、酗酒與淫蕩等等，或者他們所受的教育，太嫌嚴格或鬆弛。所以，這些孩子都是不良環境之下的犧牲

### (八) 不要冤屈孩子

『有時，我們嗔怪某孩有某種缺點，其實是在冤屈他們。

『有許多孩子，因為思想遲鈍，所以行動呆滯，又有讀書非常勤奮，因廁身在一輩程度較高的同學中間，以致相形見絀，可是我們每多不明其缺點的原因，竟以為他們是懶惰的孩子。他們如無父母的鼓勵，就將變成氣餒而厭恨讀書了。

『尚有一種兒童，因為敏感過度，所以每逢他人向其問話，就囁嚅地不能流利對答，或竟啞口無言。此種兒童，也時常被他人認為懶惰。』

### (九) 教導須有方

教育者教導有方，則兒童的不良傾向，便不至於輕易形成。

吉貝羅頻說：

「天性敏感的孩子，容易胆怯，可是此項不良的習性，大半係由父母的錯誤所造成的，因為成人時常恐嚇孩子，每將許多可怕、錯誤、與迷信的故事，講給孩子們聽。

「父母們時常養成孩子貪食的惡習，因為孩子吃飽以後，父母還要強迫他多吃一些東西。

「成人為使兒童服從起見，常用謊言去恐嚇小孩，父母率領小孩往親友家訪問之時，又教其說謊，這些行為，均足使兒童養成撒謊的習慣。

「我們應該研究孩子說謊的原因，例如：見聞錯誤，幻想過度，夢想的延長，記憶缺陷的補償，浮誇自大，或因畏懼被罰而捏造謊言等皆是；父母一俟明瞭孩子說謊的原因之後，便得應用適當的方法加以改正。

「人類對外天然有驕傲與浮誇的傾向，但是人類在家庭中間，更易犯此弊

病，父母等大都歡喜在子女面前，誇說他們的成就、交際、奢華等等，他們更不斷地自稱自讚。」

光榮的感覺，本來可使人避免許多卑劣的舉動，然而它往往發展成爲驕矜，逐漸地變成藐視別人、傲慢與粗厲了。

我們倘然在一個小孩面前，說我們不歡喜他，而歡喜他的姊姊，或者稱讚他姊姊的聰明、伶俐、可愛，要給她許多糖果與玩具等等，那麼這個小孩，定將發生嫉妬之心了。

「當一個孩子在興高彩烈之時，成人不去理睬他，或竟禁止他歡笑等等，那麼，溫和、熱情、與誠摯的孩子，便將變成兇狠與陰險的人了。」

我們瀏覽吉貝羅博士的兒童無辜一書以後，就不能不承認在許多情形之中，所謂過失者，即是疾病的象徵，或是不良教育的結果。

無數父母們至今尚未明瞭這一點，他們不知道爲父母者，應盡何種責任，因

此，訓導父母的學校的創設，實是不容再緩的事了。當我們想起了世上無數無知的父母，正在每天用錯誤的方法，教育着他們的子女，我們豈不要憂心如焚嗎？

### (一〇) 過失應該改正

過失雖然是疾病的象徵或不良教育的結果，然而不論何人，如有過失，都可改過自新。

有若干人有了過失，非但不能痛改前非，反而諉稱遺傳的惡劣與教育的不良，企圖卸脫他的罪過與責任。

例如，假使有人因為患病或受了不良的教育而變成懶惰，他切不可因此頹唐，不思奮發，否則他必愈趨懶惰，永難振作。

所以，我們解釋各種過失的原因，目的欲使大家知道怎樣去治療或改正他們的過失，絕非鼓勵犯有過失者，繼續去自暴自棄。

## (一一) 兒童聽從的問題

吉貝羅頻博士談及兒童聽從的問題時，曾說：

『我們應該把不聽命令的兒童與違命的兒童，加以分別。兒童的不聽命令，原因頗多，有時因為他正全神貫注於一種工作，未曾聽得命令；有時因為他不懂命令或忘記命令；有時因為他自動所做的事，比人家命令他做的事更好，其實孩子往往頗有理由，蓋有許多命令，都是不合理的。』

『我們常用嚴厲的禁止態度，去對待幻想豐富的兒童，當他們稍有動作或正欲將腦中所想的意思說出之時，我們往往向他們說「別動，不准開口」等等，像這種態度，勢必迫使兒童違背我們。』

過度的嚴厲，能使兒童變成陰險、狡偽、叛逆。

特弗勒理博士說道：

『切勿用過份嚴刻的規律去管束兒童，以免使他們變成戰戰兢兢的小兒，機械而被動地服從我們。我們若要孩子將來變成自由的人物，便須不停地讓他們自由發展各人的個性。』

米濃博士在心理教育一書中寫着：

『我們切勿盲目地信仰服從的好處。』

『當然，孩子應有服從的習慣，但成人的偏見不可服從孩子。須知所以教他服從者，乃是一種欲其學習他所不知道的事物的方法，同時亦是一種克服其傾向的過份發展與參用其父親所有的經驗與學問的妙法。』

『父母們切不可祇爲了自己的安靜，而使兒童服從。』

『除了有發生危險可能的情形以外，我們須讓孩子有最大的行動自由。我們雖然不應故意使孩子上當，但是不必顧慮其上當，不妨等到了相當的時候，再去糾正其未曾發覺的錯誤。母親因爲要保持她的威信，固然不該有舛誤之處，至於



孩子，是可以而且應該有錯誤的：惟其經歷了多次錯誤及糾正以後，才會產生事物的正確觀念。所以，孩子必須先得自由，庶可獲得此項觀念。」

### (一一) 兒童是好動的

蒙丹蘇里夫人 (Montessori) 曾說：「孩子們對於無論甚麼東西都要動手，甚麼都要看看，甚麼都要玩弄，所以極易闖禍，然而這些孩子們，便是未來的男子或女子，為避免抑制他們的自由、意志、與個性起見，必須儘可能地勿使其得知旁邊有監視他的人們。」

米濃博士亦說：「遊戲是孩子真正學習人生的工作。為使此項工作得到優良的成績起見，所以選擇遊戲，必須以能夠幫助孩子發展其判斷力、嗜好、才能、與意志力者為標準。」

讓小兒伸手向其心愛或感覺興趣的物件：他便想觸摸它、執住它，如果他看

得非常清楚的東西，竟拿不到手，他就將極端地驚詫，但當他後來摸着它之時，他又將如何的快感。這時他就學到兩件完全新穎和奇異的東西：體積和距離。

『小兒的知識，便這樣開始了，他的記憶、聯想、與判斷亦這樣地發生了。於是，我們必須立刻注意一件事情：便是不要讓兒童腦中印留由錯誤觀察所養成的謬誤見解。』

『隨後便須以各種事物的真相告知小孩；在逗引孩子快樂之時，切忌欺騙他們。』

### (一三) 孩子的自由

孩子雖應享有最大可能的自由，然而不能讓其做出任何放浪的舉動，因為米濃博士會說，小兒攫取一切物件以後便即丟棄了，他『打碎瓶盂，拉折花卉，到處亂踏，拋擲器物，常使母親不斷地焦慮：她惟恐孩子受傷，或者怕他會打碎

雜物，撕毀書本，割裂皮膚，或用剪刀刺傷眼睛等等』。

我們必須將一切足以損害他身體的器具，放在他拿不到的地方，同時應使他明白，他不可做出若干舉動來。但是，因為孩子未必明瞭吾人的告誡，或者很容易忘記，所以，為大人者，尚須注意監視他，使其遵守相當的規律。

一個小孩如果還沒有理智，他決不能獨自作合理的行動的。

有幾種對於他自身和他人都有危險的行為，不可任他去做，我們切不可說『讓他受些教訓』，因為這種教訓，足以危害他生命的。

所謂儘可能的不去干涉孩子，並非是完全不去干涉他們，兒時無人管束，將來便往往做出不端的事來，非但貽害個人，且及家族和社會，此等前例，不勝枚

舉。

佛蘭茜絲蓋夫人寫了下列幾行規則，以作教育孩子的南針：

『命令宜少而合理。』

『如此則服從不復是強迫的，而是快樂和同意的了；孩子便高興去做他所歡喜的事情，同時也可使他所心愛的人歡樂。

『母親的威權，應該建立在摯愛與尊敬的基礎上面。』

### (一四) 校正與教育

從一顆完美的種籽中間所產生出來的植物，有時因為環境不良之故，不能有美滿的發展。同樣地，先天極優的小兒，如果沒有良好的教育，也會變成卑劣的人物。

接受教育者必須先能懂得言語，並具有充分的理智，孩子年齡極小之時，父母不能實施教育，祇可用校正的方法。

教育的目的，是使人們自願愛好善良的事物。至於校正的方法，雖不能使無知的嬰兒，自願去做各種事情，但當使他去將來應做的事情。

兒童年齡漸長，到了五六歲以後，父母們就該慢慢地用教育去替代校正的方法了。

佛蘭茜絲蓋夫人說：『竭力培養孩子優良的品性，乃是防止惡劣傾向的最好方法，父母應培養孩子真誠、正直、勇敢、和良善的德性。』

### (二五) 個別地教育兒童

教育真是一件繁冗的工作，需要耐性的工作。

真如米濃博士所說，我們既不應該『因為溺愛、懦弱、放縱，而容忍一切，對於孩子的各種不正當行爲，輕易饒恕，閉起眼睛，原諒他們最重大的過失』，也不可在孩子面前，變成嚴厲苛刻的教訓者，『而在孩子頭腦中間，種下狡猾、欺詐、說謊等惡習。』

『許多家長，對於兒童教育毫不注意，却按照一種固定的典型，利用強迫的

方式去教育其子女。此項教育方式，其目的並非欲使兒童獲得最佳的結果，只是教孩子去滿足其家長的慾望而已，換言之，即孩子變為滿足父母驕傲與需求的器具吧了。上述的家長或教育者，訓練孩子似乎只有一種目的：首先使孩子實現他們的願望，其次則使孩子們肅靜安寧。』

我們應該依據米濃博士的意見，根據各個兒童的天性，而用不同的方法，個別地施以教育。

他說：『我們在教導一個胆怯、柔順、服從、以及謹慎的孩子之時，需要極巧妙的方法，我們要採取和而不柔，與堅決而不粗暴的態度；對付此種孩子，必須少用嚴詞厲色，而常帶勸導，少用規律而多做榜樣，少施命令而多用激勵。』

『對付激烈、衝動、易怒的孩子，宜用鎮定、冷靜、穩固不變、以及毫無憤怒與粗暴的態度，尤其不可輕易地寬恕他們，也不可被眼淚與狡辯所感動。』  
希望父母與教師，能夠利用正確的判斷，和鎮靜的工夫，使孩子敬重導師與

尊長。

孩子應該在訓導之下，覺得他是被教導者所愛的，同時，孩子在服從命令之時，應該愛其教師。

## 第五章 做強毅自由的人

### (一) 意志與自由

兒童經過相當時期被動的生活以後，他的意志的生活，便逐漸開始了。

易頁氏 (Gillet) 在性格的教育一書中，曾經解釋何謂意志。

他說：『這是人類活動的最崇高與最完美的形式，換言之，即是一種與本能相反的——本能是一種無意識的和偶發的活動——熟思的活動；這也是一種力量能我們在明瞭原因以後開始行動，與在行爲中間保持自主。』

『意志力固然是我們在行動時賴以保持自主的神奇力量，有時甚至影響及於行爲的結果，然而意志力的基礎，乃是自由……如果沒有自由，我們便將被行動』



所支配，而不復能自由了……但是，自由又是從那裏來的呢？那是由我們的智慧所產生的，我們有了智慧，才得自由。

『人類祇有明瞭了原因，才能夠自由地行動，這樣的行動，乃是智慧的而使人生充滿光明的行動。』

『這樣的行動，才是有性格的行動。沒有性格的人，做事就馬虎隨便，不肯自作主張。』

## (二) 何謂性格

易頁氏又說，性格不是簡單的東西，這是一種異常複雜的組織，由許多思想、嗜好、行爲、習慣等綜合而成。所以每人的性格，各自不同。

我們臉面的各部份雖然都是一樣，然而各部份合在一起時的比例，却並不同，所以各人的面貌便呈差異了；同樣地，每人精神上雖然也都有人類共同的特

點，可是其程度與比例，却亦有強弱之別。

我們都有氣質、天然的傾向、情操、特殊的活動方式、情慾、脾氣、幻想、習慣、和毅力等等。這一切極易互相衝突，所以我們必須壓制此項衝突，庶可解決其分歧與反對，而使其互相諧和。實施此項定力，真是一件困難的工作。

### (三) 意志能否改變性格

『世人對於性格的教育問題，有兩種主張，第一種論者，謂意志毫無用處，決不能改易吾人的性格。這種見解當然是錯誤的，因為世上不乏以教育導人趨於爲善的先例。可是我們也不可盡信第二種論調，以爲意志具有萬能的力量，可以使任何惡劣的性格，變爲美善。』

『贊同第二種論調者，以爲人類是有完全自主的能力的。他們說，每個人都永遠自由的，而且各人都有能力爲所欲爲。但事實不然，我們出世的時候，早

已具有許多癖好、情慾、病態等等的，我們將來的活動，決不會不受它們影響的。」

#### (四) 自由與自主有別

特弗勒理博士說得甚是：「人類的自由，或適當地行動的能力，是需要學習的。這種自由不是天生的，它是後天學得的，且可改良。你們切勿以為我這意見毫無根據，巴黎有一位卜亞教授 (Prof. Piat) 早已說過：「所謂自由，並不是單指自主的能力，除了自主以外，必須用一種正確的規律去管束自己。」這是一句至理名言。根據了這句話，我可以對世上的父母們說：「你們固然有權自由地管教你們的子女，可是請莫忘記你們所應負的責任！」我又可以向一般人說：「你們現在酗酒、淫蕩、不顧衛生，將來總有一天會在你們子女的身上產生惡果的；你們為父母者，在自己孩子面前爭吵，讓他看見你們的憤怒、懶惰、不道德

與自殺的行爲，這固然是你們所謂的自由，可是你們要明瞭，你們精神的遺傳，和每天給予孩子們的印象，都能夠形成他們的頭腦。」

### (五) 意志並非天秤

賈克曼 (G. Jaquemel) 寫道：『從前大家都把意志和一架天秤比較。據說使意志變動者，其力量共有兩種：一種叫做動力，由概念與理由組合而成；一種叫做動機，由情操與官能的或心智的情緒所組成。天秤左面的盤中，放着傾向甲種事物的動力和動機，天秤右面的盤中，則放着相反的動力和動機。』

『許多人根據此項理論，便下斷語說，意志毫無作用，它是完全被兩方面的動力和動機所決定的。』

『殊不知天秤是機械的東西，當然它遵照機械學的原理，向較重的一方面傾斜了。至於在意志中間，天秤的桿子是意識，它是能夠去反抗動力和動機的壓力』

的。

『所以，意志非但能夠檢查動力和動機是否正當，且能反抗或幫助它們。當然，我們的遺傳、環境、教育等等，都將影響我們的行為，但是我們的理智，能夠指揮我們，產生我們所需要的動機與動力，去反抗那左右我們的力量。』

『能夠在我們身上產生所需要的動機與動力，向着一個良好的目標，這才算真正的自由。』

### (六) 意志與情慾

易頁氏說：『小兒呱呱墜地之時，常已帶來若干比較顯著的癖性，這些癖性，容易發展而變為情慾。』

『這些癖性，都是父母或祖先遺傳而來的。即使不良，我們也無法去拒絕它們，我們的意志力亦無能為力，因為我們沒有選擇祖先的自由，所以祇好遲緩而

間接地去改正祖先的不良遺傳。

『同樣地，每人身體的氣質，也絕非意志力所得變易。我們天生的氣質，可分胆汁質、神經質、多血質、和粘液質，所以就容易發生憤怒、懶惰、驚恐、肉慾等等。

『然則，意志力既與我們的癖性及氣質並無關聯，那麼意志力怎能抑制情慾呢？

『祖先遺傳的癖性與氣質所組成的情慾，極像許多炸藥，祇須遇到一顆火星——我們的思想或慾念——，便會爆發起來。可是意志力，却能阻止飛舞空際的火花，去接近那些炸藥，它可以阻止我們去產生那些足使情慾爆發的念頭。

『例如，易於發怒的人，可以阻止自己產生使其憤怒的思想，他祇須避免憤怒的機會；性慾旺盛的人，可以避免閱看刺激性的書畫和若干商店的窗飾。』

易頁氏又討論我們的思念說：『思念本來是搖動不定的，但英明的青年，可

以控制他的思念。假使他發生了一種不良的妄想，他便可用其他的思念去代替，或者利用散步、讀書、談話等等，來忘却其不良的慾念。

『每個人都需要有許多考慮和毅力。每個人必須獲得自由，且須學習怎樣獲得自由的方法。不配享有自由的人，決非自由的人。』

### (七) 行爲與責任

我們應該自己明瞭，又應使孩子們明瞭：每一種行爲，都有後果的，良好的行爲使人滿意，惡劣的行爲使人悔恨。

注意我人的行爲。記住：每種舉動的結局，尚能引起其他的後果。

菲蘭斯柏都萊麗夫人 (France Pastorelli) 道：『我們多不十分注意別人爲了我們不良的舉動而感受的打擊。』

她又說：『我相信當一旦世人明瞭人生是一種責任之時，世間的自私行爲便

將減少了。』

### (八) 真正的毅力

菲蘭斯柏都萊麗夫人又說：『我一生觀察人類的行爲，驚異地發現，世間祇有極少數的人，才真正懂得甚麼叫做毅力。其餘多數人，竟以爲毅力乃是強烈的衝動。』

『許多人相信毅力乃是一種強盛的自私或貪慾，不顧一切利害，一味固執地向前莽撞。』

### (九) 做一個成功和幸福的人

僅是口中嚷着『我要』，是毫無益處的。量力而行，百折不撓，這才是意志的力量。



人生成功與幸福的四項要素，便是：審慎、公正、節制、和毅力。

——審慎是指：注意、專心、判斷正確、機警和遠見。

——公正乃是對每人權利的尊重。

——節制乃是限制慾望的過份發展。

——毅力是克服責任上的障礙。

我們即使在幼年之時，未受良好的教育，長大以後，也應獲得人生應有的知識，否則，我們的過失，是無可推諉的。

我們應使孩子去學習管束自己，養成他們優良的思想和性格。爲父母者，如果希望子女們獲得幸福，便應該盡這些責任。

等到孩子開始懂曉世事之後，父母就應使孩子明瞭他自己的過失，及其錯誤的後果，否則，父母便將放任孩子發展其不良的性格了。

## 第六章 認識自己

### (一) 認識自己的缺點

賽邦魯氏說：

『每人必有若干未曾發現的缺點。許多人士往往到了四五十歲以上，尙未覺察到使他們一生遭遇不幸的某些缺點。』

世人常因自負與懦怯之故，不願自認他們的缺點。

是以，凡是一個人，能夠明瞭自負與懦怯能夠妨礙認識自身，那麼他一定是非常幸運的人；因爲，如果有人告知他有何錯誤，他非但不致動怒，反而誠懇地請求人家直言其過，而後用毅力去實行必需的改正。

『無論何種缺點，假令不加矯正，則勢必愈加深重。無論何種優點，不加策勵，亦必逐漸消滅。許多人因為未曾利用幼年優良的資質，所以喪失了不少的功機會。』

『身體上的缺點，對於一生的成敗利鈍，具有極大的影響，教育的力量，足以彌補若干缺點，至少亦可將它們略為減輕：例如，身軀遲鈍、粗暴與拙劣的姿態、口音不清等等皆是。精神上的缺點，如興趣的缺點，尤其是判斷力的缺點等等，更須注意。』

一個孩子開始應用其判斷力時，我們便應隨時告訴他，其判斷的是否正確，要是他判斷錯誤，我們即應指出他錯誤的地方來。

一個人發生錯誤，並非一定因為他的判斷力薄弱，蓋有時他竟未曾使用判斷力，僅胡亂行動而已。

尚有一種嚴重的缺點，即是同情心的缺乏。『這種缺點，乃是漠視他人的快

樂與痛苦。』我們假使沒有感情，那麼怎樣克盡家庭、父子、朋友與人類的天職呢？

『下列三種人，往往一點也不知道自己是有缺點的：自負者自信是萬能的人；懦怯者不肯；奮勉輕率者不願聽受一句正直的言語。』如果孩子顯露這三種傾向之時，我們必須矯正它們。

『天下沒有不能革除和矯正的缺點的，假使能夠接受忠告，早日認識自己的缺點，立志改過，則凡事未有不成功的。』

### (二) 謙遜與專心

除了針對各種缺點的矯正方法以外，尚有兩種普通極有效驗的方法：便是謙遜與專心。

遜適與驕傲自大相反，然而並非自卑。

## 至於專心……

要是我們真的專心作事的話！多少錯誤，多少不幸，多少痛苦，多少悔恨，都早已免除了！

「無論誰何，無論他的頭腦如何愚蠢，我們總能對他說一聲：你得謙遜與專心作事，那麼你就能幹大事了。」

「每個人都可以依賴教育的力量，獲得上述的結果。」

「有不少聞名而極有地位的人，要是沒有優良的教育與艱苦的奮鬥，他們至今一定還是平庸的人。這種人天資雖然未見超異，可是他們能夠彌補自己的缺點，發展他們的優點，所以終於臻致非常的成就。」

## (三) 使缺點變成優點

「若干精神上的缺點，往往是優點過份發展的結果。

「具有鎮靜、慎重、與謹慎的性格者，有時似乎是固執與殘酷的；可是根據經驗所知，在這種貌似冷酷的性格之中，寓藏有濃厚的感情，而能發揮最真切與最熱誠的摯愛。所以，這種人祇須設法去打開他的心，使他發生較為開展的感情與熱烈的善心便好了。於是，他們便將變成敏巧而有涵養的人，也就可以顯出悅人、鄭重、崇高、鎮定、自持等等許多美德了。

「堅決的性格容易傾向粗暴。活潑的性格容易變成激烈。如果能夠改正各種缺點，所餘剩的，便是堅毅、活潑、與熱誠諸項優點了。」

以上所舉的各段文字，都是由賈邦魯氏討論教育的文章中，節錄下來的。

#### (四) 懶惰

懶惰是幼年時期一種不可忽視的傾向。

莫利斯特弗勒理與吉貝羅頤兩位博士，都主張不僅要治療懶惰的孩子，且須注意另一種引起懶惰的原因：即教師所教授的功課太乏興趣。

要是教師採用能夠引起好奇心的讀物，使兒童對於旅行發生興趣，那麼學生們便高興去學習地理了。

要是教師將古代發生的有趣故事，先向學生們演講幾次，那麼歷史便有興味了。

要是教師先把數字的應用和妙處，講給孩子知道，即使最不喜歡數學的學生，也要努力學習計算了。

可是沒有許多教師肯這樣去做。他們忘記了教育的宗旨，乃是使孩子能夠適應他的環境，並非專求考試時的成績優良，而必須顧及將來畢業以後的結果。

亞爾弗特卜耐(Alfred Binet)說：『對於人生幾乎毫無所知的小學生們，祇求適合學校的環境，他們以為學業是一種目的，而不知乃是一種人生的預備的步

驟。他們讀書之時，祇求能夠背誦，一俟生書背過，便將熟書忘却了。他們以為讀書不用功的唯一結果，不過放假日將不能出外遊玩而已。直到日後，他們才會明白幼時所受教育真正的目的。」

教師們大都不喚起學生們注意教育將來的結果，不知教師們以為還是學生是爲了學校而產生的呢，還是學校是爲了學生而設立的呢？

### (五) 缺點的後果

每一種缺點，必然引起許多不良的結果。例如憤怒產生咒罵、賭氣、怨言、失禮、粗暴、傲慢等等。

驕傲的不良結果極多：如違命、嫉妬、猜忌、虛誇、囂張、自負、倨傲等等。

驕傲又產生四種不好的思想。一是頑固，即是拒絕他人的忠告；二是剛愎；



二是違逆；四是好辯，即是永遠不肯承認錯誤，不管人家的指斥是否有當，總是嘵嘵爭辯。

### (六) 違 逆

甚麼是違逆？

夏維臬博士(Chavigny)的解釋是這樣的：

「違逆是一種反對人家所提出意見的習慣。

「違逆的思想，不過是某種性格的一部份而已。在許多性格之中，都可以發現違逆。

「有若干因素頗易養成違逆。例如：驕傲，即過份自信所知道的事物；猜疑，即一種相當深重的嫌人症。此外亦有因知識缺乏，或精神怠惰，以及懦弱與多疑而變成違逆的人。

「違逆者並非一定懷有惡意，也未必爲人所厭恨，可是每逢他人發表議論之時，他總欲竭力設法尋覓其中的弱點。這是他思想的方式。」

這種人和悲觀者正相彷彿，他只是吹毛求疵，並且否認與忽略事物的任何優點。

夏維臬博士又道：在人事更動頻繁的機關中間，違逆的思想往往極爲濃厚，後任的人時常譏評前任者失策之處，然而末後那繼任者却仍舊採取前人的方法。

違逆並不限於言語或思想方面，有時在行動，尤其在日常生活的動作中間，也會發現違逆。其實只須略加思考，便會覺得這些舉動的毫不合理了。

越是驕傲的人，越易有違逆的思想。違逆的人並不能表現一些成績，只能做出幾種毫無價值的特異的行爲而已；這種人的習性，便是反對他人所提出的任何意見。通常違逆者，其個性異常柔弱，並不像他口頭所宣稱的那麼勇敢，至多祇好算具有固執的性格吧了。

在青年發育時期，違逆的思想較易發生。

許多感覺自己拙劣而不能適應環境的青年，不去責怪自己，反生嗔怪環境的違逆思想。

衰老時期開始之時，亦有相同的現象。

若干病症，如消化器官的病痛，頗易引起違逆的傾向。

夏維臬博士警告爲父母者，密切注意他們因年齡或環境變化，而發生的違逆思想；他請父母們切勿在子女面前表現違逆的態度，俾免孩子也沾染這種傾向；可是不幸父母們往往連自己也不知道他們有這種缺點。

### (七) 怎樣對付違逆的人

當兒童開始表現違逆態度之時，切勿與其爭論，俾免予以爭辯的口實，我們反而應該時常向其徵詢意見，那麼這些嘵嘵爭辯的孩子，便將遲疑彷徨，躊躇不

決，反而請求成人指示了。

夏維臬博士以爲這便是對付違逆孩子的妙法。

他又告訴我們說，我們如果要和一位違逆的人共同生活，與其向他貢獻任何意見，不如先去徵求他的主張，他便將向你詢問而接受你的意見了，否則，倘使你立刻將你的意思忠實地告訴給他聽，你必定遭其反對無疑。

### (八) 注意矛盾的性格

寶邦魯氏曾將人類的性格，做過一番非常精密的分析，他覺得這種研究工作，困難頗多，在若干人的性格中間，可以發現奇怪矛盾之點，例如有人的脾性既嚴肅又輕浮，既虛誇又慎重，既溫柔又粗暴，既高尚又卑劣，他有時思想清楚，道德高尚，有時則變成頭腦糊塗與行爲卑污的人。這一切變化，都與環境及時間有關。

所以要準確地觀察自身的性格，實在困難。

具有上述那種矛盾性格的孩子，常使教師們感覺疲勞和煩惱，因為教師既難明瞭他們的特性，也沒有方法去教導他們。

我們應該幫助這種不安和矛盾的人，去明瞭他們自身的性格；使他們知道，在某一時期中間，他們可以好好地工作，但在另一時期，却不能完美地做事。

他們在不良的性格發生之時，應該安靜地等待着，直至優良的性格重復回來，方始做事。切勿在疲乏之時，勉強工作，因為疲勞以後，容易發生不良的性格，其次，不要不加思索地胡亂行動。

### (九) 輕浮

賓邦魯氏對於輕浮的人，發揮見解甚多。他說：

「輕浮的人是一種玩具，他像孩子一樣。」

「無數變故與不幸的事情，都是由於輕浮而起的。許多人每在事後說：『我沒有想到這件事情，』其實，這便是他們錯誤之處，難道事前不應該考慮一下嗎？」

「即使知識豐富的人，亦難免有此錯誤。有時一位天資極佳的人，也因為輕浮而失敗。」

「輕浮的人最易做出荒謬的行爲來。他們都是因為未曾仔細考慮，或匆促燥急，或爲了一時感情的衝動，以及惡劣的脾氣，遂不顧一切，輕舉妄動起來。等到他們覺悟其舉動的不妥與錯誤之時，早已鑄成大錯，悔之已晚了。」

「所以他們對於每一件事情，應該好好地思考與打算；這句話說出以後有何反響，這種行爲做了以後，有何流弊，這種友誼，這種習慣，有何後果？然而輕浮的人往往不肯這樣地先想後做，他們總是不加思索地輕舉妄動。」

「要是你把一件重要的事情，託付與一個輕浮的人，他一定做出各種疏忽的

行爲來使這件事情失敗，他不知道甚麼叫做責任，所以他並不犧牲無關緊要的事物以完成其託負的重任，反將正當的事務置之不顧，而做出無益的舉動來。

「如果請一位輕浮者去領導別人，那是多麼危險！但是，這種人雖然自身浮誇囂張，不肯鄭重辦事，然而往往有干涉別人行動的機會。」

輕浮者的外表不一定都是快樂活潑的，他們往往外貌莊重嚴肅，品行十分方正，而且頗爲聰明，似乎值得令人信仰與敬愛，所以，他們時常能夠獲得高級的職位。

他們時常充任官吏、將帥、醫師、牧師，但是他們是輕浮的人。

有若干將帥，雖然熟嫻韜略，而且勇武非常，但是因爲輕浮之故，常使其麾下的軍隊，遭受無謂的損失。

「有時世人以爲犯有重大的罪惡者，總是道德極端卑劣的人，其實他們大多是輕浮與懦弱的人吧了，他們因爲偶被情慾所驅使，或爲別人所誘惑，所以做出

惡事。」

若干人即使幹了錯事，也不會明瞭其謬誤，但是有一輩人，在事後便會立刻知道自己的錯誤，而感覺非常痛苦；有時他們雖曾立志從此以後要變成穩重謹慎，可是不久又犯了同樣的錯誤，以致發生新的不幸事件。因此，寶邦魯氏說得很對：「孩子日常的錯誤，雖然細微，却有不可忽視的嚴重性，他們目前的錯誤行動，雖然不足重視，但至將來，則頗能變成重大的錯誤。」

### (一〇) 利用情慾

世人通常把情慾兩字，當做一種不良的，含有罪惡意義的名辭。

易頁氏寫道：「其實，情慾不過是可愛的或者不可愛的感情罷了，這些感情雖然有變成紊亂與激烈的時候，可是我們不可因此而責備一切的情感。」

「愛情、願望、快樂、怨恨、厭惡、憂愁、大胆、恐懼、希望、失望、憤怒



等等，可以稱爲情感的各項「音階」。

「音樂中間的音階，可用以組成優美的或難聽的音樂，同樣地，情感中間的「音階」，亦可用以做出道德上的優美的或惡劣的工作。

「良好的健康，敏銳的目光，堅實的肌肉，和健全的頭腦，固然是人生的瑰寶，然而赤誠的心地，懇摯的天性，沸熱的情慾，亦是每人所需要的優點；當然，情慾應該強烈，但是它們必須始終受吾人驅使，而不可驅使吾人。所以對付情慾，正如對付烈火一樣，不必撲滅它，祇須能夠利用它便好了。

「情慾如能好好地利用，便可增進智慧，激勵意志。

「反之，如果不善控制情慾，那麼智慧便失却效能了。放縱的情慾能夠減弱判斷的力量，且能影響意志。情慾在道德上的價值，全視其如何被人利用而定。」

易頁氏又引述伯岳氏 (Payot) 的意見，要是我們感覺一種強烈的情慾之時，

我們可以將其抑制而不使其顯露出來，然而必須迅速抑制才好。伯岳氏說道：「假使我並不立即抑制初生的情感，而任其滋長，那麼我抑制它的力量，或將徒然浪費了。」

每個人應該有一種正直人格的理想，這種理想可以作為我們念念不忘和憧憬的目標。如果我們要有良善的人格，單是明瞭它還不夠，必須要有熱烈的愛慕善良之心。」

## (一一) 好好地教導孩子

在從事教育的工作之時，必須具有極大的忍耐、溫和、與憐愛的心情。

莫利斯特弗勸理寫道：「我們須用溫柔的態度來勸誡我們的子女。」

他主張：「我們應該使孩子愛慕和明瞭我們，使他們知道吾人經驗的價值，以及為甚麼要命令他們念書。為甚麼禁止他們做某些事情等等。」

特弗勒理先生是一位非常溫和的父親，然而他不主張溺愛孩子，他反對自私的父母，將孩子關在家裏，或者不讓他有充分的發展和阻止他去盡其社會的職責。

他竭力反對溺愛和昏昧的父母，尤其是母親，不斷地迴護其子女，而拒絕醫生與教師對於孩子的善意的干涉。

所以我們必須正當地去愛護孩子，因為他們本身的益處與發展，完全視吾人教導的方法而定的。

## 第七章 幾個最重要的教育問題

### (一) 選擇學校

缺乏教育能力，或忙於職務的父母，需要教師幫助他們去教育子女；此外，即使對於教育極有研究的家長，也常需教師們的合作。

我們須尋覓一所優良的學校，能夠培植兒童讀書的興趣，與身體和心理上的衛生，同時使兒童獲得一種適度的服從心與自主力，可是這種學校，委實不易找到。

寶邦魯氏會說，在訓練兒童之時，應該誘導兒童自動地愛作良善之事，如果強迫兒童去做各種事情，他們的傾向與自由，便將遭受他人的干擾，而發生危

險了。

## (二) 公共教育

在家庭中間，羣衆式的教育，比較個別式的教育，益處自然更多。

金梯廉 (Quintilien) 說：「孩子在自己家裏讀書，祇能學習所教的東西，可  
是他在學校中間，還能學得其同伴所學習的東西。」

「在公共教室中間，孩子每天可以看見教師稱讚某甲的長處，或者校正某乙  
的缺點，這一切對於孩子都有裨益。」

「我主張，假使一個人將來要在社會上佔據一席位置，或辦理某種事業，他  
便應該及早養成不怕羣衆的習慣，同時他應該改正其懦怯的弱點，因為退縮的態  
度，會引起孤獨與隱僻的生活。」

賓邦魯氏寫道：「我們祇須將一輩孤獨地長成的可憐孩子，與在公共教育機

關中教養的兒童，聚在一處互相比較，就可以證明上述諸點的正確了。孤獨的孩子，畏懼競賽和考試，他們不斷地被一種自卑意識，或失敗的心理所困擾，而不能鼓起勇氣來與他人競爭。

「他們非常懼怕與其他的孩子接觸或摩擦，他們對於最輕微的笑話，也極為敏感。他們是異乎尋常地多疑與善感者。」

「像這種戰戰兢兢離羣索居的孩子，怎麼會變成自由獨立的男子或女子呢？」這裏還有一點很重要的與很準確的意見。在個別式的教育中間，教師不能對孩子說：「你的工作、能力、與成績，應該達到某項標準，否則，你便沒有盡你的本分。」可是在公共教育中間，教師可將全級兒童的工作成績，作為標準，而使每個孩子，都肯努力攻讀。」

卜葉與薛斯德龍兩位博士寫道：「在公共教育中間，考試常獲優勝的兒童，固然容易變成驕傲，而庸劣的兒童，相形見絀，亦容易自餒或嫉妒他人，然而公

共教育的制度，畢竟比個別教育爲優，因爲，單獨地接受教育的孩子，頗易傾向於「自我中心」，而變成「妄想狂」或內向的性格，或者脫離現實，變成孤疑與孤獨。

「公共教育能夠發展孩子模仿的本能，因爲訓誡的力量，遠不如榜樣的力量之大，——所以孩子在校中所見所聞之事，最好全是良好的榜樣，——其次，教育者應使孩子對教師發生同情之心，而同學之間，亦須養成相親相愛的美德。」

爲家長者，須設法選擇一所完善的學校，公共教育對於孩子智力的發展，極有助益，不過尚須注意以下的條件，即是：孩子的智力，須得自由發展，不可受任何束縛。有許多學校中的教師，不是使學生們背誦課本，便是批改學生的課卷，而從不鼓勵學生上進，至於道德上的教育，更不遑顧及了。這是家長們的錯誤，他們爲圖自身的省力和安靜起見，便將子女們託付與此種不負責任的教師。

### (三) 母親與教育

母親往往因為不如父親那麼忙於事業，所以更加可以和教師合作。

赫普愛氏 (Tissier) 在其母親與孩子一書中，譴責若干母親過份忽略子女的  
教育，因為「她們無知，或忙於家事，對於孩子漠不關心，祇圖自己的舒服，以  
及自私地忙於娛樂與交際。」

葛冷氏會寫道：「觀察一個孩子學習的能力，比較容易，可是若要說明這孩  
子是怎樣長成的，却須明瞭此孩頭腦中的一切思想的演變。」

「教授孩子識字或寫字，可以看出其學習的遲速與優劣。可是我們不能夠知  
道他心中所發生的念頭，還是自私的抑是善良的，我們也不知道孩子讀書的勤奮  
或懶惰，其態度的溫和或激烈，是由同伴的榜樣抑天然的傾向，或是由健康的關  
係抑環境的順逆。」



「孩子四週的每一事物，對於其未來的性格，都有關係。除了師長，父母等以外，其他如同伴、僕傭、所遇人士、獸類、物件、傢具、風景等等，都能影響孩子的前程。」

締普愛氏說：「母親如能使子女生活在一種藝術化的與美麗溫和的氛圍裏面，那麼其子女所得的裨益，實非淺鮮。她的孩子們將自然地模仿所見所聞的事物了。至於醜陋與卑鄙的景像，可使兒童的頭腦變壞。」

「此外，道德上與智慧上的教育，也極重要。」

一位賢良的母親，應當啓發子女的智慧，照耀他們的靈魂。

#### (四) 不良的教育引起疾病

常受賢明教師當心地照料的兒童，比較普通的兒童幸福得多。

米濃博士在其兒童心理教育一書中，曾稱他二十年來，曾經治療無數的青年

男女，他遇見了不少的疾病原因：如中毒、傳染病毒、內分泌機能失常、遺傳不良等等；此外，他又驚奇而感覺興趣地在許多病人身上，發現一種致病的原因：即是他們少年時期所受的不良教育。

他寫道：「我並不是說教育的錯誤與缺乏，乃是構成神經疾病的唯一的或主要的原因；因為中毒、劬勞等等病態，大部份須視體質與遺傳而定。但是我深信一個人在兒童時期，如能獲得父母或教師適當的指導，使其行為能適合其環境與自然的傾向，那麼他日後定能更加堅強地抵抗各項致病的因素。」

「我以為如要適當地完成一個兒童的普通教育，為教師者對於心理學，尤其兒童心理學，非得有深切的認識不可。」

「優良的兒童教育，非但欲使普通的孩子，具有正常而平衡的心理，且應灌輸以一種積極的預防疾病的知識，以及心理的衛生，俾可減輕孩子們精神病的傾向。」

### (五) 孩子的心理教育

「孩子固然應該練習體操，以期鍛練堅強的體格，可是他們亦應養成公允、光榮、博愛、正直、真理、慈善等等觀念。此外，又須學習一切生活中應有的常識。」

「然而，這還不夠。」

「要是我們訓練出來的體育家和科學家，精神恍惚，思想離奇，有着精神的病態，那麼他們的體力與才學，有何用處？」

「要避免這種不良的結果，惟有實施妥善的教育，養成他們健全的心理。」

米濃博士覺得即使在高尙的知識階級中間，大部份的父母，都不知道如何去研究每個子女的傾向，他們也不明瞭孩子們的個性各不相同，需要個別的指導，他深信目前的許多神經疾病，其起因無非是由於幼時沒有適宜的教育之故。

他又說：「心理的教育，並非完全由教師負責的；心理教育的大部份，應由父母實施，因為當嬰孩躺在搖床上面之時，心理教育已經開始了。孩子一天居留家中，心理教育即一天不可停止。兒童極幼之時，父母便須使用心理學的訓練方法了，嗣後，兒童日漸長大，智慧漸開，為父母者，又須隨時注意兒童思想的演變，俾得依照其天性而予以適當的指導。這是施教者最感困難之事，非得依賴醫生、教師、甚至專家的幫助不可。因為父母不能夠知道一切的事情，他們或許忽略兒童智慧上與道德上的諸多重要之點。」

### (六) 最重要的嬰孩時期

孩子在家庭中的時期，——從出世起，以迄七歲止，——乃是一生中非常重要的時期，他的智慧，便是在家庭裏面啓發的，同時，他獲得了對於自己和週圍事物的知識。

他智慧開啓的方式，以及他學習怎樣去感覺，認識與明瞭的方式，對於其未來的精神生活，極有關係。

這個時期愈是重要，父母的職司也愈是繁重。

這個時期中所鑄下的錯誤，會引起最不幸的後果。

教育兒童，絕不是僅僅呆板地按照了若干規則而實行，最重要的，乃是觀察兒童遺傳的傾向，然後設法培養其良好的傾向，而將不良者加以改正。

如果爲父母者意欲變成真正良好的導師，那麼他們對於兒童心理應具的知識，其範圍之廣，殊足駭人。在目前二十世紀中間，大部份父母對於兒童教育方面的知識如此缺乏，所以青年與成人們精神病之多，實非無因。希望明瞭這種危險的人士，速即負起他們應盡的責任。

教育人家的子女者，其責任又何等重大。

世人大都以爲幼稚園的教師，並不重要，其實這一類的教師，應該選擇非常

優秀者充任，因為他們必須具備完美的學問，以及機敏與靈巧的優點。

孩子幼時最好的教師，便是賢明的母親，她能夠幫助發展孩子的智慧，且能阻止其不良遺傳的傾向，以及剷除一切精神病態的原因。

### (七) 青春時期的教育

卜萊與薛斯德龍兩位博士寫道：

「男女孩子到達了思春的時期，往往突然改變平時的態度，他們精神失常，成爲粗暴，激烈和笨拙，而對於外界加於他們身上的力量，往往有奇特的反應。

「他們的注意力變化無定，脾氣古怪，性情燥烈，易怒、喜哭，有時爲了一些小事，遽爾狂笑。

「這時，一切的傾向都達到了最高點，而性的本能，尤爲強烈。

「青年被性的本能所驅使，不知如何去適應他家庭中道德的與宗教的規則。

他感覺羞澀，不敢向成人們說出他的心事，他憤恨人家怎不明瞭他的意思，然而他實際對於自身也並未明瞭。」

除了這種精神上的變化以外，身體上重大的改變，也不可忽視。女孩子初次發見月經，必然驚駭，男孩子感覺性的衝動，奇怪地覺得他的全身在起變化。卵巢和睪丸，非但像生殖腺一樣地活躍，並且它們的內分泌，能夠影響其他的腺體以及交感神經系。這一切都足以使孩子們遭遇不可避免的精神失常，這是人生過程中必經的階段。

卜葉與薛斯德龍兩氏，曾經研究性教育，家庭與師長的責任，道德與宗教的影響，以及其他如工藝、遊戲、運動等等的關係。

他們以爲「聽任孩子去滿足其好奇心，是不合理與危險的」，孩子們常因此而遭受劇烈的情緒的衝擊，或者他們的同伴，把不正確或卑劣的觀念，灌輸入他們天真的頭腦。父母和家庭中的醫師，應該將性知識告知孩子們，以便改正其不

良的習慣，並用巧妙的言語，去勸誡他們，免使他們驚慚羞恨，以致終身爲不必要的懊喪所打擊。

有若干衛生的條件必須注意：不要睡在太溫暖與太柔軟的床鋪上，不要穿着刺激皮膚的衣服。

請醫師對好奇的少年們講解關於兩性生殖器官的組織，生理方面的作用，守貞的好處，和濫行性行爲的害處。

「這時家長的責任，重大異常，一方面應該明瞭兒童變更常態的原因，而予以原諒，一方面須用同情的態度去對付他們，誘使他們提出問題，而乘機將各項知識告訴他們。」

「如此則家長能夠鼓勵和指導這些彷徨歧途的孩子，庶可幫助他們度過這個困難的時期。」

我們覺得最重要的事，乃是父母應該竭力獲得子女的信賴。父母切不可使孩



子們把心事隱藏不露，以至時時刻刻地被各項思想所困擾，因為這樣的孩子，往往對於自身感覺不滿，同時亦不滿他人。

### (八) 思春時期的遊戲與消遣

「在思春的時期，孩子們必須多行遊戲，除身體的遊戲——運動與體操——以外，尚須參加思想上的遊戲，俾得免除不良的幻想。

「運動乃是實施心理衛生的優良方法，可是，從事運動的孩子們，絕不可感覺疲勞。

「不要強迫孩子去做他所不喜歡的遊戲，否則，非徒無益，抑且有害。」

一兩顆鐘頭的遊戲，也許頗有益處，可是勉強延長之，反有害處。

「有若干孩子不大需要遊戲，因為他們另有其他的消遣，例如藝術和文學等等。

「我們應該聽任孩子發展他們藝術的天才；假使師長發現孩子們偷偷地在課卷內畫圖或寫作，絕不應該斥責或譏笑孩子。」

孩子愛好文藝，本是很好的事情，不過如果他因此而忽略校中的學課，教師即應該設法加以糾正，此外，孩子對於社會上的事情，如能發生興趣尤妙。

## 第八章 積極的人生

### (一) 人定勝天

世人通常以為科學是萬能的，永無錯誤的，其實這種見解並不正確。

科學雖可證明遺傳上的各項現象，然而此類現象，並不一定發生，也有逾越常軌的時候。

我們可以對父母們說：惡劣的遺傳與不良的教育，有產生某種結果的可能，所以你們必須採取適當的處置，俾得避免不幸的後果。

我們可以對孩子們說：無論遺傳與教育如何不良，你們仍可避免不幸的影響，你們仍可用自己的力量來挽救許多缺點。

## (二) 發掘自己的優點

先哲曾有一句名言：『明瞭你自己。』這是最重要與最難能的事情。尋常吾人所最不瞭解者，便是自己：許多聰穎異常的人，對於他們本身反而極爲模糊，實際上吾人往往對於自己的許多事情，毫無所知，然而旁人却看得十分清楚。

我們對於別人能夠効勞的最大事情，便是提醒這人，除了規誡他的缺點以外，還要告知其所有的優點。

世上沒有萬能的人，但一無所能的人，也是沒有的。關鍵乃在使各人做其所能之事，俾得運用其天賦的才能，而避免浪費時間和精力去作無益之事。換言之，便是使各人將其全部的力量，放在其確能勝任的事業上面去。

有不少人具有若干隱伏着的才能，然而因爲他們不知道自己懷有這些才能，所以從未運用，要是我們能使他們明瞭自身的一切，他們便將完全改變過來了。

每個人也須知道自己的缺點，以便改正。

有時，一個人祇須性格上或思想上偶有缺點，他的最大的天才，便將因此變爲毫無用處。所以正確地明瞭與判斷自身，足以決定終生的一切。

假使有兩個人，一個人的智力與判斷力較弱，而意志較強，他雖能決疑，但易錯誤；另一個人善於主張，而不能實行，那麼我將向第一個人說：不要決斷，祇須服從；向第二個人說：從事策劃，不要實行。

### (三) 認清目標

易頁氏寫道：「許多青年對於自己毫無認識，一旦他們孤獨地走進世界，沒有親戚的照顧，且無一定的工作之時，他們便過着閒蕩的生活而變成懶惰了。」

他勸告青年們早些認清一個固定的目標，同時注意他和這目標的距離是否太遠，所以，他說，我們應該清楚地認識我們自己。

「每個人應該建立一種未來的計劃，選擇一項職業，而努力於他的理想。他必須養成獨立的性格，做一個完全自由的人。惟有據有自身的人，才能夠據有職業、資產與地位。」

#### (四) 專心一志

專心一志是人生最重要的美德。

你應該專心作事，好好地做你所應做的事，不要同時兼做兩件事情。

訓練你注意的能力。

首先養成鎮定的習慣，革除分心不專的惡習；避免去閱讀無益的書籍，以及參加現代生活的繁雜之事。

我們的一切失敗與禍患，幾乎總是由於意志薄弱，和努力的不克持久。

伯岳氏說：「世人往往因為注意力分散而不能集中，所以竟沒有一刻的安

靜，同時也沒有一刻時間能夠做些有益之事。『例如若干人一俟有暇，非但不肯利用此時去靜心思考，反而亂翻着書籍報章，像這種人，是永遠不會集中其注意力的。』

他說：注意力散漫的危險，乃是使我們所獲得的印象，變成膚淺而不實。

因此，我們若要全神貫注於某項事物上面，必先專心一志，把其他的一切無關緊要的东西完全忘却，然後竭力注意吾人所做的事情。

『當然，所謂注意，並非一種平衡的、固定與持久的狀態，它是由數度重複的緊張的注意力所組成，可是這些力量互相連接着，好像一股持久的力量一樣。』

注意力能夠延續至數小時之久。可是要獲得成功與避免禍患，不一定需要這樣長久的注意。

一刻鐘的注意力，能夠發生效驗，而好幾年的悔恨，却無濟於事。所以『注

意一件事物之時，應該全神貫注』。

你必須不斷地想着你所要解決的問題。研究這問題的各方面，反覆地權衡其利害，總之，仔細地考慮。

永遠不要根據了一次印象，或一種偶發的思想，而決定你的問題。

### (五) 忘懷過去的失敗

經過考慮以後所做的事，很少會發生錯誤；可是因疏忽不慎而起的錯誤，却非常之多。

我們的行為能夠產生非常遙遠的、曲折的、難以預料的後果。

所以，我們如欲避免不幸的遺憾，須求行為的合理、正確、與完美無誤。

假使某人做了一件不能補救的大錯，那麼他祇須牢記失敗的教訓，毋須怨天尤人，抑鬱於懷。



這真如安特萊莫洛阿 (André Maurois) 所說：「不必無益地嘆恨過去所遇的失敗，所受的恥辱，所說的妄言。」

他又說：「不能忘懷，便非幸福。」他說行動能使吾人忘却過去，因為在行動之時，吾人便停止思及自身了。

最容易失敗的人，便是最喜歡回憶過去失敗的人，所以，忘記一切，乃是唯一的一的要策。

### (六) 感覺的重要

伯岳氏說：「一切主要行為的動機，都是感覺所產生的。」

他告訴我們說，他曾經行經一處滿蓋冰雪的斜坡，陡然覺得自己處境的危險，他覺得他行將傾跌，便立刻止步，當時雖然平安無恙，可是渾身戰慄，心頭亂跳，驚駭得出了一身冷汗：他知道危險的臨頭，便產生了危險的感覺。所以，

要做一事，必須知道此事，尤須感覺此事。

(七) 不要魯莽

思想匆促的害處，與行為魯莽的結果相似，所以我們應該從眼前的問題，逐漸追溯到過去的事情，然後再仔細地考慮，正如我們在樓梯上行走之時，應該一級一級地踏穩上下，切不可冒險連跨數級。

避免思想匆促，與仔細觀察物件一樣，必須前後左右加以審視。

仔細考慮，等於冷靜地旁觀，因為「當局者迷，旁觀者清」。

(八) 保持鎮靜

考慮的作用，其目的不僅使人明瞭其所欲解決的問題，且能使人產生一種願望或厭惡，以決定其行為。

行爲的失敗，多是由於考慮未週之故。

在情形緊張之時，如欲避免思想紛雜，決斷錯誤，以及實行時的手忙腳亂，吾人必須保持鎮定，使頭腦冷靜，將預定的計劃，寫在紙上，然後絲毫不苟地依照所寫的計劃做去，除非發生了特別的意外之事，始可變更預定的策略。

### (九) 鼓起熱情

寶邦魯氏說：「態度冷酷者，不能夠使人信服，因為要使人信服，必須先鼓起自己的熱情。態度冷酷者有時雖亦富於同情與服務之心，可是他的態度不合，所以他週圍的人們，覺得在這種嚴酷的空氣中間生活，頗爲痛苦，於是都對此人發生厭惡之心了。我們如果要使人愛慕，務須鼓起熱情，因爲不肯先將自己的心向人開放的人，永不會看見他人將心開放的。」

這種嚴酷的態度，往往在家庭中間也會發生。我們對於家庭中的人，不是時

常顯露不良的脾氣嗎？

我們的嚴酷，使愛護我們的家人不能忍受，要是他們知道我們對待外面的人士倒很和氣，而對待他們却用冷酷的態度時，他們便將更覺痛苦了。

我們家庭中間，有多少人因為得不到我們一語的稱讚，一字的鼓勵，以及幾分鐘的談笑，以致呈現孤獨與寂寞的痛苦。

許多父母因為不願意用溫和的態度去誘導子女，使子女信服，所以當子女的思想嗜好與父母不合之時，他們便逐漸反對父母而變成忤逆了。

爲子女者，如能明瞭這一點，便不致時常誤會他們的父母了。

## (一〇) 學習和他人相處

鮑歌博士寫道：

『要是你想和社會上的人士相處，你先得能和家人相處。』

『用你的外貌、聲音、態度來使人歡樂，使人同情。對待他人之時，應該和善。』

『譬如，你和某人賭氣了。你明明知道應當採用溫和及鎮靜的態度，去跟這人談話，才能使他變成你的朋友，可是你反而同他相罵了一場，使他變成了你的怨讎。這是因為你不能制止自己情緒的激動，遂做下了一件愚笨的事情。所以，你必須學習控制自己。』

生性懦弱而不善交際者，仍須努力去克服孤獨的與懶於談話的傾向；若干人祇願參加日常所必需的，或者有關職務的談話，他們避免不關緊要與無益的談話，但是這種人也應該校正他們的態度，因為即使無聊與有害的談話，亦能幫助他們學得人生的知識與經驗。

『你須學習用平靜與柔和的姿勢，悅人的談吐與態度，以應付你週圍的各式各樣的人物。』

如果要獲得他人的同意，必先使人歡悅。  
可是同時也須誠意待人。

### (一一) 悅人與誠實

我們固然要用適宜的言語和姿態去應付週圍的人士，而避免去開罪他們，然而却不必說出與自己思想相背的言語，祇須當心不要明顯地反對他們便好了。

若干人將粗鹵的態度，當做誠實或簡樸，所以他們失掉了別人的同情。

用同一不變的語氣和姿態，去對付各種人物，這便是粗鹵。

我們須贏得他人的歡心，避免虛偽、諂諛、和使人厭恨的矯揉造作的和善。

### (一二) 和善待人

鮑歌博士說：『和善是人類最美麗的優點，它是幸福的基礎。』

蕪蘭斯柏都萊麗夫人說：『所謂善良，並非避免作惡之謂，善良不是消極與被動的，善良是積極的。』

『善良是將我們所感的痛苦與憤恨，變成一種憐恤之心，因為致使我們不快或冒犯我們的人，都是無知無識者，或者具有病態者，此等人應該加以哀憐。』托爾斯泰（Tolstoi）說：『善良即是愛情，但是並非對於幻想事物的愛，而是對於週圍人物的愛。』

### （一三）同情罪犯

社會的不安，雖然由於盜賊和罪犯的猖獗，然而這些犯罪者，大都是可憐而有病態的人。

若要使社會安全，若要預防犯罪，我們應該：

注意犯人的遺傳、教育、以及他們體格上與精神上的不健全；

取締有害羣衆的不良書報；

感化罪犯，阻止其產生新的惡念；

一方面避免使他們去做乏味而毫無價值的工作，一方面令其從事各種適合他們能力的工作，或使其學習一項謀生的技能，俾得將來恢復自由之時，可以自立；

醫治他們的疾病，實施道德的教育；

革除一切足以使他們違背社會的因素；

在犯人恢復自由以後，繼續注意他們的行爲，繼續給予他們所需要的幫助；

如果犯人毫無改善的樣子，即使監禁期滿，也不可讓他恢復自由。

以上的辦法，或者能夠真正地抑制罪惡與確保社會的安全。

## (一四) 人生的真諦



我們要有生活的興味，我們要明瞭生活的益處，並知道克盡厥責者所感的快樂。

人生是一種責任，是一種奮鬥。

充實的生活，比較高壽的生活有益。一個人如果能夠做一些有價值的工作，即使早年凋謝，也沒有關係，反而勝過了毫無建樹的耄耋老翁。

我們必須爲了光榮之事，而鼓起冒險奮鬥的勇氣，可是也得警惕自己，切勿作無謂的犧牲。

我以爲人生的箴言，可用三個名詞來代表，即是：謙虛，仁恕，憐憫。憐憫並不含有輕鄙的意義，乃是一種充滿慈善與親愛的同情心。

人生是神奇與美麗的，然而我們首須獲得人生的學問。

## 第九章 談職業：手藝工人

### (一) 審慎選擇職業

青年的人，經過了家庭與學校的教育，以及自習的教育以後，便臨到選擇職業的緊要關頭了。

假使他對於自身的稟性，體魄與精神的能力等等，沒有清楚的認識，那麼他的一生，恐將非常不幸了。

但是他亦不必過份胆怯，應該鼓起勇氣，試圖去攀越社會的階層。

他應該大胆地去嘗試他所能做的事情，但切勿自不量力，造次妄為，或性急躁進，除非他遇到特殊情形，或有速成的可能，否則切勿存速成之心。

青年往往祇注意其親友等所從事的業務，所以他們並不是真正的選擇職業，不過抓住眼前的機緣而已。

他們因為不知道怎樣做法才好，所以就做倣人家，貿然加入他人的職業。日後，他雖然發覺當初所擇的職業，對於自己並不適宜，可是他因為不願意白白地拋棄以前的辛勞，所以不肯中途轉變，便從此繼續地錯誤下去，遂覺他的工作，既乏興趣，又無成績了。

職業的選擇，攸關終身的幸福。適當的職業，非但使人工作時感覺興趣，並且事業的成功，極能影響婚姻的幸福和未來家庭的繁榮。

## (二) 職業的指導

卜萊與薛斯德龍兩氏，以為青年們在擇業之時，往往受了環境，親戚，朋友，傳統思想等等的影響，而變更他們真正的願望。他們祇看見事物美麗和動人

的一面，而不能發現其全部真相。許多青年因為喜歡在湖上或海邊駕舟遊玩，便自願加入海軍，其實他們並不是一定適宜於航行的。

兩氏勸告為父母者，應將各種職業的樂處與苦處，講給孩子聽，不要單憑子女稟賦的適合與否，而貿然決定職業，他們應當研究孩子的智力，看他們對於所擇的職業，能否勝任愉快，最好再求助於職業指導所之類的機關。

莫佛桑氏 (Mauevin) 曾說：

「職業指導所的任務，是替每個人尋覓適宜的職業。」

「天下的各種事情，不是每個人都能做的。要是世人明瞭了這一點，職業的制度便將有極大的進步了。」

「父母的責任，乃是替孩子們找尋合乎他們能力的某項最高的職業，但是他們應該留心目標定得太高的危險。」

「所以與其為子女們選擇一項艱難的職業，不如令其從事一種堪能勝任而簡

易的職業爲佳。

「不少父母，因爲勉強欲使孩子獲得一等高尙的職業，以致造成了無數不幸的犧牲者！」

「孩子們在走上他應走的途徑以前的一霎那間，因爲缺乏考慮之故，而毀損了多少生命！」

### (三) 提高工人的程度

莫佛桑氏說：

「爲甚麼一個孩子在校中獲得優良的成績以後，大家就偏要叫他去學習自由的職業，或是將他送入一所專門的學校呢？」

「難道這個孩子學習自由職業之時，一定不會失敗嗎？做一個勝任的排字工人，或一個精巧的木匠，所需要的智慧，正和從事任何自由職業者所需的智慧，

不相上下。」

有一位木匠積有相當的資產而退休了，他在自己的家中開着一所工場，繼續工作，以資消遣。

他覺得自己所製的器物頗為精良，因此非常快樂，他每製一物，必在其上刻着自己的姓名，他這種自負與歡樂，正如一位成功的著作家，在其所寫文章的標題下面，簽署自己的筆名一樣。

要是像他這樣的工人們，都能在工作之餘，讀書研究，或者作着高尚的消遣，則豈不大妙？

工人階級之所以容易為人輕視，社會之所以進步遲緩，絕不是因為工人們的貧苦，乃是由於工人們大多鄙俗、污穢與雜亂之故。如果有許多受過良好教育的青年，肯去從事手藝的工作，一般原有的工人們，必將於不知不覺之中，隨之而同化，工人們的知識水準，自然將逐漸提高了。

## (四) 量力而行

莫佛桑氏說：

『曾經有志於某項職業，而遭遇失敗的人，十之八九將度着一種不幸的、憤恨的、與頹喪的生活。』

『你如果沒有十分之八的成功把握，還是不要去貿然嘗試此項職業爲妙。』

『即使某人富有毅力，可是他在無數人擠軋的漩渦之中，又如何能夠前進呢？』

『失敗而頹喪的人，大都自認已在某種職業方面遭遇失敗，這種人往往自以爲無力再去學習其他較難的職業了，其實這種心理，便是他們真正失敗之點。』

## (五) 修養自己

一個人的價值基於三項因素：健康，學識與道德；尤其道德，更為重要。理智與體力固然是重要的，可是更其重要者，乃是養成良好與有益的習慣，不要信賴命運而須信賴自己的力量，不要分散精力，毋與不知己者比較，努力求取進步，非但要使自己勝任所担任的業務，且應改善談吐與姿勢，以及交際的態度。

亨利福特（Henry Ford）勸告工人們努力工作，把誠實的勞動去換取金錢與幸福；每天工作完畢以後，應該研究怎樣才能使所做的工作更臻完美；他們須牢記薪給乃是工作的結果，而非非工作的原因；他們須將消耗者的利害，看得比出產者的利害更重，不要使成本低廉的出品，售價太高。

他說：『怠慢顧客是錯誤的，從事一項職業者，應該竭力地使他們的顧客滿意，儘可能忠誠地為他們服務。』

為衆人的利益而工作，即是為自己的幸福而工作。



### (六) 檢驗身體

在選擇職業以前，須先訪問醫師，請其檢驗身體，以便明瞭自己的體力與不宜做的事情。如果不先舉行檢驗，那麼或許從事某項職業未久，即感體力與性情不合，便將半途放棄了。

決定職業之時，最重要者即是醫師仔細的檢驗。此外，亦須徵得本人的同意，以及其父母與師長等的贊成。

以上所述，並不是指自由職業，務請讀者注意。

## 第十章 再談職業：自由職業

### 婦女與職業

#### (一) 法官·軍官·教師·工程師

我們已經說過，職業的選擇，能夠決定人生的幸福，可是有好些業務，非但能夠影響從業者本身的幸福，並且對於與此項職務有關的人們，也有極大的影響。

例如，疏忽而躁急的法官，常使受其審判之人蒙受損害。

又如一位將軍，對於其部下的士兵，影響至巨。一旦發生戰事，全局的勝

負，將視這位將軍的學識與計謀而定。

又如在教育界中，許多教師，祇知根據考試的成績，以判斷學生的優劣，其實教師除了上課講解以外，還應教導學生，養成孩子觀察、思考、審慎諸美德，以及適應環境的能力；為教師者，大多絕不注意學生的性格、智慧、感覺，又不經心學生上課與遊戲時的樣子，以及對付師長和同伴的態度等等；這些教師平時對於學生的特長，弱點或欠缺之處，既不明瞭，更談不到設法鼓勵與發展孩子的才能，或補充改正他們的缺點；有時這些教師還信仰着一種不良的主義等等……所以，他們對於學生們是極有害處的。

工程師的責任也很重大。有若干工程師繪製計劃極佳，數學造詣亦深，然而沒有充任領袖的資格，且無指揮數百名工人的魄力，他們終日埋首研究，而想不到工場乃是他們活動的所在，他們懼怕與粗陋的工人接觸，他們專務理論，忽略了實際的工作。

## (二) 醫師業務的重要

醫師也有這種情形，可是更為嚴重。

醫師往往遇到許多疑難的病症，他本來應該在開始診治之前，先仔細地考慮一下，可是有時因為病狀危迫，不得不立即實施治療，這時的情形，不容他靜靜地思慮，反之，他却時常處於最緊張與最紛亂的環境之中，往往病人的家屬，在病人危篤之時，環向醫師責難或懇請，甚至對其泣求，可是此時的醫師，却須保持冷靜的頭腦，以抉擇診治的方法。

其次，醫師在治療病人之時，更須縝密地施行手術。

有時，醫師也遭遇病人本人的違拗，因為許多病人，往往不懂病情的危險，常將自己寶貴的生命，視同草菅一樣。

所以，醫師的業務真是非常重要。

拉馬情納 (Lamarine) 曾說：「醫務是慈善或友誼的行爲，它能救濟靈魂與身體的困苦，它以業務始，以德行終。」

### (三) 醫師與病人發生誤會的原因

馬賽兒狄胡醫師 (Dr. Marcel Curand) 曾說，醫師與病人之間，常易發生誤會，其原因不外下列數點：

「習慣上的不合：醫師看不慣病人的環境，因為醫師沒有學習怎樣去適應特殊的環境。」

「道德上的不合：醫師與病人的性格、意見、信仰等，均各不同，有時醫師且缺乏同情心。」

「言語上的不合：病人往往不明瞭醫師口頭的專門術語，以及醫師與病人所操的方言不同。」

「意見上的不合：病人因為興趣不同，或者因為外觀的關係，常拒絕醫師新穎的治療方法。」

#### (四) 獲得病人的信仰

夏維臬教授說：「智慧，熱心，與豐富的學識，組成完美的與業務發達的醫師。」

醫師除須具備高深的學識，與赤誠的熱心以外，尚須獲得病人的信仰，使病人對他發生敬愛之心。所以，為醫師者必先具有一種極強的交際能力；要是他不善交際，他便亟宜學習怎樣應付他的病人。

許多醫師學識極佳，且懷着救世的熱心去開始其業務，然而却忽略了這一點。

### (五) 醫師的責任

醫師的業務，不可視作一種職業，而應該作為一種責任，此種艱巨的責任，不是每個人都有能力去擔負的，所以研究醫學的人，非得具有真正的才幹不可。

醫師應該有充分的能力，去作疲勞冗長和精細的研究，同時，他必須能夠施行迅速的、有力的、勇敢的、謹慎的與縝密的手術。

即使病人已經病入膏肓，醫師仍應安慰病人，因為病人在痛苦之時，幾乎將醫師當做萬能的救星一樣。此時病人的身體及其悲痛的靈魂，都寄託在他的手掌之中。

他應該做一個極端溫和的人，而他的言語亦應使人信服。他須使人遵照他的決定而實行，不可被哀求與痛苦的呼聲而搖動其意志，他應該保持絕對的鎮靜，切勿看見病人的血如泉湧，呼吸窒塞以及其他可怕的情形，而心慌意亂。

總之，醫師們應當控制自己的情感，迅捷地視察病狀，立即實施診治的方法。

### (六) 福煦將軍的名言

福煦將軍 (Foch) 說道：

『要熟悉一項職業，便得先去學習。』

『我從事我的職業已久。我曾經把我的職業，仔細研究，我成功了，這是因為我會好好的學習，而能熟悉一切的緣故。我已能應付各種環境，又因為我訓練我的思想甚久，所以自然能夠勝任愉快了。』

『要是我們有一種目標，且能集中精神而注意力並不分散，那麼行事之時，未有不成功的。』

這些話是每個人所宜聽記的。



## (七) 看護婦的業務道德

薩波賽夫人 (Chapal) 曾經寫過一本小冊子，題名看護婦的業務道德，這是一本每個人值得一讀的好書。

「我們不可以目前的才能為滿足，應該繼續研究，使其發展至極點。

「我們有保持誠實與正直的責任，可是不可忘却謹慎與秘密。

「大家都有保守靜默的責任，然而不可說謊。不要在一個人的面前與背後，說出兩樣的言語。

「所謂正直，便是完全實行人家所囑託我們的事情。

「惟有努力上進的人，纔有價值。所以我們該始終努力，每天求取進步。」

## (八) 文學家與藝術家

有若干職業，從事者必須具有顯著的天才，方可去嘗試。這些職業便是文學與藝術。

文學與藝術對於人民的道德、思想、意志，以及讀者個人的幸福等等，都有影響，並且從事文藝者，如果未能獲得光榮與資財，那麼，他的生活，必將不堪設想。

不要說默默無聞的作家或藝術家，不能賴文章或作畫生活，即使曾經獲得獎金與出版書籍的文人或藝術家，也能有幾人可以得到持久的成功？

許多彫刻、圖畫、書籍，都是不值一文的東西！

曾經名震一時的作家，現在多已被人遺忘了。

所以，在從事文學與藝術以前，必須十分謹慎。

把文學與藝術當做一種消遣，自然極好，因為這是最好的消遣方法，可是切勿因此而妨害正當的業務。

這種消遣，也能使人獲得光榮，許多在文學界與科學界中著名的成功人物，都是有其他職業的。

但是，拋棄了本身的職業，而專務文學與藝術的人，却十有八九將遭失敗，非但個人潦倒，並且亦使其家屬感受不幸。

### (九) 婦女的職業

職業的選擇，非但對於男孩子頗為重要，並且對於女孩子亦有切膚的利害，以上所述，當然對於女子也都適用的。

因此，我們便須討論婦女與職業的問題了。婦女可以利用工作去消磨時間，獲得金錢，在社會上佔據地位與謀取獨立，而可以毋須急於結婚或做母親。假使她們一旦結婚，而不能再行出外服務，她們亦未始不能克盡主婦，妻子，或母親的職責。

莫佛桑小姐說：「職業的抉擇，非但對於個人有益，並且對於衆人皆有裨益。幫助一個男孩子去選擇一項職業，上述的目的，不難達到；可是對於一個女孩子，是否也是如此呢？」

「經濟學者鑒於勞工的缺乏，當然贊成婦女從事工作，可是優生學者，却堅持異議。」

## (一〇) 職業婦女能否兼顧家事

在職業婦女之中，有許多人熟悉家事、烹飪、縫紉等工作，她們既聰慧靈敏，且勤奮勇敢，一切都能處理得井井有序而又經濟，她們伶俐而高尚，能夠順利地解決一切困難，實在值得稱羨。

這是普通常見的現象，一個人愈是勤儉忙碌，他的能力、敏捷與工作的效率，愈易增加。

許多一無所事的婦女，管理家事的成績，並不優於從事職業的婦女，有時竟然反較遜色；她們的丈夫與孩子，亦未受到她們更周密的維護；這是因為她們過久的睡眠、裝飾、遊蕩、閱讀無益的書籍，以及娓娓清談等事，佔去了她們的全部工作時間，反使她們變成落伍的人羣。

有若干人士以為婦女出外工作，尤其在工廠中間任事，常與工人接近以後，容易變成粗暴，放縱，與淫佚；其實最大的原因，乃是由於婦女（包括富有的婦女），未曾受到優良的教育。

若干閒蕩的婦女，在獲得職業以後，便會革除不良的習慣；其他則基於上述理由，反致墮落。

### (一一) 新式家庭的經濟問題

在許多機關中間，婦女常與男子競爭，而得到優勝。

如果丈夫和妻子皆有職業，他們雖能獲得較豐的薪金，然而結果往往反不如從前那樣：丈夫獨自出外工作，而妻子留居家中，專理家務，使丈夫和孩子可以獲得一所舒適安樂的家庭。

因此，父親的薪金應該足敷維持一家生活之用。

同時，丈夫應該避免烟酒等的浪費，因為烟酒所費，常佔其薪給中的一大部分；為妻子者，則宜避免購買許多無用的物品。

負有家累的職業男子，應當領取額外的津貼，使妻子得以安心料理家務；政府又須提倡家事的課程，與注意普及衛生的和保育兒童的教育，此項教育並不僅限於身體方面，更應注重思想與性格的教育與培養；這樣才能使婦女真正地變成一位賢妻良母，一位能幹的主婦，一位對於家庭與社會確有貢獻與功績的光榮人物。

## (一一) 可愛的家庭

如果一所家庭中收拾得清潔整齊，屋舍明亮和煦，菜肴經濟簡單而可口，妻子又溫良可愛，那末丈夫與孩子們便覺家庭天倫之樂，每天傍晚，必須將迅速地趕回家中來休息和消遣了。這種目的，即使婦女在外工作，亦不難達到；然而如果婦女在工廠裏面做事，則因身體疲乏，環境惡劣，以及不良的男女混雜等種種關係，她們對於家中的事務，便無暇顧及了；所以吾人主張婦女應該遠離工廠。

已經在工廠中任事的婦女，爲補救此項缺憾起見，便須設法雇請未婚的或寡居的老婦少女，幫助她們照顧兒童，縫製衣服，與烹煮飯食。

社會上尙應有一種慈善服務性質的婦女團體，熱心地去協助家庭中間患病的主婦；這種團體，非但應該醫治與看護病人，且須代其管教兒童，處理家務，與

羹備飯食。

### (一三) 一封少女的信

琪娜隆勃洛蘇夫人 (Gina Lombroso) 於其婦女之靈魂一書中間，曾經引述：有些在戰時從事各項慈善事業的婦女，覺得她們所過的新生活，與往日的空虛與無聊，大不相同，因此感覺極大的興趣。她們從此便永遠厭棄閒居的生活，而志願終生服務了。

琪娜夫人又說，她會接到一位少女寫給她的一封信，其中有一段如下：

『如果我們遇到一位合意的男性，我們並不拒絕嫁給他，但是我們在物色之時，却頗想做些其他有益的事情，例如研究藝術，科學或文學等等，我們不願意交叉着雙臂，無所事事地等待未來的丈夫。』

從前的少女，大都不是交叉着雙手在期待丈夫的，她們幫助母親做事，担負



起主婦、妻子、母親，以及教育與訓導弟妹的責任。

### (一四) 母親應求取進步

締昔愛氏曾說有許多母親，當了她們的正在中學或大學讀書的女兒的面前，甚至在小學中的幼孩的面前，也不得不自承自己的學識不足，而不及他們。這種卑謙之態，對於母親的尊嚴，威權與信仰，不無影響。所以，『母親至少應該不停地努力追上其兒女的知識水準。未來的婦女，應該達到這項目的。』

締昔愛氏又主張在女子教育的程序中，添設家事一課，提倡節儉，衛生，灌輸教育兒童與護視病人的常識，俾使家庭變成富裕、和平、愉快與充滿詩意。

### (一五) 充實的生活

琪娜夫人曾說：『身任母親、女兒、姊姊、姑母者，祇須克盡厥職，便已有

充實的生活了。」

要是少女們一面在學習着預備做賢妻良母，一面尚有餘暇，她們自宜做些別的事情。

最可惜的是閒蕩無事，徒然地等待着丈夫；或者終日從事運動、遊戲、以及以戀愛爲目的的交際；假使她們結婚了，她們必致感覺不幸，因爲未曾學習妻子應有的知識之故。

### (二六) 厭倦家庭的婦女

近代的生活，與昔日完全不同，即使非常勤儉的主婦，亦常覺空閒無事，因此她們便在家庭中感覺煩悶了。

琪娜夫人寫道：

『從今以後，家庭將變成空虛了，非但少女不肯留在家中，就是母親們，也

要藉口各種理由，時欲外出。

『從前的家庭，是一個完整的世界，母親、女兒、老婦、少女等等，整日在家做事，那時每一個婦女都有她的職司。

『現在，這些婦女們能夠在家中做些甚麼事情呢？

『一切都變了！男子們已經侵入了婦女的領域。

『男子們已經替代她們，充任了成衣匠、製帽襪者、洗衣工人、麵包師、雜貨商人、豬肉商人、製糕餅者等等。

『孩子們跑到學校中去求學了。

『敏捷的看護婦，替代她們照顧病人了。

『婦女們雖然侵入昔日屬於男子的職業圈內，但是男子却早已更其大規模地侵入了婦女的職業圈。這種變遷，雖不顯著，可是引起了整個社會，尤其婦女活動範圍的重大革命。昔日限於處理家務的婦女，乃不得不另覓方法以消遣其閒

暇，而從事一項職業了。」

琪娜夫人乃是一位反對女權論者，她以為職業婦女雖然有許多好處，可是婦女們昔日的生活方式，反易獲得幸福，雖然她們現代的生活，樂趣較多。

她說：『樂趣與幸福是兩件不同的事情，在婦女方面，情感與利益，尤易發生矛盾與衝突。要是婦女們好好地管理家務與充任母親，她們便能和諧地發展其慈愛的天性，而在和諧中獲得幸福。』

『假使她們從事職業，她們如欲成功，須得具有極大的自私心，而違反其慈愛的天性，於是她們的幸福，便不易達到了。』

### (一七) 職業婦女與婚姻

職業對於婚姻，有無何種妨礙呢？

琪娜夫人說：『許多男子對於職業婦女懷有戒心，甚至不願和她們結婚。』

我們以為這些男子們錯了：職業是一種頗有價值的東西，也是生活變遷過程中的一種救濟方法；有許多職業婦女，在結婚以後，等到丈夫經濟能力足以獨自贍養家庭之時，就毫不遲疑地棄職家居了。世上儘有許多具有謀職能力的婦女，因丈夫的無能、怠惰和過失，而深感痛苦。

可是琪娜夫人說得很對：

『現代的婦女，在外工作所得的酬勞，較之昔日主婦在家節省所餘的金錢，當然增多數倍。她雖然所入豐厚，然而她的費用，亦極可觀，而家庭之中，更無一人注意節儉與儲蓄的工作了。』

目前百物昂貴，一切日用物品，又須購自商店，而不復自製，加以傭工的困難等等關係，是以假使婦女並無出外就業的必要，她們不妨顧問一些家事，從事她們本來的職司。

莫佛桑小姐寫道：

「婦女們應該避免養成奢侈的習慣。許多小資產階級的婦女，常將她們的小孩和家務，託付與毫無經驗的僕婢，於是她們自己便可身體自由，去滿足其奢侈的慾望，如：裝飾、閒遊、購置飾物等等，或者藉此維持她們所感興趣的，如在商店、工場，或辦公室中的生活。結果往往因僕役浪費，或因她們在外工作，開支較大之故，她們所費的金錢，竟較所得的報酬更多。

「沒有母親看顧的兒童，頗易遭遇意外之事，而且容易得到不良的習慣與知識。」

## (二八) 我們的意見

綜上所述，我們的結論便是：

假如一個婦女基於必須的原因，或者爲了避免終日閒遊、賭博、冗談、與閱讀無益或有害的書籍，那麼她應該找尋一項職業。但是假如她能夠管理家務，注

意家庭的幸福，履行其妻子、母親、教師、保姆、看護，以及主婦的職司，那麼這真是她所應該首先擇取的職業。

多少孩子，都因為不能得到受過教育的母親的保護，而天殤在無知的僕婢手中！

多少其他的孩子，雖然家境富裕，也因為不能得到其母親正當的教養，反而過着不幸的生活！

是以家庭的職務，也是人生一件重要的工作。

## 第十一章 結婚前後

### (一) 克服肉慾的引誘

青年的男孩子，爲了求學或準備從事職業，常不得不離開家庭，而獨自生活，這時，他要是不能自己淬礪奮發，他便極易變成怠蕩，因爲他常受同學朋友們的影響，或被戲劇、遊戲、小說等等所麻醉。況且，二十歲左右的青年，尤易爲肉慾所誘惑。

孩子在發育時期已經感覺過這種奇怪的慾望了；他幻想過關於異性的事物，又遭遇過特異的衝動，這種情形有時發生頗早。

他應該知道，婚前的性行爲是有害的，假使他在婚前，已經和一個女子，私



生了孩子，那麼，他還是仍然不顧一切而勇敢地去娶那個女子呢，還是懦怯地把那母親和小孩遺棄呢？

## (二) 撲滅花柳病

愛情不專的人，容易患罹疾病。這些暗疾，非常危險，不易根治，且能蔓延至身體上的任何部份，而傳染與家庭和民族。所以，這些花柳病，必須竭力撲滅，否則，它們非但使患者生活痛苦，且使患者的妻子，終身不幸，而其子孫，更蒙受不良的遺傳。

我們應該告訴無辜的染有此疾的人們說：假使你染着了這種疾病，不要以為你已無可救藥了，不必失望，你須明瞭世上不乏靈效的藥品，許多病人醫治得早，經過了長期努力的治療，已告痊癒，並且仍可重新結婚而生育健康的子女。要是你不幸被染此病，你便應立刻去找醫生，遵照他的話去實行。

### (三) 實行節慾

許多預防梅毒的措置，例如預防物、洗濯、殺菌油膏等等，都沒有甚麼效驗。最好的預防方法，乃是克制自己，實行節慾。

卜葉與薛斯德龍兩位博士說道：

『少男愛慕少女，非但是普通的現象，而且是必然的事情。』

『具有健康的精神與神經的人，最遲到十五歲，總要有愛情的表現了。』

『這種自然而強烈的慾望，往往不能夠早日獲得滿足，所以我們主張——不是基於道德的觀點，而是基於神經病與精神病的立場——節慾。因為如果祇爲滿足此項慾望而犧牲一切，未免太不合算。』

『除了嚴重的花柳病，尤其是梅毒，對於青年有害以外，妓院的環境，對於青年的心理，也有不良的影響。出入妓院的青年們，大都頹喪抑鬱，心情乖異；』

他們也常在妓院中間開始吸食各種毒物。

『至於自由的或短期的結合，其後果往往異常慘痛，精神與神經，鮮有不受打擊的。』

#### (四) 逃避蕩婦的誘惑

沒有勇氣追求其理想中女子的胆怯男孩子，反易爲年長的寡孀棄妾等所引誘而被籠絡。這些男孩子們雖然並不一定度着不幸的生活，可是他們如能與一位比較年輕的女子結婚，當可更加幸福。

他們要是逢到上述的情形，祇有一種辦法，便是逃避一切被誘的機會。

#### (五) 守貞無害

若干人以爲禁慾的結果，必致引起手淫，實際並不如此。

許多很小的孩子，因為好奇或因體膚受衣服摩擦等的緣故，遂不知不覺地具有玩弄性器官的不良習慣。

他們日後寄宿在學校中間，又易為下流的同伴所誘惑，而自甘斲傷。

最後，當那些青年知識漸開，意志亦已堅強，已經養成一種性格之時，他們就自知改正這種不良的習慣了。但是沉淪不悟者，便變成落伍的廢人。

如果精囊之中已經充溢了精液，它便自行流出，無論此人如何地守身如玉，這種現象亦會發生的。正合譚珮教授（Delbet）所說，如同吾人看見了美味的食物以後，口中便充滿津液，不禁垂滴出來的光景。

青年們在結婚之前實行守貞的禁慾，是毫無害處的。

作者曾經基於醫學的立場上，來研究守貞有無何種流弊，結果證明這是並無流弊而且有益的。

已經結婚者，應該在患病或懷孕之時，以及生產以後數星期中，實行禁慾。

## (六) 結婚以前

結婚以前，曾因好奇或其他原因，先行嘗試一二次性交，而致惶慮衰弱的青年男子，應該去請教醫師。

冶遊的人，在與一位純正的女孩子結婚以前，反會感覺心神不安。

一位作家說道：『在愛情方面，正如在許多其他的事務方面一樣，無知無識的人，反較懷有錯誤見解的人容易成功。』

高煦教授 (Gaucher) 對青年們說道：『如果你們必須經過短時期的學習，那麼你們應該明瞭，這種學習對於男女雙方都有興趣的。』

『狂風暴雨式的動作，是沒有絲毫價值的。』

『在溫柔的舉動中間，蘊藏着莫大的快樂。』

## (七) 婚姻中的性的地位

在婚姻中間，性的本能固然不可忽視，應該有合式的、正常的、與完全的滿足，可是，卜葉與薛斯德龍兩位博士寫道：『愛情並不祇是性的聯繫而已，有許多非常恩愛的夫婦，經過蜜月以後，便不再十分注意性行爲了，他們已將精神的愛，替代了肉體的愛；所以性交次數的多寡，不足表示愛情的深淺，最重要者，乃在精神上的和諧。』

有時，夫婦們不肯誠實地自認各人的性的需要，以致互相估計錯誤，亦有惟恐使對方失望起見，乃勉力提足精神而爲之，其結果反而引起憎惡。

### (八) 興 奮 劑

尚有一種凡青年人都須注意的危險，便是興奮劑的害處。

卜葉與薛斯德龍兩位博士告訴我們說：『若干興奮劑是直接從食道或皮膚注射送入體內的，也有用藥劑使性器官自己分泌一種刺激性的質素。這種興奮劑，

能使身體感覺不適，或因此分泌毒素，但是最受其害者，首推神經系統了。

『神經病與精神病的患者，大都皆因服用興奮劑而起。

『初次服用之時，雖有快感，但這種感覺減退極速。以後必須採用原劑量的兩倍三倍以至十倍，始能發生一部份的效力。要是常常食用慣了，當初的快感就完全消失，反而生出一種需要來了。屆時若要間斷一次，則身體和精神便感不快，即使立志要戒除這種藥劑，也非易事。並且，其人的性格亦將感受重大的影響。』

### (九) 吸烟和飲酒

烟和酒都是有害無益的東西。

我們祇須引述卜葉與薛斯德龍兩氏的話：

『酒精是吾人最危險的敵人，它最能損傷吾人的思想與神經。』

『許多無法治療的病症，均由飲酒而起，無數不幸的罪惡，亦與酗酒有關。』

在不少家庭之中，一切困苦的原因，皆種於飲酒，有時丈夫大部份的薪金，都流到了酒店老闆的錢袋中去了。

許多金錢，爲了飲酒而浪費；可是吸烟亦非有益之事。

假使世人能夠不吸烟草，那麼居室的空氣，自必較爲清潔，而旅行、休憩與遊玩之時，更能適合衛生了。

雖然吸烟不似飲酒，對於社會能發生嚴重的影響，可是喉頭炎與消化不良，以及血液與神經系的疾病，大多由此而得。此外，吸烟至少對於舌尖與嘴唇的癌腫有關。

吸烟的女人，無疑地對於其子女有不良的遺傳。

父母或師長非但應該禁止青年人吸烟，且應以身作則，將吸烟的害處告訴給



青年們聽。

吸烟是一種不合理的，奇怪的習慣，正如從前的人吸鼻烟一樣。這些習慣，應該革除。

### (一〇) 保養身體

身體內部自動產生的毒素，對於心理與神經的衛生，極有妨害。並且，它們比較吸食的毒物，更難防止。

操作過勞的人，有時發生自己中毒的現象：例如性格變化不定、易怒、頹喪、敏感、失眠等等皆是；療治上述諸症，惟有靜心休養之法，非經醫師許可，切勿輕易服藥，因為許多藥劑，徒然增加體內的毒素而已。

## 第十二章 論結婚

### (一) 不要早婚

具有自立與贍養家庭能力的人，可以考慮結婚了。

最好等到二十五歲之時結婚，因為年齡太輕的父母，所生的子女時有畸形與發育不足的現象。

晚婚的人儘可進行戀愛，去找尋一位理想中的伴侶。

### (二) 謹慎觀察

曼刺烏特亞命 (Mary Wood Allen) 女博士曾向一位女孩子說：

「你最好觀察那位青年對於其同伴、親友、師長等所具的態度，此時你便可看出他的思想與性格。至於你和他二人談話的時候，他極易把溫和的言語，掩藏他思想與行為上的缺點。」

在訂婚的時期內，男女雙方會覺得在他們中間產生一種高潔的愛情，與一種偉大的感覺。可是女孩子首先應該注意男子的道德、學識與職業，而男孩子也須知道女子的道德、學識與家庭。

忽略了這一點，雙方都容易變成不幸。

### (三) 一個譬喻

裘利安博士 (Julien) 喜歡將行為不檢的青年與理智堅強的青年，比作兩位在沙漠中旅行的旅客。這兩位旅客異常口渴，忽然發現前面有一處水源，他們立即竭方向水源之處奔去，迨其走近，瞥見水源附近忽有一處污濁的水潭。其中一

人立刻伏在潭邊，狂飲潭中臭污的泥漿，直至感覺噁心而止，他因此得了疾病，半途倒斃，不能到達他的目的地。

他的同伴，却寧願忍耐幾分鐘的口渴，再向前進，跑近一處清冽的泉水旁邊，找到了涼爽與甘美的清水。

生活當然不是沙漠，愛情的飢渴，當然也不如那兩位旅客的口渴爲強烈，可是上述的譬喻，可資我們殷鑒。

#### (四) 婚前的少女

結婚對於少女，尤其對於沒有職業的少女，似乎是一種解放，因爲她們結婚以後，便將開始新的生活，在社會上佔據相當的位置，她們非但爲人妻子，且將變成母親了，因此她們覺得不安和憂慮，以致做出各種可笑的舉動來。

她們因爲對結婚懷有憂懼之心，所以心慌意亂，不能從長考慮她們的婚姻問

題，反易鑄下重大的錯誤。

莫利斯特弗勒理博士曾說，此類愛懼的少女頗似一頭驚恐的小鳥，自以爲已被幽禁，絕望地鼓着雙翼，牠明明能夠高飛空中，可是反回四壁盲撞，結果觸在牆上，跌入人們的手中。

許多自以爲對於婚姻絕望，而憂慮的少女，正和那小鳥一樣，她往往不肯吐露真情，即使親熱的家人，也無從知悉其心事，以致愛莫能助，眼看着悲劇發生，而無法補救。

### (五) 頑固的父母

若干父母，爲了鍾愛他們的子女，往往頑固地強欲顧問兒女的婚事，以致子女終身怨恨。

有若干子女，因爲第一次的婚事，爲其頑固的父母所破壞，不復信賴其雙

親，遂秘密進行其第二次婚事，因此反而受人誘惑，發生不幸的事情。

當然，這些固執的父母們。決計料不到這乃是他們的錯誤所致，他們也決不會知道子女們的痛苦與其原因，可是當他們一旦明瞭真相之時，他們將如何地反悔！

因父母的頑固而不能結婚的少男少女，是如何地不幸！

因父母的頑固而過着不幸的婚姻生活的男女們，又如何地值得憐惜！

### (六) 切勿隨便地介紹

如能使兩位才貌匹敵的青年男女，得到互相遇合的機會，豈非一件美事，但此舉責任却極重大。

有不少人却見不及此，他們輕易地隨便將他們的親友等互相介紹，帶着嬉戲的態度，誘使一對不相稱配的男女接近。

他們以為這是一件很有深意的事，可是他們却正在製造一對怨偶。

### (七) 獨身者是否幸福

獨身的男女——僧侶修女除外——是不幸的人。

在青年時期結婚的人，無疑地前途是無量的，因為青年的夫婦，能夠充分地享受愛情和相互的信賴，在他們的一切青年時代的記憶中間，都含有強烈與恩愛的唱隨之樂。

至於不結婚的人，則頗易被人懷疑與輕視，當他們患病，變成殘廢或衰老之時，便將度着最孤獨與最憂愁的生活，而感覺舉目無親的悲痛。

至於結婚太遲的人，也永不會享受青年人所有的熱烈的愛情，以及夫婦之間絕對的信任。

### (八) 夫婦間的愛情

夫婦之間的強烈的愛情，和秦樓楚館的虛偽愛情，是完全不同的。

守貞非但不會減低愛情，且能增強恩愛；使靈與肉，均能獲得更大的快樂。

這種夫婦的愛情，乃是人生快樂的一部份，也是世界進步的因素。

人生並不單是植物式與動物式的，愛情也並不限於性的範圍以內。

在一對夫婦密切的連繫之中，必須產生一種高尚的思想和希望，一面希望他們的子女，走上正確的道德，一面自己互相幫助，以求進步。

如果說男子是女子身體上的保護人，那麼女子便是男子道德上的保護人。

既然我們的母親，已經幫助我們度過了人生的第一時期，我們便須找尋一位永久的伴侶，來幫助我們度過人生的第二時期；我們的社會生活。所以，我們應該尋覓一位理想的異性，設法努力去追求他。



在二十歲至三十歲之間的青年男女，具有寶貴的熱心、情感與精力，這些寶貴的東西，失掉以後，永不會再有了，倘不及時利用它們，實在是非常に可惜的事。

### (九) 早婚有害

早婚是有害的。

男子在二十二歲或二十三歲以前，或女子在十八歲以前，舉行結婚，往往不能有良好的結果。

在早婚的夫婦之間，往往丈夫因為理智尚未成熟，行動便如孩子一般，他喜歡嬉遊，不能享受家庭的樂趣，祇想出外，而不願忍耐夫婦生活中所應守的束縛。

所以不要急於結婚，切勿單憑一時的興奮而行事，仔細地觀察和考慮，努力

修養自己。

### (一〇) 環境與教育

環境不同與教育程度相差太遠的夫婦，是不幸的。

他們新婚以後，便將覺得雙方家庭環境的格不相入，而不能和諧。

要是夫婦雙方所受的教育，以及在社會上的地位，都相彷彿，那麼人品的價值，較諸資財與職業，更足重視。可是進款的數目，亦應足敷家庭發展之用。

在婚姻之中，金錢的多少，雖然不可作為決定一切的因素，但是亦不必忽視金錢的力量，新婚夫婦在無論何種環境之下，總需要一筆費用的。

### (一一) 互相瞭解

結婚以後，夫婦雙方須互相敬愛，管束自己，設法相互瞭解，以期增進幸

福。不要忘記男女兩性是天生不同的，他們隨時隨地，可有各別的思想與行為。

琪娜·俞勃洛梭夫人（Gina Lombroso）說：「如果一位男子要避免去誤會他的妻子，他必須明瞭女子的感情與性格：例如本能的嗜好與厭惡，不合理的對於某人某物的愛好與憎恨，預料事物結果的直覺，猜測他人情緒狀態的能力，以及敏巧與好奇心等等。」

「女子對於自己具有極大的自信力，她雖有一種強烈而自然的應付能力，但有時爲了極小的疑惑，以致手足無措，這是因爲女子行事，泰半基於直覺，而不大遵照理智之故，一旦直覺能力喪失，她便無法可施了。」

「她們的自信力，往往引起她們的頑固。」

「婦女多數是私心的，她們極易輕視其他的女子。」

「頑固與私心聯在一起，便產生偏狹的脾氣，統治別人的慾望，以及獨斷獨行的態度。」

「女子非常喜歡別人照她的意思行事，即使此事對於她毫無關係，而此事又毋須她顧問，或者因其干涉而反將不利，她仍舊專制地硬要別人遵從她的意見。

「此種頑固的態度，並不是自私，因為那女子強迫別人服從，對於她自己往往是毫無益處的，不過她以為如此行事，對於此事有益而已。

「女子的自信力是不可缺少的。要是一位母親狐疑不決，不能管理子女，那麼她就不能主持家政了。

「要是一位少女沒有自信的力量，她將來怎能去度其完全不同的生活，怎能快樂地去和一位她所不熟悉的男子，在一起生活呢？」

琪娜夫人又說：「我們遭遇痛苦，並不是因為我們與男子們有別，乃是由於男子們不能明瞭這種男女之間的差別。我們並不要減除此項差別，而要使男子們知道這種差別的後果。

「正因為男女之間呈現着許多不同之點，所以夫婦的連繫是可貴的。她們可

以互相補充，達到和諧美滿的境地，以促成整個社會的進步。

『夫婦們應該將這種和諧，作爲他們努力的目標，他們將自然地獲得幸福了。』

### (一一) 製造愛情

要保持夫婦之間的感情，惟有每天製造愛情。

安特萊莫洛阿會說：『最成功的婚姻，是每天重新創造一些幸福，當然，這不是指每天需要一些解釋，或幾回盟誓。爲妻子者，可用本能的力量來應付各項困難，而丈夫亦須知道睨視與微笑有時勝於一次解釋。』

夫婦們爲了增加或保持幸福起見，必須各自努力管束自己，隨時隨地注意對方的品性、氣質、疾病、工作、勞乏、艱困與年齡等等。

幸福的婚姻，基於夫婦雙方的自制、相愛、互助、以及一種含有友誼與愛情

的情感。

### (一三) 檢驗身體

青年男女在訂婚以前，必須先去訪問醫師，確定他們二人在身體上及精神上，都沒有嚴重的缺陷，也無任何傳染的或危險的疾病，又無惡劣的遺傳或病根等等。

我們前章已經說過青年男子在結婚以前守貞的重要，因為這是保證婚姻幸福的絕對條件。

有若干青年男子雖未能完成此項條件，可是他們仍能充任優良的丈夫與盡責的父親，他們在結婚之前，必須先去訪問醫師，毫無掩飾地將過去的情形告訴醫師，俾其明瞭一切的致病之由，或隱伏着的未來疾病的根苗。

## (一四) 物質的享受

以上所述，都是有關婚姻幸福的最重要的條件。此外關於物質上享受的條件等等，却無足輕重。

住宅的華美與否，與婚姻的幸福毫無關係。任何居室，祇須適合衛生，便足夠了，即使在狹仄的房屋中間，也能產生莫大的快樂。

## (一五) 忠告畏懼結婚者

畏懼家庭負擔的人，應該聽從下面的勸告：

『贍養妻子，固然是辛苦的事情，但這種辛苦，正如希望收穫的農夫一樣，他們雖終日忙碌，却非常快樂。這種工作，非但不使人感覺勞乏，反令人爲了未來的指望，而愈覺興奮。』

## 第十三章 幸福的藝術

### (一) 好動者與夢想者

吉貝羅頻博士曾說世上有兩種人：一種人對於外界的刺激，具有正常的反應，而於各種事物，均有適宜的意見與感覺，這種人能使其性格與週圍的環境適合。另外一種人並不注意外界的事物，却一意孤行，不肯稍微變更既定的主張，這種人度着一種內心的生活，對於外界採取一種使人覺得冷酷的態度，羅頻氏說前者是好動者，而後者是夢想者。

好動者不一定能夠做出有益的事情來，因為他們雖然參加着無數工作，但往往一無所成；至於夢想者，有時反能在沉靜與孤寂之中，創造崇高的事物，足以



替國家在藝術與文學方面，增加光榮，或者使許多重要的商業與工業，趨於繁榮。

可是，世上也有不少夢想者，因為忽略現實，而遭遇重大的不幸與失敗。

又有若干人，忽略了自己的職業生活，反去幻想一種冒險的、英雄的、藝術的或文學的生活，可是他們對於此類幻想的生活，並不適合。

## (二) 快樂和痛苦的夢想

有許多人因為不能享受他人所有的幸福，以致感覺痛苦：例如婦女因為沒有孩子而悲傷，富人因為貪心不足而鬱鬱寡歡等等，這種人終日為嫉妒與慾望所苦惱。

尚有許多人因不能實現其希望，便利用夢以期獲得滿足；他們時常冥想：假使擁有了某一處宅邸，便將如何地去裝飾它，或將如何地去享用它等等。

上述兩種人，都在度其夢想的生活，可是前者為夢想所磨難，後者却以夢想自娛。

縱使快樂的夢想，也並不是沒有害處的，因為它使吾人對於生活的現實，發生厭惡之心。至於痛苦的夢想，當然頗有害處，因為它引起不良的妄念。

### (三) 胡思亂想

最好的辦法，乃是耐性地去應付現實，注視現實生活的好處，而設法盡力去改善它。

可惜世人時常忽略當前的環境，而無益地胡思亂想。他有時徒然地努力去幹一件毫無成功希望的事情，有時則抱着悲觀，而對於一切事物，均不感覺興趣，這種人往往逐漸忽略其應盡的責任，結果變成粗暴、怨憤、憂愁、失望。

例如，有若干在辦公室中工作的人，每喜虛耗其辦公的光陰，去撰作詩文。

這些詩文往往不能出版，寫這些詩文者，非但毫無益處，反而因此失掉許多攙升的機會，他本人和他的家屬，祇爲了這種夢想，而度着痛苦的生活。

多少人爲了一些區區的才幹，一些可憐的藝術天才，而忽略他們應該去做的  
事情！

#### (四) 文學與藝術

音樂、繪畫、彫刻、文學、以及旅行等等，僅可以作爲一種極好的，消遣閒暇和訓練官能與心智的方法。

文學與藝術能使我們產生人生不可缺少的寶貴的熱情。它們能使我們愛慕真、善、美的事物。可是許多不良的文學與藝術，亦須加以注意。

現代的一部份文學與電影，對於民衆頗有惡劣的影響。

### (五) 夢想者的僻性

吉貝羅頻說：

「夢想的人，乃是忘記了週圍的環境，而胡思亂想的人。他們時常耽於幻想的生活，對於現實生活，則並不感覺興趣。」

「這種情形，不足爲奇，每個人都有一些這種態度的，但有時過度的幻想，則是一種病態。」

夢想者普通自幼便有自我中心的態度。

他們年幼之時，往往是沒有同伴的孤獨孩子，於是他們聽任其幻想自由地發展了。

這種孩子時常避開喧鬧的遊戲，他們喜歡靜靜地閱讀荒誕的小說。要改變他們的態度，却不是容易之事，因爲一位天生的幻想者，自然地對於內心生活發生

興趣，如果他從小就喜歡靜默，他即使長大以後，也保持着這種態度的。

### (六) 針對現實

通常在幻想之時，需要精神的強烈活動。但是有時幻想僅是怠惰與亂想的結果。

我們在人生的路途上，不應該像一位悠閒的散步者那麼到處留戀，應該竭地完成我們實際的任務，同時研究與探尋各種能夠實現目的的最好方法；總而言之，我們應該積極地行動。

『人生是一種行動。』

要有美滿的人生，必須針對現實。

可是幻想，其力量亦不可忽視，不妨予以相當的滿足。適度的幻想乃是從事文藝者所不可缺少的。要是藝術家與欣賞家都沒有幻想，那麼世界上的藝術家將

寥寥無幾，而賞玩和收藏他們作品的人，將更加稀少了。

我們祇須不要過度地幻想，不要使我們跟現實與理智隔離得太遠。

### (七) 選擇優良的書籍

人生是一種戰鬥，所以我們需要教育與旁人的援助。

優良的教育，能夠給予我們許多幫助，因此，學校中所用的書籍，不宜過份注重文藝的價值，應該特別偏重於教育方面。

許多人因為幼時誤讀了不良的書籍，以致腦中充滿着荒誕的夢想。

我們所閱的書本，應該訓練我們怎樣去生活，怎樣去獲得幸福。

### (八) 虛榮心

世上有多少婦女，因為愛慕虛榮，趨向時尚，而放棄了勤勞與積極的生活。

她們竟不明白：千變萬化的時尚，是可笑而不合理的。

這種趨時的風氣，往往引起家庭的勃谿，夫婦之間的齟齬，而造成家族衰敗的機會。

許多有關人生幸福的大事，如婚姻問題等等，竟時常感受虛榮心的影響。例如世人在討論某人的婚姻問題之時，每易忽略其人真正的才能與品性，而反去注意其資產或外表，這豈不荒謬絕倫？

### (九) 職業與業餘消遣

從事職業的人，應該注意其業務的成績，且應隨時求取進步，切不可爲了業餘虛幻的消遣，而忽略現實的生活。

消遣的本身是有益的。工作厭倦的人，應該從事一種消遣，可是他不可因此而忘記現實，又不可忘記職業乃是家庭的基礎。

要是從事職業者能夠注意上述諸點，那麼無論何種消遣：如文學、藝術、旅行等等，都有裨益。又，消遣之時，若有親愛的家人或朋友等參加，則其中樂趣，將更加濃厚了。

## (一〇) 資產的慾望

卜葉與薛斯德龍兩位博士寫道：

「資產的慾望，乃是人類活動的動機之一，這種動機，對於心理衛生，並無甚麼顯著的害處，因為資產慾能使人類更加注意現實。可是，這種慾望也有各項強弱的程度，過份強烈的資產慾，當然有害。

『正常的資產慾，驅使吾人去謀取自身的與家人的利益；這種慾望的目的與運用，對於精神的與神經的健康，均有裨益；但是這種慾望發展過份，勢必引起不幸的結果。



『過於崇拜金錢的人，一定非常吝嗇，而忽視現實的生活。』

『我們必須防止這種欲望的過份發展，以免損害心理的衛生。我們應該養成簡單的生活習慣，培植工作的熱誠，以及公正與慈愛的思想。』

『使物質生活變成複雜的一切事物，都能損害精神的生活。吾人要限制不良的欲望。每個人固然應當過着舒服的生活，可是奢侈的風氣，是無益而危險的，它是精神生活的毒素。』

『當然，也有人因為擔心未來的生活問題，而發生資產的欲望。』

『可是，聰明的人士，能夠預防一切嚴重的災禍，確保其本身與家族未來的安全。』

『總之，我們可以照下列四項步驟去實行：一、不要使資產欲變成過份強

烈。二、限制欲望。三、預防一切引起貧困的原因。四、與人生應有的困難搏鬥。』

## (一一) 金錢與幸福

切不要爲了下列的事項，而節省金錢：健康、教育、請託、報答。

凡一切有關正義、慈善、愛情、友誼等等的的事情，都不可節省金錢，否則終將後悔無及。

建立家庭之時，需要相當的資產。婚姻的幸福，一部份固然是用金錢來獲得的，可是金錢缺少之時，優良的品性却能代替金錢，而產生幸福。

## (一二) 遵從意識

在人生的過程之中，我們的一舉一動，都應該遵從意識的指揮。『不服從意識者，與幸福背道而馳。』可是，意識並不是永遠清楚與不可違逆的。

有時，我們的意識變成模糊不清，這時就應該停止做事，鎮靜地付度一下。

要是我們不假思索地胡亂行動，那麼日後懊悔，又何補於事？意識能夠自動地命令我們，但是我們有時也須誠意地詢問它。

### (一三) 準備人生的旅行

世人生活的失敗，和賭博的失敗相似。當然在人生之中，命運是不可忽視的，許多賭博者固然因命運不佳而失敗，但是也有多少人因為未曾嫻熟賭博的方法，或者未曾專心於賭博，而慘遭失敗。

人生又如一次旅行，此中苦樂參半。

我們在計劃一次旅行之時，必須預定行程，詢問嚮導，披閱有關此項旅行的書籍與地圖，研究旅途各名勝的歷史和藝術，以及規定一切瑣細的節目等等。在旅途中間，仍須不時去翻閱地圖、記錄、與預定的計劃。

可是，尚有無數人却毫無準備地冒險開始他們的旅行，他們祇能沿途詢問人

家，有時受人欺騙，有時則絕不考慮地不顧一切向前飛奔，以致誤入歧途。  
 有多少人肯像預備旅行一樣地，去預備其人生的旅程呢？

### (一四) 幸福的藝術

要獲得生活的幸福，大家都應該：

- 明瞭遺傳的重要，採取最好的措置，使自身與子孫皆有裨益。
- 避免任何惡劣的習慣，因為習慣是品性的一部份。
- 學習觀察，學習思考。
- 注意整個的事件，不要僅僅注意瑣細之點，應該顧全大局。
- 一俟能力充足之時，便自己管理自己。
- 竭力培養優良的傾向，革除惡劣的習慣，養成不可缺少的自主力量。
- 在行事之前，仔細考慮一下，預算每事的結果，權衡其利害輕重，牢

記：『每一件事情的失敗，都是準備不足之故；』注意一切，因為外表似乎非常細微之事，常有意想不到的後果。

——保持鎮靜。

——仔細地研究與思考，不要忘記以前所獲得的教訓。

——不要把批評和誹謗，混為一談。

——在疑惑，心緒莽亂，與情感激動之時，便須停止行事；等到頭腦冷靜，思想清楚之時，再決定行動。

——發現錯誤之後，立刻設法補救，避免不良的後果，且儘可能的減輕已經發生的不良後果。

大家都須明瞭：

——在緊要的時候，應該速斷速決，以免喪失機會，但不可燥急從事。

——輕浮與疏忽，乃是各種不幸的原因。

——要獲得他人的信仰，必須當心自己所負的責任。

——自幼養成工作與努力的習慣以後，將來便會避免無數錯誤與痛苦。

——工作之時，必須採用合理的方法，時常檢討自己，審查自己的策略，看有無錯誤，如有錯誤，便須研究補救的辦法。

——這一切都能幫助吾人獲得幸福。

我們應該支配環境，而不可讓環境來支配我們；不要將不幸之事委諸天命，要是我們仔細想想，便可知許多不幸，皆須我們自己負責。

我們應該時常抱着樂觀，我們必須相信人生是良好而快樂的，至少應該使人生變成如此樣子。

——根據生活的經驗，我們應該好好地選擇職業，努力學習該項職業，以求最大的成功。

——保持身體與精神的健康與完整，俾能在婚姻中獲得寶貴的幸福，且能充

任賢良的父母。

——在選擇伴侶之時，特別注意對方的遺傳、教育、道德與職業。職業並不極端地重要，其進益祇須能夠贍養家室，便合格了。

——限制自己的慾望，不要自私地祇圖滿足自己而一意孤行。

——牢記這兩句話：『判斷一個人的優劣之時，不要根據他的才能，而須根據其利用才能的方式。』『你在幸福之時，不要丟掉使你幸福的優點。』

### (一五) 給親愛的讀者

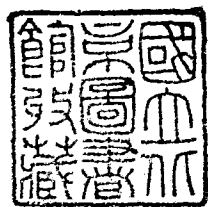
以上的勸告，雖然不一定能夠使人幸福，但它們頗能幫助親愛的讀者們去找尋幸福。

我們在實行此書所述諸點之時，不免總要遭遇一些困難，恐不能完全依照書中的話去做，不過我們至少可以獲得與理想相近似的結果了。

如果過去所經歷的生活，與理想的生活，都是美滿的，如果幻想的生活，非但未會妨礙這兩種生活，而且能夠與它們合作，那麼，這便是最幸福的人生了。

願這本書的讀者，都能在他們的生活之中，獲得最大的幸福。





# 西風社圖書目錄

折九待優戶定刊期各風西·售發成五加價定照暫

<p>蕭伯納情書 黃嘉德譯 三版九角</p>	<p>漢英浮生六記 對照著·林語堂譯 訂正四版一元五角</p>	<p>大地的嘆息 威爾特著 黃嘉音譯 三版六角</p>	<p>流浪者自傳 戴維斯著 黃嘉德譯 林語堂蕭伯納序 三版一元五角</p>	<p>西風信箱第一集 傅佳歧途 四版九角</p>	<p>西風信箱第二集 光明之路 初版一元五角</p>	<p>人生之路 再版九角</p>	<p>個性修養 再版七角</p>	<p>有不為齋漢英對照 古文小品 陶淵明等著 林語堂譯 再版九角</p>
<p>四風愛畫集 如此人生 再版五角</p>	<p>翻譯繪集 執筆者為嚴幾道林語堂胡適魯迅曹孟樸等 黃嘉德編 三版一元二角</p>	<p>戰地香夢 漢明威著 林疑今譯 再版二元二角</p>	<p>紀念徵文得獎文集 天才夢 水沫等著 再版每册七角</p>	<p>漢英對照 揚州十日記 王秀楚著 毛如升譯 初版每册六角</p>	<p>漢英對照 冥寥子遊 屠緯真著 林語堂譯 初版每册六角</p>	<p>變態心理漫談 初版一元二角</p>		
<p>樊籠(徵文集) 初版一元</p>	<p>供狀(徵文集) 初版一元四角</p>	<p>特許全譯本 生活的藝術 林語堂著·黃嘉德譯 再版三元</p>	<p>西風信箱第三集 活地獄 初版二元</p>	<p>西遊回憶錄 沈有乾著 定價一元</p>	<p>文明病 社會暴露文集 定價二元</p>	<p>默禱 紀念徵文集 定價二元</p>	<p>西風信箱第四集 木偶戲 定價二元二角</p>	<p>得意書 黃嘉音譯 定價二元</p>
<p>羅斯福傳 盧特威著·黃嘉德譯 定價二元二角</p>	<p>大腿戲 社會暴露文集 定價二元</p>	<p>創子手 社會暴露文集 定價二元</p>	<p>創痕 (紀念徵文集) 初版二元</p>	<p>信箱第五集 失樂園 初版二元四角</p>	<p>新書預告 世界名著長篇小說 下場 護德夫人著·黃嘉德譯</p>	<p>修養名著 幸福的人生 費南著·顧啓源譯</p>	<p>婦女問題論文集 新女型 黃嘉德著</p>	

中華民國三十年十月初版

必翻所版  
究印有權

Dr. Fernand Raoult  
*Vie Subie, Vie Voulué, Vie Rêvée*  
Translated by Kou K'i-yuen

幸福的人生

每冊實價  
外埠酌加運費匯費

5.00

原 著 者 費 南 魯 博 士  
編 譯 者 顧 啓 源  
發 行 人 黃 嘉 音  
發 行 所 西 風 社

上海霞飛路五四二弄  
霞飛市場四號  
電話八五六四五

★紙價飛漲

★增加五成發售★

十五元

#10

558042

10.5

558042

